

**ВОЛОНТЁРСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ  
КАК РЕСУРС САМОРЕАЛИЗАЦИИ ЛИЧНОСТИ**

*Капустина Александра Николаевна*

*канд. психол. наук,  
доцент Санкт-Петербургского государственного университета,  
199034, РФ, г. Санкт-Петербург, Университетская наб., 7-9  
E-mail: [kan45@mail.ru](mailto:kan45@mail.ru)*

**VOLUNTEER ACTIVITIES  
AS A SELF-ACTUALIZATION RESOURCE**

*Aleksandra Kapustina*

*Candidate of Psychological Sciences,  
Associate professor of St. Petersburg State University,  
199034, Russia, St. Petersburg, Universitetskaya emb., 7-9*

**АННОТАЦИЯ**

Исследование проведено с целью изучения волонёрской деятельности как ресурса самореализации личности. В его задачи входило выявление мотивов, побуждающих людей к волонёрской деятельности, изучение социально-психологических свойств, проявляющихся в ценностных и смысложизненных ориентациях личности молодого человека.

Исследование проводилось осенью 2015 года, в нём принял участие 151 человек (средний возраст 22 года), из них 68 мужчин и 83 женщин, студентов различных вузов г. Санкт-Петербурга.

В ходе исследования сравнивались контрольная (73 человека) и экспериментальная, волонёрская (78 человек), группы. Экспериментальная группа была разделена по основным видам добровольческой деятельности на две подгруппы. Были изучены основные мотивы, побуждающие людей

к выбору волонтерской деятельности, а также определены социально-психологические установки мотивационно-потребностной сферы личности и смысложизненные ориентации. В результате контент-анализа и статистической обработки полученных данных (критериев t-Стьюдента, U-Манна–Уитни, коэффициента корреляции r-Спирмена), выявлены основные мотивы, побуждающие людей к выбору волонтерской деятельности, социально-психологические установки мотивационно-потребностной сферы личности, ценностные и смысложизненные ориентации, характеризующие каждую группу волонтеров. Исследование показало, что волонтерство предоставляет возможности для самореализации и самоорганизации личности, являясь источником социальных связей, и даёт основу для профессионального самоопределения молодого человека.

### **ABSTRACT**

The study was conducted in order to research volunteer activities as a self-actualization resource, to reveal specific motives, personal peculiarities and value orientation of people involved in volunteer activities. In this study 151 person from 19 to 26 years (middle age 22 years), 68 men and 83 women participated.

In the course of the study experimental and control groups (73 person) were compared, and experimental group (78 person) was divided into two groups as two types of volunteer activities.

We researched main motives, which make people to take part in volunteer activities, social-psychological personal attitudes in need-motivational sphere and life-meaning orientations. Data analysis was applied using independent-samples T-Test, Mann-Whitney U criteria, Spearman's rho correlation criteria. Proposed hypothesis were confirmed. As a result, self-actualization peculiarities were determined for each group of volunteers. Main sources of self-actualization for volunteer activities' were determined. These sources are expressed in value and life-meaning orientations: altruistic orientation, orientation on process, aspiration to take care of close people, aspiration to keep traditions.

**Ключевые слова:** волонтерская деятельность, внутриличностный конфликт, мотивация, самореализация, ценности, смысложизненные ориентации, альтруизм.

**Keywords:** volunteer activities, intrapersonal conflict, motivation, self-actualization, values, life-meaning orientations, altruism.

В современном мире волонтерство является важным компонентом успешного социального развития личности. Волонтерское движение в России принято считать одним из методов культурно-воспитательной работы с молодежью [9]. За рубежом добровольческая деятельность рассматривается как социально значимая, как вклад в социальный сектор и экономическое развитие общества. К ней относятся как к трансляции ценностей и традиций и как к возможности интеграции в общество незащищенных групп граждан. В нашей стране, несмотря на глубокие культурные традиции, волонтерская деятельность пока не стала столь распространенной и общепринятой нормой поведения. При этом известно, что волонтерство способствует формированию просоциальных жизненных стратегий, успешному построению межличностных взаимоотношений, является источником социальных связей, интересного досуга, а также даёт основу стать профессионалом в той или иной деятельности человека [2]. Однако волонтерство редко рассматривают с позиции потенциала самореализации главного субъекта добровольческой деятельности – волонтера. Поэтому ощущается необходимость изучения различного вида волонтерства среди российской молодежи и выявление мотивов к этой деятельности и психологических проявлений самореализации личности, способной к свободному самовыражению и творчеству [1].

Целью исследования явилось изучение волонтерской деятельности как ресурса самореализации личности.

Основная гипотеза заключается в том, что волонтерская деятельность формирует мировоззренческую сферу личности, жизненные стратегии и является источником как её самоорганизации, так и социального развития.

Для проведения исследования применялся комплексный и сравнительный подходы и использовались следующие методы:

- метод опроса (анкетирование и интервью);
- ценностный опросник Ш. Шварца [4, 7];
- методика диагностики социально-психологических установок личности в мотивационно-потребностной сфере (О.Ф. Потёмкина) [6];
- тест смысложизненных ориентаций Д.А. Леонтьева [5];
- контент-анализ.

Математико-статистическими методами явились критерии различий t-Стьюдента, U-Манна–Уитни, корреляционный анализ r-Спирмена.

Выборка исследования, проведённого осенью 2015 года, состояла из студенческой молодёжи Санкт-Петербурга – 151 человек (средний возраст 22 года, 72 мужчины и 79 женщины). Из них выделена контрольная группа (73 человека: 35 мужчин, 38 женщин) и экспериментальная, состоящая из волонтёров (78 человек: 37 мужчин, 41 женщина). Экспериментальная группа была разделена на две подгруппы по двум основным видам волонтёрской деятельности: социального волонтёрства (помощь людям) – 37 человек и событийного (сервисного) волонтёрства – 41 человек.

### **Обсуждение результатов эмпирического исследования**

*Контент-анализ* результатов проведённого анкетирования позволил сделать следующие выводы:

1. ИмPLICITные представления об образе волонтёра и в контрольной группе, и в группе самих волонтёров имеют общее определённое понимание: это человек, готовый безвозмездно выполнять общественно-полезную деятельность (83 %); следующий идеям совершенствовать общество, приносить пользу окружающему миру (76 %); имеющий устойчивые жизненные принципы (68 %); направляющий свои усилия на гармонизацию общества (53 %). У всех респондентов в описании образа волонтёра отсутствовали какие-либо негативные характеристики, что говорит о позитивном восприятии его образа в современной молодёжной среде.

2. При ответе на вопрос: «С каким словом у Вас ассоциируется понятие «Волонтерская деятельность», 90% респондентов выбрали глагол «помогать». Это свидетельствует о том, что в обществе понятия «волонтерская деятельность» и «помощь» являются синонимичными.

3. Экспериментальной группе – участникам волонтерских организаций – было предложено выбрать сферы волонтерской деятельности, в которых они чаще всего принимали участие. Среди вариантов ответов выделились основные два вида добровольческой деятельности: *событийное (сервисное) волонтерство* – деятельность в помощи проведения различных массовых мероприятий (спортивных, выставочных, участие в форумах, презентаций, фестивалей и т. д.). Его предпочитает 51 % (41 чел.) нашей экспериментальной выборки. Другим приоритетным направлением стало *социальное волонтерство* – помощь другим людям (пожилым, детям, инвалидам, пострадавшим от стихийных бедствий, социальных катаклизмов, терактов и т. д.). Этим видом добровольческой деятельности в нашей выборке занимается 49 % (37 чел.). Эти результаты позволили разделить экспериментальную выборку на две равномерные по своим демографическим характеристикам группы в зависимости от сферы волонтерской деятельности, что послужило основой для проведения между этими группами сравнительного анализа результатов исследования.

*Сравнительный анализ по результатам изучения ценностных ориентаций* (методика Ш. Шварца) не обнаружил статистически значимых различий ни по полу, ни между контрольной группой и экспериментальной, ни внутри группы волонтеров. И те и другие в качестве основных предпочитаемых ценностей выбрали безопасность, самостоятельность, самоуважение. Отвергаемыми ценностями для всех респондентов явились власть, конформность, принятие своей участи. В виде тенденций существуют различия между контрольной выборкой и экспериментальной по группе ценностей, обозначенной Шварцем как универсализм [4; 7].

При сравнении двух групп волонтеров выявлены различия на уровне тенденций только в предпочитаемых ценностях. Так, для группы социальных волонтеров важными являются такие ценности, как доброта, смысл жизни, зрелая любовь. Для группы событийных волонтеров – достижение, успешность, гедонизм. Таким образом, представители молодежи всех сравниваемых нами групп не склонны к конформному поведению и принятию жизни такой, какая она есть, выбирая её преобразование. Волонтеры, выбравшие сервисное добровольчество, хотят жить жизнью, полной впечатлений и новизны, достигать социального признания, что обеспечивает им чувство успешности и самоуважения. Для социальных волонтеров основным отличием является направленность на построение глубоких позитивных эмоциональных отношений с другими людьми, готовности прийти на помощь другим людям, что даёт им основу для самореализации и гармонизации своей духовной жизни.

*Сравнительный анализ исследования смысложизненных ориентаций личности* (методика СЖО Д.А. Леонтьева) во всех группах выявил половые различия по шкале «Локус контроль-Я» ( $p < 0,05$ ). Женщины более склонны верить в свои силы и возможность влиять на события собственной жизни. Сравнение между контрольной группой и экспериментальной выявило статистически значимые различия по шкалам «Локус контроля-Я» и «Локус контроля-жизнь» ( $p < 0,05$ ). Для контрольной группы результаты по этим шкалам находятся в диапазоне средних значений, тогда как в группе волонтеров показатели этих шкал попадают в диапазон высокого уровня. Это говорит о том, что занятость человека добровольческой деятельностью связана с выраженностью смысложизненных ориентаций личности.

Сравнения двух групп экспериментальной выборки значимых различий не обнаружило, однако группа социальных волонтеров имеет более высокие показатели по шкалам «Локус контроля-Я» и «Локус контроля-жизнь». Исходя из этих результатов, можно предположить, что волонтеры, занимающиеся социальным добровольчеством, более свободно принимают самостоятельные решения и воплощают их в жизнь, чем их коллеги. Это обусловлено тем,

что в деятельности, предполагающей непосредственное взаимодействие с другими людьми, необходимо проявлять больше творческих способностей, уметь быстро находить варианты выхода из сложившихся различных ситуаций и взять на себя ответственность за принятие решений [1; 8]. Тогда как при работе сервисных волонтеров на мероприятиях их действиями руководят организаторы, и чаще всего модели поведения волонтера заранее определены.

*Изучение социально-психологических установок личности в мотивационно-потребностной сфере волонтеров, занятых социальным и событийным добровольчеством (методика О.Ф. Потёмкиной) показало:*

1. Для всех волонтеров ориентации мотивационно-потребностной сферы (на результат, процесс, альтруизм) выражены высоко и в равной степени.

2. Ориентация на эгоизм находится на уровне средних оценок и выражает известную долю «разумного эгоизма», который необходим в принятии себя, обуславливая такое отношение к себе, как самоуважение [3].

3. Результаты по данной методике позволяют охарактеризовать всю экспериментальную выборку волонтеров как высоко мотивированную с гармонично выраженными установками на самореализацию личности [8].

4. Проведенный сравнительный анализ с применением критерия различий U-Манна–Уитни между двумя группами волонтеров выявил статистически достоверные различия в пользу социальных волонтеров по двум шкалам: ориентация на процесс и ориентация на альтруизм ( $p < 0,01$ ).

Молодые люди, которые выбрали социальное волонтерство, в большей степени, чем их коллеги, ориентированы на процесс, нежели на результат. Это свидетельствует о том, что волонтеры испытывают удовлетворенность в самом процессе своей деятельности. При этом их процессуальная направленность не препятствует ориентации на результативность, которая достигается в текущем процессе, оказывая помощь другим людям.

5. Высокие показатели социальных волонтеров, ориентирующихся на альтруистические ценности, отражают их гуманистические принципы – «служить человечеству, улучшая самих себя». Эти принципы были

сформулированы ими в ходе нестандартизированного интервью во время их работы в аэропорту «Пулково» с родственниками пассажиров, погибших в результате теракта в Египте. Выяснилось, что основными источниками мотивации выбора социального волонтерства оказались пережитые личностью кризисные ситуации и её стремление к преодолению внутриличностного конфликта. Волонтеры утверждали, что сознательное и добровольное служение людям, желание помочь им способствуют их ощущениям своей самореализованности, нужности другим и придают чувство уверенности в себе и в своих силах. Их высказывания соответствуют теоретическим обоснованиям альтруизма [3].

*Корреляционный анализ* отражает связи исследуемых показателей по совокупной выборке экспериментальной группы (N=78). Выявлено, что центральными признаками в статистически значимых взаимосвязях на 1 % уровне ( $r=0,401$ ) оказались показатели мотивационно-потребностной сферы «ориентация на альтруизм» и «ориентация на процесс», а также показатели смысложизненных ориентаций «Локус контроль-Я» и «Локус контроль-жизнь». Следует отметить, что все эти центральные признаки находятся в тесной взаимосвязи друг с другом. Комплекс взаимосвязей признака «Ориентация на альтруизм» имеет значимую положительную связь с показателем ценностных ориентаций «Доброта» ( $r=0,404$ ) и отрицательную с показателями группы ценностей «Стимуляция» ( $r=0,443$ ). Центральный признак «Ориентация на процесс», помимо общих взаимосвязей с предыдущим комплексом, имеет высоко положительные связи с показателями группы ценностей «Традиции» и «Цель жизни» ( $r=0,586$ ;  $r=0,469$ ) и отрицательную – с ценностью «Власть» ( $r=0,497$ ). Симптомообразующие признаки смысложизненных ориентаций «Локус контроль-Я» и «Локус контроль-жизнь» оказались связанными с теми же центральными признаками мотивационной сферы и с показателями в тех же значениях – с ценностными ориентациями. При этом центральный признак «Локус контроль-жизнь» имеет ещё и тесную отрицательную связь с показателем ценностей «Гедонизм» ( $r=0,425$ ), что свидетельствует о том,



что наслаждение жизнью и чувственные удовольствия не являются жизненными ориентирами для личности волонтера [7].

Проведенное исследование позволяет нам обобщить основные результаты. При изучении ценностных ориентаций и мотивационных установок не выявлены статистически значимые половые различия ни в контрольной группе, ни в экспериментальной. Обнаруженный факт говорит о том, что на формирование мировоззренческой сферы личности влияние пола не существенно.

При изучении ценностных ориентаций статистически достоверных различий между контрольной и волонтерской группами не выявлено. Общими для обеих групп в качестве основных предпочитаемых ценностей оказались безопасность, самостоятельность, самоуважение. Отвергаемыми ценностями для всех респондентов явились власть, конформность, принятие своей участи. Таким образом, можно говорить о том, что представители молодежи нашей выборки несклонны к конформистскому поведению и выбирают активную жизненную позицию, являющуюся основой уважительного отношения к себе. Обнаружены различия в выборе предпочитаемых ценностей у групп социальных волонтеров и сервисных. Наряду с общими со всей выборкой ценностями, социальные волонтеры также предпочитают такие ценности, как доброта, смысл жизни, зрелая любовь. Для них ведущими становятся позитивные эмоциональные отношения с другими людьми. Событийные волонтеры выбирают: достижения, успешность, гедонизм, определяющие самореализацию личности как достижение социального признания.

В отличие от контрольной группы волонтеры выбирают универсальные ценности: терпимость, широкий кругозор, социальную справедливость, духовную жизнь, которые являются базисной детерминантой добровольческой деятельности [1].

При анализе результатов изучения смысложизненных ориентаций во всех группах выборки обнаружены статистически значимые половые различия по шкале «Лocus контроль-Я» ( $p < 0,05$ ). Полученный факт говорит о том,

что женщины в большей степени, чем мужчины, склонны верить в свои силы и контролировать события своей собственной жизни.

Сравнение показателей между контрольной группой и экспериментальной выявило значимые различия по шкалам «Локус контроль-Я» и «Локус контроль-жизнь» в пользу группы волонтеров ( $p < 0,05$ ). Это говорит о том, что человек, занимающийся добровольческой деятельностью, склонен к осмыслению своей жизни, верит в свои силы, в возможность влиять на события своей жизни, контролировать свои поступки и поведение, принимать решения и воплощать их в жизнь [5]. Альтруизм, который свойственен обеим группам волонтеров, является наиболее ценной общественной мотивацией и определяет степень самореализации личности [3; 6; 8].

Корреляционные связи выявили основные мотивационные потребности, смысложизненные ориентации и базовые ценности личности, которые определяют потенциал личности, способной к самореализации и отражают готовность волонтера к альтруистическому поведению.

Таким образом, волонтерская деятельность может выполнять нравственную функцию возрождения в молодежной среде фундаментальных ценностей – милосердия, справедливости, гуманности, отзывчивости, доброты, а также становится эффективным способом преодоления внутриличностного конфликта, значимым ресурсом саморазвития личности и развития общества.

### **Список литературы:**

1. Азарова Е.С., Яницкий М.С. Психологические детерминанты добровольческой деятельности. // Вестник Томского государственного университета. – 2008. – № 306. – С. 120–126.
2. Зимин В.А. In nomine Domini. Восприятие просоциального поведения в России: исторический анализ // Психология, социология и педагогика. – Апрель, 2013, № 4 (19), общая рубрика. / [Электронный ресурс]. – Режим доступа: URL: <http://psychology.snauka.ru/2013/05/2153> (дата обращения: 12. 11. 2015).

3. Ильин Е.П. Психология помощи. Альтруизм, эгоизм, эмпатия. – СПб.: Питер, 2013. – 304 с.
4. Карандашев В.Н. Методика Шварца для изучения ценностей личности. – СПб.: Речь, 2004. – 70 с.
5. Леонтьев Д.А. Тест смысложизненных ориентаций (СЖО). – 2-е изд. – М.: Смысл, 2000. – 18 с.
6. Методика диагностики социально-психологических установок личности в мотивационно-потребностной сфере О.Ф. Потёмкиной / Практическая психодиагностика. Методики и тесты. – Самара: Изд. «Бахрах», 1999. – 672 с.
7. Почебут Л.Г., Мейжис И.А. Социальная психология. – СПб.: Питер, 2010. – 672 с.
8. Психологические проблемы самореализации личности. – Вып. 14 / под ред. Л.А. Коростылёвой. – СПб.: Изд. СПбГУ, 2013. – 260 с.
9. Тихонов Р.В. Изучение мотивационной сферы волонтеров: пилотажное исследование // Психология XXI века: Материалы международной научно-практической конференции молодых учёных «Психология XXI века», апрель 2012 года, Санкт-Петербург. – СПб.: Изд. СПбГУ, 2012. – С. 374–376.

### **References:**

1. Azarova E.S., Ianitskii M.S. Psychological determinants of volunteering. Vestnik Tomskogo gosudarstvennogo universiteta. [Newsletter of Tomsk State University], 2008, no. 306, pp. 120–126 (In Russian).
2. Zimin V.A. In nomine Domini. The perception of prosocial behavior in Russia: a historical analysis. Psikhologiya, sotsiologiya i pedagogika. [Psychology, sociology and pedagogy], 2013, no. 4 (19). Available at: <http://psychology.snauka.ru/2013/05/2153> (accessed 12 November 2015)
3. Il'in E.P. Psychology help. Altruism, selfishness, empathy. St. Petersburg, Piter Publ., 2013. 304 p. (In Russian).

4. Karandashev V.N. Schwarz's methods for the study of individual values. St. Petersburg, Rech' Publ., 2004. 70 p. (In Russian).
5. Leont'ev D.A. Test life orientations (LO). 2 ed. Moscow, Smysl Publ., 2000. 18 p. (In Russian).
6. Methods for diagnostics of socio-psychological personality settings in the need-motivational sphere of O.F. Potemkina. Practical psychodiagnostics. Procedures and tests. Samara, «Bakhrakh» Publ., 1999. 672 p. (In Russian).
7. Pochebut L.G., Meizhis I.A. Social psychology. St. Petersburg, Piter Publ., 2010. 672 p. (In Russian).
8. Korostylev L.A. Psychological problems of self-identity. Ed. 14. St. Petersburg, Saint-Petersburg State University Publ., 2013. 260 p. (In Russian).
9. Tikhonov R.V. The study of motivational sphere of volunteers: a pilot study. Psikhologiiia KhKhI veka: Materialy mezhdunarodnoi nauchno-prakticheskoi konferentsii molodykh uchenykh «Psikhologiiia KhKhI veka», aprel' 2012 goda, Sankt-Peterburg. [Psychology of the XXI Century: Proceedings of the international scientific-practical conference of young scientists "The Psychology of the XXI century", April 2012, St. Petersburg], St. Petersburg, Saint-Petersburg State University Publ., 2012. pp. 374–376 (In Russian).