

# MORÁLIS ÉS ÖNÉRDEKŰ MOTIVÁCIÓK, ÉRZELMI KIMERÜLTSG ÉS LEMORZSOLÓDÁS A RENDSZERES ÉS KRÍZISHELYZETI ÖNKÉNTESSÉGBEN



CIORDAS Patricia  
ELTE PPK, Pszichológiai Intézet  
ELTE PPK, Pszichológiai Doktori Iskola  
ciordas.patricia@ppk.elte.hu

KENDE Anna  
ELTE PPK, Pszichológiai Intézet  
Szociálpszichológia Tanszék  
kende.anna@ppk.elte.hu

## ÖSSZEFOGLALÓ

*Háttér és célkitűzések:* Az önkéntes munka kulcsszerepet játszik a közösségek megerősítésében és a társadalmi kihívások kezelésében, azonban hosszú távú fenntarthatóságát számos tényező befolyásolhatja és akadályozhatja. Kutatásunk célja az önkéntesség fenntarthatóságának feltárása, különös tekintettel azokra a motivációkra és akadályozó tényezőkre, amelyek meghatározzák az önkéntesek elköteleződését.

*Módszer:* Vizsgálatunkban két adatfelvételt végeztünk: az 1/A vizsgálat során a civil szervezetek aktív önkénteseit ( $n = 43$ ), az 1/B vizsgálat során pedig a már nem aktív önkénteseket ( $n = 27$ ) kérdeztük meg. A második vizsgálatban az Ukrajnából érkező menekülteket segítő személyek körében végeztünk adatfelvételt ( $N = 2261$ ). Tematikus kódolás segítségével azonosítottuk a motivációs és az elköteleződést befolyásoló tényezőket.

*Eredmények:* Mindkét vizsgálat adataiban megjelentek a morális és az önérdékű motivációk mint az önkéntesség mozgatórugói, azonban a rendszeres önkénteseket inkább a közösségi elköteleződés és altruizmus, míg a humanitárius krízishelyzetben segítőket a sürgettség és a tehetetlenség érzése ösztönözte. A spontán segítségnyújtás esetében nagyobb volt a lemorzsolódás, míg a rendszeres önkénteseknél a hosszabb távú részvétel volt jellemzőbb, bár ennek fenntartása szintén számos kihívást vetett fel. Az önkéntesség fenntarthatóságát akadályozó tényezők, például az érzelmi kimerültség, az időhiány, a szervezeti problémák és az erőforrások hiánya, az idő előrehaladtával egyre hangsúlyosabbá váltak mindkét kontextusban.

*Következtetések:* Kutatásunk hozzájárul az önkéntesség mélyebb megértéséhez, mivel rávilágít arra, hogy az önkéntesség iránti kezdeti lelkesedés idővel módosul, különösen azok körében, akik elhagyják ezt a tevékenységet. Az önkéntesek hosszú távú megtartása érdekében elengedhetetlen a megfelelő szervezeti támogatás, a visszacsatolás és az elismerés biztosítása.

*Kulcsszavak:* önkéntes munka, motivációk, akadályozó tényezők, fenntartható önkéntesség, krízishelyzetben nyújtott segítségnyújtás, szervezett és rendszeres önkéntesség

## BEVEZETŐ

Az önkéntes munka a közösségek erősítése mellett a társadalmi kihívások kezelésében is fontos szerepet játszik (Omoto & Snyder, 2002; Snyder & Omoto, 2008; Stukas et al., 2015). Magyarországon az önkéntesség részvételi aránya az európai átlagnál alacsonyabb, és elsősorban az alkalmi, informális segítségnyújtás jellemző, míg a hosszú távú, szervezett önkéntesség kevésbé elterjedt (Dorner, 2013; KSH, 2022). Ugyanakkor az utóbbi évek krízishelyzetei, mint például az ukrajnai menekültválság, rámutattak arra, hogy a spontán, informális segítségnyújtás mellett megjelent a formális keretek között működő önkéntes tevékenység is (IOM, 2024; Pallay et al., 2022). Ezek az események rávilágítottak arra, hogy az önkéntesség Magyarországon egyszerre tükrözi a szolidaritás és a közösségi elköteleződés erejét, valamint a strukturális és pszichológiai akadályokat, amelyek a hosszú távú részvételt korlátozhatják (Dorner & Csordás, 2024; Pólya & Martos, 2012). Ez a kontextus kiemeli az önkéntesség központi szerepét a társadalmi szolidaritás fenntartásában (Whittaker et al., 2015). Mivel az önkéntesek számos akadályozó tényezővel szembesülnek, mint például időhiány, érzelmi kimerültség vagy szervezeti nehézségek (Hustinx et al., 2010; Zakariás & Feischmidt, 2020), fontos megismerni, hogy mely motivációk és

elköteleződést befolyásoló tényezők segíthetik elő a segítségnyújtás fenntarthatóságát és hatékonyságát (Nencini et al., 2016; Omoto & Snyder, 1995). A hazai és nemzetközi kutatások integrálása ezért elengedhetetlen ahhoz, hogy átfogó képet kapjunk az önkéntesség motivációs és fenntarthatósági mechanizmusairól, különös tekintettel a magyarországi társadalmi kontextus sajátosságaira. Kutatásunk újszerűsége abban mutatkozik meg, hogy az önkéntesség rendszeres, szervezett, valamint a krízishelyzetben kialakuló segítségnyújtás formáit hasonlítja össze magyarországi kontextusban.

## AZ ÖNKÉNTESSEG TÍPUSAI

Az önkéntesség iránya (belső vagy külső csoport felé) alapvetően meghatározza, hogy milyen hatással van a közösségi kapcsolatokra és a társadalmi kohézió erősítésére. A csoporton belüli önkéntesség a közösség belső szükségleteire fókuszál, erősítve a közösség tagjai közötti kötelékeket és az összetartozás érzését, valamint növelve a bizalmat és a kölcsönös támogatást (Choi et al., 2007; Henninger et al., 2023). Ezzel szemben a csoportok közötti önkéntesség túllép a csoporthatárokon, mivel az egyének más csoportok javára nyújtanak segítséget, ami elősegíti a társadalmi csoportok közötti megértést, csökkenti az előítéleteket,

és hozzájárulhat a társadalmi kohézió erősítéséhez (Veludo-de-Oliveira et al., 2015; Whittaker et al., 2015). Ez a típusú önkéntesség hozzájárulhat az empátia erősítéséhez, és a közös csoportidentitás hangsúlyozása révén megkönnyítheti a csoportok közötti együttműködést és a segítségnyújtási hajlandóságot (Gaertner & Dovidio, 2000). A csoportok közötti segítségnyújtás különös jelentőséggel bír krízishelyzetekben, amikor a segítségnyújtás nemcsak az azonnali humanitárius szükségletek kielégítésére irányul, hanem társadalmi változások elérését is célozza (Kende et al., 2017).

### AZ ÖNKÉNTES TEVÉKENYSÉG MOTIVÁCIÓI ÉS KIHÍVÁSAI

Az Ukrajnából érkező menekültek támogatásában az informális önkéntesség kiemelkedő szerepet játszott, hiszen számos egyén és közösség nyújtott közvetlen segítséget lakhatás, ételmezés vagy egyéb alapvető szükségletek biztosítása terén (Pallay et al., 2022). Ezt Handy és munkatársai (2006) epizodikus önkéntességként írják le: rövid távú, alkalmi jellegű önkéntes tevékenység, amely válsághelyzetekben különösen hatékony, mivel gyors és azonnali mozgósítást tesz lehetővé. Az epizodikus önkéntesek gyakran nem formális keretek közt működnek, mégis fontos szerepet játszanak a humanitárius segítségnyújtásban. Kutatásukban továbbá arra is rámutatnak, hogy az epizodikus önkéntesség idővel hosszabb távú elköteleződéssé válhat, ahogy a résztvevők egyre inkább integrálódnak a szervezett tevékenységekbe (Handy et al., 2006). Ez megfigyelhető volt az Ukrajnából érkező menekültek támogatása kapcsán is, amely során az alkalmi, informális segítségnyújtás

sok esetben az első lépés volt a formálisabb, szervezett önkéntes részvétel felé.

Humanitárius krízishelyzetekben az önkéntesség kulcsfontosságú szerepet tölt be az azonnali segítségnyújtásban, azonban a gyors reagálóképesség mellett számos fenntarthatósági kihívással is szembesülhetnek az önkéntesek. Krízishelyzetben az önkénteseket gyakran motiválja az empátia, a tehetetlenség érzésének csökkentése és a társas felelősségvállalásból fakadó morális kötelesség (Stukas et al., 2016; Whittaker et al., 2015). A helyzet sürgetettsége arra ösztönzi őket, hogy minél több területen nyújtsanak segítséget saját kommunikációs, szakmai vagy logisztikai készségeik mozgósításával (Bussell & Forbes, 2002; Culp et al., 2007). Ez a rugalmas és gyors reakció hatékonyan elégíti ki az azonnali igényeket, ugyanakkor az ilyen jellegű informális segítségnyújtás során kihívások is felmerülhetnek, mint a koordináció hiánya és az erőforrások gyors kimerülése (Bahadori et al., 2015; Whittaker et al., 2015). Az önkéntes erőfeszítések gyakran spontán jellegükből adódóan nehezen illeszkednek hosszú távú, fenntartható megoldásokhoz. Ezért a humanitárius önkéntesség hatékonyságának növelése érdekében célszerű lehet az informális segítségnyújtás összehangolása szervezett támogatással.

Az önkéntesség motivációs háttere eltérő lehet a krízishelyzetekre adott gyors reakciók és a rendszeres önkéntes tevékenységek esetében, amely különbségek a fenntarthatóság és a szervezeti támogatás szempontjából is meghatározóak. Krízishelyzetekben az önkénteseket elsősorban érzelmi impulzusok, empátia és a közvetlen szükségletekre adott azonnali válaszok vezérlik (Whittaker et al., 2015; Zakariás & Feischmidt, 2020). Ezzel szemben a rendszeres önkéntességet inkább a személyes fejlődés, a közösségi

elköteleződés és a társas kapcsolatok építése motiválja (Omoto & Snyder, 1995; Studer & Von Schnurbein, 2013). Idővel ezek a motivációk integrálódhatnak az egyén identitásába, ami az elköteleződés fokozódásához vezet (Grube & Piliavin, 2000). A fenntarthatóság szempontjából a rendszeres önkéntesség nagyobb szervezeti támogatást és koordinációt igényel, míg a krízishelyzetekben az informális, spontán segítségnyújtás jellemző, amely kevésbé szabályozott (Choi et al., 2007; Whittaker et al., 2015). Ugyanakkor a két típus közötti átmenet is megfigyelhető, mivel egy humanitárius válságra adott válasz hosszú távú elköteleződéssé fejlődhet, különösen szervezett keretek és közösségi kapcsolatok révén (Handy et al., 2006; Hustinx & Lammertyn, 2003). Az önkéntesség fenntarthatósága és hatékonysága szorosan összefügg a motivációk természetével és a szervezeti támogatottsággal.

A segítségnyújtás, így az önkéntes tevékenység is sok szempontból jutalmazó lehet az egyén számára, hiszen többek között közösséghez való tartozás érzésével és kompetenciák fejlesztésével jár (Grube & Piliavin, 2000; Omoto & Snyder, 2002; 1995), ugyanakkor hosszú távú fenntartása kihívást jelenthet. Szervezeti szinten gyakori probléma a szervezetlenség, az erőforrások nem hatékony felhasználása, valamint az az érzés, hogy az önkéntes munka nem vezet valódi hatásokhoz, ami megkérdőjelezheti az önkéntesek hasznosságérzetét (Einolf, 2018; Nencini et al., 2016). Ezzel párhuzamosan külső tényezők, például időhiány, a munkahelyi és családi kötelezettségek összeegyeztethetatlensége az önkénteskedéssel, valamint anyagi korlátok is akadályozhatják a folyamatos részvételt (Hustinx et al., 2010). A belső tényezők között megjelenhet a kiegészés és az érzelmi kimerültség, különösen

akkor, ha az önkéntes munka folyamatos érzelmi megterheléssel jár (Omoto & Snyder, 1995). A kognitív disszonancia elmélete szerint az emberek igyekeznek elkerülni a belső ellentmondásokat, és ha ezek mégis fellépnek, törekednek azok csökkentésére (Festinger, 1957). Az önkéntesek esetében ez azt jelentheti, hogy az aktív résztvevők pozitívabban értékelik tevékenységüket, például nagyobb érzelmi jutalmat vagy erősebb közösségi kohéziót érzékelnek (Luque-Suárez et al., 2021) annak érdekében, hogy igazolják a befektetett időt és energiát. Ezzel szemben azok, akik felhagytak az önkéntes munkával, a kognitív disszonancia csökkentése érdekében hajlamosak lehetnek negatívabban visszatekinteni korábbi tapasztalataikra, például a szervezeti támogatás hiányára vagy az elért eredmények korlátozottságára (Holtrop et al., 2024). További belső tényezőként említhető, hogy a kezdeti lelkesedés idővel csökkenhet, amennyiben az önkéntesek nem kapnak megfelelő visszajelzést vagy támogatást, illetve ha úgy érzik, hogy erőfeszítéseik nem vezetnek kézzelfogható eredményekhez. Ezen túlmenően, az idő előrehaladtával az önkéntesek és a segítségben részesülők közötti kapcsolat is változhat, ami néha az elvárásoktól való eltérés miatt stresszt okozhat (Haski-Leventhal & Bargal, 2008). Problémát jelenthet a fizikai és érzelmi megterhelés, amely hosszú távon csökkentheti az elköteleződést (Zakariás & Feischmidt, 2020).

Az önkéntesség hosszú távú fenntarthatóságát számos tényező befolyásolja, így különösen fontos feltárni, hogy a motivációk és a kihívások milyen hatással vannak az önkéntes tevékenység rendszerességére és tartósságára. Az eddigi szakirodalom azonosított olyan motivációs tényezőket, mint az altruizmus, a személyes fejlődés

vagy a közösségi kohézió erősítése (Omoto & Snyder, 1995; Stukas et al., 2016), illetve olyan akadályokat, mint a kiégés, a szervezeti problémák vagy a családi és munkahelyi kötelezettségek összeegyeztethetlensége (Nencini et al., 2016; Whittaker et al., 2015; Zakariás & Feischmidt, 2020), amelyek hatással vannak az önkéntesekre spontán, krízishelyzetekben nyújtott segítségnyújtás vagy rendszeres, szervezett önkéntes munka során egyaránt. Ugyanakkor kevés adat áll rendelkezésünkre e két kontextus motivációinak és kihívásainak összehasonlításáról, különösen a magyarországi kontextusban. Ez a hiányosság jelentős, mivel Magyarországon jelenleg az informális, alkalmi segítségnyújtás az inkább jellemző (KSH, 2022), míg a rendszeres, fenntartható önkéntesség elterjedéséhez további erőfeszítések szükségesek. Az önkéntesség motivációinak és kihívásainak mélyebb megértése fontos lépés a rendszeresebb önkéntes tevékenység előmozdításához.

## A JELEN KUTATÁS

### A kutatás fő célja és hipotézisei

Kutatásunk célja az önkéntesség mélyebb megértése, különösen a motivációs mintázatok és a fenntarthatóságot befolyásoló tényezők megismerése. Magyarországi kontextusban a rendszeres, szervezett önkéntesség és a krízishelyzetekben nyújtott spontán segítségnyújtás közötti különbségek és hasonlóságok feltárása lehetőséget nyújt arra, hogy az önkéntes munka hosszú távú fenntartásának kihívásait jobban megértsük.

A kutatás a fenntartható önkéntesség motivációinak vizsgálatára irányul, különös tekintettel azokra a tényezőkre, amelyek meghatározzák az önkéntesek hosszú távú elköteleződését és aktív részvételét társadalmi célú tevékenységekben. A kérdést két különböző kontextusban vizsgálatuk meg: (1) civil szervezeteknél tevékenykedő aktív és jelenleg már nem aktív önkéntesek, valamint (2) az Ukrajnából érkező menekültek segítségével részt vevők körében. E két kontextus vizsgálatával az volt a célunk, hogy a rendszeres, szervezett önkéntesség és a hirtelen kialakuló humanitárius krízishelyzetben nyújtott segítségnyújtás során elemezzük az önkéntesek elkötelezettségét, motivációit és attitűdjeit az önkéntes munkával kapcsolatban, illetve feltárjuk az önkéntes munka fenntartását akadályozó tényezőket.

H1: A civil szervezetekben aktív önkéntesek motivációiban nagyobb szerepet játszanak a hosszabb távú, identitáshoz és fejlődéshez kapcsolódó motívumok (pl. morális indíttatás, önfejlesztés, közösséghez tartozás), míg a humanitárius krízishelyzetben segítők körében nagyobb szerepet játszanak a helyzet okozta impulzusok (pl. tehetetlenség érzésének csökkentése, morális okok). A kutatás exploratív jellegű volt, nem hipotézisek tesztelésére irányult, hanem a korábbi szakirodalomban (Grube & Piliavin, 2000; Omoto & Snyder, 2002; 1995) azonosított motivációs dimenziók feltárására és kontextusba helyezésére.

H2: Azt feltételezzük, hogy a jelenleg is aktív önkéntesek pozitívabb képet alkotnak az önkéntességről (pl. nagyobb érzelmi jutalom, közösségi kohézió), mint azok, akik korábban voltak önkéntesek, de már abbahagyták.

## ELSŐ VIZSGÁLAT

### Módszer

#### *Eljárás*

Az első vizsgálat A részében (1/A) az ELTE PPK Szociálpszichológia Tanszék kutatócsoportjaként civil szervezetek közreműködésével aktív önkéntesek körében, míg az első vizsgálat B részében (1/B) a már nem aktív, tehát korábbi önkéntesek körében végeztünk felmérést (kutatásetikai engedély ELTE KEB-száma: 2022/496; 2023/467). Mindkét felmérésben az önkéntességet befolyásoló, akadályozó és az ehhez kapcsolódó tényezőket vizsgáltuk nyílt és zárt végű kérdésekkel. A vizsgálatunk anonim, kérdőíves kutatás volt, amelyet a civil szervezetek (1/A vizsgálat) és a Facebook közösségi oldal (1/B vizsgálat) segítségével, hólabdamódszerrel juttattuk el a vizsgálati személyekhez. Az adatokat online formában gyűjtöttük, a kitöltés nagyjából tíz percet vett igénybe, és az adatok feldolgozásához az SPSS.27 statisztikai programot használtuk.

#### *Résztvevők*

Az első vizsgálat A részében (1/A) összesen 43 önkéntes vett részt, a válaszadók többsége nő, és az életkoruk 21 és 70 év között volt ( $M = 37,30$ ;  $SD = 10,80$ ). Túlnyomó többségük (79%) főállású munka mellett végezte tevékenységét. A kitöltők szociális és oktatási esélyegyenlőség előmozdításával foglalkozó civil szervezeteknél végeztek önkéntes munkát.

Az első vizsgálat B részében (1/B) 27 személy vett részt, akik közül 4 személy még aktívan végez önkéntes munkát, így őket kiszűrtük a vizsgálatból, tehát a végső mintában 23 kitöltő maradt. A válaszadók többsége nő, életkoruk 23 és 72 év között

volt ( $M = 37,87$ ;  $SD = 13,01$ ). Túlnyomó többségük (72%) a vizsgálat idején rendelkezett munkahellyel, kevesebb mint negyedük a tanulmányait végezte (11%), a további kitöltők pedig egyéb tevékenységet (17%) határoztak meg. A résztvevők korábbi önkéntes munkájuk helyszínéként számos szervezetet jelöltek meg, például szociális és oktatási esélyegyenlőség előmozdításával, gyermekvédelemmel és krízisintervencióval foglalkozó, illetve az LMBTQ+-közösség jogaiért és érdekeiért küzdő civil szervezeteket.

#### *Mérőeszközök*

A kutatás során egy strukturált kérdőívet alkalmaztunk, amely nyitott és zárt kérdéseket is tartalmazott. Az aktív és már nem aktív önkéntesek körében külön kérdőívet használtunk, amelyek nagyrészt hasonló kérdéseket tartalmaztak, néhány eltéréssel. A vizsgálatban használt teljes kérdőívet hozzáférhetővé tettük az OSF platformján ([https://osf.io/w9ph2/?view\\_only=3ae6e-343debc428bab1030b8068e0ec5](https://osf.io/w9ph2/?view_only=3ae6e-343debc428bab1030b8068e0ec5)). Az aktív önkéntesek körében (1/A vizsgálat) a következő kérdéseket vizsgáltuk:

Demográfiai adatokra vonatkozó kérdések, ahol rákérdeztünk a résztvevők nemére, életkorára és jelenlegi foglalkozásukra.

Az általános információkat az önkéntes munkáról négy kérdéssel vizsgáltuk, amelyek az önkéntes munka időtartamára, gyakoriságára, tartalmára, a tevékenység fókuszára vonatkoztak (pl.: „*Milyen időtartam óta és milyen gyakorisággal végez önkéntes munkát?*”).

Az önkéntes munkához kapcsolódó motivációkat három kérdéssel vizsgáltuk, amelyek az általános motivációkra vonatkoztak (pl.: „*Mi motiválta arra, hogy önkéntes munkát végezzen?*”).

Az aktív önkéntesek önkéntes munkáról alkotott képét két kérdéssel vizsgáltuk („*Megváltozott-e az önkéntességről alkotott képe az önkéntes tevékenység során? Ha igen, hogyan?*”).

Az önkéntesség során felmerülő akadályozó és gátló tényezőket két kérdéssel vizsgáltuk (pl.: „*Lát-e olyan tényezőt, amely akadályozhatja vagy gátolhatja az önkéntes munkában való részvételét?*”).

A már nem aktív önkéntesek (1/B vizsgálat) esetében a kérdések többsége megegyezett az aktív önkénteseknek feltett kérdésekkel, kiegészítve az alábbival:

Az önkéntes munka feladását egy kérdéssel vizsgáltuk: „*Miért hagyta abba az önkéntes tevékenységét?*”

#### *Az elemzés módja*

Az első vizsgálat során két különböző csoportban: aktív (1/A) és már nem aktív önkéntesek (1/B) körében végeztünk felmérést nyílt és zárt kérdéseket tartalmazó kérdőívvel.

A kutatás során alkalmazott elemzői módszer az induktív tartalomelemzés (Vears & Gillem, 2022) és statisztikai elemzés kombinációja volt. A nyílt kérdésekre adott válaszokat tematikus kódolással dolgoztuk fel (Braun & Clarke, 2006), ahol két fő témát határoztunk meg az aktív és a már nem aktív önkéntesek között, amelyeket további altémákra csoportosítottunk. A kódolás során minden válaszdónál rögzítettük, hogy megjelent-e egy adott kategória a válaszában. Előfordult, hogy egy válaszdó több kategóriába is besorolható volt, ha válasza több témát érintett. Ezzel összefüggésben a gyakorisági adatok azt mutatják, hány válaszdó említette az adott témát, nem pedig azt, hogy hányan tartoztak kizárólag az adott kategóriába. Emiatt a kategóriák összesített előfordulása meghaladhatja a válaszdók számát. A fő- és altémák,

valamint azok előfordulási gyakorisága az 1. táblázatban láthatók. A kódolást induktív tematikus elemzésként végeztük, azaz a motivációs és akadályozó tényezők kategóriái az adatokból emelkedtek ki, előre meghatározott elméleti rendszer nélkül (Braun & Clarke, 2006). A motivációk értelmezésénél ugyanakkor támaszkodtunk a korábbi proszociális és önkéntességre fókuszáló szakirodalomra (pl. Clary & Snyder, 1999; Omoto & Snyder, 1995): a felhasznált tanulmányok rámutatnak, hogy az önkéntességet különböző funkcionális, személyes és társas motívumok vezérelhetik. A kvalitatív kategóriarendszer tehát nem egy előre definiált belső-külső motivációs modell leképezése, hanem az adatok alapján kialakított, a hazai kontextushoz illeszkedő motivációs struktúra. A kódolást az első szerző és egy kutatási asszisztens végezte. A kódolás után, az elemzés és értelmezés szakaszában külön figyeltünk arra, hogy az aktív és a már nem aktív önkéntesek válaszaik között milyen hasonló mintázatok és különbségek jelennek meg. A kvantitatív adatok feldolgozása során gyakorisági elemzéseket végeztünk.

Az eredményeket a következő elvek mentén strukturáltuk: (1) motivációk: az aktív és a már nem aktív önkéntesek önkéntességre vonatkozó motivációit külön kategorizáltuk (pl. morális okok, személyes fejlődés, közösséghez való kapcsolódás iránti igény); (2) önkéntes munkáról alkotott kép: az aktív önkéntesek körében inkább a pozitív tapasztalatok domináltak, míg a már nem aktív önkéntesek esetében egy sokkal árnyaltabb kép jelent meg az önkéntes munkáról; (3) akadályozó és gátló tényezők, illetve az önkéntes munka feladása: a két csoport válaszaik alapján az akadályozó tényezők és az önkéntes munka feladása kapcsán hasonló kategóriákat figyeltünk meg (például, időhiány, negatív szervezeti tapasztalatok).

## Eredmények

Az eredmények az önkéntes tevékenység motivációit, az önkéntes munkáról alkotott képet és a lemorzsolódás okait teszik láthatóvá, a kutatói kérdések és hipotézisek mentén. Az elemzés célja az volt, hogy feltárja az aktív és a már nem aktív önkéntesek válaszaiban megjelenő hasonlóságokat és különbségeket.

### *Az önkéntes tevékenység jellemzői*

A jelenleg is aktív önkéntesek (1/A vizsgálat) elkötelezettek az önkéntes munkával kapcsolatban, mivel a válaszadók 33%-a azt jelölte meg, hogy több mint hét éve végez önkéntes tevékenységet, a leghosszabb megjelölt időtartam 24 év volt. További 35% három-hat éve, míg 28% egy-két éve önkéntes valamely szervezetnél. Rendszeresség szempontjából a válaszadók több mint fele (54%) havi, 16% heti, 14% napi rendszerességgel, míg 12% ritkán végez önkéntes munkát, és csupán 5% az, aki már egyáltalán nem önkéntes. Az önkéntesek túlnyomó többsége (85%) a jövőben is szeretne az aktuális szervezeténél önkéntes munkát vállalni.

Az 1/B vizsgálat résztvevői az önkéntességgel minimum 1,5, maximum 10 éve hagytak fel. Az aktív és a jelenleg már nem aktív önkéntesek jellemzően olyan tevékenységekben vesznek/vettek részt, mint táboroztatás, fejlesztő foglalkozások szervezése és lebonyolítása, oktatás online és személyes formában, feladatok koordinálása.

### *Motivációk az önkéntes munka elkezdésére*

Az aktívan és a jelenleg már nem aktívan önkéntes munkát végzők indító motivációi négy fő témába csoportosíthatók. A válaszadók majdnem fele *morális okokból* kezdett

önkénteskedni, mint amilyen például a társadalmi felelősségvállalás, az altruizmus, a segítő szándék vagy a társadalmilag hasznos munka végzése. Ezt követte a *személyes fejlődés* lehetősége miatti motiváció, mint például a hasznosság megélése, a komfortzónából való kimozdulás, a mentális egészség javítása, a szorongás csökkentése, a kíváncsiság, illetve a *szociális környezete hatása*, de a válaszadók kevesebb mint negyedénél megjelent a *közösséghez való kapcsolódás iránti igény* is. A különböző motivációk általánosan vegyesen voltak jellemzőek az önkéntesekre (lásd 1. táblázat). Az aktív önkénteseknél a morális indíttatások és a személyes fejlődés motívumai gyakran együtt jelentek meg, míg a már nem aktív önkéntesek inkább a gyakorlati tapasztalatszerzésre és az önkéntesség hasznosságára helyezték a hangsúlyt.

### *Az önkéntes munkáról alkotott kép*

A jelenleg is aktív önkéntesek közel felének változott az önkéntességről alkotott képe pozitív irányba: „*Nagyon sok mindent megtapasztaltam arról, hogyan lehet kreatívabban tanítani, és azt is, hogy kevésbé legyek előítéletes.*”; „*Igen, az önkéntesség fontos kapcsolódási pont, amiben az ember nagyon sokat kap és tanul, nem csak ad.*”

A jelenleg már nem aktív önkéntesek közel negyedében egy sokkal realisabb, kevésbé idealisztikus kép rajzolódott ki, amely pozitív és negatív elemeket is tartalmaz: „*Árnyalódott, realisabbá vált bennem talán a kép...*”; „*Igen. Kevésbé látom ma már ideálisnak. Érzem, hogy jó tapasztalatszerzési lehetőség, de nem fenntartható úgy dolgozni ingyen, hogy sok esetben az állami ellátórendszer hiányosságait igyekszik pótolni az ember érdemi szakértelem nélkül.*” Ezzel szemben kevesebb mint negyede

a válaszadóknak pozitív változásról számolt be (lásd 1. táblázat): „Igen, pozitívabb lett. Láttam, hogy az együttműködésnek milyen valós haszna van a közösségek életére.” Az aktív önkéntesek számára az önkéntesség

tapasztalata jellemzően megerősítő és pozitív volt, míg a már nem aktív önkénteseknél gyakoribbak voltak a kritikus, árnyaltabb értékelések, különösen a fenntarthatóság és a szervezeti működés kapcsán.

1. táblázat. A jelenleg is aktív és már aktívan nem tevékenykedő önkéntesek fő- és altémái motivációk és akadályozó tényezők kapcsán

Jelenleg is aktív önkéntesek				
Főtémák	Altémák 1	Gyakoriság	Altémák 2	Gyakoriság
Motivációk	Morális okok	18	Társadalmi felelősségvállalás	7
			Altruizmus	4
			Társadalmilag hasznos munka végzése	6
			Mások segítése	10
	Személyes fejlődés	15	Hasznosság megélése	4
			Komfortzónából való kimozdulás	4
			Mentális egészség javítása	2
			Szorongás csökkentése	1
			Kíváncsiság	8
	Szociális környezet	13	Iskolai és egyetemi környezet	5
			Barátok	3
			Család	5
	Közösséghez való kapcsolódás igénye	5		
Önkéntes munkáról alkotott kép	Pozitív tapasztalatok	21	Tanulási, önfejlesztő folyamat a segítő számára	9
			Kapcsolódás új emberekkel	5
			A feladat, folyamat felértékelése	7

<b>Jelenleg is aktív önkéntesek</b>				
<b>Főtémák</b>	<b>Altémák 1</b>	<b>Gyakoriság</b>	<b>Altémák 2</b>	<b>Gyakoriság</b>
Akadályozó és gátló tényezők	Külső tényezők	26	Időhiány	13
			Távolság	3
			Új munkahely	4
			Gyerekvállalás, családi állapot változása	9
			Külföldre költözés	5
	Belső tényezők	4	Hasznosság megkérdőjelezése	1
			Reménytelenség vagy negatív érzések	3
	Szervezeti tényezők	4	Önkéntes közösség megváltozása	1
			Szervezetlenség	3
<b>Jelenleg aktívan nem tevékenykedő önkéntesek</b>				
Motivációk	Morális okok	10	Társadalmi felelősségvállalás	2
			Társadalmilag hasznos munka végzése	6
			Mások segítése	4
	Személyes fejlődés	7	Hasznosság megélése	1
			Gyakorlati tapasztalat szerzése	4
			Kíváncsiság	3
	Szociális környezet	5	Iskolai, egyetemi környezet	3
			Barátok	2
	Közösséghez való kapcsolódás igénye	2		
Önkéntes munkáról alkotott kép	Pozitív tapasztalatok	3		
	Árnyalt, realisabb kép	5		

Jelenleg is aktív önkéntesek				
Főtémák	Altémák 1	Gyakoriság	Altémák 2	Gyakoriság
Akadályozó és gátló tényezők	Külső tényezők	13	Időhiány	5
			Túlzott munkamennyiség	2
			Anyagi szempontok	4
			Megítélés a külvilág felől	2
			Családi okok	4
	Belső tényezők	5	Hasznosság megkérdőjelezése	2
			Kiábrándultság, kiegészítés és negatív érzések	3
			Egészségi állapot	1
	Szervezeti tényezők	6	Szervezettel való azonosulás hiánya	2
			Értékek ütközése	1
			Hiányosságok a szervezeten belül	3
			Logisztikai nehézségek	2

*Akadályozó és gátló tényezők,  
illetve az önkéntes munka feladása*

A vizsgálat során azt is felmértük, hogy milyen akadályozó vagy gátló tényezők merülhetnek fel az önkéntes munka során. Az aktív és a vizsgálat idején már nem aktív önkéntesek körében is közel a válaszadók fele *külső tényezőkre* hivatkozott, mint a munkahely és az önkéntesség összeegyeztethetlensége, az időhiány, a családi állapot megváltozása vagy a külföldre költözés. Az aktív önkéntesek kevesebb mint negyede, a nem aktív önkéntesek esetében pedig a válaszadók negyede említett az aktuális/volt *szervezettel kapcsolatos okokat*, mint az önkéntes közösség megváltozása, szervezetlenség, a hasznosság megkérdőjelezése, reménytelenség vagy negatív érzések: „*Szerintem gyakori kihívás, hogy egy szervezet mennyire tud érdemi-jelentésteli munkát*

*adni az önkénteseknek.*”; „*Hasznosan és hatékonyan tudunk-e segíteni... van-e értelme-hatása annak, amit csinálunk, tud-e bármit is hatni, minden más mellett?*” Továbbá belső okokat mindkét csoportban a résztvevők kevesebb mint negyede említett, mint a személyes értékektől való eltérés („*Nem tudtam azonosulni a túlzott politikai szerepvállalással és aktivitással.*”), a személyes haszon hiánya („*Korábban azon a ponton hagytam abba, ahol úgy éreztem, én már többet nem profitálok belőle a tapasztalatszerzéssel, jó élményekkel.*”), kiábrándultság, kiegészítés, egészségügyi állapot és negatív érzések („*Sokszor nem volt már kedvem, hiányosságokat éreztem a csapatban, módszerekben, és kicsit talán kiégtem ebben.*”).

Akik jelenleg már nem végeznek önkéntes munkát, úgy gondolták, hogy bizonyos területeken változást hozott és volt hatása

az önkéntes tevékenységüknek: „*Talán tudtam örömteli perceket és egy kis figyelmet, reményt, közösségi élményt adni olyanoknak, akiknek kevés jut ezekből*”; „*A mentálhigiénés munka a reményeim szerint többeknek segített egyensúlyuk visszaszerzésében... a lakásfelújítás több, korábban hajléktalan családnak nyújthatott segítséget jobb életkörülmények közé kerülni.*” Voltak, akik úgy gondolták, hogy egyénileg a tevékenységüknek nem volt ugyan számottevő hatása, de az mégis hozzájárult a közösség vagy az ügy hosszú távú céljai eléréséhez: „*Úgy érzem, hogy talán nagyon hosszú távú hatást én egymagam nem gyakoroltam senkire, de azt a keveset hozzáadtam, amit tudtam, és ha sokan ezt teszik, akkor az összeadódik.*” Ezzel ellentétben a válaszadók kevesebb mint negyede úgy ítélte meg, hogy a tevékenységük nem hozott változást: „*Sajnos semmit. A szegények szegényebbek, a melegek még több szűkített terepen mozognak.*” Összességében mindkét csoport válaszaiban megjelent, hogy az önkéntes munka fenntartását nemcsak külső körülmények, hanem a szervezeti működés hiányosságai és az érzelmi megterhelés is nehezítik (lásd 1. táblázat).

### Diszkusszió

Az eredmények összességében alátámasztják azt a feltételezést, hogy az önkéntes tevékenység megítélése és fenntartása különböző mintázatot mutat az aktív és a már nem aktív önkéntesek körében. Az önkéntesek válaszaiban a leggyakrabban a társadalmi hasznosság érzése, a személyes fejlődés és a közösségi kapcsolódás jelent meg mint az önkéntesség legfőbb motivációja. Az aktív önkéntesek főként pozitív élményekről számoltak be, amelyek megerősítették bennük

az önkéntesség fontosságát. Ezzel szemben a már nem aktív önkéntesek egy árnyaltabb, olykor kritikusabb képről számoltak be, amelyben megjelentek a fenntarthatóság és a szervezeti működés problémái is. Mindezek ellenére sokan úgy vélik, hogy munkájuk hosszú távú hatással volt a közösségre vagy az ügyre, amelyet segítettek.

A felhagyott önkéntesség értelmezhető lehet a kognitív diszonzancia csökkentésének folyamatán keresztül is (Festinger, 1957): azok az önkéntesek, akik nem tudták folytatni a segítő tevékenységet, gyakran indokolták döntésüket azzal, hogy a segítség már kevésbé szükséges. Ez a mechanizmus a diszonzanciaredukció klasszikus mintázatát idézi, amikor az egyén a saját véleménye és viselkedése közötti feszültséget a véleménye megváltoztatásával oldja fel.

## MÁSODIK VIZSGÁLAT

### A kutatás célja

A hirtelen kialakuló válsághelyzetek, mint például természeti katasztrófák vagy humanitárius krízisek, gyakran erős érzelmi reakciókat váltanak ki az emberekből, ami gyors cselekvésre ösztönözheti őket. Az ilyen típusú segítségnyújtás sok esetben spontán és informális formát ölt, ami lehetővé teszi a gyors mozgósítást, ugyanakkor hosszabb távon komoly fenntarthatósági problémákkal is járhat. Felmerülhet a kérdés, hogy ezek a rövid távú önkéntes erőfeszítések mennyiben hasonlítanak a hosszú távon fenntartható, szervezett önkéntességhez, vagy épp mennyiben térnek el attól. Ebből kiindulva, a második vizsgálat célja az volt, hogy megértsük, milyen motivációk és akadályozó tényezők befolyásolják az önkéntes

tevékenység fenntarthatóságát egy humanitárius krízishelyzetben. Különösen arra kerestük a választ, hogy az Ukrajnából érkező menekültek támogatásában részt vevő személyek milyen indíttatásból vállalták az önkéntes munkát, hogyan változott az önkéntességről alkotott képük az idő előrehaladtával, és milyen tényezők járultak hozzá a segítségnyújtás folytatásához vagy feladásához. A második vizsgálat célja annak feltárása volt, hogy a humanitárius krízishelyzetre adott spontán önkéntes segítségnyújtást milyen morális, személyes és társas motivációk jellemzik, és ezek hogyan különböznek az elsőként vizsgált, nem krízishelyzetben végzett önkéntes tevékenységtől.

### Módszer

#### *Eljárás*

A második vizsgálatot az ELTE PPK Szociálpszichológia Tanszék kutatócsoportja végezte 2022. március 27. és április 7. között első, majd 2022. május 22. és június 10. között ismételt adatfelvétellel, az Ukrajnából érkező menekültek segítők körében (kutatásetikai engedély ELTE KEB-száma: 2022/496). A felmérés során az önkéntességet befolyásoló, akadályozó és az ehhez kapcsolódó tényezőket vizsgáltuk. Az első adatfelvétel során a résztvevők beleegyezését kértük egy újbóli adatfelvételre, és külön gyűjtve az e-mail-címüket újbóli meghívót kaptak. Egyedi kódokat használva azonosítottuk a résztvevőket, tehát az adatgyűjtés végig anonim volt.

#### *Résztvevők*

A második vizsgálatban 2261 fő vett részt összesen, a kitöltők több mint fele nő volt (60%), életkoruk 18 és 86 év között volt ( $M = 49,50$ ;  $SD = 12,54$ ). A kitöltők kicsivel

több mint fele (58%) Budapesten él, kicsivel több mint negyede (29%) városban, a további kitöltők negyede falun (8%) vagy külföldön (5%). A résztvevők túlnyomó többsége egyetemi végzettségű (83%), 15%-uk legmagasabb iskolai végzettsége az érettségi, és csupán kis százalékuk rendelkezik szakképzéssel (2%) vagy általános iskolai végzettséggel (1%). Politikai orientációjából a résztvevők inkább baloldalinak vallották magukat ( $1 =$  baloldali,  $7 =$  jobboldali;  $M = 3,09$ ;  $SD = 1,47$ ).

Az Ukrajnából érkező menekültek segítők körében a legjellemzőbb tevékenység az adományozás volt szervezetek számára (89%), ezt követte az információk megosztása a közösségi oldalakon (41%), a személyes segítségnyújtás a pályaudvaron (32%). A legkevésbé jellemző a menekültek befogadása és saját otthonban történő elszállásolása volt (14%).

#### *Mérőeszközök*

A második vizsgálatban szintén nyitott és zárt végű kérdésekkel tártuk fel az Ukrajnából érkező menekültek segítők körében jelen levő motivációs tényezőket. A jelen vizsgálatban használt mérőeszközök és a teljes tétellista a projekt OSF platformján érhető el. A teljes kérdőívet más célra is használtuk: felmértük többek között a résztvevők segítségi szándékát, sztereotípiáit az Ukrajnából érkező menekültekkel szemben, segítségnyújtási motivációit, csoportközi érzelmeiket és más csoportok iránti segítségnyújtási szándékukat. Ezen változók bemutatása azonban túlmutat a jelen tanulmány keretein (Lantos et al., 2025). A vizsgálat adatait nyilvánosan hozzáférhetővé tettük az OSF platformján ([https://osf.io/w9ph2/?view\\_only=3ae6e343debc428bab1030b8068e0ec5](https://osf.io/w9ph2/?view_only=3ae6e343debc428bab1030b8068e0ec5)).

Az első adatfelvétel során a direkt segítségnyújtást négy tétellel vizsgáltuk, amely során felmértük, hogy mely tevékenységekben vettek részt a résztvevők leginkább (pl.: *„Személyes segítséget nyújtottam az állomásokon vagy máshol.”*).

Az első adatfelvétel során segítségnyújtási motivációkat egy nyitott kérdéssel vizsgáltuk: *„Kérjük, röviden írja le, hogy mi volt az ok, ami motiválta, hogy fogja magát, és segítséget nyújtson? Mi vagy ki befolyásolta ezt a döntését?”*

Az első és a második adatfelvételkor a hosszú távú segítségnyújtást egy kérdéssel vizsgáltuk: *„Mit gondol arról, meddig fogja tudni fenntartani azt a fajta és mennyiségű segítséget, amelyet jelenleg nyújt a menekültek számára?”*

A második adatfelvétel során az önkéntes tevékenység mértékének változását egy kérdéssel vizsgáltuk: *„Hogy látja a segítségnyújtása mértékét, ha összehasonlítja a most nyújtott segítségét az egy hónappal ezelőtt vagy korábban nyújtott segítségével?”*

A második adatfelvétel során felmértük egy kérdéssel az önkéntes tevékenységről alkotott képet: *„Szeretné megosztani a menekültek segítségével kapcsolatos tapasztalatait? (Akár jók, akár rosszak)”*.

Az első adatfelvétel során felmértük hat zárt és egy nyitott kérdéssel az önkéntes tevékenységet akadályozó tényezőket (pl.: *„Amikor abbahagyja azt a fajta segítségnyújtást, amelyet most végez, mit gondol, ennek mik lesznek a legfőbb okai? [Több válasz is jelölhető]”*).

#### *Az elemzés módja*

Az elemzés során az Ukrajnából érkező menekülteket segítők motivációinak és az

önkéntességre vonatkoztatott fenntarthatóságot akadályozó tényezőknek az azonosítására szintén tematikus kódolást (Braun & Clarke, 2006) alkalmaztunk. A válaszokat tematikus kategóriák mentén kódoltuk, amelyeket részben induktív módon, részben pedig az első vizsgálatban kialakított fő- és altémák alapján határoztunk meg. A gyakorisági adatokat ugyanúgy kell értelmezni, mint az első vizsgálatnál: a számok azt jelzik, hány válaszadó említette az adott témát. Ennek megfelelően a kategóriák előfordulása meghaladhatja a teljes mintanagyságot. A fő- és altémák, valamint előfordulási gyakoriságuk az 2. táblázatban láthatók. A kvantitatív adatok feldolgozása az SPSS statisztikai program segítségével történt, amely során elsősorban gyakorisági és leíró statisztikákat végeztünk. A kvalitatív elemzés során a válaszokat gyakoriságuk és jelentőségük alapján kategorizáltuk.

Az eredmények bemutatásában hasonló szempontokat használtunk, mint az első vizsgálatban. (1) Motivációk: a segítők válaszai alapján a leggyakoribb motivációkat (pl. morális kötelesség, együttérzés) és azok jelentését részleteztük példákkal illusztrálva. (2) Az önkéntes munkáról alkotott kép: a segítők időbeli elköteleződését és az önkéntesség fenntartásában szerepet játszó tényezőket (pl. érzelmi terhelés) külön tárgyaltuk, és az időbeli változásokra is rávilágítottunk, illetve arra, hogy ez hogyan változtatta az önkéntességről alkotott képüket. (3) Akadályozó/gátló tényezők: az Ukrajnából érkező menekülteket segítők esetében fókuszba kerültek a krízishelyzet időtartamával és az anyagi erőforrások hiányával kapcsolatos problémák, amelyek nagy hatással voltak a segítő tevékenységek folytatására.

## Eredmények

Az elemzés során három tematikus egység, főtéma rajzolódott ki az önkéntességet motiváló, támogató és akadályozó tényezők feltárása során: Motivációk, Önkéntes munkáról alkotott kép és Akadályozó és gátló tényezők. Az eredményeket ezek mentén mutatjuk be.

### *Motivációk az önkéntes munka elkezdésére*

A háború kitörésekor az Ukrajnából érkező menekültek segítségében is számos motiváció játszott szerepet: a válaszadók negyedére morális okok hatottak. Ezen kategórián belül több mint fele a válaszadóknak úgy vélte, hogy a segítségnyújtás magától értetődő, természetes reakció volt, mert szükség volt rá: „Az elejétől fogva nem volt kérdés, és nem is lesz kérdés.”; „Erkölcsei és morális kötelességnek tartom, hogy minden ember, a képességeihez mérten, segítse a nála nehezebb helyzetben lévőket.” A morális okok altémáján belül a kitöltők több mint negyede számolt be arról, hogy az együttérzés („A háború áldozataival, a kényszerűen menekülővel való mélységes együttérzés. Földönfutókká lettek, a semmiből a semmibe érkeztek, képtelenség nem segíteni valahogyan.”), a tehetetlenség és a negatív érzések enyhítése miatt vett részt a menekültek segítségében („Felháborított, megijesztett és szorongással töltött el a háború, szerettem volna csökkenteni a tehetetlenségérzésemet.”). Továbbá kevesebb mint a válaszadók negyedét a sorsközösség érzése is motiválta a segítségnyújtásban („Az volt az oka, hogy akár én is kerülhetnék ilyen helyzetbe, és akkor nekem is jól esne.”; „Bárki kerülhet hasonló helyzetbe, ha tudok, segítek rászorultakon.”).

A motivációk között a válaszadók felénél előforduló altéma volt a *személyes tényezők* kategóriája. Itt előfordultak olyan altémák, mint a korábbi segítségnyújtás vagy önkéntes munka („Egyrészt szeretek segíteni, más önkéntes munkát is vállaltam már.”; „Mentőszervezet önkéntes segítője vagyok lassan egy évtizede.”), a személyes képességek hasznosítása („Tudok oroszul, kimentem.”; „Amikor értesültem a helyzetről, hogy önkéntesekre van szükség az érkező menekültek ellátásában, nem volt kérdés, hogy a szabad kapacitásomat és képességeimet használva segítek, amíg lehetőségeim engedik.”) vagy az önérdékű motivációk („...és nem mellesleg sokkal jobban éreztem magam azután, hogy végre tettünk valamit.”; „Számomra jó érzés, hogy egy közvetlenül kontrollálhatatlan szituációban közvetve mégis tudok valamekkora hatást gyakorolni.”).

A válaszadók kevesebb mint negyedénél *külső tényezők* is előfordultak a motivációk között. Idetartoztak olyan altémák, mint a segítségnyújtás normáját előhívó tényezők („A boltban a pénztárnál volt az adományozó kód...”; „Több olyan csatornával is találkozom, ami utat mutat a segíteni akaróknak, így könnyebb eljutni odáig.”), a szervezeti, civil vagy médiafelhívások („Valamint az óvodánk vezetője is pontos listát kapott a pályaudvarokon dolgozó segélyszervezektől, hogy éppen mire van szükség.”) vagy a politikai, társadalmi kontextus („Az állam hozzáállása miatt.”).

A *szociális környezet hatása* a válaszadók kevesebb mint negyedénél jelent meg motivációs tényezőként, ami az egyén környezetében lévő más személyek hatását foglalta magában („A családban más is megtette.”; „A feleségemet nagyon felzaklatta, ő az aktívabb, én támogatom.”).

2. táblázat. Az Ukrajnából érkező menekülteket segítő fő- és altémái motivációk és akadályozó tényezők kapcsán

Ukrajnából érkező menekülteket segítő önkéntesek							
Főtémák	Altémák 1	Gyakoriság	Altémák 2	Gyakoriság			
Motivációk	Morális okok	471	Társadalmi felelősségvállalás és kötelesség	284			
			Sürgetettség	43			
			Együttérzés, düh, felháborodás	135			
			Sorsközösség	26			
	Személyes tényezők	761	Korábbi tapasztalat	40			
			Segítségnyújtás	649			
			Tehetlenség érzésének csökkentése	83			
			Személyes képességek hasznosítása	32			
	Külső tényezők	398	Önérdékű motivációk	61			
			Segítségnyújtás normája	92			
			Szervezeti, civil vagy médiafelhívás	179			
	Szociális környezet	396	Politikai, társadalmi kontextus	189			
			Család	305			
Barátok			112				
Munkahely			Munkahely	31			
			Önkéntes munkáról alkotott kép	Pozitív tapasztalatok	50	Tanulási folyamat a segítő számára	29
						Kapcsolódás új emberekkel	24
			Negatív tapasztalatok	22	Érzelmi és anyagi megterhelés	13	
					Logisztikai és szervezési nehézségek	9	
Külső tényezők	31	A helyzet stabilizálódása			23		
		Időhiány	8				
Akadályozó és gátló tényezők	Belső tényezők	85	Motiváció csökkenése	18			
			Érzelmi vagy anyagi telítettség és kimerültség	40			
			Személyes okok	21			
			Negatív élmények	8			
	Szervezeti tényezők	7	Bizalomvesztés a szervezetekben	7			

*Az önkéntes munkáról alkotott kép*

Az Ukrajnából érkező menekülteken segítők körében felmértük az általunk megadott válaszlehetőségek alapján, hogy miként változott a segítségnyújtáshoz való hozzáállásuk az első adatfelvétel, amely a háború kitörésekor történt, és a második adatfelvétel között. A segítségnyújtás fenntartását illetően a menekültek érkezésekor a résztvevők több mint negyede úgy gondolta, hogy hosszú ideig fog segítséget nyújtani (30%), negyede úgy, hogy addig, amíg szükséges (25%), és csupán kevesen voltak, akik hamarosan abbahagyják (4%), és akik már most abbahagyták (7%). Ezzel összehasonlítva, néhány hónappal később, a kitöltők negyede még mindig úgy gondolta, hogy hosszú ideig fog segítséget nyújtani (28%), kevesebb mint negyede úgy gondolta, hogy addig, amíg szükséges (19%), viszont közel negyede már feladta a menekültek segítségét (22%).

A vizsgálat során azt is felmértük, hogy a segítők hogyan látják saját aktivitásuk változását. A résztvevők fele (49%) sokkal kevesebb segítséget nyújt a menekültek számára néhány hónappal később, vagy már egyáltalán nem segít. Ezt követték azok, akik valamivel kevesebb segítséget nyújtottak (30%), majd azok, akik közel ugyanannyit (18%), és csupán kis számban voltak azok a személyek, akik nagyobb mértékben segítettek a menekülteknek (3%). Az első adatfelvétel során a segítők többsége hosszú távú segítségnyújtásra készült. Azonban a második adatfelvételkor már jelentős arányban csökkent azok száma, akik folytatták a segítségnyújtást, mivel sokan abbahagyták azt.

A második adatfelvétel során a menekülteken segítők visszajelzést adtak az átélt tapasztalatokról és élményekről. A válaszadók fele számolt be arról, hogy milyen formában és körülmények között nyújtottak

segítséget az Ukrajnából érkező menekülteknek, amit *pozitív tapasztalatként* éltek meg („...inkább jó tapasztalataim vannak. Mindegyikőjükre szeretettel gondolok.”).

Emellett a válaszadók közel negyede *negatív tapasztalatokat* is említett. Kitértek arra, hogy az önkéntes munka megterhelő volt érzelmi, illetve anyagi szempontból is („A hosszú távú segítség sokkal megterhelőbb, mint gondoltam.”), továbbá az erőforrások hiánya is befolyásolta a segítségnyújtásról alkotott képet („Alapvetően azt látom, hogy az emberek segítőkészek, és szeretnék jól tenni, de a mindennapi feladatok már önmagában felőrli a családok nagy részét, és nincs idejük, erejük, anyagi erőforrásuk segíteni. Sok magyar család önmagában segítségre szorul, így nemhogy segíteni tudni, de saját maga is segítségre szorul.”). A résztvevők azt is megemlítették, hogy számos szervezési és logisztikai nehézség miatt változott meg a segítségnyújtással kapcsolatos hozzáállásuk („A menekültek segítségét sokkal szervezettebben, empatikusabban, támogatóan az állami szerveknek kellene irányítani.”; „A szervezettségen kéne még tovább javítani.”) (lásd 2. táblázat).

*Akadályozó és gátló tényezők és az önkéntes munka feladása*

Az Ukrajnából érkező menekültek érkezésekor felmértük a segítők körében, hogy az általunk megadott válaszlehetőségek alapján mely tényezőket tartják annak, amelyek miatt vélhetően abbahagyják majd a menekültek segítségét. A leginkább jellemző válasz az erőforrások hiánya volt (46%), majd az, hogy a menekülteknek nem lesz már szükségük segítségre (45%), esetleg, hogy a segítők már nem tudnak hatékony segítséget nyújtani (38%), vagy az időhiány (18%). Csupán a válaszadók egy százaléka hagyná abba

a segítségnyújtást azért, ha a menekültek nem lennének hálásak a segítségért.

Az ugyanerre vonatkozó, de nyílt végű kérdésre a válaszadók közel negyede *külső tényezőket* említett, amelyek közül a túlnyomó többségnél az jelent meg okként, hogy a háború már nem tart sokáig, ezért a menekülteknek hamarosan nem lesz szükségük további segítségre („*Béke és teljes tűzszünet Ukrajnában.*”; „*Ha már nem lesz menekült, ha már vége lesz a háborúnak.*”), illetve az, hogy ha lesz más szervezet, aki jobban el tudja látni ezeket a feladatokat („*Sok az önkéntes, így mindegy lesz, hogy megyek-e.*”; „*Úgy látom van elegendő támogatás számukra.*”).

A *belső tényezőket* a válaszadók fele említette, és a kategórián belül negyedük említette a motiváció csökkenését („*A mindennapi feladataim elvégzése is sok energia, ez pedig pluszenergiát kér, és ebből egyre kevesebb van.*”; „*Nem lesz kedvem.*”; „*Nem érzek belső kényszert.*”), felük pedig az érzelmi vagy anyagi telítettséget a hosszú távon fennálló helyzet miatt („*Az elhúzódó krízis helyzet miatt »kifulladás« a felháborodásom, és az erőforrásaimat más karitatív vagy adományozási célok felé fordítom*”; „*Érzelmi és lelki kimerültség.*”), illetve az erőforrások csökkenését („*Anyagi korlátjaim*”; „*A pályaudvari segítségnyújtást azért adom fel, mert nagyon kevés időm van rá.*”). A kitöltők kevesebb mint negyede említette a negatív élményeket („*Csalódás a menekültekben.*”), illetve negyedük a személyes okokat, mint amilyen a lakhelyváltozás vagy a családi okok („*Májusban elhagyom az országot.*”; „*A napokban megszületnek a gyerekeim, emiatt korlátozódik pár dolog.*”). A kitöltők között az önkéntesség befejezésére gyakran említett ok volt, hogy

már megszokottá válik a helyzet számukra („*Akaratlanul is hozzászokom a helyzethez.*”; „*Elmúlik a varázs, más fontos dolgok kerülnek előtérbe.*”).

Kevesebb mint negyede a kitöltőknek a *szervezeti tényezőket* is említette, amelyek főként logisztikai problémákra vonatkoztak („*A szervezetek, amiken keresztül eddig adományoztam, valahogy elvesztik a beléjük vetett bizalmat.*”; „*A civil kezdeményezések, amelyekhez pénzzel csatlakoznék, elfogyanak a környezetemben, vagy nem értesülök róluk...*”) (lásd 2. táblázat).

A válaszok túlnyomó többsége az empátia, a morális kötelesség és a tehetlenségérzés csökkentése köré szerveződött, ami a spontán, gyors cselekvésre épülő krízisreakciókat tükrözi. Ezzel szemben az önismereti, tanulási és közösségi motívumok inkább a segítő tevékenység későbbi szakaszában, az önkéntes munka tapasztalatainak feldolgozásában jelentek meg.

## Diszkusszió

A második vizsgálat eredményei azt mutatják, hogy a humanitárius krízishelyzetben végzett spontán önkéntesség kezdetben főként erős morális indíttatásból fakadt, azonban hosszú távon az érzelmi kimerültség, az erőforrások hiánya és a szervezeti problémák csökkentették a részvételt. Az eredmények részben alátámasztják azt a feltételezést, hogy a krízishelyzetben végzett önkéntességet inkább helyzeti impulzusok és morális érzelmek vezérlik (Stukas et al., 2016; Whittaker et al., 2015; Zakariás & Feischmidt, 2020). Az eredmények rávilágítanak arra, hogy a krízishelyzetekben való segítségnyújtás hosszú távú fenntartásához szervezett keretek és megfelelő támogatás szükséges.

## ÁLTALÁNOS DISZKUSSZIÓ

Kutatásunk célja az volt, hogy feltárja az önkéntesség fenntarthatóságát és az elköteleződést befolyásoló pszichológiai tényezőket, összehasonlítva a rendszeres, szervezett önkéntességet és a krízishelyzetben megjelenő spontán segítségnyújtást. A kutatás hozzájárul az önkéntes motivációk mélyebb megértéséhez azért, hogy magyarországi kontextusban vizsgálja a rendszeres és krízishelyzetekben végzett önkéntes munka fenntarthatósági és motivációs sajátosságait. Míg a korábbi kutatások jellemzően vagy a formális önkéntességre, vagy a humanitárius krízishelyzetekben adott segítségnyújtásra fókuszáltak (Omoto & Snyder, 2002; Whittaker et al., 2015), jelen vizsgálat mindkét önkéntességtípust együtt elemzi.

A két vizsgálat résztvevőinek motivációi között jelentős átfedések figyelhetők meg, hiszen az önkéntesek mindkét esetben személyes és társadalmi célokat egyaránt szem előtt tartva végezték tevékenységeiket (Omoto & Snyder, 1995). A leggyakrabban megjelenő motivációk a morális okok voltak, viszont ezeket különböző aspektusból közelítették meg. A rendszeres önkéntesek (aktív és már nem aktív segítők) körében a morális motivációk az altruizmus, a cselekvési vágy és a társadalmi felelősségérzet formájában jelentek meg. Ezzel szemben a humanitárius krízisekben segítők motivációi sokkal inkább a helyzet sürgetettségéből fakadtak, érzelmi impulzusok, például együttérzés, düh vagy a tehetetlenség érzésének csökkentése révén.

A személyes tényezőkön belül az önérdékű motivációk megfigyelhetők voltak mindkét kontextus esetében, viszont a személyes tényezők között a rendszeres (aktív és már nem aktív) önkéntesek inkább

a személyes fejlődést, míg a Ukrajnából érkező menekülteket segítők inkább a tehetetlenség érzésének csökkentését és a személyes képességek hasznosítását említették. Az önkéntes tevékenység motivációival kapcsolatos eredményeink összhangban vannak a korábbi szakirodalommal, miszerint a rendszeres önkéntesek motivációit elsősorban a közösségi elköteleződés, a társadalmi felelősségérzet és a személyes fejlődés adja (Omoto & Snyder, 2002; Stukas et al., 2015), és ezzel szemben a humanitárius krízisben való segítségnyújtás motivációi inkább a helyzet sürgetettségéből és a tehetetlenség érzésének csökkentéséből fakadnak (Whittaker et al., 2015; Zakariás & Feischmidt, 2020). A krízishelyzetekben az epizodikus önkéntesség (Handy et al., 2006) jellemzőbb, míg a szervezett önkéntesség esetében a hosszú távú elköteleződés motivációi kerülnek előtérbe.

Az eredmények részben igazolták első hipotézisünket: míg az aktív önkéntesek esetében inkább a közösségi elköteleződés és a személyes fejlődés motiválta a részvételt, addig a humanitárius krízishelyzetben segítők támogatását elsősorban az azonnali szükségletekre adott reakciók és érzelmi impulzusok befolyásolták. Bár mindkét kontextusban vegyesen megjelentek ezek a motivációk, a rendszeres önkéntességben nagyobb hangsúlyt kaptak a hosszú távú közösségi célok, míg a humanitárius segítők esetében a sürgető helyzetből fakadó erkölcsi felelősség volt jellemzőbb.

Mindkét kontextusban a résztvevők tapasztalatai alapján elmondható, hogy a kezdeti lelkesedés és a motivációk ellenére az idő előrehaladtával jelentkeztek kihívások, amelyek hatással voltak a segítségnyújtás és az önkéntes munka folytatására. Bár a háború kitörésekor a segítők nagy része

hosszú távú részvételt tervezett, néhány hónap elteltével jelentősen csökkent az aktív segítők aránya. Ez összhangban áll azzal, hogy a spontán önkéntesség fenntarthatósága alacsonyabb, mivel az érzelmi terhek, az anyagi korlátok és a szervezeti nehézségek hosszabb távon akadályozhatják a részvételt (Einolf, 2018; Hustinx et al., 2010).

Az eredményeink alátámasztották második hipotézisünket, miszerint az aktív önkéntesek pozitívabb képet alkotnak az önkéntességről, mint azok, akik korábban voltak önkéntesek, de már abbahagyták, mivel az önkéntességről alkotott kép az idő múlásával egyre árnyaltabbá vált. Az aktív önkéntesek körében továbbra is jellemzőbb volt a pozitív viszonyulás, ellenben a már nem aktív önkéntesek gyakrabban számoltak be kiábrándultságról, szervezeti problémákról és saját hasznosságuk megkérdőjelezéséről. A korábbi tapasztalatok utólagos, kritikusabb értékelése értelmezhető a kognitív diszsonancia csökkentésének folyamatán keresztül (Festinger, 1957), ami azonban jelen vizsgálatban nem empirikusan tesztelt, hanem lehetséges pszichológiai magyarázatként jelenik meg.

Továbbá, az eredmények alátámasztják a kognitív és érzelmi kiegészésre vonatkozó kutatásokat (Zakariás & Feischmidt, 2020), amelyek szerint az önkéntesek kezdeti lelkesedése idővel csökkenhet, különösen akkor, ha a szervezetek nem biztosítanak megfelelő támogatást vagy visszacsatolást. A krízishelyzetben segítők körében ez különösen hangsúlyos volt, mivel sokan úgy érezték,

hogy erőfeszítéseik nem hoztak hosszú távú változást.

Hasonló okokat figyelhetünk meg az önkéntes munka feladásával kapcsolatban az aktív és már nem aktívan önkéntes munkát végző, illetve az Ukrajnából érkező menekülteken segítők között. Az eredmények alátámasztják az eddigi szakirodalomban bemutatott akadályozó tényezőket, mint a külső akadályok, amelyek közül az időhiányt, az anyagi terheket és a munkahelyi vagy családi kötelezettségeket (Hustinx et al., 2010) is kiemelték az önkéntesek. A belső akadályok között kiemelkedő szerepet kapott az érzelmi kimerültség, a kiegészés és a személyes motivációk csökkenése (Luque-Suárez et al., 2021; Omoto & Snyder, 1995), míg szervezeti tényezőként a bizalomvesztés, a koordinációs hiányosságok és az önkéntes közösségek átalakulása jelent meg akadályként (Nencini et al., 2016).

Különbségek is megfigyelhetők a krízishelyzetben segítők és a hosszú távon önkénteskedők között az önkéntesség feladásának indokai kapcsán. Míg a rendszeres önkéntesek jellemzően szervezeti problémák vagy személyes élethelyzeti változások miatt hagyták abba a tevékenységet, addig a humanitárius segítők esetében a háború végének várható közeledése és a helyzet sürgetettségének csökkenése is jelentős szerepet játszott a kilépésben. Ez összhangban áll Whittaker és munkatársai (2015) megállapításával, miszerint a humanitárius önkéntesség intenzív kezdete gyakran gyors lemorzsolódáshoz vezethet.

3. táblázat. A rendszeres és krízishelyzetben végzett önkéntesség főbb jellemzői, hasonlóságai és különbségei (összefoglaló táblázat)

Szemponok	Rendszeres/szervezett önkéntesség (1. vizsgálat)	Krízishelyzetben segítők (2. vizsgálat)	Hasonlóságok	Különbségek
<b>Motivációk</b>	Morális motivációk, önfejlesztés, közösséghez tartozás, hosszú távú elköteleződés	Morális és érzelmi impulzusok, tehetetlenség csökkentése, együttérzés, düh, sorsközösség	Morális és mások iránti felelősségérzetből fakadó motivációk	<ul style="list-style-type: none"> <li>Rendszeres önkéntesek: stabil, érték-alapú motivációk</li> <li>Krízishelyzetben segítők: helyzeti, érzelmi indíttatású motivációk</li> </ul>
<b>Cselekvés jellege és időtáv</b>	Hosszú távú, rendszeres, szervezethez kötött részvétel	Spontán, rövid távú, alkalmi segítségnyújtás	Önkéntes és nem anyagi jutalomért végzett tevékenység	<ul style="list-style-type: none"> <li>Rendszeres önkéntesek: tartósabb elköteleződés</li> <li>Krízishelyzeti segítségnyújtás: impulzívabb és kevésbé tervezett</li> </ul>
<b>Tapasztalatok</b>	Pozitív élmények: tanulás, fejlődés, közösségi kapcsolatok	Kezdetben pozitív, később megterhelő; érzelmi fáradtság, logisztikai nehézségek	Az önkéntesség jelentéssel teli, értékes élményként jelenik meg	<ul style="list-style-type: none"> <li>Rendszeres önkéntesek: tanulás és önismeret</li> <li>Krízishelyzeti segítségnyújtás: érzelmi bevonódás és a kimerültség</li> </ul>
<b>Akadályozó tényezők</b>	Időhiány, szervezeti nehézségek, motivációvesztés, kiégés	Erőforráshiány, krízishelyzet stabilizálódása, érzelmi és anyagi kimerültség, szervezeti bizalomvesztés	Erőforrások kimerülése és a motiváció csökkenése	<ul style="list-style-type: none"> <li>Rendszeres önkéntesek: mindennapi idő- és szervezeti korlátok</li> <li>Krízishelyzeti segítségnyújtás: az érzelmi túlterheltség és a helyzet változása vezet a kilépéshez</li> </ul>
<b>Fenntart-hatóság</b>	Magasabb, a szervezeti keretek biztosítják a hosszú távú részvételt	Spontánabb és szervezetlenebb formákban valósul meg	Társas támogatás és a személyes erőforrások	<ul style="list-style-type: none"> <li>Rendszeres önkéntesség: tartósabb</li> <li>Krízishelyzeti segítségnyújtás: átmeneti jellegű</li> </ul>

Szemponatok	Rendszeres/szervezett önkéntesség (1. vizsgálat)	Krizishelyzetben segítők (2. vizsgálat)	Hasonlóságok	Különbségek
<b>Szervezeti kontextus</b>	Strukturált, átláthatóbb civil szervezeti háttér	Heterogén, gyakran informális, kevésbé koordinált szerveződések	Társadalmi hasznosság képviselése	<ul style="list-style-type: none"> <li>Krizishelyzeti segítségnyújtás: szervezeti hiányosságok csökkentették a bizalmat és a részvétel fenntarthatóságát</li> </ul>
<b>Társadalmi jelentés</b>	A civil részvétel és a közösségi elköteleződés formája	A humanitárius szolidaritás és morális felelősség kifejeződése	Társadalmi felelősségvállalás	<ul style="list-style-type: none"> <li>Rendszeres önkéntesség: proaktív és normakövető jellegű</li> <li>Krizishelyzeti segítségnyújtás: reaktív, érzelmileg vezérelt</li> </ul>

### A kutatás korlátjai

Kutatásunk egyik legfőbb korlátja a mintavételi eljárásokból fakadó torzítás mindkét vizsgálat esetében. Egyik adatgyűjtés sem véletlenszerű mintavételre épült, továbbá az első vizsgálat alacsony elemszáma is korlátozza az eredmények értelmezhetőségét. A hólabda-mintavétel az első vizsgálatban, illetve a krizishelyzetben végzett, online felhíváson alapuló adatfelvétel a második vizsgálatban egyaránt sajátos módon torzította a mintát. Ennek megfelelően az eredmények általánosíthatósága mindkét vizsgálat esetében korlátozott.

Egy másik fontos limitáció az önkéntesség két különböző kontextusának összehasonlíthatósága. A rendszeres, szervezett önkéntesség és a humanitárius krizishelyzetben végzett spontán segítségnyújtás eltérő környezeti és szervezeti tényezők hatása alatt áll, ami megnehezítheti az eredmények közvetlen összehasonlítását. További korlátozó tényező, hogy a két mintavétel időkerete eltérő volt, mivel az Ukrajnából érkező menekülteket segítő önkéntesek esetében a két

adatfelvétel között egy hónap telt el, viszont a civil szférában korábban aktív, de már nem önkénteskedő résztvevők esetében nem volt előre rögzített kritérium, hogy mennyi idő telt el az önkéntes tevékenység befejezése óta, így a válaszadók között ebben nagy különbségek voltak. Ez a különbség korlátozhatta az összehasonlítás érvényességét.

Egy további korlátozó tényező, hogy a két vizsgálatban az önkéntes segítség formái eltértek. Az első vizsgálat kizárólag olyan résztvevőket foglalt magában, akik személyesen végeztek önkéntes munkát, míg a második vizsgálatban a válaszadók nagyon eltérő mértékű és eltérő befektetéssel járó támogatást nyújtottak. A leggyakoribb forma az adományozás volt, de sokan személyes vagy logisztikai segítséget is nyújtottak. A segítségnyújtás jellegének az eltérései korlátozzák a krízis- és a hétköznapi helyzetben végzett önkéntesség közvetlen összehasonlítását. Mivel azonban a jelen kutatás célja nem az egyes segítségnyújtási formák összevetése volt, hanem a motivációk és az elköteleződés hátterének feltárása, így a kutatás mindenképpen értékes szempontokra tudott rávilágítani

a kétféle helyzetben végzett önkéntes tevékenységgel kapcsolatban. Bár a kutatás célja az önkéntesség fenntarthatóságának vizsgálata volt, az eltérő időtartamok, körülmények és segítségformák miatt az összevethetőség bizonyos szempontból korlátozott lehet.

## KONKLÚZIÓ

A vizsgálat eredményei alapján elmondható, hogy az önkéntességben és a humanitárius katasztrófa esetén szükséges segítségnyújtásban részt vevők kezdeti lelkesedésének és pozitív tapasztalatainak fenntartása hosszú távon kihívásokkal és problémákkal terhelt, amelyek befolyásolják az elkötelezettséget és a munka folytatását. Az önkéntesek és a menekültek segítői is gyakran szembesülnek a fenntarthatóság, a szervezési nehézségek és az érzelmi megterhelés problémáival, ami gyakran kiégéshez vagy kilépéshez vezethet. Ezen komoly probléma feltárásában szerepet játszhatnak például a különböző motivációk vagy egyéb nehezítő tényezők, mint például az erőforráshiány, a szervezetlenség, az érzelmi leterheltség a segítségnyújtás során, amelyek nem vezetnek fenntartható segítségnyújtáshoz.

Az eredmények a hazai kontextusban is értelmezhetők, hiszen Magyarországon az önkéntesség és a civil részvétel ambivalens megítélésű jelenség (Dorner, 2013; Pólya & Martos, 2012). A társadalmi felelősségvállalás egyre inkább a civil és az informális közösségek szintjén valósul meg, miközben

a humanitárius krízisek, mint például az ukrajnai menekültválság, újraértelmezik az állampolgári részvétel és a szolidaritás jelentését. A korábbi hazai kutatások (Csaba et al., 2017) szintén rámutattak arra, hogy a humanitárius segítő tevékenységek nemcsak proszociális, hanem társadalmi jelentésű, kollektív cselekvések is lehetnek, amelyek morális érzelmekből és társadalmi igazságérzetből táplálkoznak. Kutatásunk hozzájárul a magyarországi önkéntesség motivációs és fenntarthatósági mechanizmusainak mélyebb megértéséhez azáltal, hogy feltárja, hogy miként formálják a krízishelyzetek az egyéni morális felelősségérzetet és a társadalmi elköteleződés mintáit (lásd 3. táblázat). Eredményeink rávilágítanak, hogy a pszichológiai motivációk feltárása fontos szempont a hazai önkéntesség mélyebb megértésében.

Jelen kutatás hozzájárul az önkéntesség mélyebb megértéséhez, rávilágítva arra, hogy az önkéntességről alkotott kezdeti kép idővel módosulhat, különösen azok körében, akik elhagyják ezt a tevékenységet. Ennek elkerülése érdekében a szervezetek számára fontos lenne olyan támogató mechanizmusokat kialakítani, amelyek figyelembe veszik az önkéntesek érzelmi terheit, és biztosítják számukra a megfelelő visszacsatolást és elismerést. A fenntartható önkéntesség elősegítéséhez hosszú távon szükséges egy olyan szervezeti és társadalmi háttér kialakítása, amely folyamatos támogatást és visszacsatolást biztosít az önkéntesek számára.

## SUMMARY

MORAL AND SELF-SERVING MOTIVATIONS, EMOTIONAL EXHAUSTION,  
AND DROP-OUT IN REGULAR AND CRISIS VOLUNTEERING

*Background and Aims:* Volunteering plays a crucial role in strengthening communities and addressing social challenges. However, its long-term sustainability can be influenced and hindered by various factors. The aim of our research was to explore the sustainability of volunteering, with a particular focus on the motivations and barriers that shape volunteers' commitment.

*Methods:* We conducted two studies: in Study 1/A we collected data among active ( $n = 43$ ) and in Study 1/B among former volunteers ( $n = 27$ ) of NGOs. In Study 2 we examined individuals supporting Ukrainian refugees ( $N = 2261$ ). Using thematic coding, we identified the motivational patterns and factors influencing volunteer commitment.

*Results:* Our findings indicate that both moral and self-serving motivations were present in both contexts. However, active and former volunteers were primarily driven by community engagement and altruism, whereas those assisting in the humanitarian crisis were motivated by a sense of urgency and helplessness. The decrease in participation was higher in spontaneous volunteering, while long-term participation was more common among regular volunteers, although maintaining commitment also posed significant challenges. Barriers to the sustainability of volunteering, such as emotional exhaustion, time constraints, organizational difficulties, and resource shortages, became increasingly pronounced over time in both contexts.

*Discussion:* Our study contributes to a deeper understanding of volunteering by highlighting how the initial enthusiasm for volunteering evolves over time, especially among those who stop engagement in volunteering activities. To ensure long-term volunteer retention, it is essential to provide adequate organizational support, feedback, and recognition.

*Keywords:* volunteering, motivations, barriers, sustainable volunteering, crisis-related helping, organized and regular volunteering

## IRODALOM

- Bahadori, M., Khankeh, H. R., Zaboli, R., & Malmi, I. (2015). Coordination in Disaster: A Narrative Review. *International Journal of Medical Reviews*, 2(2), 273–281.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Bussell, H., & Forbes, D. (2002). Understanding the volunteer market: the what, where, who and why of volunteering. *International Journal of Nonprofit and Voluntary Sector Marketing*, 7(3), 244–257. <https://doi.org/10.1002/nvsm.183>

- Choi, N. G., Burr, J. A., Mutchler, J. E., & Caro, F. G. (2007). Formal and informal volunteer activity and spousal caregiving among older adults. *Research on Aging, 29*, 99–127. <https://doi.org/10.1177/0164027506296759>
- Clary, E. G., & Snyder, M. (1999). The Motivations to Volunteer: Theoretical and Practical Considerations. *Current Directions in Psychological Science, 8*(5), 156–159. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.00037>
- Culp, K., McKee, R. K., & Nestor, P. (2007). Identifying Volunteer Core Competencies: Regional Differences. *The Journal of Extension, 45*(6), Article 5. <https://open.clemson.edu/joe/vol45/iss6/5>
- Csaba, S., Belinszky, A., Lukács, Zs. A., Lantos, N. A. és Kende, A. (2017). Menekültek Magyarországon: A politikai attitűdök és a morális felelősségvállalás szerepe a kollektív cselekvésben. *Alkalmazott pszichológia, 17*(2). 29–49.
- Dorner, L. (2013). Az önkéntesség pszichológiai vonatkozásainak szakirodalmi áttekintése. *Magyar Pszichológiai Szemle, 68*(2), 329–355. <https://doi.org/10.1556/MPszle.68.2013.2.8>
- Dorner, L., & Csordás, G. (2024). A magyar önkéntesek pszichológiai és szociális jóllémutatói az élet és a munka értelmessége tükrében: Egy empirikus kutatás első eredményei. *Önkéntes Szemle, 4*(4), 3–30.
- Einolf, C. (2018). Evidence-based volunteer management: a review of the literature. *Voluntary Sector Review, 9*(2), 153–176. <https://doi.org/10.1332/204080518x15299334470348>
- Festinger, L. (1957). *A theory of cognitive dissonance*. Stanford University Press.
- Gaertner, S. L., & Dovidio, J. F. (2000). *Reducing intergroup bias: The common ingroup identity model*. Psychology Press.
- Grube, J. A., & Piliavin, J. A. (2000). Role identity, organizational experiences and volunteer performance. *Personality and Social Psychology Bulletin, 26*(9), 1108–1119. <https://doi.org/10.1177/01461672002611007>
- Handy, F., Brodeur, N., & Cnaan, R. A. (2006). Summer on the Island: Episodic Volunteering. *The Journal of the Institute for Volunteering Research, 7*(3).
- Haski-Leventhal, D., & Bargal, D. (2008). The volunteer stages and transitions model: Organizational socialization of volunteers. *Human Relations, 61*(1), 67–102. <https://doi.org/10.1177/0018726707085946>
- Henninger, M., Rottler, M., & Helmig, B. (2023). Under Pressure: Social Information on Reference Groups and its Influence on Volunteering Intention – A Survey Experiment. *Nonprofit and Voluntary Sector Quarterly, 53*(2), 510–535. <https://doi.org/10.1177/08997640231172209>
- Holtrop, D., Soo, C., Gagné, M., Kragt, D., Dunlop, P. D., & Luksyte, A. (2024). Exploring Volunteer Turnover Reasons, Intentions, and Behavior. *Group & Organization Management, 51*(2). <https://doi.org/10.1177/10596011241237841>
- Hustinx, L., & Lammertyn, F. (2003). Collective and Reflexive Styles of Volunteering: A Sociological Modernization Perspective. *VOLUNTAS: International Journal of Voluntary and Nonprofit Organizations, 14*(2), 167–187. <https://doi.org/10.1023/A:1023948027200>
- Hustinx, L., Cnaan, R. A., & Handy, F. (2010). Navigating Theories of Volunteering: A hybrid map for a complex phenomenon. *Journal for the Theory of Social Behaviour, 40*(4), 410–434. <https://doi.org/10.1111/j.1468-5914.2010.00439.x>

- International Organization for Migration (IOM). (2024). *Ukraine crisis 2022–2024: 2 years of response*. [https://hungary.iom.int/sites/g/files/tmzbd11591/files/documents/2024-03/iom\\_hungary\\_ukr\\_2-year-report\\_v6.2.pdf](https://hungary.iom.int/sites/g/files/tmzbd11591/files/documents/2024-03/iom_hungary_ukr_2-year-report_v6.2.pdf)
- Kende, A., Lantos, N. A., Belinszky, A., Csaba, S., & Lukács, Z. A. (2017). The politicized motivations of volunteers in the refugee crisis: Intergroup helping as the means to achieve social change. *Journal of Social and Political Psychology, 5*(1), 260–281. <https://doi.org/10.5964/jspp.v5i1.642>
- KSH (Központi Statisztikai Hivatal). (2022). *Önkéntes munka*. Budapest.
- Lantos, N. A., Faragó, L., Nariman, H. S., Lášticová, B., Poslon, X. D., Bukowski, M., Potoczek, A., & Kende, A. (2025). Politicized, moral, and personal motivations of refugee helpers in the context of the war in Ukraine. *International Journal of Social Psychology* (accepted for publication).
- Luque-Suárez, M., Olmos-Gómez, M. D. C., Castán-García, M., & Portillo-Sánchez, R. (2021). Promoting Emotional and Social Well-Being and a Sense of Belonging in Adolescents through Participation in Volunteering. *Healthcare (Basel, Switzerland), 9*(3), 359. <https://doi.org/10.3390/healthcare9030359>
- Nencini, A., Romaioli, D., & Meneghini, A. M. (2016). Volunteer Motivation and Organizational Climate: Factors that Promote Satisfaction and Sustained Volunteerism in NPOs. *Voluntas, 27*, 618–639. <https://doi.org/10.1007/s11266-015-9593-z>
- Omoto, A. M., & Snyder, M. (1995). Sustained helping without obligation: Motivation, longevity of service, and perceived attitude change among AIDS volunteers. *Journal of Personality and Social Psychology, 68*(4), 671–686. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.68.4.671>
- Omoto, A. M., & Snyder, M. (2002). Considerations of community. *American Behavioral Scientist, 45*(5), 846–867. <https://doi.org/10.1177/0002764202045005007>
- Pallay, K., Markos, V., & Fényes, H. (2022). Kárpátaljai fiatalok önkéntes tevékenysége a 2022-es orosz-ukrán háború idején. *Önkéntes Szemle, 2*(4), 3–26. <https://doi.org/10.53585/onkszem.2022.4.3-26>
- Piliavin, J. A., & Charng, H.-W. (1990). Altruism: A review of recent theory and research. *Annual Review of Sociology, 16*, 27–65. <https://doi.org/10.1146/annurev.so.16.080190.000331>
- Pólya, B., & Martos, T. (2012). Miért jó önkéntes munkát vállalni? Az önkéntesség és az étellel való elégedettség kapcsolata öndetermináció-elméleti megközelítésben. *Mentálhigiénié és Pszichoszomatika, 13*(3), 255–271.
- Snyder, M., & Omoto, A. M. (2008). Volunteerism: Social issues perspectives and social policy implications. *Social Issues and Policy Review, 2*(1), 1–36. <https://doi.org/10.1111/j.1751-2409.2008.00009.x>
- Studer, S., & Von Schnurbein, G. (2013). Organizational factors affecting volunteers: A literature review on volunteer coordination. *VOLUNTAS International Journal of Voluntary and Nonprofit Organizations, 24*(2), 403–440. <https://doi.org/10.1007/s11266-012-9268-y>
- Stukas, A. A., Snyder, M., & Clary, E. G. (2015). Volunteerism and community involvement: Antecedents, experiences, and consequences for the person and the situation. In D. A. Schroeder & W. G. Graziano (Eds.), *The Oxford Handbook of Prosocial Behavior* (pp. 459–493). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780195399813.013.012>

- Vears, D. F., & Gillam, L. (2022). Inductive content analysis: A guide for beginning qualitative researchers. *Focus on Health Professional Education a Multi-Professional Journal*, 23(1), 111–127. <https://doi.org/10.11157/fohpe.v23i1.544>
- Veludo-de-Oliveira, T. M., Pallister, J. G., & Foxall, G. R. (2015). Unselfish? Understanding the Role of Altruism, Empathy, and Beliefs in Volunteering Commitment. *Journal of Nonprofit & Public Sector Marketing*, 27(4), 373–396. <https://doi.org/10.1080/10495142.2015.1080504>
- Whittaker, J., McLennan, B., & Handmer, J. (2015). A Review of Informal Volunteerism in Emergencies and Disasters: Definition, Opportunities and Challenges. *International Journal of Disaster Risk Reduction*, 13, 358–368. <https://doi.org/10.1016/j.ijdr.2015.07.010>
- Zakariás, I., & Feischmidt, M. (2020). ‘We are that In-Between Nation’: Discourses of deservingness of Hungarian migrants working in institutions of refugee accommodation in Germany. *Sociology*, 55(2), 400–420. <https://doi.org/10.1177/0038038520941690>