

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНИХ СТАНІВ ВОЛОНТЕРІВ: ДО ПОСТАНОВКИ ПРОБЛЕМИ

Волонтерська діяльність є основою побудови та розвитку громадянського суспільства. Вона втілює в себе найшляхетніші прагнення людства – прагнення миру, свободи, безпеки та справедливості для всіх людей.

Сучасний стан та особливості статусу волонтерського руху досліджували вчені різних країн: М. Бостанджогло, Р. Колосова, М. Фурлан, К. Хаджи-Міцева, Г. Чейнен, О. Щекова та інші. В узагальненні вітчизняного досвіду волонтерства можна виокремити праці О. Главник, О. Карпенко, Т. Лях, І. Пінчук та ін.

Одним із таких напрямків соціальної допомоги є участь добровольців у здійсненні цілого ряду соціальних послуг для тих, хто їх потребує. Іншими словами – волонтерська робота. Волонтерство це неоплачувана, свідомо, добровільна діяльність на благо інших. Будь-яка людина, що свідомо і безкорисливо трудиться на благо інших, може називатися волонтером. Формування великого руху добровольців – є одним з важливих шляхів до продуктивної соціальної роботи в будь-якій державі.

В соціально-педагогічній роботі під ресурсами розуміють все, що може бути задіяне для вирішення проблем клієнтів, соціальної групи чи розв'язання певних соціальних завдань. Серед ресурсів волонтерського руху перш за все можна виокремити людські ресурси, оскільки волонтерами є люди, які на засадах добровільності беруть участь в роботі державних та громадських організацій. Відповідно до віку, соціальної ролі та соціального статусу можна виокремити наступні групи добровільних помічників.

Діти та підлітки. Волонтерами можуть стати не тільки особи, які досягли 18-річного віку. Самий веселий, вдячний і, звичайно, самий найбільш непостійний загін волонтерів – діти та підлітки. Для підлітків головною причиною участі у волонтерській діяльності є: можливість самоутвердитись в очах однолітків, батьків, знайти нових друзів, можливість спілкування з однолітками, можливість набути нових навичок і знань та проведення власного дозвілля. Питання надання конкретної соціальної допомоги, як правила для них не є визначальним. Професійна кваліфікація волонтерів-підлітків звичайно досить низька, проте вони володіють іншими

якостями і здібностями, тому ця категорія волонтерів є незамінною у практичній діяльності. По-перше, підлітки абсолютно мобільні, тому роботу, пов'язану з поїздками, виходами на вулиці, відвідуваннями, скажімо, дітей-інвалідів вдома, проведенням ігортек на вулицях, виконують дуже добре. По-друге, у підлітків немає комунікаційних проблем. І дітьми і підлітками – об'єктами соціальної роботи, на яких спрямована значна частина програм, що реалізуються ЦССМ, з дітьми вулиці, підлітками з групи ризику та ін. Це дозволяє через волонтерів мати будь-яку інформацію для широкого кола дітей та молоді, а також для груп ризику.

Волонтери, які приходять за власним бажанням. Волонтери можуть прийти в організацію за власним бажанням, прочитавши про неї у пресі і виявивши бажання дізнатися, як вона працює. Якщо інтереси організації збігаються з інтересами потенційного волонтера, потрібно детальніше ознайомити його з організацією, запропонувати навчання, оскільки здебільшого воно необхідне, залучити до роботи з реалізації конкретної програми.

Спеціалісти. Волонтери-фахівці – це психологи, педагоги, соціальні педагоги, соціальні працівники, юристи, лікарі, які надають консультативну допомогу соціальним працівникам та іншим волонтерам або практично допомагають різним клієнтам соціальних служб. Основним рушійним мотивом участі спеціалістів у волонтерському русі є реалізація особистих професійних можливостей. Іноді вона має чисто альтруїстичний характер, іноді спеціаліст намагається розширити коло своїх інтересів, чи особисте самоутвердження.

Будь-яка діяльність людини пов'язана із здійсненням потреб. Емоційні переживання є одним із способів вираження пізнавальної потреби.

Емоції – це елементарні переживання, що виникають у людини під впливом загального стану організму та ходу процесу задоволення актуальних потреб. Таке визначення емоцій дано у великому психологічному словнику.

Емоційні стани є одне з різновидом емоцій, характеризуються більшою тривалістю, яка може вимірюватися годинами і днями.

За своєю модальності емоційні стани можуть поставати у формі дратівливості, тривоги, добросердя, різних відтінків настрою – від депресивних станів до стану ейфорії. Однак найчастіше вони являють собою змішані стани. Оскільки емоційні стани – це теж емоції, в них також відображаються відносини між потребами суб'єкта і об'єктивними чи суб'єктивними можливостями їх задоволення, що мають коріння в ситуації.

Знання психологічних основ і природи емоційних станів є одним з необхідних чинників саморегуляції поведінки особистості.

Емоційний стан людини залежить від характеру та інтенсивності актуальної потреби, з одного боку, та оцінки можливості її задоволення – з

другого боку. Якщо суб'єктивна вірогідність задоволення потреби велика, то виникають позитивні почуття, у противному разі – негативні.

Особливе значення емоційних станів полягає в їх регулятивній функції.

Переживання виступають в ролі сигналів, які стимулюють або стримують діяльність людини.

Емоції та почуття виконують також оцінну функцію, виражаючи суб'єктивне ставлення людини до задоволення своїх потреб. Емоційний стан, переживання почуттів є результатом спільної діяльності кори і підкоркових центрів.

Глибокі переживання почуттів, емоційний стан можуть супроводжуватися посиленням або зниженням інтенсивності фізіологічних функцій організму людини. Такі фізіологічні реакції, як підвищення частоти пульсу, дихання, напруження м'язів, зміни кров'яного тиску, вмісту цукру в крові і т. ін., свідчать про активізацію сил організму. Отже, почуття та емоції виконують енергетичну функцію, мобілізуючи фізіологічні резерви організму. Якщо сила переживань переважає пристосовні можливості організму, то можливі різні захворювання – неврози, інфаркти, гіпертонії, виразкові хвороби.

Емоції як безпосередні, тимчасові переживання якогось більш постійного почуття поділяються на стенічні й астенічні.

Стенічні емоції в процесі праці спонукають працівника до дій, збільшуючи його енергію, в той час як астенічні емоції характеризуються пасивністю, споглядальністю, байдужим ставленням до роботи.

Особливо несприятливо на діяльності і стосунках між людьми позначаються афекти, які характеризуються значними змінами в свідомості, порушенням контролю за діями, втратою витримки, а також змінами фізіологічних функцій.

Якщо людина вміє розбиратися у своєму психічному світі їй значно легше розв'язувати складні життєві проблеми, вступати в спілкування з іншими людьми, добиватися їхньої допомоги і уваги. Розібратися у собі – це передовсім розібратись у своїх переживаннях, визначити, що хвилює, а що – залишає байдужим. Кожна людина має коло своїх уподобань, симпатій та антипатій: одна – емоційна дуже чутлива, вміє співпереживати; інша – не звертає уваги на почуття та емоційний стан іншої людини, не вважає це істотним; одна вміє контролювати інтенсивність проявів своїх емоцій і почуттів, інша ж неспроможна до цього; одна вміє відчувати величезну гаму переживань, іншій це недоступно. У переживаннях індивідуалізується психічний світ особистості. Афективний простір – то її потяги, емоції, її переживання, пов'язані з пізнанням і самопізнанням, то її воля, що викликає завдяки потягам та емоціям і визначає дії, вчинки та й усе життя особистості. Емоції це дуже важливі компоненти нашого життя, нашого сприйняття її.

Іноді ми можемо контролювати їх, але в основному це вони контролюють нас. Як часто ми говоримо «я перебував під впливом емоцій», і найчастіше це має аж ніяк позитивне забарвлення. А як часто буває, що ти взагалі не розумієш, що відчуваєш, коли неможливо описати «це» словами.

Характерною особливістю емоцій є те, що вони захоплюють особистість загалом. Здійснюючи майже блискавичну інтеграцію, тобто об'єднання в єдине ціле всіх функцій організму, емоції сигналізують про корисні або шкідливі впливи на організм, завдяки цьому вони мають універсальне значення для життя організму. Охоплюючи всі різновиди переживань людини – від глибоко травмуючих страждань до високих форм радості та соціального відчуття життя, - емоції стають як позитивним чинником у життєдіяльності, підносячи активність організму, так і негативним, пригнічуючи всі його функції. Встановлено, що емоції, а саме довготривалі негативні емоції (страх, переживання болю тощо), відіграють вирішальну роль у розвитку так званих невrogenних захворювань.