

# Povezanost pristupa sreći, motiva za volontiranje i subjektivne dobrobiti volontera

UDK: 159.947  
364.467:159.942.5  
Izvorni znanstveni članak  
Primljeno: 08. 03. 2013.



Prof. dr. sc. Dubravka Miljković<sup>1</sup>  
Učiteljski fakultet Sveučilišta u Zagrebu  
dubravka.miljkovic@ufzg.hr



Dr. sc. Lana Jurčec<sup>2</sup>  
Učiteljski fakultet Sveučilišta u Zagrebu  
lana.jurcec@ufzg.hr

## Sažetak

Cilj ovoga rada bio je utvrditi odnos između pristupa sreći, motiva za volontiranje i subjektivne dobrobiti volontera. Na ukupno 136 volontera (44 muškaraca i 90 žena) starih između 16 i 56 godina primijenjena su 4 upitnika: Upitnik pristupa sreći, Upitnik volontiranja, Skala zadovoljstva životom i Kratka skala depresije i sreće. Upitnik volontiranja mjeri šest motiva za volontiranje, stupanj zadovoljenja tih motiva i zadovoljstvo volonterskim ra-

<sup>1</sup> Dubravka Miljković je pedagoginja i psihologinja, redovita profesorica na Odsjeku za obrazovne studije, (su)autorica više od 40 knjiga iz područja pedagogije, popularne psihologije i psihologije menadžmenta, stotinjak znanstvenih i stručnih članaka, te nekoliko stotina stručno-popularnih članaka.

<sup>2</sup> Lana Jurčec je viša asistentica na Katedri za psihologiju. Posebna područja njenoga nastavnog i znanstveno-istraživačkog rada su psihologija obrazovanja i pozitivna psihologija. Kao vanjski suradnik, provodi psiho-edukativne radionice za učenike srednjih škola iz područja vršnjačke medijacije i educirani je voditelj seminara za roditelje unutar Međunarodne organizacije FamilyLab.

dom. Upitnik pristupa sreći mjeri orijentacije prema ugodnom, angažiranom i smislenom životu.

Faktorska analiza motiva za volontiranje pokazala je dva glavna faktora: intrinzične motive (vrijednosti, učenje i samo-razvoj) i ekstrinzične (razvoj karijere i prilagodba društvu). Intrinzični motivi su izraženiji od ekstrinzičnih a i bolje zadovoljeni. Hijerarhijske regresijske analize pokazale su da se važnost obje vrsta motiva kao i njihovo zadovoljenje mogu predvidjeti na temelju orijentacije na smislen život s time da su se samo za intrinzične motive značajnim prediktorima pokazali i dob i ugodan život. Jedini prediktor zadovoljstva životom je zadovoljstvo volontiranjem, a jedini prediktor osjećaja sreće je izraženost intrinzičnih motiva.

Može se zaključiti da su najzadovoljniji volontiranjem volonteri usmjereni na smislen život, a oni i u najvećoj mjeri uspijevaju zadovoljiti svoje motive za volontiranje (i intrinzične i ekstrinzične). Ove spoznaje važne su u praksi volontiranja, kako u regrutaciji volontera tako i u njihovoj edukaciji.

**Ključne riječi:** volontiranje, motivi za volontiranje, subjektivna dobrobit, pristupi sreći

## Uvod

Ljudi općenito vjeruju da je volonterski rad (dragovoljno ulaganje vremena, znanja i vještina bez očekivanja izravne materijalne koristi) koristan ne samo onome kome se tim radom pomaže, već i samome volonteru. Brojna istraživanja to doista i potvrđuju. Wheeler, Gorey i Greenblatt (1998.) analizirali su ukupno 37 istraživanja o značaju volonterskih aktivnosti. Prosječna povezanost između pomaganja i nekih od mjera dobrobiti (uglavnom je to bilo životno zadovoljstvo) iznosila je .25. Williams je sa suradnicima dobio (Williams, Haber, Weaver i Freeman, 1998.) da altruistične aktivnosti poboljšavaju životno zadovoljstvo za 24%. Young i Glasgow (1998.) uspoređivali su uzorak od 629 starijih osoba koje su bile uključene u jedan od dva oblika socijalne participacije: instrumentalni ili ekspresivni. Instrumentalna uključenost podrazumijeva političke aktivnosti, volonterski rad i članstvo u klubovima (usmjerenost na druge), a ekspresivne aktivnosti usmjerene su na rekreaciju, obrazovanje i kulturu (usmjerenost na sebe). Intenzivnije uključivanje u instrumentalne aktivnosti bilo je povezano s boljom samoprocjenom zdravlja (i kod žena i kod muškaraca), a više ekspresivnih aktivnosti bilo je povezano samo sa samoprocjenama zdravlja žena. Istraživanje Delle Fave i Massiminija (1992.) utvrdilo je značajnu redukciju simptoma bolesti depresivnih i/ili anksioznih ljudi koji više vremena

provode pomažući drugima nego gledajući TV. A istražujući osobine i ponašanja jako sretnih ljudi Diener i Seligman (2002.) su dobili podatak da su to oni koji su u dugoročnim dobrim odnosima i oni koji volontiraju.

Očito je da je volontiranje povezano sa različitim pozitivnim ishodima u području psihološke dobrobiti i zdravlja. Jedno od objašnjenja ovih nalaza moglo bi biti u teorijskom konceptu „pristupa sreći“ (Seligman, Parks i Steen, 2006.). Osim ugodnog života, koji odgovara hedonizmu, to su još angažiran život i smislen život. Angažiran život temelji se na aktivnostima koje nas u potpunosti okupiraju i u koje smo u potpunosti uključeni, dakle na onim aktivnostima koje izazivaju stanje zanesenosti (engl. *flow*, Csikszentmihalyi, 1990.). Tako se možemo zaokupiti čitanjem knjige, sviranjem instrumenta, poučavanjem djeteta ili rješavanjem nekog teškog problema. Štoga činili to zahtijeva potpunu koncentraciju, usmjerenost na aktivnost i korištenje različitih sposobnosti i vrlina iz čega onda proizlazi osjećaj sreće i zadovoljstva. Smislen život, kao dodatak tome, pretpostavlja korištenje naših sposobnosti i vrlina za nešto što je veće od nas samih – obitelj, zajednica, opće dobro, znanje, pravda i slično.

Istraživanje Petersona, Parka i Seligmana (2005.) pokazalo je da su najbolji prediktori zadovoljstva životom angažiran i smislen život. Premda ugodan život sam po sebi ne pridonosi mnogo zadovoljstvu životom, važan je u kombinaciji s ostala dva. Najzadovoljniji su ljudi koji imaju visoku razinu angažiranog i smislenog života, a umjerenu razinu ugone. Autori su takav život nazvali “pun život”. S druge strane, najmanje životno zadovoljstvo imali su oni ispitanici koji nisu u većoj mjeri koristili ni jedan način a takav život nazvan je “prazan život”.

Različite ljudske aktivnosti imaju različite potencijale kada su u pitanju navedena „tri puta do sreće“. Volontiranje je općenito aktivnost koja je vjerojatno najviše vezana uz smislen život, donekle uz angažiran život a najmanje uz hedonizam ili ugodan život. No, je li to kod svih volontera tako i ovisi li o motivima zbog kojih volontiraju?

Clary i suradnici (1998.) navode šest funkcija volontiranja koje istovremeno odražavaju različite motive volontiranja. Prva, vrijednosna funkcija, odnosi se na brigu za druge i doprinos zajednici. Već je jedno davno istraživanje (Anderson i Moore, 1978.) dalo empirijsku potvrdu ovoj funkciji: više od 70% ispitanika u njihovom istraživanju kao glavni je razlog svojeg volontiranja navelo želju da pomognu drugima. Druga je funkcija učenje i razumijevanje: volontiranje omogućava ljudima, učenje i praktičnu primjenu vještina i sposobnosti. Treća funkcija vezana je uz razvoj karijere; volontiranje može povećati šanse za zapošljavanje (ne samo zbog stjecanja radnog iskustva, već i zbog mogućnosti upoznavanja važnih ljudi). Četvrta je društvena funkcija, a odnosi se na težnju prilagodbe okolini u kojoj se živi. Naime, neki

se ljudi uključuju u volontiranje prvenstveno zato jer to čine i ljudi oko njih. Izravan dokaz toga dobili su, primjerice, Piliavin, Evans i Callero (1984.) istražujući motive darivanja krvi. Peta funkcija volontiranja je protektivna ili samozaštitna: neki ljudi volontiraju da bi suzbili osjećaj krivnje jer u životu imaju više sreće ili da bi pobjegli od vlastitih problema. I na kraju, šesta funkcija: samorazvoj, uključuje povećanje samopoštovanja i samopouzdanja. Tako je istraživanje koje su proveli King, Walder i Pavey (1970.) pokazalo da su nakon volontiranja u psihijatrijskim institucijama ljudi promijenili odnos prema sebi – u smislu većeg prihvaćanja sebe i porasta samopoštovanja. Za očekivati je da se volonteri međusobno razlikuju po izraženosti pojedinih motiva, ali i da će se ti motivi razlikovati kod iste osobe – kad je uključena u različite volonterske aktivnosti, a vjerojatno i u različitim životnim razdobljima.

Po svemu sudeći, ljudi volontiraju zbog različitih motiva od kojih su neki više intrinzični, a drugi ekstrinzični. Moguće je da su ti motivi u vezi s njihovim „pristupima sreći“ tj. vjerovanjima o tome kako u životu mogu ostvariti sreću. Ljudi koji vjeruju da će im sreću donijeti hedonizam, vjerojatno češće volontiraju zbog ekstrinzičnih motiva, dok oni koji su usmjereni na angažiran i smislen život, vjerojatno češće volontiraju zbog intrinzičnih motiva. Isto tako, pitanje je kako se to odražava na njihovu dobrobit. Jesu li volonteri koji volontiraju zbog različitih motiva podjednako sretni?

Prvi problem ovog rada bio je provjeriti povezanost motiva za volontiranje i pristupa sreći. Naime, prema sadržaju neki motivi su više intrinzični (vrijednosti, učenje, samorazvoj i samozaštita) a drugi ekstrinzični (prilagodba društvu i karijera). Naša je pretpostavka da bi smislen i angažiran život mogli biti više povezani s važnošću i ispunjenošću intrinzičnih motiva volontiranja dok bi ugodan život bio više povezan s važnošću i ispunjenošću ekstrinzičnih motiva.

Drugi problem bio je ispitati povezanost između motiva i ishoda volontiranja i subjektivne dobrobiti volontera. Pretpostavili smo da će intrinzični motivi biti u većoj mjeri povezani sa subjektivnom dobrobiti nego ekstrinzični.

## Metoda

### Sudionici i postupak

U istraživanju je sudjelovalo ukupno 134 volontera (44 muškaraca i 90 žena) starih između 16 i 56 godina koji volontiraju preko volonterskih centara. Upitnici su poslani elektronskim putem na adrese određenog broja volontera odabranih slučajnim izborom.

### Instrumenti

1. Upitnik o pristupima sreći (*Approaches to Happiness Questionnaire*, Peterson, Park i Seligman, 2005.) sastoji se od 18 tvrdnji koje ispitanici procjenjuju na skali od 5 stupnjeva (od uopće se ne odnosi na mene do u potpunosti se odnosi na mene). Faktorska analiza glavnih osi s oblimin rotacijom potvrđuje postojanje tri faktora: ugodan, angažiran i smislen život, koji ukupno objašnjavaju 41.4% varijance. Dobivena faktorska struktura pokazuje manje razlike u odnosu na onu koju predlažu autori. Čestica *Ono što radim važno je za društvo u kojem živim* trebala je mjeriti smislen život, no zbog visokog opterećenja na faktoru angažiran život priključena je tom faktoru. Čestica *Proveo sam puno vremena razmišljajući o smislu života i mojoj ulozi u svijetu* izbačena je iz daljnje analize jer je narušavala pouzdanost faktora smislen život. Koeficijenti pouzdanosti za smislen ( $\alpha=.70$ ) i za ugodan život ( $\alpha=.77$ ) su zadovoljavajući, no za angažiran život ( $\alpha=.56$ ) su niski pa je rezultate dobivene na toj subskali potrebno interpretirati s oprezom.

2. Skala zadovoljstva životom (*The Satisfaction with Life Scale*, Diener, Emmons, Larsen i Griffin, 1985.) sastoji se od 5 tvrdnji za kognitivnu procjenu subjektivne dobrobiti. Tvrdnje se procjenjuju na skali od 5 stupnjeva (od uopće se ne odnosi na mene do u potpunosti se odnosi na mene). Kao jednodimenzionalna skala objašnjava 53.56% varijance zadovoljstva životom. Koeficijent pouzdanosti skale zadovoljstva životom je zadovoljavajući ( $\alpha=.78$ ).

3. Kratka skala depresivnosti – sreće (*The Short Depression-Happiness Scale*, Joseph, Linley, Shevlin, Goodfellow i Butler, 2006.) mjeri dobrobit kao kontinuum između stanja sreće i depresivnosti. Sastoji se od šest tvrdnji (tri mjere sreću a tri depresivnost) koje se procjenjuju na Likertovoj skali od 4 stupnja - od nikada do često. U ovom istraživanju, faktorska analiza glavnih osi s oblimin rotacijom pokazala je postojanje dva faktora: depresivnost i sreća koji zajedno objašnjavaju 59.9% varijance. S obzirom na mali broj tvrdnji u subskalama, uz Cronbachov koeficijenti pouzdanosti izračunate su i prosječne korelacije među česticama (sreća:  $\alpha=.68$ ;  $r=.419$ ; depresija:  $\alpha=.61$ ;  $r=.337$ )

4. Upitnik volontiranja (*Volunteerism questionnaire*, Clary i Snyder, 1999.) mjeri šest motiva za volontiranje, stupanj zadovoljenja tih motiva i zadovoljstvo volonterskim radom. Sastoji se od ukupno 47 tvrdnji, a stupanj slaganja s tvrdnjama izražava se na skali od 7 stupnjeva: od 1 – *uopće ne* do 7 – *u potpunosti*. Prvih 30 tvrdnji upitnika mjeri važnost pojedinih motiva, a narednih 12 razinu njihove zadovoljenosti u konkretnom volonterskom poslu. Slijedi pet tvrdnji koje se odnose na zadovoljstvo volontiranjem u konkretnoj udruzi. Motivi za volontiranje kao i njihova zadovoljenost podijeljeni su u šest kategorija:

- Vrijednosti - osoba volontira da bi pokazala svoje vrijednosti (humanitarstvo, pomoć drugima) (motivi:  $M=4.98$ ,  $SD=1.23$ ; ishodi:  $M=4.20$ ,  $SD=1.55$ ),
- Učenje – više naučiti i/ili steći nove vještine (motivi:  $M=5.48$ ,  $SD=1.01$ ; ishodi:  $M=5.06$ ,  $SD=1.19$ ),
- Karijera – steći iskustva koja će pomoći u zapošljavanju i razvoju karijere (motivi:  $M=3.59$ ,  $SD=1.37$ ; ishodi:  $M=3.15$ ,  $SD=1.60$ ),
- Društvo – ojačati postojeće, razviti nove socijalne odnose (motivi:  $M=2.84$ ,  $SD=1.32$ ; ishodi:  $M=3.26$ ,  $SD=1.77$ ),
- Samozaštita – umanjiti negativne osjećaje (krivnja) ili riješiti osobne probleme (motivi:  $M=3.39$ ,  $SD=1.37$ ; ishodi:  $M=3.04$ ,  $SD=1.62$ ),
- Samorazvoj – psihološki rast i razvoj kroz volonterski rad (motivi:  $M=4.73$ ,  $SD=1.19$ ; ishodi:  $M=4.34$ ,  $SD=1.53$ ).

Faktorska analiza glavnih komponenti s varimax rotacijom provedena je na rezultatima subskala koje mjere važnost pojedinih motiva. Analiza je rezultirala sa dva faktora s karakterističnim korijenima većim od 1 (2.40, 1.01) i 68.10% objašnjene varijance. Prvi faktor uključuje 3 subskale (vrijednosti, učenje, samorazvoj) i može se nazvati *intrinzičnom motivacijom* za volontiranjem. Drugi faktor uključuje 2 subskale (karijera i prilagodba društvu) i može se nazvati *ekstrinzičnom motivacijom* za volontiranje. Subskala samozaštite imala je podjednaka opterećenja na oba faktora i stoga je isključena iz analize. Isti faktorski obrazac pokazao se i za zadovoljenost motiva volontiranja - dva faktora s karakterističnim korijenima većim od 1 (2.50, 1.00) i 70.02% objašnjene varijance. Prvi faktor (vrijednosti, učenje, samorazvoj) nazvan je *intrinzična zadovoljenost motiva-ishod*, a drugi (karijera i prilagodba društvu) *ekstrinzična zadovoljenost motiva-ishod*. Jednokomponentno zadovoljstvo volontiranjem objašnjava 55.86%.

Cronbach alfa koeficijenti pouzdanosti za intrinzične motive je .80, za njihovu ispunjenost tj. ishode je .82, a za ekstrinzične motive .81 i .74 za ishode. Koeficijent pouzdanosti za zadovoljstvo volontiranjem je .80.

## Rezultati

### Povezanost pristupa sreći, motiva i ishoda volontiranja i zadovoljstva volontiranjem

Prema rezultatima deskriptivne statistike te naknadnim zavisnim t-testovima, kada su u pitanju pristupi sreći, ispitanici imaju značajno veću usmjerenost na smislen život nego na angažiran život ( $t=2.434$ ,  $p=.016$ ). Kod motiva za volontiranje, intrinzični motivi su izraženiji od ekstrinzičnih ( $t=18.369$ ,  $p=.000$ ). Također i kod ishoda volontiranja, intrinzični motivi su značajno bolje zadovoljeni od ekstrinzičnih ( $t=9.839$ ,  $p=.000$ ).

Intrinzični i ekstrinzični motivi za volontiranjem su pozitivno povezani s ugodnim, angažiranim i smislenim životom kao pristupima sreći. Ekstrinzična zadovoljenost motiva je također pozitivno povezana sa sva tri pristupa sreći, dok je intrinzična zadovoljenost motiva povezana samo s angažiranim i smislenim životom. Također, smislen život je povezan sa zadovoljstvom volontiranjem dok druga dva pristupa sreći nemaju značajnu povezanost s tom varijablom. (Tablica 1.)

U nastavku obrade rezultata provedene su hijerarhijske regresijske analize, s ciljem ispitivanja da li, i u kojoj mjeri, pristupi sreći objašnjavaju motive za volontiranje, ishode volontiranja i zadovoljstvo volontiranjem. U prvom koraku u regresijsku jednadžbu uvrštena je dob u svrhu njene kontrole, a u drugom koraku pristupi sreći. (Tablica 2.)

Pristupi sreći i dob objašnjavaju 34% varijance važnosti intrinzičnih motiva i 14% varijance ekstrinzičnih motiva. Pritom je samostalni doprinos dobi u prvom koraku bio 4%, a uvođenjem pristupa sreći povećao se za dodatnih 30% objašnjenja varijance intrinzičnih motiva za volontiranjem. U konačnom modelu značajni prediktori su dob, ugodan život i smislen život, pri čemu ugodan život ima najjaču prediktivnu snagu u ovoj jednadžbi. Za ekstrinzične motive jedinim značajnim prediktorom pokazao se smislen život. Angažiran život nije značajan prediktor važnosti ni intrinzičnih ni ekstrinzičnih motiva.

Pristupi sreći i dob objašnjavaju ukupno 12% varijance zadovoljenja intrinzičnih i 14% varijance zadovoljenja ekstrinzičnih motiva. Uvođenjem pristupa sreći u drugom koraku, postotak objašnjene varijance intrinzičnih motiva povećao se za 10%, a ekstrinzičnih motiva za ukupnih 14%. Pritom je jedini značajan prediktor zadovoljenja intrinzičnih i ekstrinzičnih motiva smislen život.

Zadovoljstvo volontiranjem nije se značajno moglo predvidjeti pristupima sreći i dobi.

**Tablica 1.** Deskriptivna statistika i vrijednosti Pearsonovih koeficijenata korelacije između pristupa sreći, mjera dobrobiti, motiva za volontiranje, ishoda volontiranja i zadovoljstva volontiranjem

|                     | 1.    | 2.    | 3.    | 4.     | 5.     | 6.    | 7.    | 8.    | 9.    | 10.   | 11.  | 12.  |
|---------------------|-------|-------|-------|--------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|------|------|
| 1.ugodan život      | -     |       |       |        |        |       |       |       |       |       |      |      |
| 2.angažiran život   | .43** | -     |       |        |        |       |       |       |       |       |      |      |
| 3.smislen život     | .28** | .33** | -     |        |        |       |       |       |       |       |      |      |
| 4.sreća             | .37** | .19*  | .23** | -      |        |       |       |       |       |       |      |      |
| 5.depresiv.         | -.08  | .02   | .00   | -.29** | -      |       |       |       |       |       |      |      |
| 6.živ. zadovol.     | .19*  | .27** | .11   | .42**  | -.30** | -     |       |       |       |       |      |      |
| 7.intrinzn. motivi  | .41** | .36** | .46** | .20*   | .11    | .08   | -     |       |       |       |      |      |
| 8.ekstrinz. motivi  | .28** | .28** | .33** | .08    | .12    | .05   | .38** | -     |       |       |      |      |
| 9.intrinzn. ishodi  | .16   | .20*  | .35** | .01    | .14    | .00   | .70** | .31** | -     |       |      |      |
| 10.ekstrinz. ishodi | .25** | .27** | .33** | -.01   | .07    | .06   | .30** | .73** | .41** | -     |      |      |
| 11.zadov. volontir. | .17   | .18   | .25** | .04    | .08    | .14   | .43** | .25** | .66** | .34** | -    |      |
| 12. dob             | -.21* | .10   | .10   | -.13   | .18*   | -.21* | .21*  | .02   | .16   | .03   | .09  | -    |
| M                   | 3.50  | 3.37  | 3.55  | 3.52   | 1.99   | 3.55  | 5.09  | 3.21  | 4.59  | 3.22  | 5.38 | 21.8 |
| SD                  | 0.73  | 0.53  | 0.82  | 0.49   | 0.57   | 0.75  | 0.93  | 1.10  | 1.18  | 1.40  | 1.10 | 4.6  |

\*\* p&lt;0.01; \* p&lt;0.05



**Tablica 2.** Završni model hijerarhijskih regresijskih analiza s kontroliranom dobi; pristupima sreći kao prediktorskim varijablama i motivima za volontiranje, ishodima volontiranja i zadovoljstva volontiranjem kao kriterijskim varijablama

|                 | Motivi za volontiranje            |                                  | Ishodi volontiranja              |                                  | Zadovoljstvo volontiranjem      |
|-----------------|-----------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|---------------------------------|
|                 | Intrinzični                       | Ekstrinzični                     | Intrinzični                      | Ekstrinzični                     |                                 |
|                 | beta                              | beta                             | beta                             | beta                             |                                 |
| Dob             | .24**                             | .01                              | .13                              | .00                              | .09                             |
| Ugodan život    | .33**                             | .16                              | .09                              | .11                              | .13                             |
| Angažiran život | .08                               | .11                              | .02                              | .16                              | .05                             |
| Smislen život   | .29**                             | .22*                             | .27**                            | .23*                             | .17                             |
|                 | R= .58,<br>R <sup>2</sup> = .34   | R= .38,<br>R <sup>2</sup> = .14  | R= .35,<br>R <sup>2</sup> = .12  | R= .38,<br>R <sup>2</sup> = .14  | R= .27,<br>R <sup>2</sup> = .07 |
|                 | F <sub>(4/113)</sub> =<br>14.62** | F <sub>(4/114)</sub> =<br>4.67** | F <sub>(4/103)</sub> =<br>3.56** | F <sub>(4/109)</sub> =<br>4.57** | F <sub>(4/107)</sub> =<br>2.12  |

\*\* p<0.01. \* p<0.05

### Povezanost između motiva za volontiranje, ishoda volontiranja, zadovoljstva volontiranjem i dobrobiti

Kako bi se odgovorilo na pitanje povezanosti između motiva za volontiranje, ishoda volontiranja i zadovoljstva volontiranjem s jedne strane i mjera dobrobiti s druge, izračunati su koeficijenti korelacije između navedenih varijabli. Jedina statistički značajna povezanost dobivena je između važnosti intrinzičnih motiva za volontiranje i sreće ( $r=.20$ ;  $p<.05$ ). Dakle, ljudi koji volontiraju zbog intrinzičnih motiva sretniji su od onih čiji motivi su više ekstrinzični. Rezultati su prikazani u Tablici 3.

Dob, motivi, zadovoljenje motiva i zadovoljstvo volontiranjem predviđaju ukupno 16% varijance životnog zadovoljstva s time da su samo dob i zadovoljstvo volontiranjem značajni prediktori. Iako su intrinzični motivi jedini značajan prediktor sreće, ukupni model se nije pokazao značajnim. Depresivnost se također ne može predvidjeti na temelju dobi, motiva, ishoda i zadovoljstva volontiranjem.

**Tablica 3.** Završni model hijerarhijskih regresijskih analiza s kontroliranom dobi; motivima za volontiranje, ishodima volontiranja i zadovoljstva volontiranja kao prediktorskim varijablama i mjerama dobrobiti kao kriterijskim varijablama

|                            | Životno zadovoljstvo                                      | Sreća  | Depresivnost   |
|----------------------------|---|--|--|
|                            | beta  | beta   | beta   |
| Dob                        | -.26*   | -.07   | .19  |
| Intrinzični motivi         | .03   | .29*   | -.06   |
| Ekstrinzični motivi        | -.16  | .05  | .18  |
| Intrinzični ishodi         | -.26  | -.23   | .13  |
| Ekstrinzični ishodi        | .17   | -.09   | -.04   |
| Zadovoljstvo volontiranjem | .35**   | .10  | -.08   |
|                            | R=.40, R <sup>2</sup> =.16<br>F <sub>(6/88)</sub> = 2.80* | R=.24, R <sup>2</sup> =.06<br>F <sub>(6/96)</sub> = 1.01 | R=.26, R <sup>2</sup> =.07<br>F <sub>(6/95)</sub> = 1.16 |

\*\* p<0.01; \* p<0.05

## Rasprava

Prvi cilj ovog rada bio je provjeriti mogu li se motivi za volontiranje podijeliti u kategorije te kakva je povezanost između takvih kategorija i pristupa sreći.

Rezultati su pokazali da se motivi za volontiranje mogu podijeliti u dvije kategorije: intrinzične i ekstrinzične motive. Intrinzični uključuju vrijednosti, učenje i samorazvoj dok su ekstrinzični karijera i prilagodba društvu. Motiv samozaštite u podjednakoj mjeri može biti i intrinzičan i ekstrinzičan. Rezultati su pokazali da volonteri veću važnost pridaju intrinzičnim nego ekstrinzičnim motivima.

Naša pretpostavka da bi orijentacije na smislen i angažiran život mogle biti više povezane sa intrinzičnim motivima volontiranja dok bi orijentacija na ugodan život bila više povezana sa ekstrinzičnim motivima nije potvrđena. Naime, angažiran život nije značajan prediktor ni jednog motiva volontiranja. Smislen život značajan je prediktor i intrinzičnih i ekstrinzičnih motiva dok je ugodan život prediktor samo intrinzičnih motiva. Kada su u pitanju ishodi volontiranja, tj. zadovoljenje navedenih motiva, samo smislen život je značajan prediktor zadovoljenja i intrinzičnih i ekstrinzičnih motiva.

Zanimljivo je da je orijentacija na ugodan život značajan prediktor intrinzičnih, ali ne i ekstrinzičnih motiva. To znači da su ispitanici koji su orijentirani na ugodan život imali izraženije motive koji uključuju vrijednosti, učenje i samorazvoj, a manje one vezane uz karijeru i prilagodbu društvu. Izgleda da se radi o ispitanicima koji

vjeruju da će im aktivnosti vezane uz ispunjenje intrinzičnih motiva donijeti više ugone od onih vezanih uz ispunjenje ekstrinzičnih motiva. No kada je u pitanju zadovoljenje motiva, ugodan život nije bio značajan prediktor ni intrinzičnih ni ekstrinzičnih motiva. To znači da iako su ispitanici orijentirani na ugodan život imali izraženije intrinzične motive, oni nisu te motive zadovoljili u većoj mjeri. Dakle, moguće je da volonteri koji dolaze s intrinzičnim motivima i očekuju da će im njihovo zadovoljenje donijeti ugodu budu razočarani.

Postavlja se i pitanje zašto angažiran život nije bio značajan prediktor ni intrinzičnih ni ekstrinzičnih motiva. Kao što je već navedeno, angažiran život temelji se na aktivnostima koje nas u potpunosti okupiraju i u koje smo u potpunosti uključeni, dakle na onim aktivnostima koje izazivaju stanje zanesenosti (eng. *flow*, Csikszentmihalyi, 1990.). Aktivnosti u kojima su sudjelovali volonteri u ovom istraživanju vrlo su različite i moguće je da samo manji broj tih aktivnosti (vezanih bilo uz intrinzične bilo uz ekstrinzične motive) ima potencijal za izazivanje stanja zanesenosti. To je onda i mogući razlog što orijentacija na angažiran život nije značajan prediktor niti motiva, niti zadovoljena tih motiva. Treba napomenuti da je i pouzdanost ove skale bila relativno niska pa možda i u tome leži uzrok ovakvih rezultata.

Orijentacija na smislen život bila je značajan prediktor i intrinzičnih i ekstrinzičnih motiva iako je povezanost značajnija za intrinzične motive. To isto vrijedi i za zadovoljenje motiva. Ovakvi rezultati su očekivani jer smislen život pretpostavlja korištenje naših sposobnosti i vrlina za nešto što je veće od nas samih – obitelj, zajednica, opće dobro, znanje, pravda i slično a to je više izraženo kod intrinzičnih nego kod ekstrinzičnih motiva. Ali očito je da volonteri s orijentacijom na smislen život mogu volontirati i iz ekstrinzičnih motiva kao što je prilagodba društvu i karijera.

Budući da su naši ispitanici bili u dobi od 16 do 65 godina, bilo je nužno kroz hijerarhijske regresijske analize kontrolirati mogući utjecaj dobi. Naime, neka istraživanja pokazala su povezanost između dobi i motiva za volontiranje. Tako je meta analiza koju su proveli Okun i Schultz (2003.) pokazala da s porastom dobi opadaju motivi vezani uz karijeru i učenje, a rastu oni socijalni. U našem istraživanju pokazalo se da je dob značajan prediktor samo za intrinzične motive, odnosno da s porastom dobi ujedno raste i intrinzična motivacija za volontiranjem.

Drugi cilj bio je ispitati povezanost između motiva i ishoda volontiranja i subjektivne dobrobiti volontera. Pretpostavka da će intrinzični motivi biti u većoj mjeri povezani sa subjektivnom dobrobiti nego ekstrinzični je potvrđena, ali ne za sve indikatore dobrobiti. Rezultati regresijskih analiza pokazali su da nema značajnih prediktora depresivnosti; jedini značajan prediktor sreće su intrinzični motivi a jedini značajan prediktor životnog zadovoljstva je zadovoljstvo volontiranjem. No, treba

napomenuti da svi prediktori objašnjavaju 16% varijance životnog zadovoljstva: samostalnan doprinos dobi bio je 7% a uvođenjem motiva, ishoda i zadovoljstva volontiranjem povećao se za još dodatnih 9%.

Ovi rezultati u skladu su s rezultatima istraživanja životnih ciljeva koji pokazuju da su intrinzični ciljevi pozitivno povezani s dobrobiti, dok oni ekstrinzični ne samo da ne poboljšavaju dobrobit, nego ju čak i pogoršavaju (npr. Grouzet i sur., 2005.; Kasser i Ryan, 2001). Općenito ljudi koji u svom životu veću važnost pridaju intrinzičnim ciljevima imaju pozitivnija emocionalna stanja u svakodnevnom životu, veći osjećaj sreće i životnoga zadovoljstva, veću otvorenost za nova iskustva, manje simptoma depresivnosti i anksioznosti (Kasser i Ryan, 1996.; Rijavec, Brdar i Miljković, 2006., 2011.; Sheldon i Kasser, 1998., 2001.).

Ovo istraživanje ima i određena ograničenja. Kao prvo, istraživanje je korelacijske prirode pa se može govoriti samo o povezanosti varijabli ali ne i o uzročno-posljedičnim vezama. Naime, moguće je da volontiranje zbog intrinzičnih motiva dovodi do povećanog osjećaja sreće, ali moguće je isto tako da su sretniji ljudi skloniji volontirati zbog intrinzičnih motiva nego oni manje sretni. Slično je i kod interpretacije povezanosti između pristupa sreći i motiva za volontiranje. Moguće je da smislen život kao pristup sreći dovodi do toga da pojedinac volontirana zbog intrinzičnih motiva. Međutim, isto je tako moguće da intrinzični motivi i njihovo zadovoljenje pridonose osjećaju smisla u životu volontera i pojačavaju pristup sreći kroz smislen život.

S obzirom na značaj volonterskog rada u rješavanju različitih problema, zadovoljavanju potreba i razvoju pojedinaca, grupa, zajednica i društva u cjelini, važno je razumjeti motivaciju za volontiranje – kako u procesu regrutiranja volontera, tako i u njihovoj edukaciji. Ovo istraživanje pokazalo je da ljudi volontiraju iz različitih motiva koji su povezani s njihovim pristupima sreći. Pritom izgleda da su najzadovoljniji volontiranjem oni usmjereni na smislen život, a oni i u najvećoj mjeri uspijevaju zadovoljiti svoje motive za volontiranje (i intrinzične i ekstrinzične). Zadovoljstvo volontiranjem povezano je s općim životnim zadovoljstvom, dok osjećaju sreće pridonose jedino intrinzični motivi za volontiranje.

## Reference

- Anderson, J. C. i Moore, L. F. (1978.). The motivation to volunteer. *Journal of Voluntary Action Research*, 7, 120–129.
- Clary, E. G. i Snyder, M. (1991.). A functional analysis of altruism and prosocial behavior: The case of volunteerism. U: M. Clark (Ur.), *Review of personality and social psychology* (Vol. 12, str. 119–148). Newbury Park, CA: Sage.
- Clary, E. G. i Snyder, M. (1999.). The motivations to volunteer: Theoretical and practical considerations. *Current Directions in Psychological Science*, 8, 156-159.

- Clary, E. G., Snyder, M. i Stukas, A. A. (1996.). Volunteers' motivations: Findings from a national survey. *Nonprofit and Voluntary Sector Quarterly*, 25, 485–505.
- Clary, E. G., Snyder, M., Ridge, R. D., Copeland, J., Stukas, A. A., Haugen, J. i sur. (1998.). Understanding and assessing the motivations of volunteers: A functional approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 1516–1530.
- Csikszentmihalyi, M. (1990.). *Flow: The psychology of optimal experience*. New York: Harper-Collins.
- Delle Fave, A. i Massimini, F. (1992.). Experience Sampling Method and Measuring of Clinical Change: a Case of Anxiety Syndrome. U: M. W. De Vries (Ur.), *Experiences in Psychopathology* (str.280-298). Cambridge University Press.
- Diener, E., Emmons, R.A., Larsen, R.J. i Griffin, S. (1985.). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75..
- Diener, E. i Seligman, M.E.P. (2002.). Very happy people. *Psychological Science*, 13, 81-84.
- Grouzet, F., Kasser, T., Ahuvia, A., Dols, J., Kim, Y., Lau, S., Ryan, R., Saunders, S., Schmuck, P. i K.M. Sheldon (2005.). The structure of goal contents across 15 cultures. *Journal of Personality & Social Psychology*, 89, 5, 800-816)
- Houle, B.J., Sagarin, B.J. i Kaplan, M.F. (2005.). A Functional Approach to Volunteerism: Do Volunteer Motives Predict Task Preference? *Basic And Applied Social Psychology*, 27(4), 337–344.
- Joseph, S., Linley, P.A., Shevlin, M., Goodfellow, B. i Butler, L. (2006.). Assessing positive and negative changes in the aftermath of adversity: A short form of the changes in Outlook Questionnaire. *Journal of loss and Trauma*, 11, 85-89.
- Kasser, T. i Ryan, R. M. (2001.). Be careful what you wish for: Optimal functioning and the relative attainment of intrinsic and extrinsic goals. U: P. Schmuck and K. Sheldon (ur.): *Life Goals and Well-Being*, (str. 116-131), Göttingen: Hogrefe.
- Kasser, T. i Ryan, R.M. (1996.). Further examining the American dream: Differential correlates of intrinsic and extrinsic goals. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 22, 280-287.
- King, M., Walder, L. O. i Pavey, S. (1970.). Personality change as a function of volunteer experience in a psychiatric hospital. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 35, 423–425.
- Moen, P., Dempster-McClain, D. i Williams, R. M. (1992.). Successful aging: A life-course perspective on women's multiple roles and health. *The American Journal of Sociology*, 97, 1612–1638.
- Moen, P., Dempster-McClain, D. i Williams, R.M., Jr. (1989.). Social integration and longevity: An event-history of women's roles and resilience. *American Sociological Review*, 54, 635–647.
- Musick, M., Herzog, A. R. i House, J. S. (1999.). Volunteering and mortality among older adults: Findings from a national sample. *Journal of Gerontology: Social Sciences*, 54B, 173–S180.
- Oishi, S., Diener, E., Suh, E. i Lucas, R.E. (1999.). Values as a moderator in subjective well-being. *Journal of Personality*, 67, 157-184.
- Okun, M. A. i Schultz, A. (2003.). Age and motives for volunteering: Testing hypotheses derived from socioemotional selectivity theory. *Psychology and Aging*, 18, 2, 231-239.

- Oman D., Thoresen C.E. i McMahon K. (1999.). Volunteerism and Mortality among the Community Dwelling Elderly, *Journal of Health Psychology*, 4(3), 301-316
- Omoto, A.M. i Snyder, M. (1995.). Sustained helping without obligation: motivation, longevity of service and perceived attitude change among AIDS volunteers. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 68, 4, 671-686.
- Peterson, C., Park, N. i Seligman, M. E. P. (2005.). Orientations to happiness and life satisfaction: The full life versus the empty life. *Journal of Happiness Studies*, 6, 25–41.
- Piliavin, J. A., Evans, D. E. i Callero, P. (1984.). Learning to “give to unnamed strangers”: The process of commitment to regular blood donation. U: E. Staub, D. Bar-Tal, J. Karylowski i J. Reykowski (Ur.), *Development and maintenance of prosocial behavior: International perspectives on positive morality* (str. 471–492). New York: Plenum.
- Rijavec, M., Brdar, I. i Miljković, D. (2006.). Extrinsic vs. intrinsic life goals, psychological needs and life satisfaction, U: A. Delle Fave (ur.), *Dimensions of well-being. Research and intervention* (str. 91-105), Milano: Franco Angeli.
- Rijavec, M., Brdar, I. i Miljković, D. (2011.). Aspirations and well-being: extrinsic vs. intrinsic life goals. *Društvena istraživanja*, 20, 3, 693-710.
- Seligman, M.E.P., Parks, A.C. i Steen, T. (2006.). A balanced psychology and a full life. U: F. Huppert, B. Keverne i N. Baylis (ur.), *The science of well-being* (str. 275-283). Oxford: Oxford University Press.
- Sheldon, K.M. i Kasser, T. (1998.). Pursuing personal goals: Skills enable progress, but not all progress is beneficial. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 24, 1319-1331.
- Sheldon, K.M. i Kasser, T. (2001.). Goals, congruence, and positive well-being: New empirical validation for humanistic ideas. *Journal of Humanistic Psychology*, 41, 30-50.
- Snyder, M., Clary, E. G. i Stukas, A. A. (2000.). The functional approach to volunteerism. U: G. R. Maio i J. M. Olson (Ur.), *Why we evaluate: Functions of attitudes* (str. 365-393). Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Van Willigen, M. (2000.). Differential benefits of volunteering across the life course. *Journal of Gerontology: Social Sciences*, 55B, 308–S318.
- Wheeler, J. A., Gorey, K. M. i Greenblatt, B. (1998.). The beneficial effects of volunteering for older volunteers and the people they serve: A meta-analysis. *International Journal of Aging & Human Development*, 47, 69–79.
- Williams, A., Haber, D., Weaver, G. i Freeman, J. (1998.). Altruistic activity. *Activities, Adaptation, and Aging*, 22, 31.
- Young, F. W. i Glasgow, N. (1998.). Voluntary social participation and health. *Research on Aging*, 20, 339–362.

## **The relationship between approaches to happiness, motives and outcomes of volunteering and subjective well-being of volunteers**

### **Summary**

The aim of this study was to assess the relationship between approaches to happiness, motives and outcomes of volunteering and subjective well-being of volunteers. Four questionnaires: Approaches to happiness, Volunteerism questionnaire, The Satisfaction With Life Scale and The Short Depression-Happiness Scale were administered to 136 volunteers (44 males and 90 females, aged from 16 to 56 years). Volunteerism questionnaire measures six motives for volunteering, fulfilment of these motives and satisfaction with volunteering work. Approaches to happiness questionnaire measures orientation towards pleasant life, engaged life and meaningful life.

Factor analysis of motives for volunteering revealed two general factors: intrinsic motives (values, understanding and learning, self-enhancement) and extrinsic motives (career development, social interaction and self-protection). Intrinsic motives were rated higher than extrinsic ones and were satisfied to a higher degree. Hierarchical regression analyses revealed that both types of motives as well as their fulfilment can be predicted with orientation to meaningful life. Only for intrinsic motives pleasant life and age were also significant predictors. The only significant predictor of life satisfaction was satisfaction with volunteering work, while the only significant predictor of happiness were intrinsic motives for volunteering.

**Key words:** volunteering, motives for volunteering, subjective well-being, approaches to happiness

