

Санкт-Петербургский государственный университет

Мацулевича Александра

Выпускная квалификационная работа

Личностные факторы вовлеченности в волонтерскую деятельность

Уровень образования: магистратура
Направление 37.04.01 «Психология»
Основная образовательная программа ВМ.5730.2020 «Психология личности»
Профиль: психологическое консультирование

Научный руководитель:
Кандидат психологических
наук, доцент кафедры
психологии личности
Кузнецова Елена Андреевна

Рецензент:
Общество с ограниченной
ответственностью
«Академическая клиника
«Династия»
клинический психолог,
кандидат психологических
наук,
Яковлева Мария Борисовна

Санкт-Петербург
2022

ОГЛАВЛЕНИЕ

АННОТАЦИЯ	4
КЛЮЧЕВЫЕ ПОНЯТИЯ И ИХ ОПРЕДЕЛЕНИЯ	6
ВВЕДЕНИЕ	8
ГЛАВА 1. СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ ИССЛЕДУЕМОЙ ПРОБЛЕМЫ	14
1.1. Теоретические основы изучения волонтерской деятельности	14
1.1.1. Волонтерская деятельность и ее характеристики	14
1.1.2. Определение понятия «социальное волонтерство» и его характеристика	21
1.1.3. Психологический портрет социальных волонтеров	25
1.2. Теоретические основы изучения понятия «вовлеченность».....	28
1.2.1. Вовлеченность в волонтерскую деятельность	28
1.2.2. Личностные факторы вовлеченности в социальное волонтерство	34
1.3. Теоретические аспекты изучения понятия «самоизменения»	39
1.3.1. Понимание понятий «изменений» и «самоизменений» личности в отечественной и зарубежной психологии.....	39
1.3.2. Сравнительный анализ понятий, связанных с представлениями о себе: самоотношения, самооценки и самосострадания	43
1.3.3. Результаты теоретического обзора.....	46
ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ЭМПИРИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ	48
2.1. Организация эмпирического исследования.....	48
2.2. Описание выборочной совокупности	49
2.3. Процедура исследования.....	53
2.4. Характеристика методик эмпирического исследования.....	53
2.4.1. Анкета.....	53
2.4.2. Опросник рефлексивности Карпова.....	54
2.4.3. Опросник диагностики потенциала самоизменений личности	55
2.4.4. Опросник “Сочувствие к себе” К. Нефф.....	56
2.4.5. Методика Шварца	58
2.4.6. Методы обработки данных	59
ГЛАВА 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ЭМПИРИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ	60
3.1. Результаты сравнительного анализа контрольной и основной групп	60
3.2. Результаты факторного анализа	65
3.3. Результаты дискриминантного анализа	67

3.4. Результаты сравнительного анализа различий в переменных среди волонтеров с разной частотой участия в волонтерской деятельности.....	69
3.5. Обсуждение полученных результатов.....	74
ВЫВОДЫ	85
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	86
СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ИСТОЧНИКОВ	88
ПРИЛОЖЕНИЯ	98

Аннотация

В исследовании продемонстрировано изучение личностных факторов, влияющих на вовлеченность в волонтерскую деятельность. С этой целью было опрошено 129 социальных волонтеров и 46 людей, не вовлеченных в волонтерство. Генеральная гипотеза заключалась в предположение о существовании личностных факторов, влияющих на вовлеченность в волонтерство. Объектом исследования выступала вовлеченность личности в волонтерскую деятельность.

В ходе эмпирической части, все участники ответили на вопросы авторской анкеты, уточняющей особенности их волонтерского опыта, а также заполнили 4 методики: Опросник «Сочувствие к себе» Кристин Нефф, Ценностный опросник Ш. Шварца, Опросник рефлексивности Карпова, Опросник «Потенциал самоизменений» Манукян В.Р., Муртазиной И.Р., Гришиной Н.В. Для обработки данных применялись: сравнительный анализ по критерию Колмогорова-Смирнова, U-Манна-Уитни, Краскала-Уоллиса, многофакторный дисперсионный анализ, факторный анализ, дискриминантный анализ.

В результате исследования было выявлено различие между волонтерами и контрольной группой в ряде индивидуальных и социальных ценностей, уровне рефлексивности и потенциале самоизменений. Также было обнаружено, что для социальных волонтеров с разной частотой участия свойственно различие в уровне значимости ценностей - власть и достижения (нормативные идеалы) и конформность (индивидуальные приоритеты), в связи с чем эти ценности могут быть выделены, как влияющие на меру вовлеченности в волонтерскую деятельность показатели.

Annotation

The research «Personal factors of involvement in volunteering» demonstrates an examination of the personal factors that influence volunteer involvement. For this purpose, 129 social volunteers and 46 people not involved in volunteering were interviewed. The general hypothesis was to assume the existence of personality factors influencing volunteer involvement. The object of the study was personal involvement in volunteering.

All participants answered questions of the author's questionnaire specifying features of their volunteering experience, and filled out 4 techniques: Self-Compassion Test (C. Neff), Schwartz Personal Values Questionnaire, A.V. Karpov reflexivity Questionnaire, Questionnaire for assessing the self-change potential of a person by Manukyan V.R., Murtazina I.R., Grishina N.V. For data processing we used: comparative analysis by Kolmogorov-Smirnov criterion, U-Mann-Whitney, Kruskal-Wallis, multifactor analysis of variance, factor analysis, discriminant analysis.

The research revealed a difference between the volunteers and the control group in a number of individual and social values, the level of reflexivity and the potential for self-change. Also it was found that for social volunteers with different frequency of participation there is a difference in the level of importance of values – power, achievements and conformity, in this connection these values can be allocated, as influencing a measure of involvement in volunteering activity indicators.

Ключевые понятия и их определения

Волонтерская (добровольческая) деятельность - любой вид деятельности, направленный на оказание помощи людям (отдельной личности, группе, общности), не являющимися близкими родственниками волонтеров; реализацию социально значимых проектов; защиту окружающей среды. (Ю.В. Алексеев и др. Современная энциклопедия социальной работы. 2008).

Волонтер (доброволец) - физическое лицо, осуществляющее в свободное от работы (учебы) время добровольную социально направленную, общественно полезную деятельность в формах и видах, предусмотренных настоящим Федеральным законом, без получения денежного или материального вознаграждения (кроме случаев возможного возмещения связанных с осуществлением добровольческой (волонтерской) деятельности затрат); (Федеральный закон от 11 августа 1995 года N 135-ФЗ "О благотворительной деятельности и благотворительных организациях")

Социальное волонтерство – это добровольческая деятельность, направленная на оказание помощи прежде всего незащищенным слоям населения: инвалидам; воспитанникам детских домов; пожилым одиноким людям, нуждающимся во внимании и постоянном уходе; терминальным больным и т.д. Социальное волонтерство подразумевает также деятельность, связанную с заботой о животных.

Вовлеченность - количество времени и затраченных на реализацию волонтерской деятельности усилий, индикаторами которых выступают субъективная оценка интенсивности волонтеров и частота их участия в данном виде деятельности.

Ценность - любой «объект» (в том числе и идеальный), имеющий жизненно важное значение для субъекта (индивида, группы, слоя, этноса). В широком понимании в качестве ценности могут выступать не только абстрактные привлекательные смыслы или ситуативные ценности, но и стабильно важные для индивида конкретные материальные блага. В более узком

значении принято говорить о ценностях как о духовных идеях, заключенных в понятиях, которые имеют высокую степень обобщения. (Немов Р.С.)

Потенциал самоизменений личности - способность и готовность человека к осознанию «вызовов» ситуации и необходимости изменений, готовность к принятию этой необходимости и готовность действовать в соответствии с осознаваемыми вызовами. (Гришина Н. В. «Самоизменения» личности: возможное и необходимое// Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология и педагогика. 2018. Т. 8. Вып. 2. С. 133)

Личность - это конкретный человек, взятый в системе его устойчивых социально обусловленных психологических характеристик, которые проявляются в общественных связях и отношениях, определяют его нравственные поступки и имеют существенное значение для него самого и окружающих. (А. Асмолов)

Введение

Успешность и благополучие любого современного общества вне зависимости от его территориального положения либо национальной принадлежности во многом зависит от степени развития ее социального устройства и системы поддержки более незащищенных слоев населения. Можно утверждать, что одними из важных институтов наравне с государством в данной системе являются различные некоммерческие организации, которые точно также являются способными оказать значительное влияние на качество жизни отдельных представителей населения, что создает необходимость для предоставления и развития условий, на основе которых волонтерские сообщества смогут полноценно функционировать на всеобщее благо. В этой связи, возникают актуальные вопросы относительно качества и критериев отбора и подготовки волонтерских кадров для будущей деятельности, а также организация условий их психологического сопровождения, с целью предотвращения выгорания действующих участников, что предполагает анализ личностных свойств и качеств с учетом их перспективных преобразований для соответствующего распределения и сопровождения того или иного кандидата.

Изучение личности волонтеров не является новой и неизведанной тематикой. Так, например, целый ряд исследователей (Бородаева Г.Г., Руднева И.А., Серова Е.А., Ганюшкина Е.К., Певная М.В. и др.) занимались изучением вопросов состояния и динамики мотивационной и ценностно – смысловой сферы начинающих и опытных волонтеров. Достаточно много исследований (Логвинов И.Н., Логвинова М.И., Логвинова Т.И., Гришунина Е.В., Пятокова Е.Н., Шатюк Т.Г., Кузнецова А.А. и др.) описали наиболее характерные и ценные для волонтеров компетенции и черты характера. Все эти результаты могут стать практическим подспорьем при разработке программ сопровождения участников разных волонтерских и некоммерческих организаций т.к. позволяют оперативно отобрать наиболее

подходящих для тех или иных задач участников на основе их индивидуальных характеристик и как следствие, вполне прогнозируемых алгоритмах поведения.

В тоже время, несмотря на высокую степень разработанности психологического портрета потенциальных и реальных волонтеров, вопросы об условиях и формировании вовлеченности участников в волонтерскую деятельность по-прежнему остаются малоизученными. Обнаруженные в ходе теоретического анализа источники, преимущественно фокусируются на изучении мотивации вступления и активности по отношению к волонтерской деятельности, но не описывают иные критерии, способные помочь спрогнозировать поведение и занятость волонтеров. Иными словами, в современной литературе практически отсутствуют исследования по данной проблеме за исключением работ таких авторов, как: И.Г. Бабалян, Е.И. Горбачева, которые занимались изучением критериев и аспектов вовлечённости в волонтерскую деятельность, а также публикации Е.И. Шуваевой и Н.В. Петровой, которые в рамках своего исследования смогли зафиксировать определенные личностные особенности студентов – волонтеров, проявляющих более высокую активность в сравнении с другими участниками студенческих волонтерских организаций.

Данное исследование призвано предпринять попытку прояснения обозначенной проблемы и пытается ответить на вопросы:

- Какие факторы оказывают влияние на вовлеченность в волонтерскую деятельность?
- Какие факторы определяют степень вовлеченности в волонтерскую деятельность?

Актуальность изучения личностных факторов вовлеченности в волонтерскую деятельность обусловлена повышением интереса к развитию и совершенствованию программ отбора и сопровождения начинающих и

опытных волонтеров со стороны государства и некоммерческих организаций, ввиду того, что имеет непосредственную связь с эффективностью и психологическим благополучием действующих в деятельности волонтеров, а соответственно оказывает влияние на способность к прогнозированию их действий и ресурсов для ее реализации.

Цель исследования: выявление личностных факторов, влияющих на вовлеченность в волонтерскую деятельность.

Объект исследования: вовлеченность личности в волонтерскую деятельность.

Предмет исследования: личностные факторы, влияющие на вовлеченность в волонтерскую деятельность.

Задачи исследования:

- 1) Рассмотреть основные теоретические подходы к понятиям «волонтерская деятельность» и «социальное волонтерство» и ознакомиться с современными исследованиями по изучению вовлеченности в волонтерскую деятельность, представленные в психологической науке.
- 2) В результате анализа данных эмпирического исследования выделить и описать факторы личностные факторы, влияющие на вовлеченность в волонтерскую деятельность.
- 3) В результате анализа данных эмпирического исследования выявить и описать личностные факторы, влияющие на степень вовлеченности в волонтерскую деятельность.

Гипотезы:

Общая гипотеза: существуют личностные факторы, влияющие на вовлеченность в волонтерскую деятельность.

Частные гипотезы:

1. Существует специфическая система ценностей личности, характерная для волонтеров социальной сферы.

2. Активно вовлеченные волонтеры социальной сферы имеют более высокий потенциал самоизменений, уровень рефлексивности и самосотрадания в сравнении с малововлеченными волонтерами и лицами, не вовлеченными в волонтерскую деятельность.
3. Система ценностей волонтеров, в разной степени вовлеченных в волонтерскую деятельность, различается.
4. Мера вовлеченности волонтера в волонтерскую деятельность определяется её специфической системой ценностей, потенциалом самоизменений, уровнем рефлексивности и самосотрадания.

Выборка

Всего в исследовании приняло участие 175 человек, в том числе:

- группа социальных волонтеров – 129 человек, включая:
 - волонтеров с частотой участия «постоянно» (еженедельно) – 37 чел.,
 - волонтеров с частотой участия «часто» (ежемесячно) – 76 чел.
 - волонтеров с частотой участия «редко» (раз в 3-6 месяцев) – 17 чел.
- люди без опыта волонтерской деятельности (контрольная группа) – 46 человек.

Теоретико-методологическая основа:

Теоретической основой исследования являются идеи развития и характеристики личности в научных трудах Асмолова А.Г., Анцыферовой Л.И., подходы к пониманию категорий «изменений» и «самоизменений» Гришиной Н.В., Леонтьева Д. А., характеристика и определения категории «опыта» в трудах Истоминой С. В., Серикова В.В. а также представления о понятиях самоотношения, самооценки и самосотрадания в работах таких авторов, как: Зинченко В.П., Мещерякова Б.Г., Чесноковой И.И., К. Нефф, Тихомировой И.И..

Научная новизна исследования заключается в изучении личностных факторов вовлеченности в волонтерскую деятельность в аспекте присущих социальным волонтерам качеств и личностных особенностей, которые не ограничиваются лишь распространенным в психологических исследованиях обзором мотивационной системы волонтера.

Научная значимость исследования обусловлена теоретическим и эмпирическим изучением проблемы связи между личностными особенностями и степенью вовлеченности людей в волонтерскую деятельность.

Практическая значимость: результаты исследования могут быть использованы волонтерскими и некоммерческими организациями на этапе отбора и разработки программ сопровождения волонтеров, а также при организации систем повышения эффективности деятельности и профилактики выгорания активно действующих волонтеров.

Методы эмпирического исследования:

1) Метод опроса:

- Авторская анкета, с закрытыми и открытыми вопросами, направленная на изучение личных данных респондентов, а также характера и опыта волонтерской деятельности среди участников;

2) Психодиагностические методики:

- Опросник «Сочувствие к себе» Кристин Нефф
- Методика Ш. Шварца по изучению ценностных ориентаций
- Опросник рефлексивности Карпова
- Опросник «Потенциал самоизменений» Манукян В.Р., Муртазиной И.Р., Гришиной Н.В.

Методы обработки данных: количественный (методы математической статистики); качественный (контент-анализ). Математическая обработка результатов проводилась с помощью методов описательной статистики,

корреляционного, дискриминантного и факторного анализов с использованием программного пакета «SPSS 26».

Структура диссертации. Диссертация состоит из введения, трех глав, заключения, списка литературы и приложений.

Ключевые слова: волонтерская (добровольческая) деятельность, социальное волонтерство, волонтер (доброволец), вовлеченность, потенциал самоизменений личности, ценность, личность.

Глава 1. Современное состояние исследуемой проблемы

1.1. Теоретические основы изучения волонтерской деятельности

1.1.1. Волонтерская деятельность и ее характеристики

В последние несколько лет, особое значение приобрел такой вид деятельности, как волонтерская деятельность или просто – волонтерство. Одной из наиболее популярных формулировок данного понятия выступает следующая интерпретация: «волонтерская деятельность – это добровольная деятельность в форме безвозмездного выполнения работ для достижения общественно полезных целей и улучшения благополучия других людей» [7]. Соответственно, волонтер – это «физическое лицо, осуществляющее в свободное от работы (учебы) время добровольную социально направленную, общественно полезную деятельность, без получения денежного или материального вознаграждения (кроме случаев возможного возмещения связанных с осуществлением добровольческой (волонтерской) деятельности затрат).» [10]. В свою очередь, Л.Е. Сикорская предлагает несколько иное толкование этого термина. Согласно ее представлениям: «Под волонтерством или добровольчеством в мировой практике понимают помощь, оказываемую бескорыстно человеком по отношению к третьим лицам», [8, с. 56]. Как мы видим, в этом варианте волонтерство выступает в роли эквивалента добровольчества, в связи чем, возникает необходимость прояснения их соотношения.

Некоторые авторы, вроде: Ю.С. Белановского, И.В. Ширшовой, А. Г. Килиной и т.д., в своих исследованиях придерживаются такой же позиции, как и Л.Е. Сикорская. То есть волонтерская деятельность воспринимается ими как аналог или тождественное добровольчеству понятие. Их позиция возникает из идеи этиологического происхождения рассматриваемых слов и аспекта заимствования терминологии из зарубежных практик, что не предполагает изменения общей сути этих явлений.

В тоже время, О. А. Обраменко в своей работе «Волонтер или доброволец: элементарные объяснения для самоопределения» указывает на

существенные, по его мнению, различия в применении этих понятий, обусловленные морфогенезом организаций [40]. Схожие мысли прослеживаются и в трудах И.В. Пинчук, которая предлагает разделить понятия «волонтер» и «доброволец» в зависимости от их предметной области деятельности: социальной либо около военной сферы [51].

В своей работе, мы опираемся на закрепленные законодательством положения [69], согласно которым понятия «волонтер» и «доброволец» имеют право рассматриваться в роли синонимов. Исходя из упомянутого закона, под добровольческой (волонтерской) деятельностью понимается добровольная деятельность в форме безвозмездного выполнения работ и (или) оказания услуг в целях, которые также перечислены в пункте 1 статьи 2 обозначенного Федерального закона.

Уместно также привести и характерные для волонтерства свойства, приведенные в пособии под общей редакцией О.А. Аникеевой, А.П. Рудницкой и О.В. Решетниковой. Согласно этим тезисам: «Волонтерство:

- это добровольный выбор, отражающий личные взгляды и позиции;
- это активное участие гражданина в жизни человеческих сообществ;
- способствует улучшению качества жизни, личному процветанию и углублению солидарности;
- выражается, как правило, в совместной деятельности в рамках разного рода ассоциаций;
- способствует реализации основных человеческих потребностей на пути строительства более справедливого и мирного общества;
- способствует более сбалансированному экономическому и социальному развитию, созданию новых рабочих мест и новых профессий». [27, с. 6 -7]

Таким образом, волонтерская деятельность имеет 3 ключевые характеристики: добровольную инициативу, безвозмездность и порождение социально – значимой пользы либо общественного блага.

Следует отметить, что волонтерство не является частью благотворительности. При изучении актуальной литературы, нами были обнаружены публикации, в рамках которых волонтерская деятельность соотносится с благотворительной деятельностью, а точнее выступает в роли ее инновационной формы. Так, Н.Л. Большакова и Р. М. Садыков, в своей статье «Благотворительная деятельность в современной России» отмечают перспективность волонтерства, как части благотворительной деятельности [57, с. 189]. Мы же, в своем исследовании, придерживаемся позиции, материального характера благотворительности и опираемся на определение А. Г. Килиной и К. А. Кондравцевой, которое вносит ясность в различия данных сфер, а именно определяет благотворительность, как: «оказание материальной помощи нуждающимся частными лицами или организациями. Благотворительность может быть направлена на поощрение и развитие каких-либо общественно значимых форм деятельности (например, защита окружающей среды, охрана памятников культуры)» [22, с. 10].

Можно утверждать, что волонтерская деятельность представляет собой разнообразную и масштабную по своей структуре отрасль социальной практики. Так, в настоящее время, принято выделять такие виды либо направления волонтерской деятельности как: социальное, событийное, культурное, экологическое, медицинское, спортивное, волонтерство общественное безопасности, патриотическое волонтерство, медиаволонтерство [9, с. 26]. Ряд авторов отдельно выделяет и такие направления как: «серебряное», корпоративное и инклюзивное волонтерство. [43, с. 6]

Кроме того, мы можем выделить и различные формы волонтерской деятельности. Так, например, Е. А. Глазкова указывает на то, что: «волонтерская деятельность может осуществляться в форме: - некоммерческих неправительственных организаций, - волонтерского

корпуса, - волонтерских отрядов и центров, функционирующих на базе образовательных учреждений, - корпоративного волонтерства» [9, с. 25].

Следует добавить, что на основании мотивационного и ценностного компонентов при формировании социальной активности, К. А. Палкин вслед за рядом других авторов выделяет 4 категории волонтерской деятельности:

- «взаимопомощь (группы или отдельные лица помогают достижению общей цели);
- человеколюбие (аспект деятельности, используемый преимущественно некоммерческими организациями как аргумент помощи обществу в целом);
- агитация/пропаганда (волонтерская деятельность с целью социальных перемен);
- участие/самоуправление (волонтерская работа связана с гражданской активностью)» [47, с. 85].

Будет целесообразно также указать и существующие типы волонтерских организаций. В частности, Ю.С. Белановский на основе направленности конкретной деятельности определяет три типа волонтерских объединений: волонтерские группы при благотворительных фондах; учреждения, созданные по инициативе и силами волонтеров и третий тип – организации, занимающиеся развитием и поддержкой самих добровольцев. [61, с. 14 – 15].

Наряду с вышесказанным, нам требуется обозначить функциональную нагрузку волонтерской деятельности. Е. С. Азарова, в своей работе «Психологические детерминанты и эффекты добровольческой деятельности» выделяет общий и личностный уровень функций волонтерской деятельности [1]. На общем уровне добровольческая деятельность выполняет интегративную, стимулирующую, нормообразующую, стабилизирующую, функции; на личностном уровне –

социализирующую и познавательную функцию, а также функцию самопознания и функцию самоутверждения.

Таким образом, можно сделать вывод, что волонтерская деятельность оказывает положительное влияние не только на состояние благополучателей, но и на состояние и самовосприятие самих волонтеров.

Распространение волонтерской деятельности в социуме детерминирует рост интереса к изучению этой отрасли и в разных направлениях научной деятельности. Современные исследователи рассматривают феномен волонтерства с самых разных позиций. Так, например, некоторые авторы делают акцент на эффективности волонтерской деятельности для развития государственной экономики и социальной политики [23, 33, 37, 74, 79]. Другие специалисты рассматривают волонтерскую деятельность, как популярный и активно распространяющийся вид активности среди молодежи, а также подчеркивают его преимущества для лиц, которые приняли решение задействовать свои силы в данном виде деятельности [8, 27, 55, 65, 86].

В рамках психологических исследований, наибольшее распространение среди всех психологических аспектов организации и проведения волонтерской деятельности приобрела тема мотивации волонтеров [10, 16, 30, 31, 49, 56, 58, 84]. Данное утверждение подтверждает исследование К.А. Палкина, в котором он пишет о том, что: «несмотря на многочисленность научных трудов по данной тематике, в них рассматриваются главным образом проблемы мотивационного характера по организации добровольческой деятельности, тогда как остальным психологическим факторам волонтерства уделяется недостаточное внимание» [47, с.85].

Вместе с тем, справедливо привести заключения Е.Л. Корнеевой, которая пришла к выводу, что все психологические исследования по тематике волонтерства можно разделить на три большие группы: изучение особенностей волонтеров, анализ мотивационно-смысловых факторов и рассмотрение практических аспектов данного вида деятельности [29].

Если мы попытаемся проанализировать наиболее распространенные параметры при определении выборки в опубликованных исследованиях, необходимо упомянуть тенденцию, к изучению определенных возрастных выборок среди волонтеров. Под этой идеей, мы подразумеваем предпочтение исследователей в выборе в качестве респондентов, обучающихся в высших учебных заведениях либо пожилых людей, также известных, как серебряных волонтеров, что может быть обусловлено их количественным преимуществом во всей совокупности Российский добровольцев.

Кроме того, обращаясь к характеристике среднестатистической выборки, можно добавить тот факт, что чаще всего при изучении каких-либо личностных особенностей волонтеров специалисты выбирают представителей каких-либо определенных, помогающих специальностей, например, врачей, психологов или пожарных, после чего ими осуществляется сравнение характеристик волонтеров и не волонтеров из числа представителей конкретного профессионального поля.

Таким образом, практически не обнаружено исследований, в которых было бы проведено сравнение волонтеров из разных профессиональных сфер. Хотя существуют и некоторые исключения, вроде исследования Сачковой М.Е. и Расходчиковой М.Н., в рамках которого были изучены личностные предпосылки к волонтерской направленности среди студентов – психологов и студентов – менеджеров [54].

Как уже было отмечено ранее, волонтерская деятельность объединяет в себе многообразие социальных проблем и трудовых действий. В зависимости от специфики направленности волонтерства, эта деятельность может предполагать свои индивидуальные принципы и особенности, из чего следует, что волонтеры должны обладать определенными качествами и набором знаний и навыков. Таким образом, мы можем выделить характерные для всей совокупности волонтеров черты.

О. А. Бокова и Ю.А. Мельникова утверждают, что: «наиболее показательными с точки зрения изучения личности волонтера являются

такие детерминанты личности, как моральные основания, коммуникативность и направленность общения, устойчивость, скорость адаптации к стрессовым ситуациям, спокойствие, стабильность, открытость новому опыту, ориентация на преобразование, оптимизм, активность, сила и совладающее поведение как социальный фактор проявленности личностного развития» [4, с. 176].

Схожие качества выделяют и Е.В. Гришунина и Е.Н. Пятокова, добавляя примечание о том, что: «добровольцы инициативны, способны принимать самостоятельное решение и обладают более высоким социальным интеллектом» [12].

В свою очередь, И.Н. Логвинов совместно с И.М. Логвиновой и И.Т. Логвиновой подчеркивают наличие у волонтеров среднего уровня эмпатийности и мотива «Стремление к людям», а также высокий уровень развития мотивации помощи [34]. В связи с чем, нам кажется разумным отметить тот факт, что волонтеры могут руководствоваться в своей деятельности одновременно несколькими мотивами, связанными как с желанием оказать помощь другим, так и с потребностью самореализации, что подтверждают и результаты многих исследований. Однако, важно добавить и тот факт, что в большинстве ситуаций, стремление помогать менее защищенным слоям населения не связано с негативным, личностным опытом волонтеров, при котором они могли столкнуться с тяжелыми жизненными обстоятельствами или несправедливым разрешением жизненных ситуаций, вследствие их беспомощного состояния в прошлом [42, с 143].

Г.Г. Бородаева и И. А. Руднева пишут о том, что волонтерская деятельность создает условия для реализации целого ряда потребностей волонтеров. В качестве примера, можно привести основные потребности вроде: необходимости ощущения собственной полезности, потребности в общении и творчестве, нужды в самореализации и самостоятельности, а также потребности в приобретении социального опыта. Авторы замечают,

что волонтерская деятельность, как значимый вид активности определяет мировоззрение молодых людей и: «если на начальном этапе волонтерской деятельности мотивы участников скорее индивидуалистичны или сосредоточены на общении в группе, то впоследствии они в значительной мере становятся все более социальными, направленными на других, даже незнакомых людей. [7] »

На основании всего вышесказанного мы можем констатировать, что волонтерская деятельность является уникальным видом активности, который привлекает инициативных, открытых новому опыту и творческих людей с гуманистической направленностью личности и создает возможности для решения широкого спектра социальных проблем, предоставляя уникальные привилегии как волонтерам, так и благополучателям. Волонтерская деятельность не предполагает каких-либо строгих возрастных или личностных ограничений и позволяет всем желающим оказать посильную помощь в той сфере, которая является для них более значимой и актуальной.

1.1.2. Определение понятия «социальное волонтерство» и его характеристика

В настоящее время, одним из ведущих направлений волонтерской деятельности является социальное волонтерство. В литературе последних лет данный термин предполагает следующее толкование: «социальное волонтерство – это добровольческая деятельность, направленная на оказание помощи прежде всего незащищенным слоям населения: инвалидам; воспитанникам детских домов; пожилым одиноким людям, нуждающимся во внимании и постоянном уходе; терминальным больным и т.д. Социальное волонтерство подразумевает также деятельность, связанную с заботой о животных» [43, с. 5].

Ю. С. Белановский вместе с И.В. Ширшовой в своем пособии «Мир социального волонтерства» выделяют 5 основных направлений социальной волонтерской деятельности. К ним относятся:

1. «сопровождение детей и подростков, в том числе из социально незащищенных категорий;
2. помощь медицинскому персоналу;
3. адресная помощь;
4. просветительская деятельность с профилактической работой;
5. досуговая, творческая, воспитательная деятельность» [3, с. 5-7]

Помимо этого, авторы пишут о том, что наиболее крупные и разработанные направления социального волонтерства представляют собой:

- «участие волонтеров в организации свободного времени детей и взрослых в казенных медицинских и социальных учреждениях;
- волонтерская помощь на дому семьям, оказавшимся в трудной жизненной ситуации, инвалидам, ветеранам и т.д.» [3, с.7]

Несколько иные по преобладанию направления предлагают авторы «Стандарта социального волонтерства: handbook». По их мнению, самыми развитыми областями данной волонтерской деятельности выступают:

- «участие волонтеров в организации свободного времени детей и взрослых в казенных учреждениях;
- участие волонтеров в социализации и в социальной, психологической, интеллектуальной поддержке детей-сирот;
- участие волонтеров в организации помощи бездомным людям;
- участие волонтеров в поиске пропавших людей» [62, с. 17 – 18].

Из этого следует, что функции и задачи социальных волонтеров могут значительно отличаться в зависимости от целевой группы того проекта либо фонда, при котором волонтер осуществляет свою непосредственную деятельность. Так в круг обязанностей волонтеров детского хосписа может входить организация и проведение праздников или социально-бытовая адаптация инвалидов, а волонтеров в больнице – помощь в уходе за больными и помощь медицинскому персоналу. Но так или иначе, деятельность социальных волонтеров значительно отличается от остальных

направлений волонтерской деятельности, так как чаще затрагивает экзистенциальные вопросы смысла, смерти и одиночества, а также провоцирует более глубокий уровень эмоциональной нагрузки.

Важным аспектом при анализе социального волонтерства выступает длительность осуществления социальных программ ввиду того, что в этом направлении мы можем обнаружить как одноразовые акции, так и проекты, рассчитанные на несколько лет. Эту же идею отражает публикация А.А. Клепиковой, в которой она отмечает, что: «к помощи некоторых добровольцев благотворительные организации прибегают лишь эпизодически – чтобы разрисовать стены больницы или детского дома, перевезти на машине в интернат одежду, устроить спектакль или праздник, принять участие в подготовке летнего лагеря для подопечных. Другие же волонтеры приходят в интернаты и больницы сравнительно регулярно, например, раз в две недели – чтобы поиграть и порисовать, погулять, пообщаться с проживающими там детьми и взрослыми» [30, с. 393]

В русле данной проблематики мы сталкиваемся с вопросом волонтерского выгорания. Дело в том, что социальное волонтерство в силу своей специфики неразрывно связано с риском истощения, а также переходом работы в рутину, что может спровоцировать снижение активности и чуткости волонтеров, а также появление потери мотивации к их труду.

Светлана Блинова в публикации «Социальное волонтерство. Теория и практика» говорит и о том, что: «эмоциональное выгорание волонтеров проявляется и в снижении самооценки» [60, с. 404]. В результате этих изменений, снижается и продуктивность волонтерской деятельности, что оказывает непосредственное влияние как на состояние волонтера, так и на его окружение.

Свой вклад в данную проблему вносит и отсутствие квалифицированной системы поддержки волонтеров. Так, например, А.Г. Истомина и Э.Л. Старова в своем исследовании, которое было направлено на сравнение

системы социального волонтерства в России и Германии отмечают, что: «в России практики «сопровождения» чаще всего осуществляются только на входе волонтера в социальную организацию. Они могут проходить в форме общего тренинга для волонтеров. Дальнейшие же фасилитирующие практики отсутствуют.» [19]

Существует и иной риск, связанный с длительным пребыванием в сфере социального волонтерства. И здесь идет речь о «профессионализации». Так, А.А. Клепикова делает акцент на том, что: «профессионализация» волонтера ведет к утрате важных свойств – между степенью «профессионализма» и выраженности тех качеств волонтера, которые рассматриваются как самые ценные, предполагается обратная зависимость. Оставаясь на работе дольше года и становясь профессиональным социальным работником, сотрудник, как предполагается организацией, может лишиться наиболее ценных качеств, в которых, следуя этой логике, и заключается профессионализм волонтера – умение представлять себя на месте другого и ставить чужие интересы выше своих» [30, с. 396].

В тоже время А.Г. Килина и К. А. Кондравцева фокусируются на положении, что долгосрочные волонтерские программы являются наиболее результативными [22, с. 28- 29]. Данный эффект связан с тем, что дети и взрослые взаимодействуют с уже знакомыми людьми и соответственно, исчезает необходимость адаптации, которая также способна снизить эффективность совместного сотрудничества волонтера и подопечного.

Таким образом, мы можем сделать предположение о том, что длительные проекты в области социального волонтерства требуют особого отбора кандидатов, которые будут обладать необходимыми для этой сферы качествами и окажутся способными справиться с потенциальной эмоциональной нагрузкой, которая является свойственной для этого вида волонтерской деятельности характеристикой.

Подводя итоги вышесказанному необходимо отметить, что социальное волонтерство является специфической сферой деятельности, которая

предусматривает взаимодействие с социально незащищенными слоями общества и требует определенной психологической устойчивости от тех людей, которые хотят заняться волонтерством в обозначенной сфере.

1.1.3. Психологический портрет социальных волонтеров

Активное развитие волонтерского сектора в отечественных и зарубежных государствах спровоцировало возникновение условий для качественного отбора потенциальных кадров, которые смогут отвечать запланированным требованиям как по своим личностным характеристикам, так и по присущим им знаниям, умениям и навыкам. По этой причине становится очевидно, что социальная сфера в силу своей специфичности, может предполагать более строгий отбор и ряд нехарактерных для других направлений условий, которые будут представлены к личности будущего волонтера. Эта проблема стала основанием для изучения различий между социальными и несоциальными волонтерами, благодаря чему мы можем выделить более типичные для данной выборки черты и свойства.

Обращаясь к вопросу о мотивации участия в социальной добровольческой деятельности, весьма уместно упомянуть статью Е.А. Серовой, в пределах которой, автор изложила результаты исследования 2018 года, направленного на изучение мотивации молодежи, которая выступала в роли волонтеров в разных, стационарных учреждениях. [45, с.38 – 39] Анализ полученных данных показал, что наиболее значимой причиной участия в данном виде деятельности является желание оказать помощь слабым. Самым редким по распространению мотивом выступило желание самореализации.

Такие авторы, как В. В. Ткачева и М.Б. Неклюкова, анализируя психологические причины выбора волонтеров, оказывающих помощь детям с онкологией и множественными нарушениями развития, обращают внимание исследователей на взаимодействие 4 уровней мотивации при формировании феномена волонтерства: идеалистического, социального, ценностного и уровня саморазвития [68, с. 86 – 87]. Авторы отмечают, что в

качестве предпосылок для возникновения мотивации к социальному волонтерству могут выступать такие стимулы, как: социальная ответственность, система индивидуальных ценностей, особенности воспитания, религиозные убеждения и альтруистическая направленность личности.

Можно утверждать, что подобные ответы не вносят каких-либо разногласий с теоретическими представлениями о мотивации общей совокупности волонтеров, так как многие авторы действительно отмечали в своих трудах, что деятельность волонтеров движима согласованной комбинацией социальных и личностных мотиваций, с преимущественным доминированием побуждения к помощи другим.

Директор Института психологии Челябинского государственного университета В.И. Долгова в своей статье «Структура психолого-педагогической направленности личности волонтера - фасилитатора» выделяет шесть ядерных компонентов структуры личности волонтера – фасилитатора, для которых присуща склонность к социальной волонтерской деятельности. К данным элементам относятся такие компоненты, как: рефлексивный, практический, коммуникативный, мотивационный, когнитивный и эмоциональный компонент. В более широком значении, эти компоненты раскрываются в следующем виде: «инвариантное личностное качество рефлексивного компонента – это осознание того, как волонтер воспринимается и оценивается потребителями; эмоционального компонента – эмпатия, коммуникативного – реагирование в конфликте и стиль поведения в конфликтной ситуации; когнитивного – соответствие профессиональному стандарту педагога-психолога; мотивационного – стремление к успеху; практического – склонность к социальному волонтерству.» [15, с. 48]

На основании этой информации, мы можем сделать предположение о том, что социальные волонтеры будут иметь отличия от людей, которые не занимаются данным видом деятельности, в таких параметрах, как: степень

выраженности эмпатии, уровне конфликтности, а также в характере отношения к успеху и социально незащищённым слоям населения.

В рамках данной тематики, значительный интерес представляет и другая публикация, автором которой является А. В. Плотникова. Так, в ходе своего эмпирического исследования Алена Вячеславовна провела сравнение 2 групп студентов – волонтеров, первая из которых занималась добровольческой деятельностью с детьми с особыми образовательными потребностями, а вторая – общественной деятельностью. В результате данного исследования было выявлено, что для социальных волонтеров были характерны такие особенности, как: «дипломатичность, высокий самоконтроль, конформизм, выносливость к интенсивным нагрузкам, совестливость и длительность ощущений и чувств» [52].

При описании психологических особенностей волонтеров, которые работают с детьми с ограниченными возможностями здоровья, Н.А. Деревянкина проводит связь между свойственной для них тенденцией к альтруизму, ответственностью и такими качествами, как: склонность к поиску компромисса, избегание конфликтных ситуаций и отсутствие стремления занять лидерскую позицию в межличностных отношениях. [14]. Таким образом, можно утверждать, что эти выводы доказывают ранее высказанное нами предположение о различиях в характеристиках социальных и несоциальных волонтеров.

Еще одним полезным исследованием для определения свойственных социальным волонтерам качеств, выступает работа Е.С. Гурьевой, в рамках которой она изучала социально-психологические качества волонтеров – клоунов, которые на протяжении разного срока осуществляли свою деятельность в медицинских учреждениях [13]. Всего в данном обследовании было задействовано 60 человек в возрасте от 22 до 45 лет. Все респонденты были поделены на 2 неравные группы, в зависимости от их волонтерского стажа. Так в состав первой группы входили участники с относительно небольшим стажем, а в состав второй группы – напротив,

участники, которые занимались волонтерством в течении 4 и более лет. Результаты анализа полученных данных позволили сделать заключение о том, что больничные клоуны вне зависимости от продолжительности их волонтерской деятельности способны выдерживать интенсивные психологические нагрузки, а также характеризуются гибкостью поведения, развитой коммуникабельностью, неконформностью и компромиссностью. При этом следует отметить, что волонтеры с более длительным стажем в большей степени шли на компромисс по сравнению со второй группой, из чего следует, что личные мотивы и предубеждения не способны перевесить значимость эффективного результата при оказании помощи больным детям.

Подводя промежуточные итоги, мы можем утверждать, что психологический портрет социальных волонтеров характеризуется такими параметрами, как: гуманистическая или альтруистическая направленность личности, высокая степень мотивации с сочетанием личностных и направленных на общество мотивов, высокая степень эмпатии, дисциплинированность и дипломатичность. Социальные волонтеры способны хорошо управлять своим самоконтролем, стремятся избегать конфликтных ситуаций, успешно переносят большие психологические нагрузки и способны быстро адаптироваться к новой ситуации. Как и для всей волонтерской популяции, для этих людей характерно творческое начало, совестливость, доброта и внимательность к людям. В тоже время этим персонам очень важно, старательно следить за своим состоянием, для того чтобы избежать выгорания и перехода волонтерской деятельности в рутину, что значительно снизит эффективность, осуществляемой ими деятельности.

1.2. Теоретические основы изучения понятия «вовлеченность»

1.2.1. Вовлеченность в волонтерскую деятельность

Анализ современной психологической литературы, связанной с вопросами изучения вовлеченности и ее характеристики демонстрирует наличие противоречий в понимании данного определения и отсутствие

конкретных описаний, характерных для вовлеченности, как устоявшейся психологической категории, свойств и особенностей, что создает дополнительные преграды при ее теоретическом и эмпирическом рассмотрении.

Весьма часто «вовлеченность» подразумевает под собой некое состояние человека, который разделяет те или иные идеи, ценности и призывы определенного сообщества, а значит, может рассматриваться как синоним, таких понятий, как «лояльность» или «приверженность» индивида к какой-либо группе.

В тоже время, под вовлеченностью нередко понимают количественную или качественную характеристику деятельности, которая создает представления о степени выраженности активности индивида и регулярности проявлений этой активности или погруженности в осуществляемые человеком действия. Постараемся рассмотреть эту позицию более детально.

Согласно наиболее распространенным определениям понятия «вовлеченность», его толкование может звучать, как: «особая форма активности, инвестирования времени и энергии, как процесса и состояния» [80, с. 53]. Учитывая, тот факт, что мы рассматриваем «вовлеченность» в ракурсе его отношения к осуществляемой человеком деятельности, допустимо упомянуть, что в зарубежных источниках, равноправным аналогом вовлеченности (involvement) при переводе определения с английского языка выступает понятие «включенность», из чего становится понятно, что вовлеченность может предполагать наличие количественного диапазона и меняться от низкого к высокому уровню ее выраженности.

Обращаясь к вопросу о структуре данной категории, следует привести комментарий Н.В. Киселевой, которая говорит о том, что: «... феномен вовлеченности представлен многомерным конструктом, отражающим, с одной стороны, уровень прилагаемых усилий при выполнении деятельности, с другой стороны, эмоциональные переживания,

когнитивные, мотивационные и смысловые процессы, связанные с выполняемой деятельностью». [79, с. 74]. Кроме того, автор подчеркивает, что следует дифференцировать понятия «вовлеченность» и понятие «увлеченность», отмечая, что первая: «формируется всегда в контакте с людьми и всегда разворачивается в процессе совместной деятельности». [79, с. 75].

В качестве же отдельных компонентов модели ресурса вовлеченности принято выделять такие компоненты, как: инструментальный, оценочный и когнитивный компонент [44]. В альтернативной пятифакторной модели вовлеченности Е.Ю. Литвиновой и Н.В. Киселевой [82] дополнительно выделяются и её две основные составляющие части: субъективная – совокупность внутренних процессов и характеристик личности, которые не всегда имеют внешние представления (отношения, представления, потребности, мотивы, смыслы и т.д.) и объективная часть, отражающаяся в наблюдаемых со стороны внешних особенностях поведения. Необходимо добавить, что в качестве дополнительного компонента субъективной стороны вовлеченности авторы также указывают отсутствующий в общих описаниях ценностный компонент.

Поиск информации о механизмах формирования вовлеченности демонстрирует отсутствие описаний признанного алгоритма ее возникновения и формирования, в связи с чем мы сталкиваемся со сложностью понимания ее динамики. Тем не менее, можно сказать, что благодаря обилию исследований в области организационной психологии, мы можем выделить распространенные инструменты для оценки уровня вовлеченности отдельных людей или персонала, как интегрального параметра, обладающего потенциалом увеличения эффективности деятельности сотрудников и других персон. В качестве таких инструментов принято выделять, такие средства, как анализ выборок статистических данных, опросники, анкеты, наблюдение и фокус – группы.

Таким образом, категория «вовлеченности» чаще всего упоминается при анализе ситуаций, которые реализуются в социальном контексте, в том числе и при рассмотрении разных аспектов волонтерской деятельности.

С точки зрения изучения добровольчества, под вовлеченностью чаще всего принято понимать количество физической и психологической энергии, которую человек затрачивает на реализацию волонтерской деятельности. Специалисты отмечают, что высоко вовлеченным волонтером, может считаться человек, который: «посвящает значительную энергию объекту своей помощи, уделяет много времени участию в волонтерских проектах, активно участвует в волонтерских организациях и часто взаимодействует с руководителями волонтерских движений» [2, с. 90].

В тоже время, важно заметить, что вовлеченность в добровольческую деятельность может быть связана как с интересом и личностной значимостью этой деятельности, так и с проявлением нормативного просоциального поведения, в рамках которого дополнительно появляется важный для участников аспект получения различных благ и бонусов от тех или иных волонтерских мероприятий, что отсылает нас к размышлениям, М.В. Певной о ценностных противоречиях в сознании волонтеров, детерминированных особенностями их внешней и внутренней мотивации [49].

Отечественные авторы – И.Г. Бабалян и Е.И. Горбачева [2, с. 88], вслед за Уильямом Каном выделяют следующие условия для измерения вовлеченности волонтеров: осмысленность, доступность и чувствительность к проблеме. Иными словами, при исследовании вовлеченности стоит учитывать, что для волонтеров очень важно ощущать, что они обладают ресурсами для реализации своих функций и их действия способны повлиять на важную, по их мнению, ситуацию или проблему. Вслед за этим, авторы выделяют ряд критериев, которые могут составлять основу оценки уровня и качества вовлеченности в волонтерскую

деятельность. К ним относятся: «частота участия в волонтерских практиках, мотивы участия, деятельностная позиция, рефлексивность, избирательность и профессиональная релевантность» [2, с. 90].

Проанализировав различные источники, можно утверждать, что условиями, которые негативно сказываются на уровне вовлеченности волонтеров в рассматриваемую нами деятельность выступают такие факторы, как: недостаточное понимание цели и задач актуальной деятельности, отсутствие упора на осознанность участников со стороны волонтерского руководства, отсутствие возможностей для освоения разных волонтерских позиций и узкий спектр разнообразия волонтерских задач, что противоречит свойственному сообществу волонтеров стремлению к новому опыту и поиску свежих решений. Таким родом, волонтеры, которые не видят результатов от своих действий либо не способных реализовать потребность в раскрытии своего потенциала, ввиду закрытости руководства к инициативам со стороны менее влиятельных волонтеров, с большей вероятностью будут обладать более низким уровнем вовлеченности в добровольческую деятельность по сравнению с их более удовлетворенными коллегами.

На основе статьи Проказиной Н.В. и Алексеенок А.А. можно выдвинуть предположение о существовании вероятности взаимосвязи между уровнем вовлеченности в волонтерскую деятельность и географическим фактором расположения существующих некоммерческих организаций и благотворительных фондов [53]. В этом аспекте, мы подразумеваем, что на низкую вовлеченность в малых регионах может влиять недостаточная информированность населения о существующих в их крае волонтерских и некоммерческих организациях, а также доступных возможностях оказания непосредственной помощи нуждающимся в этом благополучателям, что создает ситуацию, когда люди непроизвольно воздерживаются от участия в волонтерской деятельности при наличии потенциального желания принести пользу обществу.

Иными параметрами, которые с точки зрения отечественных авторов способны повлиять на меру вовлеченности в волонтерство являются уровень самостоятельности при выполнении той или иной задачи [75] и уровень образования волонтеров [76, с. 89] влияние которого, можно дополнительно проанализировать с разных позиций, вроде временного и ценностного аспекта.

В рамках нашего исследования, понятие «вовлеченность» рассматривается, как количество времени и затраченных на реализацию волонтерской деятельности усилий, индикаторами которых выступают субъективная оценка интенсивности волонтеров и частота их участия в данном виде деятельности, ввиду чего особый интерес представляет раскрытие результатов изучения вовлеченности, как регулярности занятия волонтерской деятельностью.

В проведенном Шуваевой Е.И. и Петровой Н.В. исследовании по изучению мотивации и вовлеченности студентов в благотворительную (волонтерскую) деятельность было обнаружено, что: «наибольшую частоту участия в волонтерских мероприятиях показали молодые люди с мотивацией самореализации и развития карьеры/ навыков» [76]. Так, 46, 15 % опрошенных участников с мотивацией развития карьеры/ навыков продемонстрировали регулярную частоту участия в волонтерской деятельности приравниваемую к ежедневному или почти ежедневному участию, а с мотивацией самореализации - еженедельное участие. Соответственно, на частоту вовлеченности в добровольческую сферу оказывал фактор мотивации участников.

Другой актуальной работой по обозначенной тематике выступает исследование по изучению особенностей мотивации участия молодежи в цифровом волонтерстве, под руководством Молчанова С.В., Алмазовой О.В. И Посребышева Н.Н., в результате которого авторы смогли установить значимую связь между «частотой участия в волонтерской деятельности и оценками «волонтерства как ценности» ($r = 0,337$; $p = 0,022$). То есть чем

чаще студенты выступают в роли волонтеров, тем больше оценки по этой шкале». Таким образом, по сути, была обнаружена связь между вовлеченностью в волонтерство и личностной значимостью этой деятельности для её участников, что отсылает нас к сфере ценностей и смыслов [39, с. 130].

Обобщая вышесказанное, можно подчеркнуть, что вовлеченность в волонтерскую деятельность, будучи многокомпонентным феноменом, может быть связана с разными факторами, оказывающими влияние на степень ее выраженности, в связи с чем ее детальное изучение становится более актуальным при учете нехватки достоверной и признанной в научном сообществе информации о механизмах и условиях ее формирования и видоизменений.

Ярко выраженный уровень вовлеченности в волонтерскую деятельность может означать, что волонтер испытывает высокую степень ответственности по отношению к тем функциям, которые он выполняет в процессе своей деятельности, обладает высокой чувствительностью к проблемам целевой группы, с которой он взаимодействует, а также отражает наличие у человека потребности, интереса и желания реализовываться в роли волонтера, что также допускает наличие предположения о связи вовлеченности с ценностно – смысловыми ориентациями добровольцев и их эмоционально – волевой и мотивационной сферами.

1.2.2. Личностные факторы вовлеченности в социальное волонтерство

Попытки понять, почему одни волонтеры по сравнению с другими участниками более активно уделяют свое свободное время на реализацию себя и своих способностей в таком специфическом виде деятельности, как социальное волонтерство, прежде всего отсылают нас к вопросу о том, что именно влияет на расстановку приоритетов в распоряжении волонтерами своим личным временем. В частности, этот вопрос становится еще более

актуальным, учитывая тот факт, что по замечанию некоторых авторов, именно нехватка либо отсутствие свободных часов, выступает одним из наиболее распространенных препятствий, из-за которых волонтеры вынуждены сократить или завершить реализацию своей добровольческой деятельности.

Позволительно предположить, что приоритеты, в распоряжении своими ресурсами и временем могут быть связаны, с такими особенностями, как наличие личной заинтересованности, мотивации, ценности и смысла от осуществляемой волонтерами деятельности либо формирование ситуаций получения потенциальной удовлетворенности и реализации тех или иных личностных потребностей. Попробуем рассмотреть эти компоненты более содержательно.

В психологии «интерес», как и «потребность», выступает понятием посредством которого выражается мотив деятельности или поведения любого человека [6, с. 27]. То есть имеет прямую связь с мотивационной сферой волонтера. Более того, в некоторых случаях, интерес рассматривается, как осознанная потребность. Тем не менее, не каждая потребность детерминирует проявление какой-либо активности. Означает ли это, что интерес не может быть побуждающим к вовлеченности волонтеров фактором? Определенно нет. Помимо того, что данная категория предусматривает наличие связи с потребностной сферой человека, интерес подразумевает некоторую избирательность и определение субъективной значимости объекта либо действия, на которое он направлен. В дополнение, по замечанию Кондакова И.М.: «интерес сопровождается специфической эмоцией захваченности, зачарованности, которая презентует индивиду предметы, с которыми оказываются связаны его предметно-функциональные потребности, и субъективная приятность которой является фактором постоянного воспроизведения соответствующей деятельности» [28]. Таким образом, распространяющийся в социуме интерес волонтеров к социальной сфере способен

спровоцировать большую вовлеченность в данное направление волонтерской деятельности.

Следующим потенциальным фактором, способным оказать влияние на вовлеченность в социальное волонтерство выступает та или иная ценность присущая мировоззрению конкретного человека. В данном аспекте, нам кажется весьма уместным привести некоторые цитаты Д.В. Климашовой, которая под руководством Н.Н. Лепехина, в своем исследовании по изучению ценностей, как предикторов удовлетворенности волонтеров, пришла к достаточно интересным для нашей работы выводам.

Первый из них, говорит о том, что: «ценности: «доброта», «универсализм», «самостоятельность», «безопасность» позволяют удовлетворить потребность «ощущение успеха» при реализации в волонтерстве» [25, с. 52 - 53]. Ранее, при теоретическом анализе значимых для выраженности вовлеченности факторов, мы пришли к заключению, что для волонтеров особенно важно видеть эффективность и результативность их действий, что имеет прямую связь с переживаемым ими ощущением успеха или достижений. Следовательно, можно предположить, что указанные в выводе ценности: доброта, универсализм, самостоятельность и безопасность - продемонстрируют более высокие результаты у тех волонтеров, которые будут относиться к группе участников с выраженной степенью вовлеченности.

Вторым весьма актуальным заключением является вывод, согласно которому: «руководители волонтерских организаций и сообществ имеют более выраженные показатели по ценностям «доброта», «самостоятельность», «достижения», «власть», «самоутверждение», чем рядовые волонтеры» [25, с. 52 - 53]. На основании этого утверждения, мы можем выдвинуть предположение о том, что волонтеры, отличающиеся большей выраженностью вовлеченности в данный вид деятельности, также будут иметь высокие показатели по вышперечисленным переменным, ввиду того, что руководство некоммерческих и благотворительных

организаций с большей степенью вероятности предпочтут выдвигать именно активно вовлеченных волонтеров на руководящие должности и позиции, с учетом их потенциальной заинтересованности и опыта, а соответственно, будут иметь с ними некоторое сходство в тех или иных показателях.

Говоря о значимости волонтерской деятельности с позиции рассмотрения обучающейся молодежи, целесообразно вспомнить исследование Шамионова Р.М., Григорьевой М.В. и Григорьева А.В., по результатам которого, авторы сделали вывод о том, что: «значимость добровольческой социальной активности студентов детерминируется ответственностью ($\beta = 0,156$) и настойчивостью ($\beta = -0,271$). Студенты стремятся не просто к взаимодействию с теми, кто нуждается в помощи, а к помогающим действиям. Это становится возможным в силу осознания трудностей или потребностей других людей, животных или природы в целом, а также своих возможностей в помощи по преодолению трудностей других субъектов» [73, с. 27]. Таким образом, по их мнению, такое личностное качество, как ответственность способствуют более выраженному проявлению активности со стороны волонтеров, что может распространяться и на сферу социального добровольчества.

Важно принять во внимание тот факт, что некоторые ценности у волонтеров из социальной сферы могут быть выражены в большей или меньшей степени, чем у представителей волонтеров из других направлений. Эту идею подтверждают выводы Краснова А.А. и Жикиной Л. Р., которые указали, что: «волонтеры, предпочитающие социальное направление мероприятий, стараются самостоятельно принимать различные решения, следовать традициям и нормам общества и приспосабливаться в своей жизни», в то время как: «волонтеры, предпочитающие событийное направление мероприятий, стремятся управлять другими людьми, чтобы достичь хороших результатов в своей деятельности и способны к чувственному удовольствию.» [32, с. 29]

Подобным образом, мы можем заключить, что люди, обладающие высоким уровнем значимости таких ценностей, как: самостоятельность, достижения, традиция и стимуляция с большей вероятностью продемонстрируют высокий уровень вовлеченности в социальное волонтерство в сравнении с их коллегами из других сфер добровольческой деятельности.

Было бы весьма некорректно упустить из виду, возможные прагматические эффекты от добровольческой деятельности, которые в равной степени могут быть одними из приоритетных для социальных волонтеров причин, по которым они так часто и активно проявляют себя в реализации программ и функций в фондах и других волонтерских структурах. Учитывая, тот факт, что получение каких-либо материальных благ и бонусов противоречило бы самой сути волонтерской деятельности необходимо прояснить, что мы не ведем речь про какие-либо дополнительные методы поощрения участников по типу благодарственных писем или подарков от спонсоров – партнеров некоммерческих организаций. В этом аспекте, мы подразумеваем, что взаимодействие с социально незащищенными слоями населения помимо обычного удовлетворения от благодарности и радости благополучателей способно восполнить скрытые, индивидуальные потребности социального волонтера, вроде нужды в заботе о других, ощущении собственного превосходства или доминирования, а также возможности контроля собственной жизни и окружающей человека среды – через которые волонтер проживает свои собственные проблемы или актуальные вопросы. И в случае, если часть из волонтеров открыто признает наличие у себя ведущих в иерархии волонтеров ценностей вроде [78]: уверенности в себе; стремления к развитию и стремления к самосовершенствованию, то социальные волонтеры, активно проявляющие свою трудоспособность по отношению к пожилым людям, лицам без определенного места жительства либо людям с особыми образовательными потребностями, могут искренне не подозревать, что помимо желания оказать помощь другим, за их мотивацией

и вовлеченностью могут стоять их собственные желания быть нужными и важными. Необходимо конкретизировать, что на текущий момент, выдвинутое нами утверждение трудно подтвердить какими-либо достоверными результатами психологических исследований, но в тоже время, заранее неравная позиция «волонтер» – «благополучатель», характерная для социального направления волонтерской деятельности, создает условия для допустимости существования подобных уточнений.

Подводя итог вышесказанному, можно заключить, что личностные особенности потенциальных волонтеров играют существенную роль в вопросе их вовлеченности и участия в данном виде деятельности. Обладая высокой ответственностью, самостоятельностью, стремлением к равенству и справедливости, а также интересом и пониманием смысла своих действий, волонтер с большей вероятностью продемонстрирует высокую вовлеченность в свои добровольческие функции и будет активно участвовать в социальном направлении волонтерской деятельности.

1.3. Теоретические аспекты изучения понятия «самоизменения»

1.3.1. Понимание понятий «изменений» и «самоизменений» личности в отечественной и зарубежной психологии

При анализе факторов, которые могут повлиять на вовлеченность и ее динамику, нам необходимо понимать, какие процессы могут происходить в личности волонтера, на протяжении его жизни и волонтерской деятельности. Может ли волонтер подвергаться изменениям, способным продемонстрировать связь с уровнем вовлеченности, и что является важным для того, чтобы эти изменения были допустимы в принципе. В тоже время, для того чтобы изучение было достоверным и актуальным, необходимо на самых первых этапах определиться с тем значением, которое мы вкладываем в данный термин.

В зависимости от особенностей контекста, мы можем совершенно по-разному соотносить изменения с теми или иными явлениями, но чаще всего в широком понимании этого слова, мы подразумеваем какую-либо

трансформацию, когда на смену чему-то, существующему приходит нечто новое, порождая поправки или модификацию в условиях или каких-либо характеристиках.

Достаточно часто термин «изменения» отождествляют с понятием – «развитие». Если мы попробуем проанализировать возможные ситуации применения этих слов, то можно сделать предположение о том, что слово «развитие» будет применяться в более позитивном аспекте и скорее всего, будет предполагать положительные перемены в какой-либо сфере. Между тем, слово «изменение» может подразумевать как положительные, так и негативные новшества.

Обращаясь к данному вопросу в рамках психологии, мы можем утверждать, что многие авторы рассматривают изменения, как один из компонентов, которые входят в процесс развития. И здесь уместно процитировать Н. В. Гришину, которая отмечает, что: «не всякое изменение означает развитие. А основная сущностная характеристика изменений – это альтернатива стабильности» [11]. То же самое относится и к таким понятиям как «самоизменения» и «саморазвитие». Соответственно, возникает необходимость разграничения этих двух понятий.

Отечественный психолог М. А. Щукина определяет саморазвитие, как: «качественное, необратимое, направленное изменение личности, осуществляемое под управлением самой личности, единицей которого является управляемый акт перевода “Я” из “Я-настоящего” в “Я-будущее”» [77, с.201]. То есть, саморазвитие предполагает целенаправленный переход в иное более совершенное состояние без возможности возврата к предыдущему положению.

В.Е. Михайлинченко рассуждая об отличиях таких понятий, как «развитие» и «формирование» в психологии личности, замечает, что: «развитие является самоизменением и имеет открытые перспективы» [38, с. 105].

В свою очередь, Н. В. Гришина и М.А. Залеская в своей статье «Опыт самоизменения как компонент жизненного опыта личности» определяют самоизменения, как: «изменение жизненной ситуации, которое основано на сознательном принятии решения об изменениях». Следовательно, авторы считают, что: «саморазвитие является частным случаем самоизменений человека, которые не ограничены только саморазвитием» [17, с. 28].

Переходя к вопросу о допустимости изменений и самоизменений личности, прежде всего, необходимо рассмотреть уже существующие психологические позиции относительно этого разнопланового и сложного конструкта, который до сих пор вызывает разногласия, как относительно своего определения, так и относительно его детальной характеристики. Важно отметить, что вопрос изменчивости личности является весьма дискуссионным. Будучи одним из основных полярных понятий о положении природы человека, изменчивость представляет собой: «положение о том, что личность претерпевает непрерывные изменения на протяжении всей жизни индивида» [18, с. 52]. И соответственно, эта идея является одним из ведущих положений при изучении личности, в таких теориях как: «Теория психологического поля» К. Левина, принципы которой были изложены автором в работах: «Динамическая теория личности» [80] и «Принципы топологической психологии» [81] или ряд гуманистических теорий, вроде феноменологической теории личности К. Роджерса или гуманистической теории личности А. Маслоу. Примером же теорий с несколько иной точкой зрения об устойчивости личности может послужить «Диспозициональная теория» Г.Олпорта, который считал, что и черты, и поведение человека сохраняют определенную стабильность во времени и разнообразии жизненных ситуаций. Из этого следует, что позиции разных исследователей относительно данного вопроса могут совершенно не совпадать ввиду того, что они опираются на разные теории личности.

Как отмечали А. Ю. Чернов и И.С. Буланова в своей публикации «Эмпирические модели трансформации личности», можно выделить как минимум 3 группы теорий личности, которые отличаются своим взглядом на понимание процесса изменений и механизмов их реализации. К ним относятся такие теории, как: теории развития, а также персонологические и контекстуальные теории [70].

Первая группа в отличие от персонологических теорий, как правило подразумевает изменения, в ходе которых личность проходит определенные этапы и приближается к конечной стадии трансформации.

Контекстуальные же теории демонстрируют положение о взаимосвязи и взаимовлиянии изменений личности и ее социального и культурного контекстов. То есть изменения жизненного контекста детерминируют и изменения в опыте и поведении человека.

Необходимо добавить, что авторы указывают на то, что: «детерминирующими факторами изменений личности могут быть как внутренние (мотивационные, генетические), так и внешние (социально-культурные и ситуативные) противоречия, определяющие динамику пластичности и стабильности личности» [70, с. 60]. Таким образом, мы видим, что в основе изменений может находиться какое-либо разногласие, в связи с чем создается необходимость в переменах.

В рамках данной работы, мы придерживаемся идее процессуально-динамического подхода, отражение положений которых можно увидеть в работах Л. И. Анциферовой, А. Г. Асмолова, Н. В. Гришиной и С. Н. Костроминой, согласно которым личность не является неизменным и постоянным конструктом, а имеет врожденную способность к изменениям и стремится к их осознанной или имплицитной реализации под влиянием множества факторов, вроде активного взаимодействия с социальным окружением либо требований постоянно изменяющейся среды, которая бросает новые вызовы и тем самым создает новые задачи для каждого человека.

Таким образом, мы допускаем справедливость идеи, согласно которой, волонтер, будучи активной, открытой к отношениям с социумом системой или личностью, может подвергаться незначительным или более выраженным изменениям и самоизменениям, в связи с которыми, уровень вовлеченности в волонтерскую деятельность может трансформироваться.

1.3.2. Сравнительный анализ понятий, связанных с представлениями о себе: самоотношения, самооценки и самосострадания

На изменения отдельных свойств и особенностей личности, равно как и на всю жизнедеятельность человека большое значение оказывают его персональные представления о себе. В этом аспекте весьма актуальным является прояснение соотношения таких понятий, как самооценка, самосострадание и самоотношение, без которых изучение вовлеченности в волонтерскую деятельность представляется не совсем полным.

Наиболее широким из этих трех терминов понятием выступает понятие «самоотношение», которое рассматривается в зарубежной и отечественной психологии, как одна из сторон самосознания. Приведем некоторые из его трактовок.

В. В. Столин рассматривает самоотношение, как лежащее на поверхности сознания, непосредственно-феноменологическое выражение личностного смысла «Я» для самого субъекта, являющееся результатом и интегратором механизмов личностного самосознания [64].

И.С. Кон утверждает, что самоотношение - это итоговое измерение «Я», выражающее меру принятия или непринятия индивидом самого себя, производное от совокупности отдельных самооценок [26].

С.Р. Пантелеев расшифровывает самоотношение как эмоционально-оценочную подсистему самосознания личности, выражение смысла «Я» для субъекта [48].

И.И. Чеснокова подразумевает под выделенным термином - вид эмоциональных переживаний, в которых отражается отношение личности к себе, центральное звено ее внутреннего психического мира [71].

Как мы видим, все эти понятия схожи с зарубежной я-концепцией и затрагивают эмоциональный и когнитивный компоненты.

При анализе структуры самоотношения, отечественные специалисты чаще всего выделяют такие компоненты, как самоуважение, интерес к себе, самопринятие, самоудовлетворенность и самоутверждение.

В свою очередь, часть из этих компонентов неразрывно связаны с оцениванием себя, как человека. Таким образом, можно сказать, что самооценка с одной стороны выступает в качестве промежуточного этапа на пути к сформированному самоотношению, а с другой стороны отражает степень развития компонентов самоотношения у индивида.

Обращаясь к теоретическим аспектам изучения самооценки, прежде всего следует определиться с ее толкованием. Большой психологический словарь под редакцией Б. Г. Мещерякова и В. П. Зинченко предлагает следующее определение данного понятия: «самооценка - ценность, значимость, которой индивид наделяет себя в целом и отдельные стороны своей личности, деятельности, поведения. Самооценка выступает как относительно устойчивое структурное образование, компонент Я - концепции, самосознания, и как процесс самооценивания. Основу самооценки составляет система личностных смыслов индивида, принятая им система ценностей» [5].

Самооценка оказывает непосредственное влияние на систему отношений и поведение человека, выполняя 2 ключевых функции: защитную и регуляторную. Как отмечает А.В. Карпов, помимо этих 2 функций, можно выделить и функцию развития, осуществляемую самооценкой при условии своеобразного творческого отношения к себе, как личности, под которым автор понимает стремление улучшить или изменить себя [21].

Самооценка как часть самоосознания личности формируется как на основе личностных представлений о себе, так и под влиянием мнения окружающих людей. Ее структура представлена двумя входящими в нее

компонентами – когнитивным и эмоциональным компонентом. Кроме того, можно отметить, что выделяют несколько видов самооценки: адекватный и неадекватный вид.

В качестве альтернативного, но не тождественного самооценке понятия принято рассматривать такой психологический конструкт, как самосострадание. Впервые данная концепция была предложена зарубежным исследователем К. Нефф. На протяжении нескольких лет автор отстаивала необходимость замены понятия «самооценка», аргументировав это тем фактом, что для обретения самооценки человек проводит сравнения себя с другими людьми, в последствии чего у него могут сформироваться такие негативные черты, как: эгоцентризм и чрезмерная сосредоточенность исключительно на своей персоне.

В свою очередь самосострадание скорее относится к милосердию и принятию себя и своих ошибок. Таким образом, автор определяет самосострадание или сочувствие к себе как: «способность по-доброму и не осуждающе относиться к себе ситуации неудач, понимая их общечеловеческую природу и не изолируя себя от них, внимательно исследуя свои чувства, но не идентифицируясь с ними чрезмерно» [72, с. 37].

И.И. Тихомирова, ссылаясь на теорию К. Нефф отмечает, что в структуру самосострадания входят 3 содержательных компонента. К ним относятся: «доброта по отношению к себе как противопоставление самоосуждению; человечность – понимание того, что переживаемые чувства и боль являются частью общечеловеческого опыта в противовес чувству самоизоляции; осознанность – сбалансированное внимание к болезненным чувствам и мыслям в противовес сверхидентификации с ними или их избеганию» [67, с. 83]. Таким образом, мы можем заключить, что сочувствие к себе или самосострадание предполагает принятие своих чувств и переживаний, а также исключает осуждение и порицание собственных

ошибок и слабостей, переводя их в категорию опыта, на основе которого будут приняты иные схемы поведения в будущем.

Формулируя выводы, мы можем утверждать, что самоотношение, самосострадание и самооценка являются взаимосвязанными понятиями, из которых наиболее широким понятием выступает первое, т.е. самоотношение. В свою очередь, самооценка и самосострадание являются одними из содержательных компонентов самоотношения, различаясь в тех структурах, на основе которых они формируются: личных представлениях либо собственном мнении, в сочетании с оценкой окружающих. Объединяющим же фактором, является то, что все эти три понятия оказывают значительное влияние как на поведение человека, так и на его способы реагирования в разных ситуациях, а также на отношение к этим ситуациям и задействованным в них лицам.

В рамках нашего исследования, при анализе отношения волонтеров к себе, как одного из актуальных компонентов по отношению изучения вовлеченности в социальное волонтерство, мы отдаем предпочтение в пользу применения понятия «самосострадание», которое допускает возможность обучения на своих ошибках и предусматривает сравнение волонтером себя нынешнего с собой «прошлым», а не другими, что кажется нам более справедливым при разговоре о волонтере, как социальной роли.

1.3.3. Результаты теоретического обзора

Анализ научной литературы по вопросам проблемы определения личностных факторов, непосредственно влияющих на вовлеченность человека в волонтерскую деятельность, продемонстрировал нехватку актуальной информации по обозначенной тематике, что выявляет необходимость реализации последующих исследований для изучения потенциальной взаимосвязи между динамикой вовлеченности волонтеров в социальное волонтерство и их личностными особенностями.

Будучи по своей сути достаточно открытыми, уверенными, неконфликтными и терпеливыми людьми для которых присуща высокая степень экстраверсии, социальные волонтеры проявляют высокую активность при участии в том или ином проекте. Тем не менее, характер их деятельности не всегда предполагает лишь позитивное эмоциональное взаимодействие с потенциальными благополучателями и способен спровоцировать непредвиденные либо экстремальные условия, при которых волонтерам придется столкнуться с новым опытом и который сможет спровоцировать у них интенсивные, не всегда приятные переживания. В тоже время, социальное волонтерство предоставляет участникам определенную выгоду и создает условия для проявления себя в лично значимой деятельности, которая вносит в жизнь участников дополнительный смысл.

Таким образом, вопрос меры и поддержания вовлеченности в волонтерскую деятельность, является актуальным, как для самих волонтеров, так и для руководства волонтерских организаций, ввиду того, что способен решить целый ряд организационных вопросов и выполняет частичную функцию предотвращения ухода или выгорания социального волонтера. А, следовательно, требует детального изучения его связей с личностными особенностями, среди которых особенно выделяются ценностно – смысловая сфера и потенциал самоизменений личности волонтеров.

ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ЭМПИРИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ

2.1. Организация эмпирического исследования

Эмпирическое исследование предполагало проведение нескольких, последовательных этапов:

I. Поисковый этап.

Данный этап предполагал осуществление теоретического обзора научной литературы, по вопросам, связанным с изучением наличия либо отсутствия и характеристики взаимосвязи между специфическими личностными особенностями социальных волонтеров и продолжительностью, и активностью их вовлеченности в волонтерскую деятельность. По окончании теоретического анализа были определены: направления будущего исследования, его цель, задачи, гипотезы, предмет, объект и методы исследования.

В процессе реализации поискового этапа, при помощи ресурса google forms, было проведено пилотажное исследование среди волонтеров с разным стажем, целью которого было выявление наличия изменений в жизни респондентов, обусловленных волонтерской деятельностью для последующего определения наиболее подходящих для изучения переменных, а также определения содержательной стороны авторской анкеты, нацеленной на уточнение актуального опыта и характера волонтерской деятельности задействованных в исследовании волонтеров. Вся процедура предполагала заполнение респондентами авторской анкеты, состоящей из 13 открытых и закрытых вопросов, которые носили как общий информационный характер (*пол, город, электронная почта*), так и информацию, напрямую связанную с волонтерством (*пример: «В какой сфере Вы осуществляете свою основную волонтерскую деятельность в настоящий момент?»*). Всего в опросе приняло участие 56 случайных волонтеров без ограничений по возрасту и полу. Впоследствии, на основе

проанализированных результатов был отобран соответствующий методический инструментарий, а также были внесены необходимые корректировки в формулировки вопросов авторской анкеты.

II. Эмпирическое исследование.

Эмпирическое исследование проводилось в период с 2021 по 2022 год в России и Латвии. Весной 2021 года было проведено пилотажное исследование, целью которого было определение будущих переменных для изучения и уточнения наиболее подходящих для исследования методик. Основная часть сбора информации, включая дистанционное прохождение участниками исследования подобранных методик, проходила в феврале 2022 года.

2.2. Описание выборочной совокупности

В проведенном пилотажном исследовании было задействовано 56 случайно отобранных волонтеров из Санкт-Петербурга, Москвы и Риги без каких-либо возрастных или социальных ограничений для определения наличия по мнению участников, детерминированных волонтерским опытом, личностных изменений.

В основном исследовании приняли участие 175 человек, из которых 46 человек относились к контрольной группе людей без опыта/ с однократным опытом волонтерской деятельности, а 129 человек напротив, к группе задействованных в волонтерской деятельности участников.

Минимальный возрастной порог для участия в исследовании приравнивался к 18 годам. Максимальный возрастной порог для участия в исследовании ограничивался возрастом 30 лет, что было связано с выявленной тенденцией к снижению активности в волонтерской деятельности среди более взрослых волонтеров, что может быть детерминировано характерными особенностями для данного возраста, вроде создания семьи или сосредоточения на построении карьеры.

Территориальные ограничения актуальной выборки ограничивались участием людей из 2 государств: России и Латвии. Следует отметить, что

среди Российских респондентов встречались участники как из западных, так и из восточных регионов страны.

Обращаясь к вопросу о сфере занятости выбранных участников, можно отметить, что в выборке присутствовали, как обучающиеся, так и работающие респонденты. Последнюю группу можно было дополнительно разделить на более мелкие подгруппы в зависимости от характера их профессиональной деятельности: «преимущественно сфера работы с людьми», «сфера умственного труда» или «сфера физического труда», что было целенаправленно не задано для большего профессионального разнообразия среди участников, т.к. в уже существующих исследованиях, как правило, в состав входят лишь представители помогающих специальностей. Доминирующей по количеству людей подгруппой выступила первая группа: «преимущественно сфера работы с людьми».

Помимо вышесказанного следует привести дополнительное описание разнообразия выборки волонтеров. Вся совокупность этих участников принадлежала к сфере социального волонтерства, которая предполагает краткосрочное или долгосрочное взаимодействие с социально незащищёнными слоями населения или взаимодействие и помощь разным животным. Разнообразие участников в зависимости от их волонтерского стажа можно было представить в виде следующего соотношения по группам: 0 – 1 год – 41 человек; 1– 3 года – 45 человек; больше 3 лет – 43 человека (Рис. 1).



Рис. 1. Стаж деятельности волонтеров

Предварительная проверка результатов по показателям методики не продемонстрировала значимых различий среди участников, в зависимости от стажа их участия в волонтерской деятельности.

По характеру основной деятельности участники продемонстрировали следующее разделение по группам: учеба – 83 человека; работа – 20 человек; другое - 29 человек (Рис. 2).

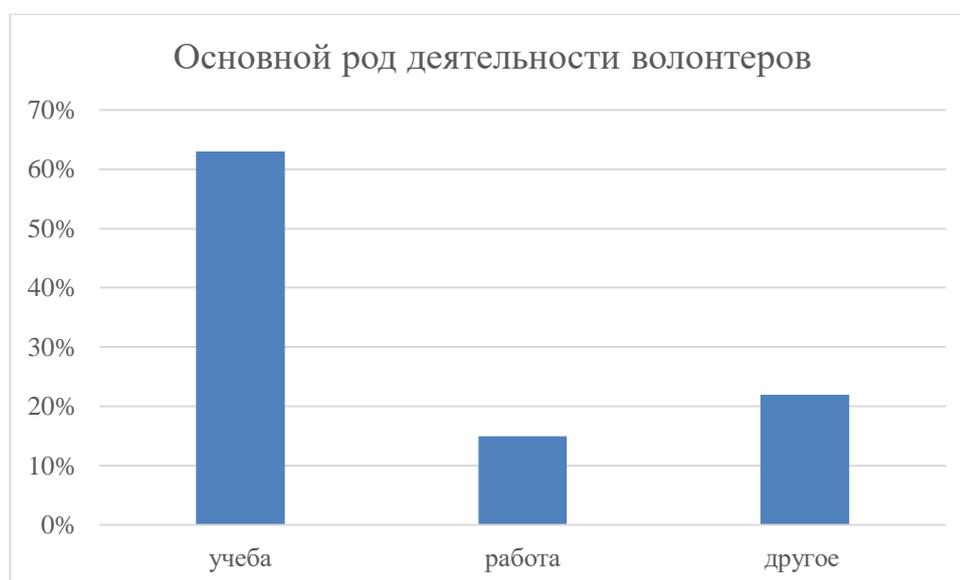


Рис. 2. Основной род деятельности волонтеров

В зависимости от частоты участия в волонтерстве, всех участников можно было разделить на следующие группы:

- группа волонтеров с частотой участия «постоянно» (*еженедельно*) – 37 человек;

- группа волонтеров с частотой участия «часто» (ежемесячно) – 76 человек;
- группа волонтеров с частотой участия «редко» (раз в 3-6 месяцев) – 17 человек (Рис. 3).

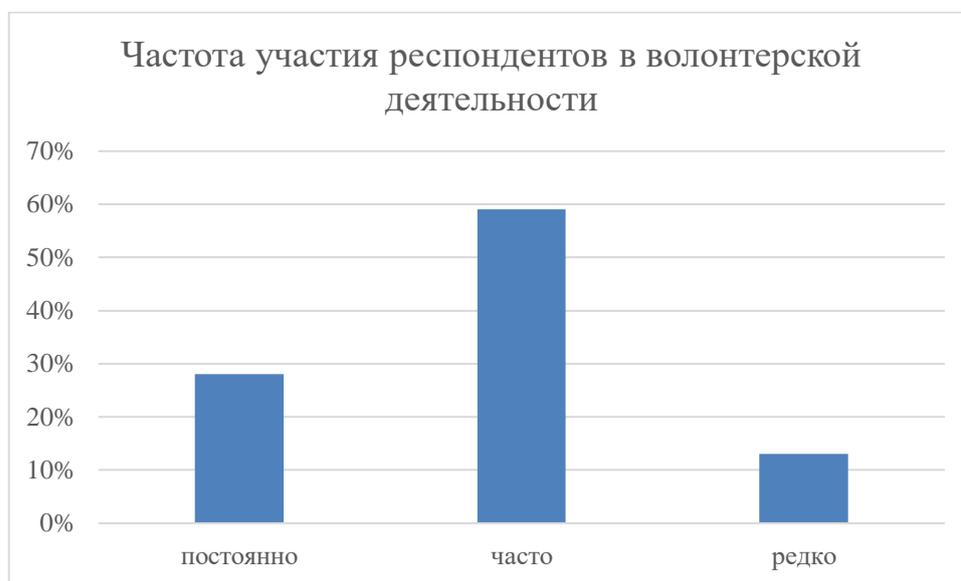


Рис. 3. Частота участия респондентов в волонтерской деятельности

Следует добавить, что в первой группе респондентов с частотой участия в волонтерства «постоянно», средняя субъективная вовлеченность оценивалась участниками в 5,5 баллов по семибальной шкале, во второй группе с частотой участия «часто» в 4,8 баллов, а в третьей с частотой участия «редко» в 3,4 балла (Рис. 4).

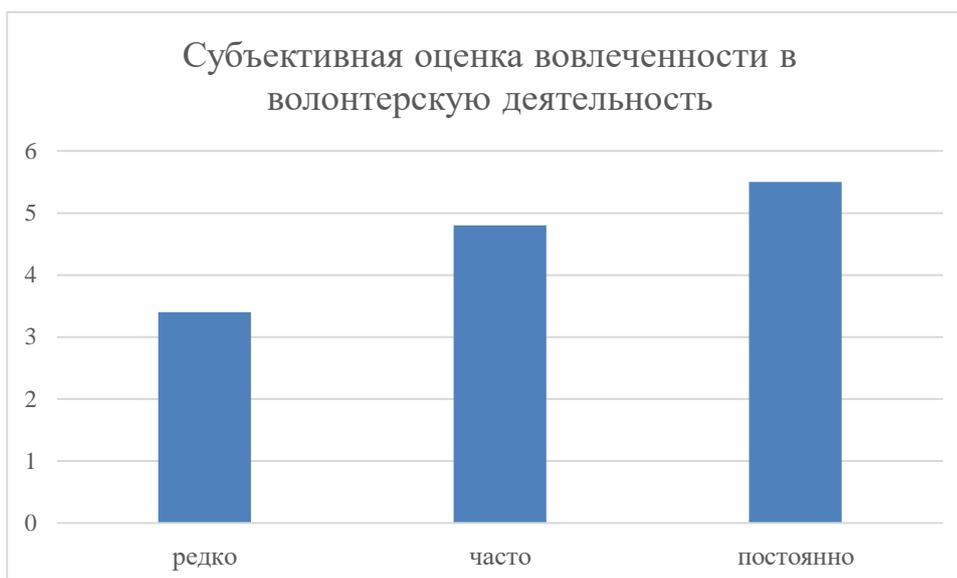


Рис. 4. Субъективная оценка вовлеченности в волонтерскую деятельность

Как и в основной, так и в контрольной группах преобладали участники женского пола:

- основная группа: 82 % - женщины, 18 % - мужчины;
- контрольная группа: 67 % - женщины, 33 % - мужчины.

Средний возраст участников основной группы составил 23 года, контрольной – 21 год.

Таблица 1. Распределение участников по полу и возрасту

Группа	Средний возраст	Пол
Контрольная	21 год	67 % - жен., 33 % - мужч.
Основная	23 год	82 % - жен., 18 % - мужч.

2.3. Процедура исследования

И пилотажное и основное исследование проводилось дистанционно, с использованием онлайн-платформы – google forms. Каждому участнику основного исследования предлагалось заполнить авторскую анкету и предложенные методики: опросник рефлексивности Карпова, опросник диагностики потенциала самоизменений личности, опросник “сочувствие к себе” К. Нефф и ценностный опросник Шварца - удаленно через интернет в удобное для них время, в обозначенные сроки. Время заполнения формы варьировалось примерно в интервале от 15 минут до 30 минут.

2.4. Характеристика методик эмпирического исследования

2.4.1. Анкета

Учитывая поставленные в работе задачи и результаты пилотажного исследования, была разработаны специальные анкеты, направленные на изучение общей информации об участниках исследования (пол, город, вид основной деятельности и контактная информация), а также на уточнение наличия и характеристики индивидуального волонтерского опыта. (Приложение А, Б).

Основная часть анкет для волонтеров и лиц, никогда не вовлекавшихся в волонтерскую деятельность, имела схожее содержание и предполагала один выбор среди предложенных вариантов ответов на закрытые вопросы о личных данных, таких как: возраст, пол, род деятельности и наличие дополнительной сферы самореализации с ее уточнением.

Анкета для группы лиц без опыта волонтерской деятельности состояла из 5 открытых и 8 закрытых вопросов, а также предусматривала возможность уточнения взаимодействия с волонтерской деятельностью в прошлом. (Приложение Д).

Анкета для категории волонтеров состояла из 4 открытых и 10 закрытых вопросов и предусматривала уточнение информации о продолжительности, характере и содержании индивидуальной волонтерской деятельности (стаж, целевая группа, индивидуальная вовлеченность, функции, наличие волонтерской книжки и т.д.) (Приложение Е).

2.4.2. Опросник рефлексивности Карпова

В процессе пилотажного исследования, все участники указали разные качества и характеристики, которые, по их мнению, подверглись изменениям в ту или иную сторону в процессе занятости волонтерской деятельностью. Среди наиболее распространенных ответов, оказалась и такая категория, как рефлексивность.

Таким образом, для того, чтобы проверить гипотезу о наличии изменений в степени выраженности рефлексивности у разных групп, задействованных в исследовании, респондентов, нами была подобрана методика – Опросник рефлексивности Карпова (Приложение А), которая представляет собой опросник из 27 утверждений, отношение к которым оценивается в рамках семибалльной шкалы Ликерта [21].

В результате перевода и подсчета сырых баллов в стены, выявляется единое значение, характеризующее степень развития рефлексивности каждого участника. Соответственно, данная методика создает условия для проверки наличия связи между изменениями в уровне рефлексивности и опытом волонтерской деятельности в социальной сфере, которая, в том числе, предполагает наличие у волонтеров как самоанализа и самовосприятия, так и стремления к пониманию других людей, что имеет отношение к интрапсихической и интерпсихической рефлексии.

2.4.3. Опросник диагностики потенциала самоизменений личности

Ввиду того, что наша основная гипотеза предполагает, что личность волонтеров способна подвергаться изменениям под влиянием опыта волонтерской деятельности, нам было необходимо определить, насколько участники исследования предрасположены к изменениям и самоизменениям в процессе своей регулярной жизнедеятельности. С этой целью, мы обратились к методике “Опросник диагностики потенциала самоизменений личности” разработанный рядом авторов в лице Манукян В.Р., Муртазиной И.Р. и Гришиной Н.В. (Приложение Б)

В описании к методике, авторы указывают, что потенциал самоизменений понимается как:” совокупность возможностей реализации изменений, относящихся к различным уровням психической организации человека, которые могут им осознанно актуализироваться и инициироваться”. [35]

По своей структуре, опросник состоит из 24 утверждений, которые касаются различных аспектов жизни в соответствии с 3 выделенными уровнями потенциала самоизменений: темпераментально-характерологическим, личностным и индивидуально-психологическим. В процессе заполнения методики, участники оценивают свое согласие с предложенными положениями в форме от полного принятия (совершенно согласен) до абсолютного возражения (совершенно не согласен). По

завершению подсчета полученных баллов, вычисляется итоговый показатель методики посредством сложения результатов 4 её шкал: шкалы “потребность в самоизменениях”, шкалы “способность к осознанным самоизменениям”, шкалы “вера в возможность самоизменений” и шкалы “возможности самоизменений (ригидность - пластичность)”.

Таким родом, данная методика создает условия для понимания возможностей задействованных респондентов к их личностным изменениям.

Таблица 2. Шкалы опросника “Опросник диагностики потенциала самоизменений личности”

Шкала	Характеристика
1) Потребность в самоизменениях	Выражает позицию: хочу меняться.
2) Способность к самоизменениям	Выражает позицию: надо меняться.
3) Вера в возможность самоизменений	Выражает позицию: верю в возможность изменений.
4) Возможность самоизменений (ригидность - пластичность)	Выражает позицию: могу меняться.

2.4.4. Опросник “Сочувствие к себе” К. Нефф

В качестве альтернативы категории “самооценка”, в нашем исследовании мы обратили внимание на такой психологический конструкт, как “Сочувствие к себе”, предложенный американским исследователем К. Нефф (Приложение В).

В своей концепции, автор подразумевает под сочувствием к себе:” способность по-доброму и не осуждающе относиться к себе в ситуации неудач, понимая их общечеловеческую природу и не изолируя себя от них, внимательно исследуя свои чувства, но не идентифицируясь с ними чрезмерно” [72].

Обозначенная методика представляет собой опросник, состоящий из 26 утверждений, каждое из которых оценивается по шкале от 1 до 5 баллов,

приравниваемых к определенной частоте поведения - от “почти никогда” до “почти всегда”. Впоследствии, высчитываются набранные баллы по каждой из 6 субшкал опросника – “Доброта к себе”, “Общность с человечеством”, “Внимательность”, “Самоизоляция”, “Самокритика” (“Самоосуждение”), “Чрезмерная идентификация”. Первые три субшкалы относят к бережности к себе, а последние три к самокритичности. Общий балл сочувствия к себе определяется посредством разности шкал бережности к себе и самокритичности, что позволяет определить самоотношение респондентов, без их чрезмерного сравнения себя с другими людьми.

Таблица 3. Субшкалы опросника “Сочувствие к себе”

Субшкала	Характеристика
1) Доброта к себе	«Я стараюсь относиться к себе с любовью, когда испытываю. Душевную боль».
2) Общность с человечеством	«Когда дела идут плохо, я рассматриваю трудности как часть жизни, через которую проходят все».
3) Внимательность	«Когда меня что-то огорчает, я стараюсь уравновешивать свои эмоции».
4) Самоизоляция	«Когда я думаю о своих проблемах, я чувствую себя отделенным, отрезанным от остального мира».
5) Самокритика	«Я не одобряю и осуждаю свои недостатки и промахи».
6) Чрезмерная идентификация	«Когда меня что-то огорчает, чувства захлестывают меня».

2.4.5. Методика Шварца

Одной из частных гипотез исследования являлось предположение о том, что опыт волонтерской деятельности способен спровоцировать изменения в ценностных установках начинающих волонтеров. В связи с этим, для изучения наличия динамики в системе ценностей респондентов, использовалась методика Шварца по изучению ценностных ориентаций [20] (Приложение Г).

Шалом Шварц, определял понятие “ценности”, как: “” познанные” потребности, непосредственно зависящие от культуры, среды, менталитета конкретного общества” [19]. По мнению автора, все ценности можно разделить на социальные и индивидуальные, что, будучи теоретической базой, находит отражение и в методике.

Ценностный опросник разделен на 2 части, первая из которых ориентирована на изучение ценностей и установок, оказывающих влияние на личность, а вторая позволяет составить профиль личности.

При заполнении первой части методики участникам предлагается оценить для себя степень важности предложенных в виде существительных и прилагательных ценностей (57 шт.) по шкале от -1 (противоположные личным ценности) до 7 (ценность высшей значимости) баллов. При заполнении второй части опросника, участники должны соотнести описание некоторых людей (40 шт.) с самими собой и оценить степень схожести по шкале от -1 (совсем не похож) до 4 (очень похож) баллов.

Таким образом, в данной методике изучается 2 уровня ценностей – уровень нормативных идеалов и уровень индивидуальных идеалов, которые высчитываются путем сложения баллов по каждой из 10 шкал опросника: 1) конформность, 2) традиции, 3) доброта, 4) универсализм, 5) самостоятельность, 6) стимуляция, 7) гедонизм, 8) достижения, 9) власть и 10) безопасность.

2.4.6. Методы обработки данных

Контент анализ ответов на анкету из пилотажного исследования

Полученные в ходе пилотажного исследования ответы были подвергнуты контент – анализу, в результате которого, все субъективно зафиксированные изменения были разделены на 5 условных групп: «изменения в социальных и коммуникативных навыках», «изменения в представлениях о себе», «изменения в представлениях о мире и других людях», «изменения образа жизни и привычек», «другое».

Математико-статистические методы обработки данных

Для предварительного анализа эмпирических данных в работе использовались описательные статистики (среднее, дисперсия, минимум и максимум).

Для анализа полученных результатов, после проверки выборок на нормальность распределения, в качестве методов анализа были выбраны:

- сравнение основной и контрольной выборки по критерию Колмогорова-Смирнова, U-Манна-Уитни;
- многофакторный дисперсионный анализ;
- факторный анализ;
- дискриминантный анализ
- сравнение выборок волонтеров по критерию Краскала - Уоллиса

Обработка данных проводилась при помощи прикладных программ MS Excel, SPSS Statistics 26.

ГЛАВА 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ЭМПИРИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

3.1. Результаты сравнительного анализа контрольной и основной групп

Для проверки гипотезы о наличии, характерных для социальных волонтеров специфических ценностей и общего определения наличия различий в показателях переменных между участниками контрольной и основной группы, после проверки данных на нормальность распределения с помощью одновыборочного критерия Колмогорова-Смирнова, нами был проведен сравнительный анализ 2 укрупненных групп: «группы волонтеров» и «группы людей без / с однократным опытом волонтерской деятельности» при помощи критерия U-Манна-Уитни.

По результатам анализа были зафиксированы статистически достоверные различия в данных по таким методикам, как: Опросник рефлексивности Карпова, опросник «Потенциал самоизменений», ценностный опросник Шварца. Результаты методики: Опросник «Сочувствие к себе» К.Нефф не продемонстрировали каких - либо статистически значимых результатов и различий, в связи с чем показатели этой методики не применялись при последующих подсчетах между группами.

Таблица 4. Средние значения по различающимся между основной и контрольной группой переменным методик Опросник рефлексивности Карпова, опросник «Потенциал самоизменений»

Показатель	Группа	Среднее значение	P-уровень значимости различий
Рефлексивность	Волонтеры	4,6	,037*
	Контрольная группа	5,2	

Продолжение Таблицы 4.

Потребность в самоизменениях	Волонтеры	24,7	,003*
	Контрольная группа	22,8	
Способность к осознанным самоизменениям	Волонтеры	24,8	,002*
	Контрольная группа	22,7	
Вера в возможность самоизменений	Волонтеры	20,6	,904
	Контрольная группа	20,6	
Возможность самоизменений	Волонтеры	18,3	,498
	Контрольная группа	18,8	
Общий показатель потенциала самоизменений	Волонтеры	52	,011*
	Контрольная группа	47,3	

* Различия статистически значимы на уровне 0,05

Как видно из Таблицы 4, достоверные различия между волонтерами и респондентами без /с однократным опытом волонтерской деятельности были обнаружены в показателях таких переменных, как: *рефлексивность, потребность в самоизменениях, способность к осознанным самоизменениям, общий показатель потенциала самоизменений*. У волонтеров средние показатели методики - Опросник «Потенциал самоизменений» достоверно выше ($p < 0,05$), чем у участников контрольной группы, а среднее значение рефлексивности, напротив, выше у респондентов без /с однократным опытом волонтерской деятельности ($p = ,037$).

Группа волонтеров, по сравнению с контрольной группой демонстрирует большую потребность в самоизменениях (24,7), способности

целенаправленно осуществлять эти самоизменения (24,8) и превышают средние показатели контрольной группы в общем показателе потенциала самоизменений (52).

Таблица 5. Средние значения в оценках значимости социальных ценностей по методике - Опросник Шварца в основной и контрольной группах

Показатель	Группа	Среднее значение	P-уровень значимости различий
Конформность	Волонтеры	18,8	,017*
	Контрольная группа	17	
Традиции	Волонтеры	19,7	,002*
	Контрольная группа	15	
Доброта	Волонтеры	26,2	,018*
	Контрольная группа	24,5	
Универсализм	Волонтеры	36,0	,355
	Контрольная группа	35,2	
Самостоятельность	Волонтеры	25,7	,006*
	Контрольная группа	24	
Стимуляция	Волонтеры	13,4	,007*
	Контрольная группа	11,4	
Гедонизм	Волонтеры	14	,951
	Контрольная группа	14,4	
Достижения	Волонтеры	20	,009*
	Контрольная группа	18,4	

Продолжение Таблицы 5.

Власть	Волонтеры	15,9	,008*
	Контрольная группа	12,6	
Безопасность	Волонтеры	24,8	,037*
	Контрольная группа	22,4	

* Различия статистически значимы на уровне 0,05

Данные Таблицы 5 отображают статистически достоверные различия между группой волонтеров и группой респондентов без/с однократным опытом волонтерской деятельности в таких социальных ценностях, как: *конформность, традиции, доброта, самостоятельность, стимуляция, достижения, власть, безопасность*. Все перечисленные выше ценности у добровольцев выражены сильнее ($p < 0,05$).

По сравнению с участниками контрольной группы, волонтеры, как единый социальный институт, больше стремятся реализовать и сообщать достичь в своей деятельности определенных успехов, соблюдая баланс между следованием традициям, которые объединяют волонтерское сообщество, и стремлением к новизне, характерным для психологии волонтеров из разных направлений.

Таблица 6. Средние значения в оценках значимости индивидуальных ценностей по методике - Опросник Шварца в основной и контрольной группах.

Показатель	Группа	Среднее	Уровень значимости
Конформность	Волонтеры	8,1	,048*
	Контрольная группа.	6,7	
Традиции	Волонтеры	5,9	,011*
	Контрольная группа	3,8	

Продолжение Таблицы 6.

Доброта	Волонтеры	11,6	,001*
	Контрольная группа	9,3	
Универсализм	Волонтеры	17,4	,000*
	Контрольная группа	13,8	
Самостоятельность	Волонтеры	11,7	,031*
	Контрольная группа	10,4	
Стимуляция	Волонтеры	7,6	,014*
	Контрольная группа	6,1	
Гедонизм	Волонтеры	7,9	,781
	Контрольная группа	8,1	
Достижения	Волонтеры	10	,037*
	Контрольная группа	8,7	
Власть	Волонтеры	5,2	,013*
	Контрольная группа	3,7	
Безопасность	Волонтеры	12,5	,000*
	Контрольная группа	4,7	

* Различия статистически значимы на уровне 0,05

Данные Таблицы 6 демонстрируют статистически достоверные различия между группой волонтеров и группой респондентов без/с однократным опытом волонтерской деятельности в таких индивидуальных ценностях, как: *конформность, традиции, доброта, универсализм, самостоятельность, стимуляция, достижения, власть, безопасность*. Все выделенные ценности у волонтеров выражены сильнее, чем у участников контрольной группы ($p < 0,05$). Таким образом, для добровольцев играют

важную роль индивидуальные ценности, связанные с личным и общественным благополучием, которые гармонично сочетаются со стремлением к более высокому положению и проявлению себя в своем ближайшем социальном окружении.

3.2. Результаты факторного анализа

Для определения факторов, способных повлиять на вовлеченность в волонтерскую деятельность, нами был проведен факторный анализ по различающимся между основной и контрольной группой переменным, по результатам которого было выделено 6 факторов, сгруппированных аналогично переменным, выделяемым в задействованных нами методиках.

Таблица 7. Факторы, оказывающие влияние на вовлеченность в волонтерскую деятельность

	Компонент					
	1	2	3	4	5	6
Безопасность	,897					
Самостоятельность	,896					
Доброта	,875					
Достижения	,872					
Конформность	,872			,326		
Стимуляция	,814					
Традиции	,787			,453		
Власть	,758				,458	
Доброта (индивид.ц.)		,813				
Универсализм (индивид.ц.)		,808				
Самостоятельность (индивид.ц.)		,756			,326	
Стимуляция (индивид.ц.)		,624	,336		,315	-,319
Общий потенциал самоизменений			,911			
Потребность в самоизменениях			,871			
Способность к осозанным самоизменениям			,838			

Продолжение Таблицы 7.

Традиции (индивид.ц.)			,	,872		
Конформность(индивид.ц.)				,808		
Безопасность (индивид.ц.)		,391		,540	,336	
Власть (индивид.ц.)					,895	
Достижения (индивид.ц.)		,304			,824	
Рефлексивность						,925

Проанализировав полученные в Таблице 7 данные, мы видим, что первый фактор, включает в себя такие критерии как социальные ценности, а именно: *безопасность, самостоятельность, доброта, достижения, конформность, стимуляция, традиции, власть*. Данные ценности практически не противоречат друг другу, и, не смотря на невозможность выделения их отношения к одному конкретному мотивационному блоку, могут быть приближены к группе ценностей, выражающих интересы индивида в соответствии с классификацией Шварца и Билски.

Второй фактор преимущественно объединяет индивидуальные ценности: *доброта, универсализм, самостоятельность, стимуляция, безопасность, достижения*. Эти ценности, как и ценности первого фактора, скорее выражают личные интересы индивида (*по Шварцу и Билски - мотивационные блоки: забота о людях и природе, открытость к изменениям, самоутверждение*), а ни ценности, выражающие интересы группы.

Третий фактор содержит в себе переменные, связанные с изменениями и новизной: *стимуляция (как индивидуальная ценность), общий потенциал самоизменений, потребность в самоизменениях, способность к осозанным самоизменениям*. То есть можно сказать, что данный фактор имеет мотивационную ориентацию на открытость изменениям (*по Шварцу и Билски - мотивационный блок: открытость к изменениям*).

Четвертый фактор включает в себя социальные и индивидуальные ценности, направленные на сохранение: *конформность, традиции, традиции (как индивидуальная ценность), конформность (как индивидуальная ценность), безопасность (как индивидуальная ценность)* (по Шварцу и Билски - мотивационный блок: *сохранение*). В данном аспекте, ставится акцент на избегании нестабильности или разрушительных наклонностей.

Пятый фактор объединяет *социальную ценность власти* и направленные на самоутверждение и самореализацию индивидуальные ценности: *самостоятельность, стимуляция, безопасность, власть, достижения* (по Шварцу и Билски - мотивационные блоки: *открытость к изменениям, самоутверждение, сохранение*). Соответственно, идет упор на справедливое и комфортное существование всего общества, путем соответствующего контроля человеческих отношений и ресурсов.

Шестой фактор содержит в себе переменные, связанные с устремленностью к волнению, новизне и осознанности, а именно критерии: *стимуляция (как индивидуальная ценность) и рефлексивность* (по Шварцу и Билски - мотивационный блок: *открытость к изменениям*).

Таким образом, на основе изучения отдельных ценностных ориентаций и отношения человека к самоизменениям, можно сделать вывод о том, будет ли определенный участник относиться к группе волонтеров или к контрольной группе.

3.3. Результаты дискриминантного анализа

Для определения вклада в меру вовлеченности, выделенных ранее, параметров и проверки их связи с возможностью соотнесения случайных участников к числу волонтерского сообщества, нами был проведен дискриминантный анализ по различающимся между основной и контрольной группой переменным, в результате которого (Таблица 8) наибольшее влияние на вовлеченность участников в волонтерскую

деятельность оказывают такие переменные, как социальные ценности: *власть, традиции и безопасность*. Наименьшее влияние зафиксировано по показателям: *самостоятельность (как социальная ценность)* и *способность к осозанным самоизменениям*.

Можно отметить, что *традиции* и *безопасность* относятся к группе ценностей сохранения, а соответственно значимость *власти*, здесь может объясняться ее инструментальным характером для поддержания стабильности общества.

Таблица 8. Коэффициенты стандартизованной канонической дискриминантной функции

Власть	,758
Традиции	,715
Безопасность	-,504
Универсализм (<i>индивидуальная ценность</i>)	,504
Безопасность (<i>индивидуальная ценность</i>)	,490
Доброта (<i>индивидуальная ценность</i>)	,382
Конформность (<i>индивидуальная ценность</i>)	-,335
Потребность в самоизменениях	,315
Рефлексивность	-,292
Достижения (<i>индивидуальная ценность</i>)	-,242
Стимуляция	-,213
Традиции (<i>индивидуальная ценность</i>)	-,212
Достижения	-,192
Самостоятельность (<i>индивидуальная ценность</i>)	-,173
Конформность	-,172
Власть (<i>индивидуальная ценность</i>)	,169
Общий потенциал самоизменений	,087
Доброта	-,067
Стимуляция (<i>индивидуальная ценность</i>)	-,043

Продолжение Таблицы 8.

Самостоятельность	-,011
Способность к осозанным самоизменениям	,004

3.4. Результаты сравнительного анализа различий в переменных среди волонтеров с разной частотой участия в волонтерской деятельности

Для того, чтобы понять, есть ли отличия в показателях, оказывающих влияние на вовлеченность в волонтерскую деятельность среди респондентов с разной частотой участия в волонтерской деятельности, мы провели сравнительный анализ с применением критерия Краскала – Уоллиса среди 3 групп волонтеров из основной выборки, к которым относились: группа с частотой участия «постоянно», группа с частотой участия «часто» и группа с частотой участия «редко».

Таблица 9. Средние ранги показателей методик Опросник рефлексивности Карпова, опросник «Потенциал самоизменений» между 3 группами волонтеров, разделенных по частоте участия в волонтерской деятельности

Показатель	Группа	Средний ранг	Значимость
Рефлексивность	редко	60,5	,381
	часто	68,8	
	постоянно	59,3	
Потребность в самоизменениях	редко	66,6	,548
	часто	67,4	
	постоянно	59,3	
Способность к осозанным самоизменениям	редко	73,8	,096
	часто	68,8	
	постоянно	54,1	
Вера в возможность самоизменений	редко	65,4	,547
	часто	67,6	
	постоянно	59,4	

Продолжение Таблицы 9.

Возможности самоизменений	редко	60,8	,678
	часто	63,8	
	постоянно	69,3	
Общий показатель потенциала самоизменений	редко	69,5	,093
	часто	69,5	
	постоянно	53,7	

Как видно из Таблицы 9, показатели методик Опросник рефлексивности Карпова, опросник «Потенциал самоизменений» не демонстрируют статистически значимых различий между волонтерами, разделенными на 3 группы, в зависимости от частоты их участия в волонтерской деятельности. Та же тенденция в значимости показателей распространяется и на выводы по опроснику «Сочувствие к себе», что отражено в Таблице 10.

Таблица 10. Средние ранги показателей методики, опросник «Сочувствие к себе» между 3 группами волонтеров, разделенных по частоте участия в волонтерской деятельности

Показатель	Группа	Средний ранг	Значимость
Доброта к себе	редко	66,0	,709
	часто	62,8	
	постоянно	68,9	
Самокритика	редко	59,0	,245
	часто	69,6	
	постоянно	68,9	
Общность с человечеством	редко	59,5	,601
	часто	63,9	
	постоянно	69,7	

Продолжение Таблицы 10.

Самоизоляция	редко	66,6	,430
	часто	67,8	
	постоянно	58,4	
Внимательность	редко	62,1	,704
	часто	67,3	
	постоянно	61,6	
Чрезмерная идентификация	редко	74,6	,427
	часто	65,0	
	постоянно	60,4	
Самосострадание	редко	68,5	,765
	часто	65,9	
	постоянно	61,4	

Далее, мы провели сравнение между тремя группами социальных волонтеров в отношении полученных показателей по различающимся между контрольной группой и волонтерами ценностям (Таблица 10).

Таблица 11. Средние ранги в оценках значимости социальных ценностей по методике - Опросник Шварца между 3 группами волонтеров, разделенных по частоте участия в волонтерской деятельности

Конформность	Редко	57,9	,676
	часто	65,3	
	постоянно	67,5	
Традиции	редко	60,2	,814
	часто	66,4	
	постоянно	64,1	
Доброта	редко	57,9	,552
	часто	64,3	
	постоянно	69,5	
Универсализм	редко	55,2	,485
	часто	65,6	
	постоянно	68,2	

Продолжение Таблицы 11.

Самостоятельность	редко	49,1	,101
	часто	64,8	
	постоянно	72,5	
Стимуляция	редко	52,0	,223
	часто	65,0	
	постоянно	70,9	
Гедонизм	редко	54,0	,413
	часто	67,2	
	постоянно	65,4	
Достижения	редко	43,7	,037*
	часто	67,1	
	постоянно	70,4	
Власть	редко	43,8	,030*
	часто	66,1	
	постоянно	72,4	
Безопасность	редко	52,0	,297
	часто	66,2	
	постоянно	68,3	

* Различия статистически значимы на уровне 0,05

По результатам сравнения (Таблица 11), можно утверждать, что среди опрошенных волонтеров практически не выделяются статистически значимых различий в показателях социально значимых ценностей ($p > 0,05$). Исключение составляют лишь такие ценности, как: *достижения* ($p = ,037$) и *власть* ($p = ,030$). Самые большой ранг по данным ценностям отмечается в группе волонтеров с частотой участия «постоянно» (*достижения* = 70,4, *власть* = 72,4), самый низкий - в группе с частотой участия «редко» (*достижения* = 43,7, *власть* = 43,8).

Таблица 12. Средние ранги в оценках значимости индивидуальных ценностей по методике - Опросник Шварца между 3 группами волонтеров, разделенных по частоте участия в волонтерской деятельности

Показатель	Группа	Средний ранг	Значимость
------------	--------	--------------	------------

Продолжение Таблицы 12.

Конформность	Редко	86,1	,036*
	часто	63,2	
	постоянно	58,7	
Традиции	редко	76,9	,201
	часто	65,8	
	постоянно	57,7	
Доброта	редко	80,0	,197
	часто	63,2	
	постоянно	61,6	
Универсализм	редко	71,5	,544
	часто	65,9	
	постоянно	60,0	
Самостоятельность	редко	62,3	,752
	часто	63,7	
	постоянно	68,8	
Стимуляция	редко	66,9	,967
	часто	64,4	
	постоянно	65,2	
Гедонизм	редко	61,5	,917
	часто	65,5	
	постоянно	65,4	
Достижения	редко	47,0	,090
	часто	66,4	
	постоянно	70,3	
Власть	редко	54,4	,431
	часто	66,5	
	постоянно	66,9	
Безопасность	редко	66,5	,910
	часто	63,7	
	постоянно	66,7	

* Различия статистически значимы на уровне 0,05

Как видно из Таблицы 12, три сравниваемых по частоте участия группы волонтеров отличаются между собой лишь в показателях 1 индивидуальной ценности – конформности ($p = ,036$). Средний ранг по данному показателю в группе волонтеров с частотой участия «постоянно» приравнивается к 58,7, в группе волонтеров с частотой участия «часто» к 63,2, а в группе с частотой участия «редко» к 86,1. Таким образом, сдерживание поступков и импульсов, которые могут навредить другим и не соответствуют социальным ожиданиям наиболее сильно проявляется в группе волонтеров, которые отличаются меньшей вовлеченностью в волонтерскую деятельность.

Соответственно, по итогам сравнения, полученные данные, по изучению ценностных ориентаций 3 отличающихся по частоте участия в волонтерстве групп, показали статистически достоверные различия в 3 несхожих по принадлежности к мотивационным блокам, ценностях, а именно в социальных ценностях достижений и власти, а также индивидуальной ценности конформности (Рис. 5).

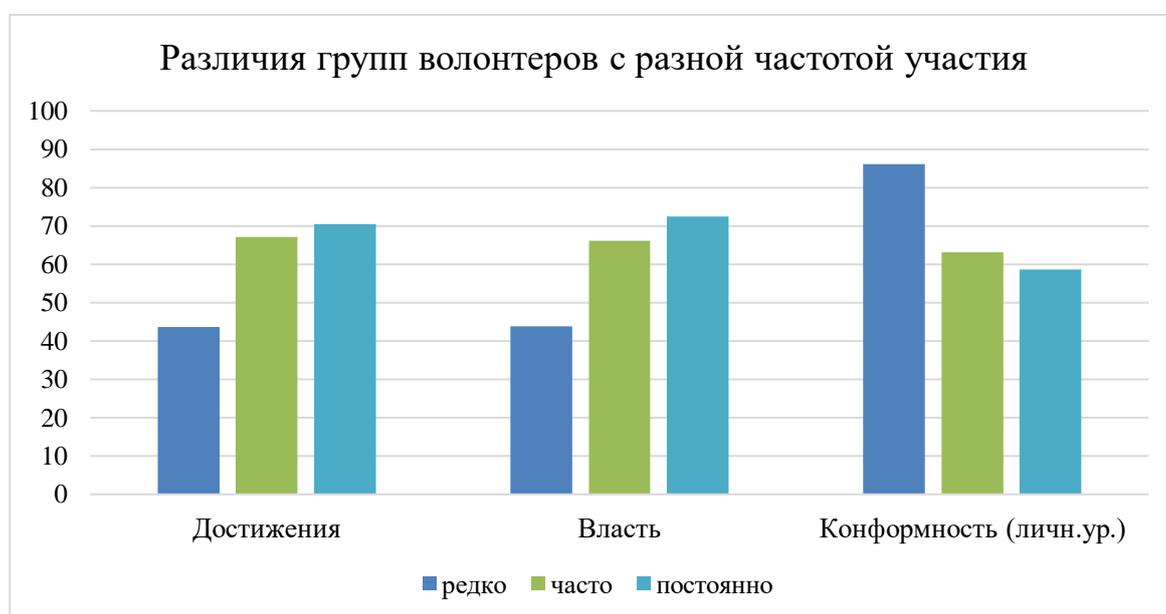


Рис. 5. Различия ценностей среди групп волонтеров с разной частотой участия

3.5. Обсуждение полученных результатов

Одна из частных гипотез, проверяемых в данной работе, заключалась в предположении о том, что существует специфическая система ценностей

личности, характерная для волонтеров социальной сферы. В результате анализа полученных данных, были выявлены статистически достоверные различия между социальными волонтерами и участниками без/ с однократным опытом волонтерской деятельности по средним показателям в таких социальных ценностях, как: *конформность, традиции, доброта, самостоятельность, стимуляция, достижения, власть, безопасность* и таких индивидуальных ценностях, как: *конформность, традиции, доброта, универсализм, самостоятельность, стимуляция, достижения, власть, безопасность*. Все обозначенные ценности, как на уровне нормативных идеалов, так и на уровне индивидуальных приоритетов продемонстрировали более высокие показатели среди участников, задействованных в социальном волонтерстве, что позволяет утверждать, что данная гипотеза подтвердилась.

Можно добавить, что наибольшие различия в количественных показателях были обнаружены в разнице по социальным ценностям: традиции (4,7), власть (3,3), безопасность (2,4), а также в разнице по индивидуальным ценностям: безопасность (7,8) и универсализм (3,6). Как и в первом, так и во втором случае ценность – гедонизм, не продемонстрировала каких-либо различий.

Сравнивая эти результаты с уже имеющимися в литературе данными справедливо отметить, что существуют выводы, согласно которым часть из представленных выше ценностей была характерна и для социальных волонтеров из проведенных другими специалистами исследований.

А.В. Краснов, Л.Р. Жикина, Г.Г. Бородаева, И.А. Руднева и Е.А. Серова подчеркивали, что среди психологических особенностей социальных волонтеров выделяются такие качества, как: самостоятельность, желание самореализации и стремление к следованию традициям [7, 32, 58]. В тоже время, в этих тезисах не прослеживалось противоречий в одновременном существовании ценности традиций и отмеченным нами в процессе исследования поиске новизны, которые

проявляются, как в потребности, связанной с приобретением нового опыта и впечатлений, так и в аспекте перенятия и интериоризации опыта и привычек потенциальных благополучателей вроде пожилых людей, в ходе взаимодействия с которыми волонтеры могли заимствовать какие-либо полезные для них обычаи и привычки. То есть две противоположные тенденции к новизне и старому порядку, могут гармонично сосуществовать в личности социального волонтера, не противопоставляя одно другому, а выступая предпосылкой для формирования алгоритма поведения или мнения по какому-либо вопросу в новой, реконструированной интерпретации.

Следует понимать, что помимо того, что дань традициям может рассматриваться в контексте изучения индивидуальных особенностей личности конкретного волонтера, существует общая для волонтерских организаций идеология, в связи с чем, обозначенная нами ценность является естественной и неотъемлемой структурной единицей любого направления волонтерской деятельности. Как верно указывает А.А. Клепикова, соблюдение принятых в организации норм и обычаев первоначально служит одним из критериев для включения человека в волонтерское сообщество [24]. Таким родом, традиции выступают значимой для социальных волонтеров ценностью, как на уровне нормативных идеалов, так и на уровне индивидуальных приоритетов.

Вместе с тем, стремление к самостоятельности в принятии тех или иных решений, а соответственно и следующей за этим ответственностью, может быть потенциально связано с ценностями власти и достижений, ввиду того, что активные волонтеры ориентированы на преобразования и эффективный результат в процессе оказания помощи другим. Как отмечала Н.А. Деревянкина, социальные волонтеры не пытаются занимать лидерские позиции в межличностных отношениях [14]. Из чего логично предположить, что ценность власти распространяется на аспекты контроля ситуации и влияния на всеобщее благополучие, а не на самоутверждение

или доминирование в сообществе схожих по психологическим характеристикам и способностям в рамках волонтерской деятельности людей.

Таким образом, можно судить о том, что для социальных волонтеров по сравнению с лицами, не вовлеченными в волонтерскую деятельность, практически не имеет значимости ценность гедонизма, которая подразумевает стремление человека к удовольствию и чувственному наслаждению.

В тоже время, волонтеры демонстрируют отсутствие безразличия по отношению к обществу, что подтверждается выраженностью для них значимости общественного благополучия и стабильности. Эти люди беспокоятся о том, чтобы в их ближнем и дальнем окружении существовали равные условия для соблюдения устойчивых традиций и уважительного отношения к разным точкам зрения и идеям.

Наряду с этим, при реализации своих волонтерских функций, они не стремятся руководствоваться своими собственными эгоистическими интересами, а пытаются оказать реальную помощь другим и стараются поддерживать устойчивую и надежную среду, как для себя, так и для других людей. Это же идею частично подтверждают отмеченные в теоретическом обзоре комментарии Е.А. Серовой, согласно которым, одной из ведущих причин участия в волонтерской деятельности среди молодых участников выступает именно желание быть полезным и оказать реальную помощь людям, а не стремление к самореализации либо личному успеху [58, с. 38 - 39]. Таким образом, волонтеры стремятся поддерживать культуру своего народа и выражают желание видеть справедливое и гармоничное общество, что в целом согласуется с данными проведенного ранее теоретического обзора.

В дополнение вышесказанного, анализируя отдельные факторы, оказывающие влияние на вовлеченность в волонтерскую деятельность, уместно прокомментировать несколько моментов по аналогии

распределения выделенных в факторах ценностей с классификацией ценностей Шварца – Билски. Так, можно проследить, что не все выделенные нами факторы продемонстрировали равномерное распределение по группам в зависимости от ведущего мотивационного блока. Примером такого явления, выступает первый фактор, сочетающий в себе социальные ценности - *безопасность, самостоятельность, доброта, достижения, конформность, стимуляция, традиции, власть*, которые относятся к разным мотивационным ориентациям. Вторым фактором, объединяющим преимущественно индивидуальные ценности имеет ориентацию на *заботу о людях и природе, открытость к изменениям, самоутверждение*. В тоже время, другим влиятельным на меру вовлеченности фактором выступает третий, ценности которого - *стимуляция (как индивидуальная ценность), общий потенциал самоизменений, потребность в самоизменениях, способность к осознанным самоизменениям* относятся к мотивационному блоку *открытость к изменениям*. Остальные три фактора, демонстрируют следующее распределение по мотивационным блокам: четвертый – *сохранение*, пятый - *открытость к изменениям, самоутверждение, сохранение*, шестой - *открытость к изменениям*. Таким образом, мы можем заключить, что попытка проследить динамическую мотивационную структуру в распределении тех ценностей, которые оказывают влияние на вовлеченность участников в волонтерскую деятельность создает определенные трудности в ее определении в виду того, что мотивационные тенденции или направленность факторов по этому признаку выявляет наличие полимодального характера системы ценностей. Однако в перечисленных факторах повторяются такие блоки, как: *открытость к изменениям, самоутверждение и сохранение*, что создает возможность для предположения о том, что для личности социальных волонтеров характерна значимость потенциальных условий для реализации своих потребностей, связанных с поддержанием стабильности общества и переменами, способными повысить качество жизни других и самих волонтеров и

соответственно, ее учет может способствовать поддержанию той или иной меры вовлеченности в волонтерскую деятельность.

Вторая частная гипотеза описывала предположение о том, что волонтеры социальной сферы имеют более высокий потенциал самоизменений, уровень рефлексивности и самосострадания в сравнении с малововлеченными волонтерами и лицами, не вовлеченными в волонтерскую деятельность. Результаты проведенных методик позволили сделать вывод, что данная гипотеза подтвердилась частично.

В ходе сравнения основной и контрольной групп было установлено, что волонтеры действительно имеют более высокие показатели по переменным методики опросник «Потенциал самоизменений личности». Так, общий средний показатель потенциала самоизменений волонтеров приравнивался к 52 баллам, в то время как показатель участников контрольной группы приравнивался к 47, 3 баллам. При этом, 2 из 5 переменных по методике, а именно шкала «вера в возможность самоизменений» и шкала «возможность самоизменений» не показали каких-либо статистически достоверных различий между двумя группами. Это означает, что волонтеры в сравнении с респондентами без/ с однократным опытом волонтерской деятельности демонстрируют большее желание и готовность к целенаправленным и сознательным изменениям самих себя, но не имеют серьезных различий в отношении представлений о возможностях других людей сознательно менять свой характер и поведение в течение жизни. Данное заключение согласуется с инструментальной мотивацией начинающих волонтеров приобрести новый опыт и знания, которую отмечали такие авторы, как: Стегний В.Н., Никонов М.В., Сухарькова М.П. и другие [63, 66]. Исходя из этого, можно утверждать, что, будучи изначально открытыми к новым знаниям и практикам, последствиями которых могут быть крупные или незначительные личностные изменения, волонтеры и потенциальные кандидаты на эту социальную роль, предрасположены положительно

реагировать на новизну и более осознанно подходить к реализации самоизменений при наличии подобной потребности.

Что касается методики Карпова, то показатели рефлексивности участников контрольной группы оказались выше, чем у социальных волонтеров, из чего следует, что добровольцы менее склонны анализировать происходящее, что потенциально может позитивно отражаться на их актуальных функциях, ввиду того, что помогает отвлечься от серьезных переживаний или тяжелой актуальной ситуации, связанной с конкретным благополучателем.

Результаты методики - Опросник "Сочувствие к себе" К.Нефф не продемонстрировали каких-либо статистически значимых различий между волонтерами и участниками контрольной группы, на основе чего можно сделать заключение, что волонтерская деятельность не имеет связи с категоричным или негативным отношением к себе, в случае допущения какой-либо ошибки или неудачи и все опрошенные участники не отличаются тенденцией к застреванию на негативных переживаниях, в случае какого-либо провала или промаха.

В ситуации сравнения более активных и малововлеченных волонтеров, перечисленные выше методики не продемонстрировали статистически значимых различий, из чего можно заключить, что вне зависимости от частоты участия, социальные волонтеры имеют схожее стремление к новизне, анализу происходящего и своего поведения, а также аналогичное отношение к себе, в ситуациях ошибок и неуспеха.

Следующая гипотеза исследования, заключалась во мнении о том, что система ценностей волонтеров, в разной степени вовлеченных в волонтерскую деятельность, различается. Так, например, учитывая замечания К. А. Палкина, который отметил, что ряд эмпирических исследований делает вывод о том, что участие в волонтерской деятельности способствует укреплению уже имеющихся у волонтеров ценностей, можно было бы предположить, что группа активно вовлеченных волонтеров

продемонстрировала бы меньший разброс или иную степень в показателях выраженности изучаемых ценностей, чем группа малововлеченных волонтеров [47].

В результате сравнения данных, у малововлеченных волонтеров было выявлено большее стремление к подавлению собственных социально-разрушительных наклонностей, чем у волонтеров с большей степенью активности. Соответственно, эти участники сильнее, чем другие ценят стабильность и стремление к гармонии, даже путем каких-либо самоограничений. В этом контексте, можно упомянуть, что согласно исследованию К.А. Палкина, проведенного в 2019 году: «для лиц, длительное время занимающихся волонтерством, важным является сохранение своих взглядов, убеждений, своего стиля жизни и стремление не поддаваться влиянию массовых тенденций» [46, с. 59]. Таким образом, можно выдвинуть предположение, что в противовес подавлению своих чувств и наклонностей, стремление действовать в соответствии со своими ощущениями и актуальными переживаниями, вне зависимости от реакции окружающих на их допустимость или уместность будет в некоторой степени характерна и для волонтеров с большей вовлеченностью в волонтерскую деятельность, как и для участников с большим стажем, ввиду разнообразия их опыта, как следствия проявленной активности.

Помимо этого, было установлено, что активно вовлеченные волонтеры демонстрируют большую значимость и стремление к власти и достижениям, чем малововлеченные волонтеры. По нашему мнению, учитывая характерные для социальных волонтеров ценностные ориентации, такая высокая выраженность этих переменных может быть связана с ситуацией развития волонтеров внутри той или иной организации, при которой активно вовлеченный волонтер выполняет более широкий спектр задач либо занимает руководящие или связанные с организационной частью позиции, а соответственно, выполняет функции с повышенной по сравнению с другими волонтерами степенью ответственности и

ориентируется на стремлении достижения большей эффективности и результативности, побочными эффектами которых выступают повышения ценности власти и достижений, как инструментальных параметров.

Альтернативным объяснением этой тенденции может быть рассмотрение склонности к достижениям и власти в волонтерской практике, как попытке добровольца компенсировать отсутствие возможности контроля и руководства своей жизнью в иной сфере деятельности или общения.

В качестве аргумента, исключающего рассмотрение значимости власти и достижений, как личной выгоды, могут служить результаты исследования А.С. Ширяевой, которая определила, что для волонтеров с ориентацией на достижение успеха на уровне нормативных идеалов и индивидуальных приоритетов значимыми являются ценности самостоятельности, наслаждения личностного успеха и удовольствия, которые расходятся с полученными нами результатами и, следовательно, не могут быть применены для их пояснения [36, с. 312].

Последней частной гипотезой было предположение о том, что вовлеченность волонтера в волонтерскую деятельность определяется её специфической системой ценностей, потенциалом самоизменений, уровнем рефлексивности и самосотрадания.

Принимая во внимание, тот факт, что респонденты с разной частотой участия в волонтерской деятельности не продемонстрировали статистически достоверных различий в показателях: потенциала самоизменений, уровня рефлексивности и уровня самосотрадания, можно утверждать, что все вышеперечисленные переменные будут оказывать влияние на то, склонен ли человек быть волонтером или нет, однако на меру его вовлеченности в волонтерскую деятельность будут влиять лишь значимые для него ценности. Следовательно, данная гипотеза подтвердилась лишь частично.

Таким образом, одна из четырех, выдвинутых нами частных гипотез подтвердилась полностью. Действительно существуют специфические

ценности, степень выраженности которых отличают сообщество социальных волонтеров от их среднестатистических ровесников без/ с однократным опытом волонтерской деятельности.

Три другие гипотезы, подтвердились лишь частично, в связи с чем, мы можем сделать заключение, что на меру вовлеченности в волонтерскую деятельность оказывает влияние именно ценностная система волонтеров, а не уровень их рефлексивности, потенциала самоизменений или самоотношения.

По итогам анализа полученных данных, генеральная гипотеза о том, что существуют личностные факторы, влияющие на вовлеченность в волонтерскую деятельность, также подтвердилась. К этим особенностям относятся некоторые социальные и индивидуальные ценности, присущие социальным волонтерам, а также потенциал их самоизменений.

Полученные нами данные не имеют каких-либо серьезных расхождений с результатами других исследований и публикаций (47, 25), представленных в теоретическом обзоре по обозначенной проблеме. Как и в нашей работе, другие авторы подтверждают, что нередко у волонтеров проявляется высокая степень выраженности ценности достижений и власти, в то время как исследования, подтверждающие правомерность наших выводов о влиянии рефлексивности, самоотношения и потенциала самоизменений на социальное волонтерство и меру вовлеченности в данный вид деятельности в настоящее время не обнаружены в принципе.

Ограничение данного исследования, выступает небольшая по сравнению с двумя другими группа волонтеров, с частотой участия в волонтерской деятельности «редко», в связи с чем, полученные нами данные могут быть проверены при последующем развитии представленной тематики.

Таким образом, затронутая в исследовании тема может найти свое продолжение в углубленном изучении влияния тех или иных ценностей на степень вовлеченности в зависимости от дополнительного анализа таких

характеристик респондентов, как: возраст, социальные и профессиональные роли, положение в волонтерской организации и т.д.

Альтернативным вариантом развития проблемы может выступать изучение общих и различных характеристик в ценностной системе социальных волонтеров и тех людей, кто связан с целевой группой социальных благополучателей в силу своих профессиональных обязанностей.

В качестве практических рекомендаций, которые можно сформулировать по окончании работы, мы могли бы посоветовать руководителям некоммерческих и волонтерских организаций уделить большее внимание системе просвещения волонтеров об эффективности проделанной ими работы, а также расширить разнообразие выполняемых волонтером функций, предоставляя участникам возможность проявить свои способности и силы на разных позициях в той организации, где они задействованы, что в перспективе окажет благоприятное влияние на степень их вовлеченности в социальную волонтерскую деятельность.

ВЫВОДЫ

1. Активно вовлеченные волонтеры социальной сферы имеют менее выраженный уровень рефлексивности и более высокую потребность и способность к осознанным самоизменениям в сравнении с лицами, не вовлеченными в волонтерскую деятельность.
2. Существует специфическая система ценностей личности, характерная для волонтеров социальной сферы. К ним относятся социальные ценности: конформность, традиции, доброта, самостоятельность, стимуляция, достижения, власть, безопасность и индивидуальные ценности: конформность, традиции, доброта, универсализм, самостоятельность, стимуляция, достижения, власть, безопасность.
3. Система ценностей волонтеров, в разной степени вовлеченных в волонтерскую деятельность, различается. У активно вовлеченных волонтеров проявляется большая значимость социальных ценностей власти и достижений и меньшая значимость индивидуальной конформности по сравнению с малововлеченными волонтерами.
4. Мера вовлеченности волонтера в социальную волонтерскую деятельность определяется её специфической системой ценностей, в основе которой лежат руководящие цели самоутверждения (ценность: власть и достижения) и сохранения (ценность: конформность), направленные не на личный успех конкретного волонтера, а на коллективное доминирование, как инструмент социального влияния на общество.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Целью данного исследования было выявление личностных факторов, влияющих на вовлеченность в волонтерскую деятельность.

Для подготовки к организации и проведению эмпирической части, был проведен теоретический анализ основных, существующих в психологической науке подходов к изучению понятий «волонтерская деятельность» и «социальное волонтерство». Выявлены присущие для социальных волонтеров психологического свойства и характеристики. Рассмотрены основные подходы к изучению и измерению вовлеченности в волонтерскую деятельность. Описаны особенности задействованных в исследовании переменных: самоизменений и сочувствия к себе.

Для выявления наличия, характерных для социальных волонтеров личностных особенностей, был проведен сравнительный анализ между группой социальных волонтеров с разной частотой участия в волонтерской деятельности и группой лиц без/ с однократным опытом участия в волонтерской деятельности, по результатам которого, было установлено, что волонтеры отличаются от людей не вовлеченных в волонтерство большей открытостью к самоизменениям и новому опыту, а также демонстрируют иную значимость социальных и индивидуальных ценностей, проявляя приверженность к заботе о благополучии и стабильности общества, в котором царят равные для всех возможности, и свобода самовыражения гармонично сочетается с соблюдением устоев и традиций.

В завершении, было выявлено, что социальные волонтеры с разной частотой участия в волонтерской деятельности отличаются между собой в значимости таких ценностей, как власть и достижения на уровне нормативных идеалов и конформность на уровне индивидуальных приоритетов, что позволило заключить, что именно эти три ценности

оказывают непосредственное влияние на меру вовлеченности в волонтерскую деятельность.

Полученные в исследовании выводы могут быть использованы в вопросах отбора и сопровождения социальных волонтеров, для того, чтобы ослабить влияние тех факторов, которые могут снизить вовлеченность участников в социальное волонтерство и выстроить индивидуальный план развития волонтера, с учетом, присущих ему, личностных особенностей.

Список использованных источников

1. Азарова, Е.С. Психологические детерминанты и эффекты добровольческой деятельности: автореф. ... канд. психол. наук // Е.С. Азарова. Хабаровск, 2008.
2. Бабалян И.Г., Горбачева Е.И. Психологическое содержание вовлечённости в волонтерскую деятельность // Вестник Калужского университета. 2020. №3, с. 88 – 91
3. Белановский Ю.С., Ширшова И.В. Мир социального волонтерства. – М.: ГБУ города Москвы «Мосволонтер», 2018. – 96 с.
4. Бокова О.А., Мельникова Ю.А. Возможности семантической репрезентации личностных качеств волонтеров: опыт эмпирического исследования // Вестник Челябинского государственного педагогического университета. 2018. № 3
5. Большой психологический словарь / [Авдеева Н. Н. и др.] ; под ред. Б. Г. Мещерякова, В. П. Зинченко. - Изд. 4-е, расш. - Москва : АСТ ; Санкт-Петербург : Прайм-Еврознак, 2009. - 811 с.
6. Борисов Г. Е. Интерес, личность, группа: к методологии исследования // Вестник ТГУ. 1996. №1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/interes-lichnost-gruppa-k-metodologii-issledovaniya>
7. Бородаева Г.Г., Руднева И.А. Волонтерская деятельность как фактор формирования личности студента // Современные проблемы науки и образования. – 2014. – № 4.; URL: <http://www.science-education.ru/ru/article/view?id=14037> (дата обращения: 07.05.2021).
8. Быстрова Н. В., Цыплакова С. А. , Чумакова Л. А. Волонтерское движение как фактор развития социальной активности молодежи // КНЖ. 2018. №1 (22). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/volonterskoe-dvizhenie-kak-faktor-razvitiya-sotsialnoy-aktivnosti-molodezhi> (дата обращения: 07.05.2021).

9. Глазкова Е.А. формы осуществления волонтерской деятельности и виды волонтерства // Право и государство: теория и практика. 2019. № 2 (170). С. 25-28.
10. Горбулёва М. С. Добровольчество: генезис и мотивы // Вестник ТГПУ. 2015. №5 (158).
11. Гришина Н.В. «Самоизменения» личности: возможное и необходимое // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология и педагогика. 2018. Т. 8. Вып. 2. С. 126–138.
<https://doi.org/10.21638/11701/spbu16.2018.202>
12. Гришунина Е.В., Пятакова Е.Н. Особенности личности волонтеров // Вопросы психологии. 2014. №5. С. 71-79.
13. Гурьева Е.С. Социально-психологические качества больничных клоунов с разным стажем работы как критерий эффективности их деятельности // Казанский педагогический журнал. 2017. № 1 (120). С. 178-182.
14. Деревянкина Н.А. Психологические особенности волонтеров, осуществляющих инклюзивную деятельность // Вестник Костромского Государственного Университета им. Некрасова. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2016. Т. № 22. С. 222–226
15. Долгова В. И. Структура психолого-педагогической направленности личности волонтера-фасилитатора // Вестник ЮУрГГПУ. 2017. №1.
URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/struktura-psiologo-pedagogicheskoy-napravlenosti-lichnosti-volontera-fasilitatora>
16. Ефремова Е.С. Зрелость личности и мотивация выбора волонтерской деятельности: Горизонты зрелости. Сборник тезисов участников Пятой всероссийской научно-практической конференции по психологии развития // Редакторы: Л.Ф. Обухова, И.В. Шаповаленко, М.А. Одинцова. 2015. С. 41-43.
17. Залеская, М. А., & Гришина, Н. В. Опыт самоизменения как компонент жизненного опыта личности // Научные исследования выпускников факультета психологии СПбГУ. 2020. № 8, 27-36.

18. Зиглер Д., Хьелл Л. Теории личности. 3-е изд. - СПб.: Питер, 2020. - 608 с.
19. Истомина А. Г., Старовойт Э. Л. Организационные паттерны социального волонтерства в Германии и России // Социологический журнал. 2016. №2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/organizatsionnye-patterny-sotsialnogo-volonterstva-v-germanii-i-rossii> (дата обращения: 11.05.2021). С.103
20. Карандашев В. Н. Методика Шварца для изучения ценностей личности: концепция и методическое руководство. - СПб.: Речь, 2004 - 70 с.
21. Карпов А.В. Рефлексивность как психическое свойство и методика ее диагностики // Психологический журнал. 2003. Т. 24. № 5. С. 45-57.
22. Килина А.Г., Кондранцева К.А. Путеводитель по миру волонтерства. – М.: ГБУ города Москвы «Мосволонтёр», 2018. – 112 с.
23. Кисляков П. А., Шмелева Е. А., Говин О. Современное волонтерство в воспитании просоциального поведения личности // Образование и наука. 2019. №6.
24. Клепикова А.А. Добровольцы благотворительной организации в государственном учреждении для людей с тяжелой инвалидностью: конструкты волонтерства и профессионализма // Журнал исследований социальной политики. 2011. Т. 9. № 3. С. 391- 416.
25. Климашова Д.В. Ценности как предиктор удовлетворенности волонтеров. : дис. магистр. психологических наук: 030300 – СПбГУ, Санкт-Петербург, 2018 – 75 с.
26. Кон, И.С. Развитие самосознания / И.С. Кон - М.: Просвещение, 1989. – с. 254
27. Конвисарева Л.П. Волонтерское движение как фактор развития социальной активности молодежи: автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата педагогических наук -Костромской государственной университет им. Н.А. Некрасова. Кострома, 2006

28. Кондаков И.М. Психология. Иллюстрированный словарь. // И.М. Кондаков. – 2-е изд. доп. и перераб. – СПб., 2007, с. 226.
29. Корнеева Е.Л. Основные направления исследования волонтерской деятельности [Электронный ресурс] // Психолого-педагогические исследования. 2015. Т.7. №1. С.131–141. URL: <http://psyedu.ru/journal/2015/1/Korneeva.phtml> (дата обращения: 10.05.2021)
30. Косова У. П. Мотивация волонтерской деятельности // Вестник КРАУНЦ. Гуманитарные науки. 2012. №2 (20).
31. Красников А.О., Лесков В.В., Журавлев П.А. мотивация волонтера и его роль в подготовке и проведении спортивных мероприятий: Сборник - ОЛИМПИЗМ: ИСТОКИ, ТРАДИЦИИ И СОВРЕМЕННОСТЬ. Сборник научных статей Всероссийской с международным участием научно-практической конференции. Воронежский государственный институт физической культуры. 2019. С. 370-375.
32. Краснов А. В., Жикина Л. Р. Особенности ценностной сферы волонтеров в связи с предпочитаемым направлением мероприятий // Вестник ПГГПУ. Серия № 1. Психологические и педагогические науки. 2021. №1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-tsennostnoy-sfery-volonterov-v-svyazi-s-predpochitaemym-napravleniem-meropriyatij>
33. Краснова С.Н., Галаутдинова Г.В. вклад добровольческого труда в формирование гражданского общества в России // Успехи гуманитарных наук. 2019. № 10. С. 65-68.
34. Логвинов И. Н., Логвинова М. И., Логвинова Т. И. Молодежное волонтерство: психология добровольца // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2015. – Т. 13. – С. 3506–3510. – URL: <http://e-koncept.ru/2015/85702.htm>.
35. Манукян В.Р., Муртазина И.Р., Гришина Н.В. Опросник для диагностики потенциала самоизменений личности // Консультативная психология и психотерапия. 2020. Том 28. № 4. С. 35–58. doi:10.17759/cpp.2020280403

36. Материалы XXX Крашенинниковских чтений [Петропавловск-Камчатский, 18 апр. 2013 г.] / Мин. культуры Камч. края, Камч. краевая науч. б-ка им. С. П. Крашенинникова. — Петропавловск-Камчатский, 2013. – Общее (328 с).
37. Мерсиянова И. В. Факторы вовлеченности россиян в добровольческую деятельность // Гражданское общество в России и за рубежом. 2011. № 2. С. 39-45.
38. Михайличенко В. Е. Психология развития личности : Монография / В. Е. Михайличенко – Х. : НТУ «ХПИ», 2015. – 388 с.
39. Молчанов С. В., Алмазова О. В., Поскребышева Н. Н. Представления о волонтерской деятельности у современной молодежи // Национальный психологический журнал. 2020. №4 (40). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/predstavleniya-o-volonterskoj-deyatelnosti-u-sovremennoy-molodezhi>
40. Оберемко О.А. Волонтер или доброволец: элементарные объяснения для самоопределения // Социологические исследования. 2016. № 6 (386). С. 94-101.
41. Общая психология: Учебник / Под общ. ред. проф. А.В. Карпова. — М.: Гардарики, 2004. - 232 с
42. Овсий В. В. Ценности волонтерства в молодежной среде // Социально-гуманитарные знания. 2019. №11. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/tsennosti-volonterstva-v-molodezhnoy-srede>.
43. Основы организации и управления добровольческой деятельностью: учебник для студентов вузов/ под общ. ред. О.А. Аникеевой, А.П. Рудницкой, О.В. Решетникова. – М.: Издательство РГСУ, 2019. – 245
44. Павлова Е. В., Бадалян Ю. В., Смирнова С. В. Особенности «ресурса вовлеченности» студентов с разным академическим опытом // Общество: социология, психология, педагогика. 2021. №8 (88). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-resursa-vovlechennosti-studentov-s-raznym-akademicheskim-opytom>.

45. Павлова Е. В., Краснорядцева О. М. Ресурс вовлеченности как психологическая характеристика степени соответствия человека и образовательной среды // СПЖ. 2021. №81. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/resurs-vovlechnosti-kak-psihologicheskaya-harakteristika-stepeni-sootvetstviya-cheloveka-i-obrazovatelnoy-sredy>
46. Палкин К.А. Ценностные детерминанты готовности человека к волонтерской деятельности // Психологическая наука и образование. 2019. Том 24. № 3. С. 52–62. doi:10.17759/pse.2019240305
47. Палкин К.А. Ценностные компоненты в психологической структуре личности волонтера [Электронный ресурс] // Современная зарубежная психология. 2019. Том 8. № 1. С. 84–92. doi:10.17759/jmfp.2019080109
48. Пантелеев, С.Р. Самоотношение как эмоционально-оценочная система / С.Р. Пантелеев - М.: МГУ, 1991. - 110 с.
49. Певная М. В. Студенческое волонтерство: особенности деятельности и мотивации // Высшее образование в России. 2015. № 6.
50. Певная М.В. Волонтерство как социологическая проблема // Социологические исследования. 2013 № 2. С. 111
51. Пинчук И.В. Сущностные изменения содержания концепта "добровольчество" в новейших политических и социальных условиях // Государственное и муниципальное управление. Ученые записки СКАГС. 2017. № 2. С. 228-233.
52. Плотникова А.В. Личностные особенности студентов-волонтеров, работающих с детьми с особыми образовательными потребностями: Сб. научн. Тр. // Научное сообщество студентов. материалы V Междунар. науч.-практ. конференции. 2015. С. 40-42.
53. Проказина Н. В., Алексеёнок А. А., Каира Ю. В. Профиль социального неравенства в регионах ЦФО // Вестник Института социологии. 2016. № 18. С. 24-37.

- 54.Расходчикова М.Н., Сачкова М.Е. Взаимосвязь психологических особенностей студентов и их готовности к волонтерской деятельности // Психологическая наука и образование. 2019. Том 24. № 6. С. 85–95. doi:10.17759/pse.2019240608
- 55.Рюмина Ю. Н. Формирование социальной активности студентов вуза в процессе волонтерской деятельности // Концепт. 2013. №S2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/formirovanie-sotsialnoy-aktivnosti-studentov-vuza-v-protsesse-volonterskoj-deyatelnosti> (дата обращения: 07.05.2021).
- 56.Рябова М.А. Событийное волонтерство в России: особенности мотивации волонтеров крупных спортивных событий // Научные достижения и открытия современной молодежи. Сборник статей победителей международной научно-практической конференции: в 2 частях. 2017. С. 1508-1511.
- 57.Садыков Р.М., Большакова Н.Л. Благотворительная деятельность в современной России//Вестник университета. 2020. № 7. С. 188–192.
- 58.Серова Е.А. Мотивация участия молодежи в волонтерской деятельности в стационарных учреждениях // Вестник социально-политических наук. 2019. № 18. С. 37-39.
- 59.Сикорская Л.Е. Основные категории анализа добровольческой деятельности молодежи // Ученые записки Санкт-Петербургского государственного института психологии и социальной работы. 2015. Т. 23. № 1. С. 55-58.
- 60.Социальное волонтерство. Теория и практика. — М.: 1000 бестселлеров, 2020. — 504 с
- 61.Социальное волонтерство. Теория и практика. — Москва: Омега-Л, 2016. — 128 с.
- 62.Стандарт социального волонтерства: handbook. — М.: Издательство «Новое Небо», 2018 — 534 с.

63. Стегний В.Н., Никонов М.В. Мотивация волонтерской деятельности // Вестник ПНИПУ. Социально-экономические науки. 2018. №1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/motivatsiya-volonterskoj-deyatelnosti-1>.
64. Столин, В.В. Познание себя и отношение к себе в структуре самосознания личности: Дис. д-ра псих. наук. 19.00.01/ В.В. Столин - М., 1985.
65. Суворова В.С. Волонтерское движение как фактор развития социальной активности студенческой молодежи: Сборник: Студент XXI века: ценности, мировоззрение, идеалы. Материалы Всероссийских научных студенческих чтений, посвященных Дню российской науки и 20-летию // Старооскольского филиала НИУ «БелГУ». 2019. С. 78-81.
66. Сухарькова М. П. Подходы к изучению мотивации участия в практиках волонтерства // Теория и практика общественного развития. 2017. №9. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/podhody-k-izucheniyu-motivatsii-uchastiya-v-praktikah-volonterstva>.
67. Тихомирова И.И. Самосострадание как персональное отношение человека к самому себе // От детства к взрослости: вариации нормы и особенности развития. сборник докладов III межвузовской конференции молодых ученых. Московский педагогический государственный университет, Институт детства. 2018. С. 82-87.
68. Ткачева В.В., Неклюкова М.Б. Особенности психологического выбора волонтеров, оказывающих помощь детям с тяжелыми и множественными нарушениями развития, детям с онкозаболеваниями и их семьям [Электронный ресурс] // Клиническая и специальная психология. 2019. Том 8. № 3. С. 85–100. doi: 10.17759/psyclin.2019080305
69. Федеральный закон "О благотворительной деятельности и добровольчестве (волонтерстве)" от 11.08.1995 N 135-ФЗ
70. Чернов А.Ю., Буланова И.С. Эмпирические модели трансформации личности // Вестник Волгоградского государственного университета.

- Серия 7: Философия. Социология и социальные технологии. 2014. № 1 (21). С. 59-66.
71. Чеснокова, И.И. Проблемы самосознания в психологии / И.И. Чеснокова - М.: Наука, 1977. - 144 с.
72. Чистопольская К.А., Осин Е.Н., Ениколопов С.Н., Николаев Е.Л., Мысина Г.А., Дровосеков С.Э. Концепт «Сочувствие к себе»: российская адаптация опросника Кристин Нефф // Культурно-историческая психология. 2020. Том 16. No 4. С. 35—48. DOI: <https://doi.org/10.17759/chp.2020160404>
73. Шамионов Р.М., Григорьева М.В., Григорьев А.В. Волевые качества как предикторы значимости социальной активности студентов // Социальная психология и общество. 2019. Том 10. № 1. С. 18–34. doi:10.17759/sps.2019100102
74. Шекун А.В. Роль волонтерских общественных организаций в сфере охраны и укрепления здоровья населения российской федерации: Сб. научн. тр. Высшая школа: научные исследования. материалы Межвузовского международного конгресса. Москва, 2021. С. 142-150.
75. Шуваева Е. И. Факторы, влияющие на вовлеченность волонтеров в деятельность благотворительных организаций // «Практический маркетинг» No 8 (198). 2013
76. Шуваева Е. И., Петрова Н. В. Мотивация и вовлеченность студентов в благотворительную деятельность // Вестник ЛГУ им. А.С. Пушкина. 2015. №3. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/motivatsiya-i-vovlechennost-studentov-v-blagotvoritelnuyu-deyatelnost>
77. Щукина М.А. Психология саморазвития личности: Монография / М.А. Щукина - СПб:СПбГУ, 2015. - 348 с.
78. Яковлева И.М. Волонтерская деятельность студентов по сопровождению детей с расстройствами аутистического спектра / И.М. Яковлева, О.В. Караневская, Ю.А. Афанасьева // Высшее образование в России. – 2017. – No 8/9. – С. 152-158

79. Butt, Mattiullah & Hu, Bei & Soomro, Kamran. (2015). Volunteering Activities in Developing Countries: A Study of Youth Participation in Pakistan. *European Journal of Business and Management*. 7. 317 - 326.
80. Kiseleva, N.V. Involvement of Students in Continuous Education at Different Stages of Learning Process. *Psikhologiya i Psikhotekhnika – Psychology and Psychotechnics*. 4. Pp. 74–81. (In Russian). DOI: 10.7256/2454-0722.2017.4.24659, 2017
81. Lewin, K. *A dynamic theory of personality*. New York: McGraw-Hill. 1935
82. Lewin, K. *Principles of topological psychology*. New York: McGraw-Hill. 1936
83. Litvinova, E.Yu. & Kiseleva, N.V. Structural model of involvement of students in ongoing education. *Sotsial'nayapsikhologiyaiobshchestvo – Social Psychology and Society*. 7(3). Pp. 5–17. (In Russian). 2016 DOI: 10.17759/sps.2016070301
84. Monga, M. (2006). Measuring motivation to volunteer for special events. *Event Management*, 10, 47–61.
85. Mowen, J. C., & Sujan, H.. Volunteer behavior: A hierarchical model approach for investigating its trait and functional motive antecedents. *Journal of Consumer Psychology*, 2005, 15(2), 170–182.
86. Yeung, J.W.K., Zhang, Z. & Kim, T.Y. Volunteering and health benefits in general adults: cumulative effects and forms. *BMC Public Health* 18, 8 (2018). <https://doi.org/10.1186/s12889-017-4561-8>

Приложение А. Бланк с вопросами к методике: «Опросник рефлексивности Карпова»

Полностью не согласен	Не согласен	Скорее не согласен	Не могу определиться	Скорее согласен	Согласен	Полностью согласен
1	2	3	4	5	6	7

Утверждение	1	2	3	4	5	6	7
1. Прочитав хорошую книгу, я всегда потом долго думаю о ней; хочется ее с кем-нибудь обсудить.							
2. Когда меня вдруг неожиданно о чем-то спросят, я могу ответить первое, что пришло в голову.							
3. Прежде чем снять трубку телефона, чтобы позвонить по делу, я обычно мысленно планирую предстоящий разговор.							
4. Совершив какой-то промах, я долго потом не могу отвлечься от мыслей о нем.							
5. Когда я размышляю над чем-то или беседую с другим человеком, мне бывает интересно вдруг вспомнить, что послужило началом цепочки мыслей.							
6. Приступая к трудному заданию, я стараюсь не думать о предстоящих трудностях.							
7. Главное для меня – представить конечную цель своей деятельности, а детали имеют второстепенное значение.							
8. Бывает, что я не могу понять, почему кто-либо недоволен мною.							
9. Я часто ставлю себя на место другого человека.							
10. Для меня важно в деталях представлять себе ход предстоящей работы.							
11. Мне было бы трудно написать серьезное письмо, если бы я заранее не составил план.							
12. Я предпочитаю действовать, а не размышлять над причинами своих неудач.							
13. Я довольно легко принимаю решение относительно дорогой покупки.							
14. Как правило, что-то задумав, я прокручиваю в голове свои замыслы, уточняя детали, рассматривая все варианты.							
15. Я беспокоюсь о своем будущем.							
16. Думаю, что во множестве ситуаций надо действовать быстро, руководствуясь первой пришедшей в голову мыслью.							
17. Порой я принимаю необдуманные решения.							
18. Закончив разговор, я, бывает, продолжаю вести его мысленно, приводя все новые и новые аргументы в защиту своей точки зрения.							
19. Если происходит конфликт, то, размышляя над тем, кто в нем виноват, я в первую очередь начинаю с себя.							

20. Прежде чем принять решение, я всегда стараюсь все тщательно обдумать и взвесить.						
21. У меня бывают конфликты от того, что я порой не могу предугадать, какого поведения ожидают от меня окружающие.						
22. Бывает, что, обдумывая разговор с другим человеком, я как бы мысленно веду с ним диалог.						
23. Я стараюсь не задумываться над тем, какие мысли и чувства вызывают в других людях мои слова и поступки.						
24. Прежде чем сделать замечание другому человеку, я обязательно подумаю, какими словами это лучше сделать, чтобы его не обидеть.						
25. Решая трудную задачу, я думаю над ней даже тогда, когда занимаюсь другими делами.						
26. Если я с кем-то ссорюсь, то в большинстве случаев не считаю себя виноватым.						
27. Редко бывает так, что я жалею о сказанном.						

**Приложение Б. Бланк с вопросами к методике: «Опросник
диагностики потенциала самоизменений личности»**

Утверждение	Совершенно согласен	Скорее согласен	Нечто среднее	Скорее не согласен	Совершенно не согласен
1. Любое изменение причиняет мне дискомфорт					
2. Я люблю риск и приключения					
3. Для меня важно делать много разных дел в жизни					
4. Люди не способны менять себя в определенном направлении					
5. Я стараюсь использовать разные возможности для приобретения нового опыта и развития своих умений					
6. Мне нравится овладевать новыми видами деятельности					
7. Я люблю ставить цели и планировать их достижение					
8. Я стремлюсь развивать свои потенциальные способности					
9. Думаю, что люди не властны существенно изменять свой характер					
10. Я меняю свои убеждения с большим трудом					
11. Люди довольно сильно психологически изменяются в течение жизни					
12. При необходимости выбора я обычно предпочитаю хорошо знакомое и понятное новому и непривычному					
13. Я открыт всему новому					
14. Необходимость меняться, «расти над собой» доставляет мне позитивные эмоции					
15. Я сильно переживаю, когда приходится отказываться от своей точки зрения и принимать					

другую, даже если понимаю необходимость этого					
16. Я с радостью берусь за работу, если знаю, что она потребуется от меня новых навыков					
17. Я способен развивать в себе определенные качества					
18. Мне важно, чтобы у меня было постоянное место на работе, за столом, на занятиях и т. п.					
19. Людям обычно удается избавляться от привычек, которые им не нравятся					
20. Я считаю, что при желании человек может довольно сильно изменить свой характер					
21. В случае выбора я предпочту новое привычному					
22. При необходимости люди могут менять свое поведение, но в своих главных чертах они не меняются					
23. Моя жизнь мало зависит от стечения обстоятельств, так как я стараюсь сам(а) вносить в нее изменения					
24. Я чувствую себя «автором» своей жизни					

**Приложение В. Бланк с вопросами к методике: «Опросник
“Сочувствие к себе” К. Нефф» (в адаптации Чистопольская К.А., Осин
Е.Н., Ениколопов С.Н., Николаев Е.Л., Мысина Г.А., Дровосеков С.Э.,
2020)**

Как я обычно отношусь к себе в трудные времена

Инструкция: «Пожалуйста, прочтите внимательно каждое утверждение. Слева от каждого пункта отметьте, как часто вы действуете указанным способом».

Почти никогда—Редко—Нечто среднее—Часто—Почти всегда (1—2—3—4—5)

- _____ 1. Я не одобряю и осуждаю свои недостатки и промахи.
- _____ 2. Когда мне грустно, я склонен «заикливаться» и фиксироваться на всем, что идет не так.
- _____ 3. Когда дела идут плохо, я рассматриваю трудности как часть жизни, через которую проходят все.
- _____ 4. Когда я думаю о своих промахах, я чувствую себя отделенным, отрезанным от остального мира.
- _____ 5. Я стараюсь относиться к себе с любовью, когда испытываю душевную боль.
- _____ 6. Когда мне не удается что-то важное, меня поглощает чувство неполноценности (я начинаю остро переживать чувство неполноценности).
- _____ 7. Когда я морально раздавлен, я напоминаю себе, что в мире уйма других людей, которые чувствуют себя так же, как и я.
- _____ 8. Когда времена действительно тяжелые, я склонен быть жестким с собой.
- _____ 9. Когда что-то меня огорчает, я стараюсь уравновешивать свои эмоции.
- _____ 10. Когда я чувствую себя неполноценным в какой-то сфере, я стараюсь напомнить себе, что чувство неполноценности порой посещает каждого.
- _____ 11. Я нетерпим к тем аспектам своей личности, которые мне не нравятся.
- _____ 12. Когда я переживаю трудное время, я забочусь о себе и отношусь к себе с нежностью.
- _____ 13. Когда мне грустно, я склонен чувствовать, что большинство людей, возможно, счастливей меня.
- _____ 14. Когда случается что-то неприятное, я стараюсь выработать

сбалансированный взгляд на ситуацию.

_____ 15. Я стараюсь рассматривать свои неудачи как проявление человеческой природы.

_____ 16. Когда я наблюдаю проявления своих качеств, которые мне не нравятся, я ругаю себя за них.

_____ 17. Когда мне не удается что-то важное, я стараюсь смотреть на это событие объективно.

_____ 18. Когда мне действительно трудно, я склонен чувствовать, что другие люди справляются гораздо легче, чем я.

_____ 19. Я мягок с собой, когда переживаю страдание.

_____ 20. Когда меня что-то огорчает, чувства захлестывают меня.

_____ 21. Я бываю немного жестким с собой, когда испытываю страдание.

_____ 22. Когда мне грустно, я стараюсь исследовать это чувство с любопытством и непредвзятостью.

_____ 23. Я терпим к своим недостаткам и промахам.

_____ 24. Когда случается что-то неприятное, я склонен реагировать очень остро.

_____ 25. Когда мне не удается что-то важное, я склонен чувствовать себя одиноким в своей неудаче.

_____ 26. Я стараюсь быть понимающим и терпеливым к тем качествам моей личности, которые мне не нравятся.

Ключи к опроснику «Сочувствие к себе» К. Нефф

Доброта к себе: 5, 12, 19, 23, 26

Самокритика: 1, 8, 11, 16, 21

Общность с человечеством: 3, 7, 10, 15

Самоизоляция: 4, 13, 18, 25

Внимательность: 9, 14, 17, 22

Чрезмерная идентификация: 2, 6, 20, 24

Приложение Г. Бланк с вопросами к методике: «Бланк опросника ценностей Ш. Шварца»

Первая часть опросника

Инструкция:

Спросите себя: "Какие ценности важны для меня как руководящие принципы в Моей жизни? Какие ценности менее важны для меня?" Ваша задача: оценить, насколько важна для Вас каждая ценность в качестве руководящего принципа в Вашей жизни.

Шкала для оценки:

- 7 - исключительно важная в качестве руководящего принципа Вашей жизни ценность (обычно таких ценностей бывает одна-две);
- 6 - очень важная;
- 5 - достаточно важная;
- 4 - важная;
- 3 - не очень важная;
- 2 - мало важная;
- 1 - не важная;
- 0 - совершенно безразличная;
- -1 - это противоположно принципам, которым Вы следуете.

До того, как Вы начнете, прочитайте список из 30 ценностей и выберите одну, которая наиболее важна для Вас, и оцените ее важность "7". Далее, выберите ценность наименее важную для Вас и оцените ее -1, 0 или 1, согласно ее важности. Затем оцените оставшиеся ценности (от -1 до 7).

Тестовый материал - Список ценностей I:

- 1 РАВЕНСТВО (равные возможности для всех)
- 2 ВНУТРЕННЯЯ ГАРМОНИЯ (быть в мире с самим собой)
- 3 СОЦИАЛЬНАЯ СИЛА (контроль над другими, доминантность)
- 4 УДОВОЛЬСТВИЕ (удовлетворение желаний)
- 5 СВОБОДА (свобода мыслей и действий)
- 6 ДУХОВНАЯ ЖИЗНЬ (акцент на духовных, а не материальных вопросах)
- 7 ЧУВСТВО ПРИНАДЛЕЖНОСТИ (ощущение, что другие заботятся обо мне)
- 8 СОЦИАЛЬНЫЙ ПОРЯДОК (стабильность общества)
- 9 ЖИЗНЬ, ПОЛНАЯ ВПЕЧАТЛЕНИЙ (стремление к новизне)
- 10 СМЫСЛ ЖИЗНИ (цели в жизни)
- 11 ВЕЖЛИВОСТЬ (предупредительность, хорошие манеры)

- 12 БОГАТСТВО (материальная собственность, деньги)
- 13 НАЦИОНАЛЬНАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ (защищенность своей нации от врагов)
- 14 САМОУВАЖЕНИЕ (вера в собственную ценность)
- 15 УВАЖЕНИЕ МНЕНИЯ ДРУГИХ (учет интересов других людей, избегание конфронтации)
- 16 КРЕАТИВНОСТЬ (уникальность, богатое воображение)
- 17 МИР ВО ВСЕМ МИРЕ (свобода от войны и конфликтов)
- 18 УВАЖЕНИЕ ТРАДИЦИЙ (сохранение признанных традиций, обычаев)
- 19 ЗРЕЛАЯ ЛЮБОВЬ (глубокая эмоциональная и духовная близость)
- 20 САМОДИСЦИПЛИНА (самоограничение, устойчивость к соблазнам)
- 21 ПРАВО НА УЕДИНЕНИЕ (право на личное пространство)
- 22 БЕЗОПАСНОСТЬ СЕМЬИ (безопасность для близких)
- 23 СОЦИАЛЬНОЕ ПРИЗНАНИЕ (одобрение, уважение других)
- 24 ЕДИНСТВО С ПРИРОДОЙ (слияние с природой)
- 25 ИЗМЕНЧИВАЯ ЖИЗНЬ (жизнь, наполненная проблемами, новизной и изменениями)
- 26 МУДРОСТЬ (зрелое понимание мира)
- 27 АВТОРИТЕТ (право быть лидером или командовать)
- 28 ИСТИННАЯ ДРУЖБА (близкие друзья)
- 29 МИР КРАСОТЫ (красота природы и искусства)
- 30 СОЦИАЛЬНАЯ СПРАВЕДЛИВОСТЬ (исправление несправедливости, забота о слабых)

Теперь оцените, насколько важна каждая из следующих ценностей для Вас, как руководящий принцип Вашей жизни. Эти ценности выражены в способах действия, которые могут быть более или менее важными для Вас. Попытайтесь различить ценности, насколько это возможно, используя все номера. Для начала прочитайте ценности в списке 2, выберите то, что для Вас наиболее важно, оцените на шкале (отметка 7). Затем выберите ценность, которая противоречит вашим принципам (отметка — 1). Если такой ценности нет, выберите ценность наименее важную для Вас и оцените ее отметками 0 или 1, в соответствии с ее значимостью. Затем оцените остальные ценности.

Список ценностей II:

- 31 САМОСТОЯТЕЛЬНЫЙ (надеющийся на себя, самодостаточный)
- 32 СДЕРЖАННЫЙ (избегающий крайностей в чувствах и действиях)
- 33 ВЕРНЫЙ (преданный друзьям, группе)

- 34 ЦЕЛЕУСТРЕМЛЕННЫЙ (трудолюбивый, вдохновенный)
- 35 ОТКРЫТЫЙ К ЧУЖИМ МНЕНИЯМ (терпимый к различным идеям и верованиям)
- 36 СКРОМНЫЙ (простой, не стремящийся привлечь к себе внимание)
- 37 СМЕЛЫЙ (ищущий приключений, риск)
- 38 ЗАЩИЩАЮЩИЙ ОКРУЖАЮЩУЮ СРЕДУ (сохраняющий природу)
- 39 ВЛИЯТЕЛЬНЫЙ (имеющий влияние на людей и события)
- 40 УВАЖАЮЩИЙ РОДИТЕЛЕЙ И СТАРШИХ (проявляющий уважение)
- 41 ВЫБИРАЮЩИЙ СОБСТВЕННЫЕ ЦЕЛИ (отбирающий собственные намерения)
- 42 ЗДОРОВЫЙ (не больной физически или душевно)
- 43 СПОСОБНЫЙ (компетентный, способный эффективно действовать)
- 44 ПРИНИМАЮЩИЙ ЖИЗНЬ (подчиняющийся жизненным обстоятельствам)
- 45 ЧЕСТНЫЙ (откровенный, искренний)
- 46 СОХРАНЯЮЩИЙ СВОЙ ИМИДЖ (защита собственного «лица»)
- 47 ПОСЛУШНЫЙ (исполнительный, подчиняющийся правилам)
- 48 УМНЫЙ (логичный, мыслящий)
- 49 ПОЛЕЗНЫЙ (работающий на благо других)
- 50 НАСЛАЖДАЮЩИЙСЯ ЖИЗНЬЮ (наслаждение едой, близостью, развлечениями и др.)
- 51 БЛАГОЧЕСТИВЫЙ (придерживающийся религиозной веры и убеждений)
- 52 ОТВЕТСТВЕННЫЙ (надежный, заслуживающий доверия)
- 53 ЛЮБОЗНАТЕЛЬНЫЙ (интересующийся всем, пытливый)
- 54 СКЛОННЫЙ ПРОЩАТЬ (стремящийся прощать другого)
- 55 УСПЕШНЫЙ (достигающий цели)
- 56 ЧИСТОПЛОТНЫЙ (опрятный, аккуратный)
- 57 ПОТВОРСТВУЮЩИЙ СВОИМ ЖЕЛАНИЯМ (занимающийся тем, что доставляет удовольствие)

Профиль личности

	Очень похож на меня	Похож на меня	В некоторой степени похож на меня	Немного похож на меня	Не похож на меня	Совсем не похож на меня

1. Придумывать что-то новое и быть изобретательным важно для него. Он любит поступать по-своему, на свой лад.						
2. Для него важно быть богатым. Он хочет, чтобы у него было много денег и дорогих вещей.						
3. Он считает, что важно, чтобы с каждым человеком в мире обращались одинаково. Он верит, что у всех должны быть равные возможности в жизни.						
4. Для него очень важно показать свои способности. Он хочет, чтобы люди восхищались тем, что он делает.						
5. Для него важно жить в безопасном окружении. Он избегает всего, что может угрожать его безопасности.						
6. Он считает, что важно делать много разных дел в жизни. Он всегда стремится к новизне.						
7. Он верит, что люди должны делать то, что им говорят. Он считает, что люди должны придерживаться правил всегда, даже когда никто не видит.						
8. Для него важно выслушать мнение людей, которые отличаются от него. Даже если он не согласен с ними, он все равно хочет их понять.						
9. Он считает, что важно не просить большего, чем имеешь. Он верит,						

что люди должны довольствоваться тем, что у них есть.						
10. Он всегда ищет повод для развлечения. Для него важно делать то, что доставляет ему удовольствие.						
11. Для него важно самому решать, что делать. Ему нравится быть свободным в планировании и выборе своей деятельности.						
12. Для него очень важно помогать окружающим. Он хочет заботиться об их благополучии.						
13. Для него очень важно преуспеть в жизни. Ему нравится производить впечатление на других людей.						
14. Для него очень важна безопасность его страны. Он считает, что государство должно быть готово к защите от внешней и внутренней угрозы.						
15. Он любит рисковать. Он всегда ищет приключений.						
16. Для него важно всегда вести себя должным образом. Он хочет избегать действий, которые люди сочли бы неверными.						
17. Для него важно быть главным и указывать другим, что делать. Он хочет, чтобы люди делали то, что он говорит.						
18. Для него важно быть преданным своим друзьям. Он						

хочет посвятить себя своим близким.						
19. Он искренне верит, что люди должны заботиться о природе. Заботиться об окружающей среде важно для него.						
20. Быть религиозным важно для него. Он очень старается следовать своим религиозным убеждениям.						
21. Для него важно, чтобы вещи содержались в порядке и в чистоте. Ему действительно не нравится беспорядок.						
22. Он считает, что важно интересоваться многим. Ему нравится быть любознательным и пытаться понять разные вещи.						
23. Он считает, что все народы мира должны жить в гармонии. Содействовать установлению мира между всеми группами людей на земле важно для него.						
24. Он думает, что важно быть честолюбивым. Ему хочется показать насколько он способный.						
25. Он думает, что лучше всего поступать в соответствии с установившимися традициями. Для него важно соблюдать обычаи, которые он усвоил.						

26. Для него важно получать удовольствие от жизни. Ему нравится «баловать» себя.						
27. Для него важно быть чутким к нуждам других людей. Он старается поддерживать тех, кого знает.						
28. Он полагает, что всегда должен проявлять уважение к своим родителям и людям старшего возраста. Для него важно быть послушным.						
29. Он хочет, чтобы со всеми поступали справедливо, даже с людьми, которых он не знает. Для него важно защищать слабых.						
30. Он любит сюрпризы. Для него важно, чтобы его жизнь была полна ярких впечатлений.						
31. Он очень старается не заболеть. Сохранение здоровья очень важно для него.						
32. Продвижение вперед в жизни важно для него. Он стремится делать все лучше, чем другие.						
33. Для него важно прощать людей, которые обидели его. Он старается видеть хорошее в них и не держать обиду.						
34. Для него важно быть независимым. Ему нравится полагаться на себя.						

35. Иметь стабильное правительство важно для него. Он беспокоится о сохранении общественного порядка.							
36. Для него очень важно все время быть вежливым с другими людьми. Он старается никогда не раздражать и не беспокоить других.							
37. Он по-настоящему хочет наслаждаться жизнью. Хорошо проводить время очень важно для него.							
38. Для него важно быть скромным. Он старается не привлекать к себе внимание.							
39. Он всегда хочет быть тем, кто принимает решения. Ему нравится быть лидером.							
40. Для него важно приспособливаться к природе, быть частью ее. Он верит, что люди не должны изменять природу.							

**Приложение Д. Авторская анкета для лиц невовлеченных в
волонтерскую деятельность**

1. Пожалуйста, укажите Ваш город
2. Пожалуйста, укажите Ваш возраст
 - 18 - 20 лет
 - 21 - 22 года
 - 23 - 24 года
 - 25 - 26 лет
 - 27 - 28 лет
 - 29 - 30 лет
3. Пожалуйста, укажите Ваш пол
 - Мужчина
 - Женщина
4. Пожалуйста, укажите Ваш основной род деятельности
 - Я учусь
 - Я работаю
 - Другое
5. Пожалуйста, укажите основную направленность Вашей профессии.
 - Преимущественно сфера работы с людьми
 - Преимущественно сфера умственного труда
 - Преимущественно сфера физического труда
6. Занимались ли Вы когда-нибудь волонтерством?
 - Да
 - Нет
7. (Если Вы утвердительно ответили на предыдущий вопрос) Как долго? И в чем оно заключалось?
8. Хотели бы Вы заняться волонтерской деятельностью в будущем?
 - Да
 - Нет

9. Были ли в Вашей жизни в последние полгода значимые события? Если да — какие? Как вам кажется, как они повлияли на Вас, на Вашу личность?
10. Есть ли еще какая-либо сфера (например, спортивная секция, какой-либо молодежный проект и т.д.), в которой Вы пытаетесь себя реализовать помимо Вашего основного вида деятельности и волонтерства?
- Да
 - Нет
11. Если Вы утвердительно ответили на предыдущий вопрос, пожалуйста укажите, что это за сфера.
12. Хотели ли бы Вы узнать будущие результаты исследования?
- Да
 - Нет
13. Пожалуйста, укажите Вашу почту и/ или иные контакты для обратной связи. (Пожалуйста, укажите те же данные, что и в прошлый раз. При желании, можете их дополнить электронной почтой)

Приложение Е. Авторская анкета для волонтеров

1. Пожалуйста, укажите Ваш город
2. Пожалуйста, укажите Ваш возраст
 - 18 - 20 лет
 - 21 - 22 года
 - 23 - 24 года
 - 25 - 26 лет
 - 27 - 28 лет
 - 29 - 30 лет
3. Пожалуйста, укажите Ваш пол
 - Мужчина
 - Женщина
4. Пожалуйста, укажите Ваш основной род деятельности
 - Я учусь
 - Я работаю
 - Другое
5. Пожалуйста, укажите основную направленность Вашей профессии.
 - Преимущественно сфера работы с людьми
 - Преимущественно сфера умственного труда
 - Преимущественно сфера физического труда
6. Как долго Вы принимаете участие в волонтерской деятельности?
 - Менее полугода
 - Полгода – 1 год
 - 1 – 2 года
 - 2 - 3 года
 - 3 - 5 лет
 - Более 5 лет
7. С какой частотой Вы принимаете участие в волонтерской деятельности?
 - Еженедельно

- Каждые 2 недели
- 1 раз в месяц
- 1 раз в три месяца
- 1 раз в полгода

8. «Как Вы субъективно оцениваете свою вовлеченность в волонтерскую деятельность?» по шкале от 1 до 7, где 1 = крайне низко, практически не вовлечен, а 7 = крайне высоко, сильно вовлечен.

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7

9. С какой целевой группой связана Ваша волонтерская деятельность?

- Помощь пожилым людям
- Помощь людям с ОВЗ
- Помощь детям – сиротам
- Помощь людям, попавшим в трудную жизненную ситуацию
- Помощь животным
- Помощь людям с онкологическими заболеваниями

10. В чем преимущественно заключаются Ваши функции в роли волонтера?

11. Есть ли у Вас волонтерская книжка?

- Да
- Нет

12. Есть ли еще какая-либо сфера (например, спортивная секция, какой-либо молодежный проект и т.д.), в которой Вы пытаетесь себя реализовать помимо Вашего основного вида деятельности и волонтерства?

- Да

- Нет

13. Если Вы утвердительно ответили на предыдущий вопрос, пожалуйста укажите, что это за сфера.

14. Пожалуйста, укажите Вашу почту и/ или иные контакты для обратной связи. (Пожалуйста, укажите те же данные, что и в прошлый раз. При желании, можете их дополнить электронной почтой)