

ВОЛОНТЕРСЬКА СФЕРА ТА ФЕНОМЕН ПСИХОЛОГІЧНОГО ВИГОРАННЯ ВОЛОНТЕРІВ

Шафір С. Ю.

студентка 1 курсу ОР магістр
спеціальність 053 «Психологія» ФПСР

Керівник: **Кременчуцька М. К.**

к. психол. н., професор кафедри диференціальної та
спеціальної психології; ФПСР

Волонтерство, походячи від англійського слова "voluntary" (добровільний), описує особу, яка відділяє свій час і зусилля, щоб надавати допомогу іншим, маючи при цьому активну життєву позицію. Це громадянин, який відчуває патріотизм до своєї країни і добровільно діє у різних сферах суспільного життя, при цьому маючи професійну експертизу в певній області.

Але справжня сила волонтерства проявляється, коли добровільці об'єднуються в групи з спільними цінностями та

метою - утворюючи добровільні громадські організації, спілки, асоціації.

У розвинутому громадянському суспільстві ці волонтерські об'єднання виступають посередниками між державою та широким загалом громадян, забезпечуючи громадський контроль над усіма сферами влади. Вони запобігають монополізації держави в різних сферах суспільного життя, допомагаючи вирішувати соціальні, економічні та культурні проблеми. Крім того, такі об'єднання мають безпосередній вплив на національну економіку, підвищуючи загальний рівень доходу та створюючи нові робочі місця [5].

Законодавчо слід виокремити права та обов'язки волонтерів. Права волонтера: -мати належні умови для здійснення волонтерської діяльності, включаючи отримання достовірної, точної та повної інформації щодо порядку та умов провадження волонтерської діяльності, забезпечення спеціальними засобами захисту, спорядженням та обладнанням; - зарахування часу волонтерської діяльності до навчально-виробничої практики за згодою навчального закладу, якщо це відповідає отриманій спеціальності; - відшкодування витрат, пов'язаних із здійсненням волонтерської діяльності, відповідно до законодавства; - інші права, що передбачені договором про провадження волонтерської діяльності та законодавством; - обов'язки волонтера: - сумлінно та своєчасно виконувати обов'язки, пов'язані з провадженням волонтерської діяльності; - проходити медичний огляд та надавати довідку про стан здоров'я у випадках, визначених законодавством; - пройти подальшу підготовку (перепідготовку), якщо це необхідно; - утримуватися від дій, які можуть негативно вплинути на репутацію волонтера, організації чи установи, на базі якої проводиться волонтерська діяльність; - дотримуватися правового режиму інформації з обмеженим доступом; -

відшкодувати прями збитки, якщо це передбачено договором, у разі одностороннього розірвання договору про провадження волонтерської діяльності з ініціативи волонтера; - відшкодувати майнову шкоду, заподіяну внаслідок здійснення волонтерської діяльності, відповідно до закону [2].

Важливою рисою сучасності є зростання волонтерського руху, що активно залучає громадян до позитивних змін у всіх сферах життя, формує нові відносини в суспільстві та сприяє вирішенню актуальних проблем. Волонтерська діяльність є основою розвитку громадянського суспільства та втілює найшляхетніші прагнення людей до миру, свободи, безпеки та справедливості для всіх. Світове співтовариство визнає волонтерський рух як засіб збереження та підсилення загальнолюдських цінностей, реалізації прав та обов'язків громадян, а також особистісного зростання через усвідомлення людського потенціалу. У Всесвітній Декларації Волонтерства відзначається, що волонтерська діяльність становить фундамент громадянського суспільства, спонукаючи людей до потреби у мирі, свободі, безпеці та справедливості. Укладення волонтерства у національні плани розвитку визнається як важливий компонент досягнення цілей сталого розвитку. Україна, подібно до інших країн, відчуває важливість та актуальність волонтерської діяльності. Події, спровоковані Революцією Гідності та зовнішньою агресією, показали необхідність мобілізації громадянського суспільства для ефективного вирішення викликів та проблем сучасності [1].

Волонтерський рух набуває значного розвитку, особливо під час війни на Донбасі. Початково він виник як ініціатива окремих волонтерів, які надавали допомогу українським військовим (Збройні сили, Національна гвардія, добровольчі батальйони), враховуючи недостатнє

забезпечення та підтримку з боку держави. З часом ці окремі ініціативи переросли у волонтерські організації. З 2014 по 2021 рік в Україні з'явилося та діяло приблизно 300 волонтерських організацій різного рівня. Деякі з найбільших організацій включають «Крила Фенікса», «Народний проект», «Армія SOS», «Підтримай армію України», «Combat-UA», «Повернись живим» та інші. Вони можуть бути класифіковані як «військові» (які надають допомогу військовим) та «цивільні» (які допомагають переселенцям та жертвам війни) [3].

Волонтери здійснюють широкий спектр діяльності, включаючи збір та доставку харчів, ліків, одягу, амуніції, автотранспорту, військової техніки тощо в зону бойових дій, надання медичної допомоги, пошук зниклих безвісти або загиблих військових, визволення полонених, евакуація цивільного населення, боротьба з корупцією в оборонних відомствах та багато іншого. Цивільна допомога включає юридичну, психологічну, гуманітарну підтримку переселенців з Криму та зони бойових дій на Донбасі, пошук житла та роботи, допомогу у адаптації, підтримку сімей учасників АТО/ООС, морально-психологічну допомогу учасникам АТО/ООС тощо [3].

Емоційне вигорання волонтерів під час воєнного часу - це специфічний вид професійної дезадаптації, який призводить до зниження якості роботи, втрати інтересу до неї, а навіть до зміни сфери діяльності. Цей синдром виникає внаслідок тривалого емоційного перевантаження, що відбувається під час щоденного навантаження та особисто значущих спілкувань. Вчені розглядають емоційне вигорання як особистісну деформацію під впливом професійного стресу, що проявляється на фізичному, психічному та інтелектуальному рівнях, особливо в сфері соціального сектору [4].

Дослідження показують, що показниками емоційного вигорання у волонтерів під час воєнного часу є песимістичний стиль атрибуції, мотивація уникнути невдач, високий рівень тривожності та безпорадності, низька самооцінка. Також встановлено зв'язок між типом локусу контролю та психічним здоров'ям. Волонтери з зовнішнім локусом контролю частіше мають розлади психічного здоров'я, ніж ті, у кого внутрішній локус контролю. Для екстравертів депресія і тривога більш поширені, а рівень самооцінки нижчий, порівняно з інтровертами. Загалом аутсайдери більш сприйнятливі до психологічних захворювань, ніж інсайдери.

Література

1. Брик Я. А., Говорун Н. В., Дементьев В. В., Лашук О. М., Мельник О. В., Потій О. В., Скитьова Г. С., Тищенко М. П. Школа волонтерів: Навчальний посібник / За заг.ред. Г.С.Скитьової. К: 2016. С.166.- 197.

2. Закон України «Про внесення змін до деяких законів України щодо волонтерської діяльності». Інтернет Ресурс. 2021. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/246-19/#Text>

3. Левченко Ю. І. Російсько-Українська війна. С. 2022. URL: [https://enpuir.npu.edu.ua/bitstream/handle/123456789/38190/Ro siiko-ukrainska%20viina.pdf?sequence=1](https://enpuir.npu.edu.ua/bitstream/handle/123456789/38190/Ro%20siiko-ukrainska%20viina.pdf?sequence=1)

4. Островськ А. Т. Емоційне вигорання в громадській діяльності (у волонтерів) під час війн. 2022. С. 26, 47-48. URL: <https://ir.library.knu.ua/server/api/core/bitstreams/c224a2cd-76ae-44bc-bb8b-915a7675e077/content>

5. Павлюк К. С. Волонтерський рух: зарубіжний досвід та вітчизняні практики. Інвестиції: практика та досвід. 2015. С. 87–93. URL: http://www.investplan.com.ua/pdf/13-14_2015/23.pdf .