

**Помощь как стиль жизни:
психологические аспекты волонтерской деятельности¹**

О.А. ГУЛЕВИЧ

*кандидат психологических наук, доцент кафедры организационной психологии
факультета психологии Национального исследовательского университета
«Высшая школа экономики»*

И.А. ШЕВЕЛЕВА

*бакалавр факультета психологии Национального исследовательского
университета «Высшая школа экономики»*

А.А. ФОМИЧЕВ

*бакалавр факультета психологии Национального исследовательского
университета «Высшая школа экономики»*

В статье рассматриваются современные зарубежные психологические исследования волонтерской деятельности. Особое внимание уделяется эгоистической и альтруистической мотивации волонтерства, а также факторам, оказывающим влияние на интенсивность волонтерской активности. В заключение описаны ограничения существующих исследований.

***Ключевые слова:** волонтеры, эмпатия, стресс, «большая пятерка», социальные нормы, симпатия, приверженность организации, стиль привязанности.*

В логике рассматриваемой проблематики под помощью понимаются действия человека, направленные на улучшение положения или состояния партнера. Систематическое изучение помогающего поведения началось в 70-х годах прошлого века. Социальные психологи того времени попытались ответить на вопрос, почему и при каких условиях люди помогают окружающим.

В течение последующих 40 лет для изучения помогающего поведения были

проведены десятки корреляционных и экспериментальных исследований.

Интерес специалистов привлекли самые разные формы помощи: от однократных действий (например, пожертвований в пользу бездомных) до систематической активности (например, гражданского поведения в организациях и волонтерства).

В результате оформилось несколько направлений психологического анализа помощи. Эти направления различаются по объекту (кому оказывают помощь?) и

¹ В данной статье использованы результаты, полученные в ходе выполнения проекта № 13-05-0004 при поддержке программы «Научный фонд НИУ ВШЭ» в 2013 г.

субъекту (кто оказывает помощь?) действий. Объектом и субъектом помощи может быть конкретный человек или социальная группа в целом (таблица)².

Большинство современных исследований посвящено помогающему поведению, которое человек осуществляет от своего лица вне зависимости от своей принадлежности к социальной группе (тип I и II). При этом объектом его действий могут быть как конкретный партнер, так и группа в целом (например, человек может жертвовать деньги в благотворительный фонд, помогающий бездомным, малолетним преступникам и т. д.).

Реже встречаются исследования помогающего поведения, осуществляемого человеком, который действует в рамках группы и осознает свою принадлежность к этому сообществу. Объектом его помощи могут стать как отдельные представители ин- или аутгруппы (тип III) (например, гражданское поведение, ориен-

тированное на сотрудников/активность представителей волонтерских сообществ), так и ин- или аутгруппа в целом (тип IV) (например, гражданское поведение, ориентированное на организацию/поддержку мер по оказанию экономической, образовательной и другой помощи представителям социальных меньшинств).

В этой статье мы рассмотрим помощь отдельным представителям аутгруппы, которую осуществляют члены волонтерских организаций (тип III).

Волонтерство — это длительное, планируемое и добровольно осуществляемое помогающее поведение, которое направлено на улучшение положения незнакомых людей в рамках организации [14]. Таким образом, специфика волонтерской деятельности заключается в следующем.

Волонтеры оказывают помощь от имени и в рамках организации. Для это-

Таблица

Типы помогающего поведения

Кому оказывается помощь / Кто оказывает помощь	Индивид	Группа
Индивид	I. Помощь конкретному партнеру, которую человек оказывает индивидуально	II. Помощь ингруппе/ аутгруппе, которую человек оказывает индивидуально
Группа	III. Помощь конкретному партнеру из ингруппы/ аутгруппы, которую оказывает человек, действующий в рамках группы/от ее имени	IV. Помощь ингруппе/ аутгруппе, которую оказывает человек, действующий в рамках группы/от ее имени

² В основе данной классификации лежит объективный критерий включенности человека в группу. Мы понимаем, что подобная классификация носит условный характер. С психологической точки зрения, действия человека зависят не от условий организации ситуации как таковой, а от ее восприятия участниками. В одной и той же ситуации одни люди могут выступать от своего имени, а другие — от имени группы. Аналогичным образом они могут воспринимать своего партнера. Однако в большинстве исследований субъективное восприятие человеком своего положения и положения партнера не фиксируется. Именно поэтому в основу нашей классификации и положен объективный критерий.

го они могут объединяться со своими единомышленниками;

приходят в организацию добровольно и в любой момент могут покинуть ее;

самостоятельно определяют уровень своей активности в рамках организации; оказывают помощь систематически на протяжении определенного времени;

направляют свою деятельность как на группу людей (например, помощь детям-сиротам), так и на решение конкретной проблемы (например, защиту окружающей среды);

оказывают помощь незнакомым людям, сходным по какому-либо признаку (наличие заболевания, отсутствие родителей или жилья и т. д.), или животным.

В статье речь пойдет о различных волонтерских сообществах, деятельность которых направлена как на группу людей, так и на решение конкретной проблемы [13]. Мы сконцентрируемся на зарубежной традиции в изучении этого феномена и попытаемся ответить на вопросы, для чего и при каких условиях люди работают в рамках волонтерских организаций.

I. Мотивы волонтерской деятельности

Первые представления о причинах помощи окружающим сформировались около 30 лет назад. Еще тогда психологи предположили, что в основе могут быть как альтруистические, так и эгоистические мотивы. Идея о существовании двух типов мотивации сохранилась и до наших дней [4; 24].

Так, одни исследователи считают, что в основе помощи лежат *эгоистические мотивы*: люди помогают окружающим

ради достижения личных целей. По их мнению, человек является преимущественно эгоистическим существом. Вступая во взаимодействие, он обменивается с окружающими материальными и социальными ресурсами, такими как любовь, услуги, статус или информация, используя стратегию «минимакса»: пытается извлечь максимальную выгоду, т. е. получить максимальное вознаграждение при минимуме затрат. Выгода может быть «внутренней» (связанной с психологическим состоянием человека) и «внешней» (связанной с материальным вознаграждением или одобрением со стороны других людей). Следовательно, человек, с этой точки зрения, оказывает помощь окружающим за неимением другого способа для достижения собственных целей, а возможное вознаграждение превышает затраты. В противном случае, например, если помощь требует больших усилий, страдания партнера вызывают сильные негативные эмоции, а человек имеет возможность избежать взаимодействия, вероятность помощи становится минимальной.

Другие исследователи полагают, что помощь порождается преимущественно *альтруистической мотивацией*: человек помогает окружающим ради улучшения их состояния. Они концентрируют внимание на помощи, которая требует больших усилий, связана с риском для материального, психологического или физического благополучия помощника. Человек с альтруистической мотивацией помогает окружающим, даже если у него есть другие способы решить свои проблемы и он может в любой момент покинуть взаимодействие.

В пользу наличия принципиального различия между эгоистической и альт-

руистической мотивацией косвенно говорит следующий факт: просьба о помощи, включающая в себя оба типа мотивации, вызывает меньший отклик, чем сообщение, в котором указан лишь один мотив. Это было показано в эксперименте [10], участники которого получали письмо по электронной почте. Их просили принять участие в коротком исследовании и прочитать текст, посвященный международной некоммерческой организации «Make-A-Wish Foundation», которая исполняет желания детей с опасными для жизни заболеваниями. Студенты узнавали, что эта организация существует 20 лет, в течение которых исполнила 1800 пожеланий, что смогла сделать благодаря пожертвованиям обычных граждан. В конце письма студентов просили пожертвовать деньги. Было создано три варианта сообщений: с эгоистической (Помогая другим людям, Вы почувствуете себя лучше), альтруистической (Давая деньги, Вы помогаете больному ребенку исцелиться, а его родным избежать потери) и смешанной (приводили обе причины) мотивацией. В конце исследования респондентам задавался вопрос, готовы ли они поддерживать эту организацию. Результаты исследования показали, что люди выражали большую готовность помочь, если сталкивались с причинами одного типа, «смешанные» сообщения порождали психологическое сопротивление.

Идея о двух типах мотивации помогающего поведения была воплощена в исследованиях, посвященных изучению мотивации волонтеров. Так, в соответствии с функциональным подходом люди принимают участие в деятельности волонтерских движений, когда она позволяет им удовлетворить свои потребнос-

ти. Поскольку разные люди обладают разными потребностями, в основе волонтерской деятельности могут лежать как эгоистические, так и альтруистические мотивы.

Наибольшей популярностью в последние годы пользуется классификация Клэри, включающая в себя шесть мотивов волонтерской деятельности [11; 12; 13; 27]:

выражение ценностей (желание действовать в соответствии с общечеловеческими ценностями, интерес и позитивное отношение к людям);

получение нового опыта и навыков (желание больше узнать о мире, использовать новые возможности, освоить новые способы поведения);

формирование социальных отношений (желание стать членом группы и получить одобрение);

расширение карьерных возможностей (приобретение опыта, который будет важен для построения карьеры, облегчит последующее трудоустройство);

решение личных проблем (бегство от них, уменьшение негативных эмоций или чувства вины);

психологическое развитие (повышение самооценки, укрепление чувства собственного достоинства).

На основе этой классификации был создан опросник из 30 утверждений (по пять пунктов на каждый мотив), например: «Я забочусь о тех, кому повезло меньше, чем мне (выражение ценности)», «Независимо от того, как плохо я себя чувствую, волонтерство помогает мне забыть об этом (решение личных проблем)». Респондент должен оценить степень своего согласия с этими утверждениями по 5-балльной шкале [12; 13]. Исследования, проведенные с помощью

опросника, показали, что люди осуществляют волонтерскую деятельность как по альтруистическим (выражение ценностей), так и по эгоистическим мотивам³.

Выраженность эгоистической и альтруистической мотивации, в свою очередь, зависит от наличия у волонтеров тех или иных психологических характеристик. Например, альтруистическая мотивация волонтерства свойственна людям с высоким уровнем доброжелательности и экстраверсии⁴. Причем чем меньше доброжелательность человека, тем большее значение приобретает уровень экстраверсии [6].

Интерес к мотивации волонтерства связан с влиянием, которое она оказывает на включенность человека в деятельность волонтерских сообществ. Исследования показывают, что чем больше работа в волонтерских сообществах удовлетворяет потребности человека, тем больше времени он посвящает подобной деятельности [12].

II. Факторы, оказывающие влияние на активность волонтеров

1. Модели помогающего поведения

Помощь — одна из наиболее распространенных форм социального поведения, однако вероятность ее оказания зависит от целого ряда условий. За последние 20 лет было предпринято несколько попыток их систематизации.

Наиболее известными являются модели намеренного поведения. Их сторонники полагают, что поступки человека определяются, прежде всего, его намерениями; содержание и сила намерений, в свою очередь, зависят от ряда факторов. Среди моделей намеренного поведения наибольшей популярностью пользуются модели разумного поведения, запланированного поведения и саморегуляции. Они различаются факторами, оказывающими влияние на силу намерений.

- Согласно модели разумного поведения, намерения человека зависят:

- от аттитудов по отношению к деятельности (представление о последствиях действий и оценка их полезности);

- субъективных норм (представление, какого поведения ждут окружающие люди, и желание соответствовать их ожиданиям).

- Согласно модели запланированного поведения, намерения определяются: аттитудами по отношению к деятельности (оценка полезности и привлекательности действий);

- субъективными нормами (представление об ожиданиях и о реальном поведении окружающих);

- контролем за поведением (принципиальная возможность контроля и самоэффективность в соответствующей области).

- В соответствии с моделью саморегуляции намерения человека зависят от аттитудов, субъективных норм и желания человека осуществить задуманное.

³ Аналогичные результаты были получены и в других исследованиях. Они показали, что интенсивность волонтерской деятельности по помощи больным СПИДом определяется, с одной стороны, интересом человека к потребностям окружающих (коммунальная ориентация) и ощущением связи с другими людьми (универсалистская ориентация), а с другой — силой личностного стресса [21]. Можно предположить, что первая и вторая особенности вызывают альтруистическую, а третья — эгоистическую мотивацию.

⁴ Имеются в виду личностные черты, образующие «большую пятерку».

При изучении поведения волонтеров чаще всего используется модель запланированного поведения (рис. 1). Проведенные исследования показывают, что аттитюды, субъективные нормы и контроль поведения действительно предсказывают намерение принять участие в работе волонтеров; намерения, в свою очередь, предсказывают реальное поведение [17; 20; 28].

Например, в одном из таких исследований [20] приняли участие 647 студентов, читавших рекламные материалы, предоставленные местным волонтерским сообществом. После этого они заполняли опросник, содержащий вопросы относительно аттитюдов, субъективных норм, контролируемости и намерений. Впоследствии исследователи фиксировали, сколько студентов приняли участие в реальной деятельности. Полученные результаты показали, что аттитюды, субъективные нормы и контролируемость действительно предсказывали намерения студентов, а уже намерения — их поведение.

Однако описанные выше модели обладают определенными ограничениями.

Во-первых, ни одна из них не позволяет однозначно предсказать поведение человека. Например, из участников исследования, высказавших сильное жела-

ние принять участие в волонтерской деятельности, всего лишь 33 % действительно сделали это в дальнейшем [20].

Во-вторых, прогностические возможности моделей намеренного поведения зависят от содержания отдельных компонентов. Типичный пример — различие между общими и ситуационными намерениями. Общие намерения, связанные с принципиальной готовностью человека совершить определенный поступок, оказывают меньшее влияние, чем ситуационные, которые содержат указание на место, время и способ совершения поступка.

В-третьих, сила разных компонентов моделей определяется дополнительными факторами, среди которых индивидуальные особенности носителей аттитюдов, привлекательность и подобие людей, с которыми они собираются совершить действие, и т. д. Например, некоторые исследования показывают, что намерения участвовать в волонтерской деятельности предсказывают три фактора: аттитюды, субъективные нормы и контроль поведения. Однако воздействие аттитюдов опосредуется ощущением морального обязательства перед другими людьми: аттитюды оказывают большее влияние на намерения волонтеров, считающих, что участие в волонтерской ак-

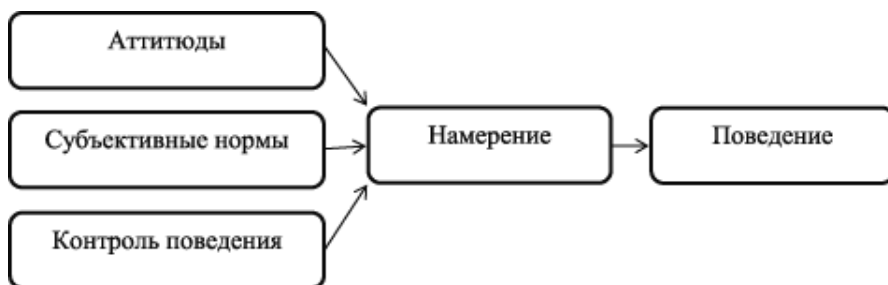


Рис. 1. Модель запланированного поведения

тивности соответствует их принципам, и будут чувствовать себя виноватыми, если не сделают этого [28].

В-четвертых, авторы этих моделей игнорируют целый ряд дополнительных элементов, оказывающих влияние на поведение, в первую очередь, привычки и ожидаемые эмоции. Так, некоторые исследования показывают, что намерение участвовать в деятельности волонтерского движения определяется ожидаемыми эмоциями (симпатией, сочувствием, напряжением, тревогой, радостью и удовлетворением). Однако намерение продолжить волонтерство сильнее связано с поведением у опытных волонтеров, т. е. у людей, для которых волонтерское поведение уже стало привычным [3].

Несмотря на эти замечания, модели намеренного поведения могут быть использованы для систематизации факторов, оказывающих влияние на интенсив-

ность волонтерской деятельности. Однако они нуждаются в некоторой модификации (рис. 2).

Анализ психологических исследований свидетельствует, что намерение оказать помощь предсказывают пять факторов «первого порядка».

- Я-концепция включает аттитуды человека по отношению к себе: самооценку и самоэффективность (когнитивный компонент), направленные на себя эмоции (аффективный компонент)⁵.

- Аттитуды к партнеру (объекту помощи) включают в себя атрибуцию черт и ответственности (когнитивный компонент), а также эмоции человека по отношению к партнеру (аффективный компонент).

- Аттитуды к ингруппе включают в себя черты, которые человек приписывает представителям волонтерской органи-



Рис. 2. Факторы помогающего поведения

⁵ Обычно атрибуция ответственности рассматривается как производная от атрибуции черт и не включается в состав Я-концепции. В данном случае мы объединили их для удобства анализа.

зации, оценку их эффективности (когнитивный компонент), эмоции по отношению к ним (аффективный компонент).

- Аттитюды к активности включают в себя оценку эффективности (когнитивный компонент) и привлекательности, удовлетворения от нее подобного поведения (аффективный компонент).

- Социальные нормы включают в себя представления человека, как необходимо вести себя во взаимодействии, и что делают в аналогичных ситуациях другие люди.

Содержание факторов «первого порядка», в свою очередь, определяется факторами «второго порядка» — индивидуально-психологическими особенностями участников общения.

Исследования, посвященные однократно помогающему поведению, свидетельствуют, что вероятность помощи во многом определяется кратковременными состояниями человека и особенностями ситуации. Однако специфика волонтерской деятельности позволяет предположить, что ее интенсивность больше зависит от стабильных индивидуальных характеристик человека и особенностей организации. Что известно об этих факторах в настоящее время?

2. Факторы волонтерства

Аттитюды волонтера к себе. В качестве показателя представлений и отношения волонтеров к себе исследователи чаще всего рассматривают моральную и волонтерскую идентичность.

В зависимости от интерпретации моральная идентичность включает в себя осознание человеком своих просоциальных характеристик; уверенность, что он будет осуществлять помощь другим лю-

дям в будущем; ощущение личной самоэффективности в этой области. Психологические исследования показывают, что чем больше у человека выражена моральная идентичность, тем большее участие он принимает в волонтерской деятельности [18].

Аналогичное воздействие оказывает и волонтерская идентичность, под которой понимается признание человеком, что позиция волонтера — это важная часть его Я-концепции, которая вызывает позитивные эмоции [14]. Интересно, что идентичность опосредует влияние индивидуально-психологических особенностей человека. Например, люди с очень сильным и очень слабым уровнем самоконтроля реже принимают участие в деятельности волонтерских движений, поскольку у них слабее выражена моральная идентичность [18].

Аттитюды волонтера к объекту помощи — отдельному человеку или группе людей. Несмотря на наличие у волонтеров определенных представлений о своих «подопечных», современных исследователей интересуют не столько аттитюды сами по себе, сколько факторы «второго порядка», которые определяют их содержание.

К их числу относится *эмпатия*. В широком смысле под эмпатией понимается способность человека понять своего партнера. Сторонники этой точки зрения выделяют два компонента эмпатии: когнитивный (способность встать на позицию партнера, понять его мысли, чувства и ощущения) и аффективный (способность воспроизводить эмоции партнера, сочувствие к нему). В узком смысле эмпатию приравнивают к аффективному компоненту и отличают ее от когнитивного компонента —

принятия роли. В дальнейшем мы будем использовать широкое понимание эмпатии как способности к пониманию и повторению состояния своего партнера, сочувствия к нему.

Специалисты полагают, что каждый человек обладает стабильным уровнем эмпатии, который, однако, подвержен воздействию ситуации. При изучении волонтерского поведения речь идет, прежде всего, об эмпатии как личностной черте. Психологические исследования показывают, что эмпатия усиливает альтруистическую мотивацию помощи, вызывает симпатию к партнеру, удовлетворенность отношениями с ним и таким образом повышает вероятность участия в волонтерской деятельности [2; 8]. В пользу этого косвенно говорит тот факт, что эмпатия увеличивает вероятность активности, направленной на помощь конкретным людям или группам людей, но не на решение проблемы [13].

Другой индивидуальной особенностью, определяющей аттитюды волонтера к объекту помощи, является его *эмоциональное состояние*. Как и в случае эмпатии, специалисты выделяют два уровня эмоциональности: стабильную склонность испытывать позитивные и негативные эмоции, а также чувства, возникающие в ответ на ситуативные стимулы. При изучении волонтерского поведения психологи принимают во внимание, прежде всего, стабильный уровень эмоций.

Исследования показывают, что чем чаще человек испытывает позитивные и

чем реже — негативные эмоции, тем больше он участвует в волонтерской активности [2]. Волонтер, постоянно испытывающий сильные негативные эмоции, плохо чувствует себя при взаимодействии с конкретным партнером, меньше удовлетворен отношениями с ним и меньше стремится помочь окружающим [8]⁶.

Таким образом, эмпатия и негативные эмоции взаимодействуют друг с другом. Стабильный для волонтера уровень эмпатии предсказывает его симпатию к людям, требующим помощи (чем выше эмпатия, тем сильнее симпатия). Стабильный уровень стресса предсказывает оценку человеком уровня дискомфорта, возникающего при столкновении с объектом помощи (чем выше уровень стресса, тем сильнее ожидаемый дискомфорт). Симпатия и ожидаемый дискомфорт, в свою очередь, сказываются на удовлетворенности отношениями с «клиентом»: чем выше симпатия и чем ниже дискомфорт, тем выше удовлетворенность волонтера своими отношениями с объектом помощи [там же]. Чем больше волонтер удовлетворен отношениями с клиентами, тем больше времени он уделяет волонтерской деятельности (рис. 3). Не случайно эмпатия лучше предсказывает участие человека в волонтерской деятельности, если она вызывает низкий уровень стресса [5].

Особенно сильное влияние эмпатия оказывает на помогающее поведение человека по отношению к похожим на него людям. Это было показано в экспери-

⁶ Не случайно интенсивность участия в волонтерской деятельности зависит от уровня эмоциональной саморегуляции человека: чем он выше, тем чаще человек работает волонтером [2]. Можно предположить, что саморегуляция позволяет человеку оказывать влияние на уровень негативных эмоций и таким образом улучшает отношение к партнеру.



Рис. 3. Влияние эмоционального состояния и эмпатии на интенсивность волонтерской деятельности

менте Б. Сайма и С. Стермера [25; 26], в котором принимали участие немецкие студенты, занимавшиеся волонтерской деятельностью. Каждый из них «получал» партнера — иностранного студента, приехавшего учиться в Германию. Он должен был помочь иностранцу адаптироваться в новой среде: показать университет и город, познакомить с другими студентами. Некоторые иностранцы приехали из похожих на Германию стран — Великобритании, Швеции, США; другие — из стран, сильно отличающихся от Германии, например, Камеруна и Китая. Все волонтеры заполняли опросники, которые позволяли измерить аффективный компонент эмпатии к «своему» иностранцу (должны были отметить, в какой степени они испытывают по отношению к нему сочувствие, симпатию, интерес); а также его представление о партнере (степень привлекательности, достойности доверия и т. д.). В конце исследования иностранные партнеры оценивали степень помощи со стороны волонтеров. Результаты исследования показали, что уровень эмпатии предсказывал помогающее поведение в парах, где иностранец был выходцем из похожей страны. В разнокультурных парах она зависела

от когнитивной оценки партнера — его привлекательности для волонтера и доверия к нему. Таким образом, на помощь «своим» оказывает влияние эмоциональный компонент установок к партнеру, а на помощь чужим — когнитивный компонент.

Аттитуды волонтера к своей организации. Важным параметром отношения к организации является приверженность. Под приверженностью понимается восприятие человеком себя частью организации, связанности с ней. Чаще всего выделяют нормативную (осознание сотрудником обязательств перед коллегами и руководителем) и аффективную (эмоциональная привязанность к организации, вовлеченность в ее дела и проблемы) приверженность. Психологические исследования показывают, что к волонтерской деятельности больше склонны люди, которые ощущают приверженность своему движению [22; 23]. Вероятно, приверженность способствует развитию волонтерской идентичности.

Аттитуды волонтера к работе. Исследования свидетельствуют, что волонтерами чаще работают люди, у которых работа вызывает позитивные эмоции, которые испытывают удовлетворение от нее [там же].

Социальные нормы, воплощающие в себе ожидания окружающих. Волонтерами чаще работают люди, которые считают, что окружающие ожидают от них такого поведения [14], и поддерживают его [23; 27].

Описанные выше аттитуды и представление о социальных нормах формируются в рамках институтов социализации. Важную роль в данном случае играют семья, общественные и религиозные организации.

Семья формирует у ребенка базовые ценности и аттитуды к миру, мотивацию, стили взаимодействия с другими людьми и первое представление о социальных нормах, которые впоследствии мотивируют его помогать окружающим. С точки зрения волонтерского поведения, большое значение приобретает наличие у ребенка автономной ориентации и надежной привязанности.

• *Автономная ориентация* является установкой на самостоятельное участие в действиях. В ее основе лежит внутренняя мотивация активности. Автономная ориентация противопоставляется контролируемой, вызванной внешними факторами [7]. Психологические исследования показывают, что волонтерами чаще становятся люди, родители которых поддерживали их автономию. Это происходит, поскольку люди с автономной ориентацией стремятся к получению наибольшего удовлетворения от жизни. Это удовлетворение опосредует связь между поддержкой автономии со стороны родителей и участием в волонтерской деятельности [15].

• *Стиль привязанности* ребенка к родителям. Дж. Боулби и М. Эйнсворт вы-

делили три стиля привязанности: надежный, тревожный и избегающий. Надежно привязанные дети проявляют самостоятельность и спокойно реагируют на уход матери. Избегающие дети не реагируют на наличие родителя, не замечают, когда он уходит. И наконец, тревожные дети испытывают негативные эмоции, когда мать покидает их [4].

Стиль привязанности определяется взаимоотношениями родителя и ребенка. В случае когда родитель чутко реагирует на запросы ребенка, у него формируется надежная привязанность. Ребенок становится довольно самостоятельным, поскольку знает, что может положиться на родителя в любой ситуации, достаточно лишь попросить о помощи. Такие люди, будучи взрослыми, склонны к проявлению сочувствия и эмпатии. Тревожный и избегающий стили привязанности формируются при отсутствии внимания со стороны родителей. Дети, у которых сформировался такой стиль, не склонны к эмпатии и сочувствию.

Психологические исследования показывают, что интенсивность волонтерства зависит от стиля привязанности: чем сильнее выражены избегающий и тревожный стили, тем реже человек работает в рамках волонтерских движений⁷, а если и делает это, то чаще всего по эгоистическим соображениям [9; 16].

Общественные и религиозные организации являются для человека источником социальной поддержки и транслируют своим участникам определенное представление о социальных нормах, способствующее волонтерской активности.

⁷ В пользу этого косвенно говорит факт, что дети, воспитывающиеся в неполных или изменяющихся по составу семьях, где родители просто развелись или повторно вступили в брак, реже становятся волонтерами, чем дети из полных и стабильных семей.

Исследования, проведенные к настоящему моменту, показывают, что волонтерами чаще работают люди, склонные к участию в деятельности общественных и религиозных организаций. Например, известно, что волонтерскую активность чаще осуществляют экстраверты [19], люди с относительно высоким уровнем образования и дохода, посещающие церковь [23]. Некоторые исследователи полагают, что такие люди лучше интегрированы в местное сообщество, т. е. часто общаются с окружающими, включены в различные общественные и религиозные организации. Активное общение с другими людьми способствует их участию в волонтерской деятельности [19].

3. Ограничения исследований

Несмотря на то что психологические исследования выявили основные мотивы и факторы волонтерского поведения, они обладают несколькими существенными ограничениями.

Во-первых, специалисты проявляют интерес к одним факторам «первого порядка» и практически игнорируют другие. Наибольшее внимание привлекает Я-концепция. В то же время аттитюды к объекту помощи остаются «за кадром». Исследователи изучают лишь факторы «второго порядка», которые могут оказать влияние на эти установки (эмпатию и эмоциональное состояние). Таким образом, в исследованиях игнорируется один из основных факторов «первого порядка». Возможно, это происходит благодаря имплицитному предположению, что волонтеру безразлично, кому именно помогать.

Во-вторых, исследователи уделяют мало внимания факторам «второго порядка». Они концентрируются на личностных чертах, диспозициональной эмпатии и уровне стресса, но практически полностью игнорируют ценности и аттитюды человека к миру.

В-третьих, вопросы вызывает степень влияния разных факторов «первого» и «второго порядка». Например, исследования, проведенные в контексте индивидуальной помощи, показывают следующее. Когда речь идет о помощи, не требующей противодействия окружающим, человек руководствуется своим эмоциональным состоянием; когда помощь требует такого противодействия, он обращает внимание на моральные нормы. Возникает вопрос: от чего зависит важность различных факторов в работе волонтера?

И наконец, в-четвертых, исследователи редко разводят факторы «второго порядка», оказывающие влияние на вероятность помощи, с одной стороны, и ее мотивацию, с другой. В то же время исследования, проведенные на материале однократной помощи, свидетельствуют, что личностные черты, эмпатия и эмоциональное состояние определяют, скорее, мотивацию волонтерского поведения, чем его интенсивность как таковую.

Более подробное изучение описанных выше вопросов позволит систематизировать представления о поведении волонтеров и выявить новые факторы, оказывающие влияние на его интенсивность.

ЛИТЕРАТУРА

1. Крейн У. Теории развития. СПб., 2002.
2. Atkins R., Hart D., Donnelly T.M. The association of childhood personality type with volunteering during adolescence // Merrill-Palmer Quarterly. 2005. V. 51.
3. Barraza J.A. Positive emotional expectations predict volunteer outcomes for new volunteers // Motivation and Emotion. 2011. V. 35.
4. Bekkers R., Wiepking P. A literature review of empirical studies of philanthropy: eight mechanisms that drive charitable giving // Nonprofit and Voluntary Sector Quarterly. 2011. V. 40.
5. Carlo G., Allen J.B., Buhman D.C. Facilitating and disinhibiting prosocial behaviors: the nonlinear interaction of trait perspective taking and trait personal distress on volunteering // Basic and Applied Social Psychology. 1999. V. 21.
6. Carlo G., Okun M.A., Knight G.P., de Guzman M.R.T. The interplay of traits and motives on volunteering: agreeableness, extraversion and prosocial value motivation // Personality and Individual Differences. 2005. V. 38.
7. Deci E.L., Ryan R.M. Intrinsic motivation and self-determination in human behavior. N.Y., 1985.
8. Davis M.H., Mitchell K.V., Hall J.A., Lothert J., Snapp T., Meyer M. Empathy, expectations, and situational preferences: personality influences on the decision to participate in volunteer helping behaviors // Journ. of Personality. 1999. V. 67.
9. Erez A., Mikulincer M., van Ijzendoorn M.H., Kroonenberg P.M. Attachment, personality, and volunteering: placing volunteerism in an attachment-theoretical framework // Personality and Individual Differences. 2008. V. 44.
10. Feiler D.C., Tost L.P., Grant A.M. Mixed reasons, missed givings: the costs of blending egoistic and altruistic reasons in donation requests // Journ. of Experimental Social Psychology. 2012. V. 48.
11. Finkelstein M.A. Predictors of volunteer time: the changing contributions of motive fulfillment and role identity // Social Behavior and Personality. 2008. V. 36.
12. Finkelstein M.A. Volunteer satisfaction and volunteer action: a functional approach // Social Behavior and Personality. 2008. V. 36.
13. Finkelstein M.A., Brannick M.T. Applying theories of institutional helping to informal volunteering: motives, role identity and prosocial personality // Social Behavior and Personality. 2007. V. 35.
14. Finkelstein M.A., Penner L.A., Brannick M.T. Motive, role identity, and prosocial personality as predictors of volunteer activity // Social Behavior and Personality. 2005. V. 33.
15. Gagne M. The role of autonomy support and autonomy orientation in prosocial behavior engagement // Motivation and Emotion. 2003. V. 27.
16. Gillath O., Shaver P.R., Mikulincer M., Nitzberg R.E., Erez A., van Ijzendoorn M.H. Attachment, caregiving, and volunteering: placing volunteerism in an attachment-theoretical framework // Personal Relationships. 2005. V. 12.
17. Greenslade J.H., White K.M. The prediction of above-average participation in volunteerism: a test of the theory of planned behavior and the volunteers functions inventory in older Australian adults // The Journ. of Social Psychology. 2005. V. 145.

18. *Matsuba M.K., Hart D., Atkins R.* Psychological and social-structural influences on commitment to volunteering // *Journ. of Research in Personality.* 2007. V. 41.
19. *Okun M.A., Pugliese J., Rook K.S.* Unpacking the relation between extraversion and volunteering in later life: the role of social capital // *Personality and Individual Differences.* 2007. V. 42.
20. *Okun M.A., Sloane E.S.* Application of Planned Behavior Theory to predicting volunteer enrollment by college students in a campus-based program // *Social Behavior and Personality.* 2002. V. 30.
21. *Omoto A.M., Snyder M., Hackett J.D.* Personality and motivational antecedents of activism and civic engagement // *Journal of Personality.* 2010. V. 78.
22. *Penner L.A., Finkelstein M.A.* Dispositional and structural determinants of volunteerism // *Journ. of Personality and Social Psychology.* 1998. V. 74.
23. *Penner L.A., Dovidio J.F., Piliavin J.A., Schroeder D.A.* Prosocial behavior: multilevel perspectives // *Annual Review of Psychology.* 2005. V. 56.
24. *Piferi R.L., Jobe R.L., Jones W.H.* 'Giving to others during national tragedy: the effects of altruistic and egoistic motivations on long-term giving // *Journ. of Social and Personal Relationships.* 2006. V. 23.
25. *Siem B., Sturmer S.* Cross-cultural volunteerism: examining the effects of intercultural (dis)similarities on volunteers' motivations to support international students // *Basic and Applied Social Psychology.* 2012. V. 34.
26. *Siem B., Sturmer S.* Meeting recipients' needs in dyadic cross-group helping: when the nature of the helper's motivation matters // *Group Processes & Intergroup Relations.* 2012. V. 15.
27. *Taylor T.P., Pancer S.M.* Community service experiences and commitment to volunteering // *Journ. of Applied Social Psychology.* 2007. V. 37.
28. *Warburton J., Terry D.J.* Volunteer decision making by older people: a test of a revised theory of planned behavior // *Basic and Applied Social Psychology.* 2000. V. 22.

Helping as a Lifestyle: Psychological Aspects of Volunteering

OLGA A. GULEVICH

PhD in Psychology, associate professor at the Department of Organizational Psychology, Higher School of Economics

IRINA A. SHEVELEVA

Bachelor's degree student at the Faculty of Psychology, Higher School of Economics

ARAM A. FOMICHEV

Bachelor's degree student at the Faculty of Psychology, Higher School of Economics

The paper reviews contemporary Western research in psychology of volunteering. Special attention is paid to the issues related to the egoistic and altruistic motivations of volunteering, as well as to the factors affecting the intensity of volunteer activities. The paper also describes the restrictions of the reviewed studies.

Keywords: *volunteers, empathy, stress, 'the big five', social norms, sympathy, devotion to organization, attachment style.*

REFERENCES

1. Krein U. Teorii razvitiya. SPb., 2002.
2. Atkins R., Hart D., Donnelly T.M. The association of childhood personality type with volunteering during adolescence // Merrill-Palmer Quarterly. 2005. V. 51.
3. Barraza J.A. Positive emotional expectations predict volunteer outcomes for new volunteers // Motivation and Emotion. 2011. V. 35.
4. Bekkers R., Wiepking P. A literature review of empirical studies of philanthropy: eight mechanisms that drive charitable giving // Nonprofit and Voluntary Sector Quarterly. 2011. V. 40.
5. Carlo G., Allen J.B., Buhman D.C. Facilitating and disinhibiting prosocial behaviors: the nonlinear interaction of trait perspective taking and trait personal distress on volunteering // Basic and Applied Social Psychology. 1999. V. 21.
6. Carlo G., Okun M.A., Knight G.P., de Guzman M.R.T. The interplay of traits and motives on volunteering: agreeableness, extraversion and prosocial value motivation // Personality and Individual Differences. 2005. V. 38.
7. Deci E.L., Ryan R.M. Intrinsic motivation and self-determination in human behavior. N. Y., 1985.
8. Davis M.H., Mitchell K.V., Hall J.A., Lothert J., Snapp T., Meyer M. Empathy, expectations, and situational preferences: personality influences on the decision to participate in volunteer helping behaviors // Journ. of Personality. 1999. V. 67.
9. Erez A., Mikulincer M., van Ijzendoorn M.H., Kroonenberg P.M. Attachment, personality, and volunteering: placing volunteerism in an attachment-theoretical framework // Personality and Individual Differences. 2008. V. 44.
10. Feiler D.C., Tost L.P., Grant A.M. Mixed reasons, missed givings: the costs of blending egoistic and altruistic reasons in donation requests // Journ. of Experimental Social Psychology. 2012. V. 48.

11. *Finkelstein M.A.* Predictors of volunteer time: the changing contributions of motive fulfillment and role identity // *Social Behavior and Personality*. 2008. V. 36.
12. *Finkelstein M.A.* Volunteer satisfaction and volunteer action: a functional approach // *Social Behavior and Personality*. 2008. V. 36.
13. *Finkelstein M.A., Brannick M.T.* Applying theories of institutional helping to informal volunteering: motives, role identity and prosocial personality // *Social Behavior and Personality*. 2007. V. 35.
14. *Finkelstein M.A., Penner L.A., Brannick M.T.* Motive, role identity, and prosocial personality as predictors of volunteer activity // *Social Behavior and Personality*. 2005. V. 33.
15. *Gagne M.* The role of autonomy support and autonomy orientation in prosocial behavior engagement // *Motivation and Emotion*. 2003. V. 27.
16. *Gillath O., Shaver P.R., Mikulincer M., Nitzberg R.E., Erez A., van Ijzendoorn M.H.* Attachment, caregiving, and volunteering: placing volunteerism in an attachment-theoretical framework // *Personal Relationships*. 2005. V. 12.
17. *Greenslade J.H., White K.M.* The prediction of above-average participation in volunteerism: a test of the theory of planned behavior and the volunteers functions inventory in older Australian adults // *The Journ. of Social Psychology*. 2005. V. 145.
18. *Matsuba M.K., Hart D., Atkins R.* Psychological and social-structural influences on commitment to volunteering // *Journ. of Research in Personality*. 2007. V. 41.
19. *Okun M.A., Pugliese J., Rook K.S.* Unpacking the relation between extraversion and volunteering in later life: the role of social capital // *Personality and Individual Differences*. 2007. V. 42.
20. *Okun M.A., Sloane E.S.* Application of Planned Behavior Theory to predicting volunteer enrollment by college students in a campus-based program // *Social Behavior and Personality*. 2002. V. 30.
21. *Omoto A.M., Snyder M., Hackett J.D.* Personality and motivational antecedents of activism and civic engagement // *Journal of Personality*. 2010. V. 78.
22. *Penner L.A., Finkelstein M.A.* Dispositional and structural determinants of volunteerism // *Journ. of Personality and Social Psychology*. 1998. V. 74.
23. *Penner L.A., Dovidio J.F., Piliavin J.A., Schroeder D.A.* Prosocial behavior: multilevel perspectives // *Annual Review of Psychology*. 2005. V. 56.
24. *Piferi R.L., Jobe R.L., Jones W.H.* 'Giving to others during national tragedy: the effects of altruistic and egoistic motivations on long-term giving // *Journ. of Social and Personal Relationships*. 2006. V. 23.
25. *Siem B., Sturmer S.* Cross-cultural volunteerism: examining the effects of intercultural (dis)similarities on volunteers' motivations to support international students // *Basic and Applied Social Psychology*. 2012. V. 34.
26. *Siem B., Sturmer S.* Meeting recipients' needs in dyadic cross-group helping: when the nature of the helper's motivation matters // *Group Processes & Intergroup Relations*. 2012. V. 15.
27. *Taylor T.P., Pancer S.M.* Community service experiences and commitment to volunteering // *Journ. of Applied Social Psychology*. 2007. V. 37.
28. *Warburton J., Terry D.J.* Volunteer decision making by older people: a test of a revised theory of planned behavior // *Basic and Applied Social Psychology*. 2000. V. 22.