



Академическое выгорание студентов: адаптация опросника оценки выгорания BAT-S на российской выборке

О. А. КОНДРАШИХИНА, О. Н. КАЖАРСКАЯ, С. А. МЕДВЕДЕВА

АННОТАЦИЯ

Введение. Академическое выгорание понимается как состояние студентов, которые испытывают выраженную потерю энергии, приводящую к физической и умственной усталости, безразличию или отвращению к учебной деятельности и эмоциональной отстраненности. При этом наблюдаются проблемы с памятью, дефицит устойчивости и концентрации внимания, а также снижение других когнитивных способностей, выраженные нежелательные эмоциональные реакции, такие как гнев, грусть, ощущение подавленности.

Цель исследования – адаптация опросника BAT-S на российской выборке.

Материалы и методы. В адаптации опросника академического выгорания принимали участие студенты ФГАОУ «Севастопольский государственный университет» в количестве 403 человек (средний возраст – 19, $SD=2,03$; из них 249 девушек, 154 юношей. Методы математической статистики: описательная статистика, корреляционный (коэффициенты Спирмена и Пирсона), факторный анализ, анализа надежности с помощью альфа Кронбаха, анализ различий при помощи Т-критерия Стьюдента и многофункционального критерия Фишера, оценка ретестовой валидности.

Результаты исследования. Факторный анализ подтвердил четырехфакторную структуру психодиагностической методики, включающей шкалы истощения, дистанцирования, когнитивных затруднений и эмоциональных затруднений в соответствии с оригиналом; значения α -Кронбаха от 0,701 до 0,877, корреляции между шкалами опросника ($p<0,001$) подтверждают внутреннюю структуру диагностического инструмента. Показатели ретестовой надежности хорошие (от $r=0,595$ до $r=0,693$, $p<0,001$). Коэффициенты корреляции показателей по опроснику академического выгорания с конструктами самооценки психических состояний, психосоматических жалоб, академической мотивации, переживаний в учебной деятельности, адаптированность к учебной деятельности показывают прямую либо обратную статистически значимую связь ($p<0,001$), подтверждают валидность опросника на основе конвергентных связей.

Заключение. В соответствии с результатами можно констатировать, что адаптированный опросник академического выгорания у студентов обладает хорошими психометрическими характеристиками и может быть использован для российских студентов.

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА

академическое выгорание, академическая усталость, факторы академического выгорания, факторы психофизиологического истощения, внутреннее дистанцирование, когнитивные затруднения, эмоциональные затруднения

Для цитирования: Кондрашихина О. А., Кажарская О. Н., Медведева С. А. Академическое выгорание студентов: адаптация опросника оценки выгорания BAT-S на российской выборке // Перспективы науки и образования. 2026. № 5. С. 500–514. <https://doi.org/10.32744/pse.2026.5.31>

Поступила: 20.04.2025 | Одобрена: 03.07.2026 | Опубликована: 31.10.2026



Лицензия «С указанием авторства — С сохранением условий». Позволяет перерабатывать, исправлять и развивать произведения при условии указания авторства и лицензирования производных работ на аналогичных условиях.



Academic Burnout among Students: Adaptation of the BAT-S Burnout Assessment Questionnaire to a Russian Sample

O. A. KONDRASHIKHINA, O. N. KAZHARSKAYA, S. A. MEDVEDEVA

ABSTRACT

Introduction. Academic burnout is understood as a condition experienced by students characterised by a marked loss of energy, leading to physical and mental fatigue, indifference, aversion to academic activities, and emotional detachment. This is accompanied by memory problems, a deficit in sustained attention and concentration, as well as a decline in other cognitive abilities and pronounced negative emotional reactions such as anger, sadness and depression.

The aim of the study is to adapt the BAT-S questionnaire to a Russian sample.

Materials and methods. A total of 403 students from the Federal state autonomous educational institution “Sevastopol State University” (mean age 19, SD = 2.03; comprising 249 female and 154 male students) took part in the adaptation of the academic burnout questionnaire. Methods of mathematical statistics: descriptive statistics, correlation analysis (Spearman’s and Pearson’s correlation coefficients), factor analysis, reliability analysis using Cronbach’s alpha, variance analysis using Student’s t-test and Fisher’s multivariate ratio test, and retest validity assessment.

Results. The factor analysis confirmed a four-factor structure of the psychodiagnostic methodology comprising scales to measure exhaustion, detachment, and cognitive and emotional difficulties, in line with the original; Cronbach’s alpha values were found to range from 0.701 to 0.877. The correlations between the questionnaire scales ($p < 0.001$) confirm the internal structure of the diagnostic instrument. The indicators of retest validity proved to be good (ranging from $r = 0.595$ to $r = 0.693$, $p \leq 0.001$). The correlation coefficients between the scores on the academic burnout questionnaire and the constructs of self-assessment covering mental states, psychosomatic complaints, academic motivation, academic activities-related experience, and adaptation to academic activities show a statistically significant direct or inverse relationship ($p < 0.001$), confirming the validity of the questionnaire on the basis of convergent links.

Conclusion. The results show that the adapted academic burnout questionnaire for students contains good psychometric characteristics and can be used for Russian students.

KEYWORDS

academic burnout, academic fatigue, academic burnout factors, psychophysiological exhaustion factors, internal distancing, cognitive difficulties, emotional difficulties

For Citation: Kondrashikhina, O. A., Kazharskaya, O. N., & Medvedeva, S. A. (2026). Academic Burnout among Students: Adaptation of the BAT-S Burnout Assessment Questionnaire to a Russian Sample. *Perspektivy nauki i obrazovaniya = Perspectives of Science and Education*, (5), 500–514. <https://doi.org/10.32744/pse.2026.5.31>

Received: 20 April 2026 | Approved: 03 July 2026 | Published: 31 October 2026



This is an open access article distributed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike International License (CC-BY-SA 4.0) that allows others to share the work with an acknowledgement of the work’s authorship and initial publication in this journal

ВВЕДЕНИЕ

Сегодня молодые люди формируют облик нашего мира благодаря своему творчеству и новаторскому подходу. ЮНЕСКО запускает новый этап глобальной инициативы по расширению прав и возможностей молодежи в области физического, психического здоровья и благополучия, объединяя стремление к расширению их прав и возможностей обучающихся всех форм и направлений.

В условиях растущего интеллектуально-профессионального ожидания со стороны государства и работодателей относительно будущего современного специалиста учебные планы и рабочие программы дисциплин в вузе с каждым годом пересматриваются на предмет новых академических заданий, технологий, компетенций, которыми должен овладеть обучающийся за короткий промежуток времени. В связи с этим, повышается вероятность перегрузок студентов университетов, они все чаще сталкиваются с академическим выгоранием как критическим фактором, влияющим на результаты обучения и профессиональное становление.

С данной проблемой сталкиваются студенты по всему миру, последствия выгорания могут существенно повлиять на их психическое и физическое здоровье, ухудшить успеваемость, стать причиной дезадаптации к новым условиям обучения в вузе.

В современной психологии широко признано определение выгорания, данное Н.Ж. Freudenberger [1], расширенное и дополненное С. Maslach и S.E. Jackson [2], а также W.B. Schaufeli и M.P. Leiter [3], как длительное состояние стресса, проявляющееся симптомами эмоционального истощения, деперсонализации и цинизма, ощущением профессиональной несостоятельности или недостаточной продуктивности.

В классических концепциях выгорание описывается как состояние истощения, обусловленное профессиональной деятельностью (работой) [2]. Однако W. Schaufeli и T. Taris доказали, что концепт академическое выгорание может применяться в отношении любой структурированной деятельности имеющей внешние рамки, внешнюю мотивацию, направленную на достижение конкретных целей, например в отношении деятельности студентов и проявляться симптомами умственного истощения, циничного и отстраненного отношения к учебе, ощущением собственной некомпетентности [4].

Студенты с высоким уровнем выгорания, испытывая проблемы с обработкой информации и управлением эмоциями, пытаются с ними справиться, психологически дистанцируются от напряженной учебной деятельности, что приводит к негативным последствиям: невыполнению обязательств, проблемам в общении со сверстниками, накоплению учебной нагрузки, снижению успеваемости, что в свою очередь, усиливают чувство стресса и выгорания.

Анализ психологических коррелятов академического выгорания указывает на прямую корреляцию с такими переменными, как: негативные эмоции, связанные с обучением [5], намерением бросить учебу [6], тревожностью [7].

С другой стороны, обратная связь выявлена с вовлеченностью в учебный процесс [8], самоэффективностью [9] и достижениями [10] (том числе, и в области трудовой активности, которую студент совмещает с учебной деятельностью [11]).

Финские ученые, Н. Asikainen с соавт. изучающие академическое выгорание студентов университетов и их связь с учебными достижениями, определили, что у опрошенных с поверхностным подходом к обучению, статистически значительно более высокие баллы по всем аспектам выгорания связанного с учебной деятельностью: они чаще испытывают усталость, цинизм или равнодушное отношение к другим людям, отсутствие профессиональной эффективности и компетентности [12]. Учеными Малайзии подробно анализируется мультифакторная природа выгорания студентов [13].

Если говорить о внешних факторах, влияющих на повышение либо снижение рисков выгорания, то к ним можно отнести: академическую перегрузку и поддержку учителя [14].

Недавние зарубежные лонгитюдные исследования определили, что академическое выгорание не является статичным явлением, а развивается и колеблется с течением времени, оказывая устойчивое влияние на мотивацию студентов, вовлеченность в обучение и успеваемость [5].

Академическое выгорание является предметом изучения и в трудах отечественных исследователей. Так О. Б. Полякова указывает, что выгорание — это распространенная проблема, которая затрагивает студентов всех профессиональных программ, где такие симптомы, как одиночество и изоляция, приводят к снижению успеваемости [15].

К. М. Бородин, А. Н. Тенькова, Ю. Н. Богданчикова подчеркивают, что академическое выгорание студентов – это состояние умственного и эмоционального истощения, вызванного синдромом хронического стресса, который возникает вследствие учебной нагрузки, проверки знаний, а также отсутствия необходимых внутренних ресурсов для успешного прохождения промежуточной аттестации [16].

Ф.И. Валиева, А.В. Рихтер, проводя исследования академического выгорания на примере будущих специалистов в профессиональной сфере «человек-человек» определили, что относительно «скрытых» корреляций между конструктами академического выгорания и социальной стигматизацией получен отрицательный результат в отношении связи эмоциональной резильентности и группы показателей, включающих стигматизацию [17].

Е. С. Тужикова академическое выгорание определяет как многофакторное явление, зависящее не только от психофизиологических особенностей обучающихся, их социального окружения, но и рабочих нагрузок в обучении. Предикторами академического выгорания чаще всего выступают деперсонализация, неудовлетворенность содержанием учебного процесса, особенно в взаимодействии с одноклассниками [18]. Подробно анализируются факторы, причины и способы преодоления выгорания [19].

Принимая во внимание различные точки зрения ученых, «академическое выгорание» понимается как состояния студентов, которые испытывают сильную потерю энергии, приводящую к физической и умственной усталости, сильному отвращению к учебной деятельности, безразличию и эмоциональной отстраненности. При этом наблюдаются проблемы с памятью, дефицит внимания и концентрации, а также снижение когнитивных способностей [18] и нежелательные эмоциональные реакции, такие как гнев, грусть, ощущение подавленности, снижение успеваемости [20].

Для современных российских ученых возникла необходимость в определении надежного психодиагностического инструмента, позволяющего на ранних стадиях определить проблему академического выгорания у студентов разных специальностей с целью ее психопрофилактики и коррекции.

В настоящий момент широко используются разработанные для школьников и студентов версии опросника Маслач «Выгорание у студентов» (Maslach Burnout Inventory-Student Survey, MBI-SS). Однако выявлены концептуальные, психометрические и практические недостатки как исходного опросника MBI, так и варианта MBI-SS [21].

Психометрические свойства опросника были изучены в различных странах (Италия, Хорватия, Греция, Норвегия, Румыния, Япония, Австралия и др.) Кроме того, в настоящее время доступны версии BAT-S на разных языках.

Цель исследования – адаптация опросника BAT-S на российской выборке.

МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ

Указанный психодиагностический инструмент был создан в 2019 году В. Шауфелли и его сотрудниками и основан на концепции выгорания К. Маслач и Э. Торндайка.

Значимость адаптации данного опросника заключается в необходимости оценки академического выгорания студентов, анализа характеристик образовательного пространства, которые могут влиять на выгорание и психологическое благополучие студентов, а также решения ряда других исследовательских задач.

Всего опросник включает в себя 33 вопроса. Из них по шкалам вопросы представлены следующим образом: истощение – 1 – 8 вопросы; внутреннее дистанцирование – 9 – 13 вопросы; когнитивные затруднения – 14 – 18 вопросы; эмоциональные затруднения – 19 – 23 вопросы. Также диагностировались вторичные симптомы (субшкалы): психологические жалобы – 24 – 28 вопрос и психосоматические жалобы – вопрос 29 – 33.

Студентам предлагалась следующая инструкция: «Следующие утверждения относятся к Вашей учебе и Вашим ощущениям от учебы. Пожалуйста, отметьте, насколько часто каждое утверждение соответствует Вашим ощущениям». Варианты ответа таковы: 1 – никогда, 2 – редко, 3 – иногда, 4 – часто, 5 – постоянно.

Процедура адаптации состояла из следующих этапов:

1. перевод и подготовка текста методики на русском языке;
2. сбор данных для оценки психометрических показателей опросника;
3. оценка распределения пунктов, надежности и внутренней структуры методики. На данном этапе рассчитывались показатели описательной статистики, выявлялись надежность-согласованность пунктов, ретестовая надежность (по результатам повторного тестирования подвыборки испытуемых) и структура шкал методики (на основе корреляционного и конфирматорного факторного анализа);
4. выявление связи пола испытуемых с выраженностью академического выгорания;
5. оценка конвергентной и дискриминантной валидности методики.

В основной части исследования по адаптации опросника академического выгорания приняли участие 403 респондента (средний возраст – 19, $SD=2,03$; из них 249 девушек, 154 юношей), которым были розданы бланки с инструкцией и формой для ответа на вопросы методики. В исследовании принимали участие студенты ФГАОУ «Севастопольский государственный университет», включая студентов институтов: Гуманитарно-педагогический институт, Институт общественных наук и международных отношений, Институт финансов, экономики и управления, Высшая технологическая школа «Севастопольский приборостроительный институт».

Для оценки конвергентной валидности использовались опросники: Самооценка психических состояний (A. Wessman, D. Ricks, адаптация А.А. Бодалев) [22]; Шкала академической мотивации (ШАМ) [23] (Т. О. Гордеева, О. А. Сычев, Е. Н. Осин); Гиссенский опросник соматических жалоб (E. Bluher, G. Sner, адаптация В. А. Абабков, С. М. Бабин, Г. Л. Исурина) [24]; Опросник переживаний в учебной деятельности [25] (К. Г. Клейн, Д. А. Леонтьев, В. Ю. Костенко, Е. Н. Осин, О. А. Тараненко, Н. В. Кошелева); методика «Адаптированность студентов в вузе» (Т. Д. Дубовицкая, А. В. Крылова [26]).

Мы предположили, что академическое выгорание будет отрицательно связано со шкалами

1. Опросника самооценки психических состояний (A. Wessman, D. Ricks, адаптация А.А. Бодалев): Тревожность-спокойствие; Усталость-энергичность; Подавленность-приподнятость; Беспомощность-уверенность.
2. Шкалы академической мотивации (ШАМ) (Т. О. Гордеева, О. А. Сычев, Е. Н. Осин): Познавательная мотивация; Мотивация достижения; Мотивация саморазвития; Мотивация самоуважения.
3. Опросника переживаний в учебной деятельности (К. Г. Клейн, Д.А. Леонтьев, В. Ю. Костенко и др.): Удовольствие от учебной деятельности; Наличие смысла в учебной деятельности; Опросника «Адаптированность студентов в вузе» (Т. Д. Дубовицкая, А.В. Крылова): Адаптированность к группе; Адаптированность к учебной деятельности.

А также, что будет выявлена положительная корреляция со шкалами:

5. Шкалы академической мотивации (ШАМ) (Т. О. Гордеева, О. А. Сычев, Е. Н. Осин): Амотивация; Интроецированная мотивация; Экстернальная мотивация.
6. Гиссенского опросника соматических жалоб (E. Bluher, G. Sner, адаптация: В. А. Абабков, С. М. Бабин, Г. Л. Исурина): Давление жалоб; Истошение; Желудочные жалобы; Ревматический фактор; Сердечные жалобы.
7. Опросника переживаний в учебной деятельности (К. Г. Клейн, Д.А. Леонтьев, В. Ю. Костенко, Е. Н. Осин, О. А. Тараненко, Н. В. Кошелева): Выраженность усилий в учебной деятельности; Ощущение пустоты в учебной деятельности.

С целью проверки ретестовой надежности через четыре недели после первого заполнения методики 219 испытуемых-студентов повторно отвечали на вопросы опросника.

Статистическая обработка проводилась в программе PPSP и Excele с использованием описательных статистик, корреляционного, конфирматорного факторного анализа, анализа надежности с помощью альфа Кронбаха, параметрических сравнений по Т-критерию Стьюдента, оценки ретестовой валидности по критерию Спирмена, многофункциональный критерий Фишера, критерий корреляции Пирсона. Поскольку у опросника уже есть известная структура, мы отказались от проведения эксплораторного анализа.

Для запуска процесса адаптации в соответствии со стандартным методом адаптации зарубежных опросников был осуществлен анализ предложенной русскоязычной версии опросника, представленной на сайте разработчика, следующим образом: осуществлен перевод методики с английского языка на русский психологом, профессиональным переводчиком, и сопоставление с версией, представленной на сайте разработчика https://burnoutassessmenttool.be/handleiding_vragenlijst_nl/. Сравнительный анализ показал хорошее качество перевода опросника на сайте.

Кроме того, перед сбором данных вопросы были протестированы на выборке студентов бакалавриата ($n = 50$), которых попросили указать на любые трудности, связанные с пониманием вопросов и формата ответов. На этом этапе ни один из студентов не выразил недовольства предложенными формулировками.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Внутренняя структура шкалы. Корреляционный анализ показал значимые положительные связи ($p < 0,001$) между всеми субшкалами опросника BAT-S, что соответствует авторской модели – таблица 1.

Таблица 1 Корреляция между шкалами опросника (коэффициент Пирсона)

Шкалы	Общая шкала	Истощение	Внутреннее дистанцирование	Когнитивные затруднения	Эмоциональные затруднения	Вторичные симптомы
Общая шкала	1,00	0,86**	0,81**	0,86**	0,76**	0,66**
Истощение	-	1,00	0,63**	0,66**	0,61**	0,56**
Внутреннее дистанцирование	-	-	1,00	0,66**	0,47**	0,52**
Когнитивные затруднения	-	-	-	1,00	0,61**	0,56**
Эмоциональные затруднения	-	-	-	-	1,00	0,56**
Вторичные симптомы	-	-	-	-	-	1,00

Примечание: ** $p \leq 0,01$

По таблице 1 видно наличие сильных связей между шкалами опросника. Для проверки внутренней согласованности рассчитывался коэффициент Кронбаха. Были получены следующие показатели: шкала «Истощение» – α -Кронбаха = 0,823, шкала «Внутреннее дистанцирование» – α -Кронбаха = 0,877, шкала «Когнитивные затруднения» – α -Кронбаха = 0,798, шкала «Эмоциональные затруднения» – α -Кронбаха = 0,701, «Вторичные симптомы» – α -Кронбаха = 0,705, общая интегральная шкала выгорания – α -Кронбаха = 0,815. Полученные коэффициенты говорят о внутренней согласованности шкал опросника. Опросник имеет хорошую согласованность. Описательные статистики выборки в целом представлены в таблице 2.

Таблица 2 Описательные статистики шкал опросника академического выгорания всей выборки

Шкалы опросника	Среднее	Медиана	D	95% довер. интервал	Минимум	Максимум	Асимметрия	Эксцесс
Общий показатель	2,63	2,61	00,71	0,29	1,13	5,0	0,060	-0,070
Истощение	3,00	3,00	00,81	0,34	1,13	5,0	-0,095	-0,350
Дистанцирование	2,34	2,20	00,87	0,26	1,00	5,0	0,405	0,030
Когнитивные затруднения	2,43	2,40	00,85	0,27	1,00	5,0	0,460	0,001
Эмоциональные затруднения	2,51	2,60	00,86	0,28	1,00	5,0	0,059	-0,450
Вторичные симптомы	2,45	2,40	00,87	0,27	1,00	5,0	1,270	2,990

Оценка нормальности распределения шкал проводилась на основе асимметрии и эксцесса. Показатели асимметрии и эксцесса по общей шкале, шкале «Истощение» и «Эмоциональные затруднения» свидетельствуют о близком к нормальному распределению результатов, Показатели асимметрии и эксцесса по шкалам «Дистанцирование» и «Когнитивные затруднения» говорят о незначительной асимметрии, Шкала «Вторичные симптомы» имеет ненормальное распределение, поскольку значение асимметрии больше критического значения для выборки из 403 человек, составляющего $\pm 0,280$, а показатели эксцесса у шкалы выше критических значений $\pm 0,822$. Значения по данной шкале представлены в основном в области низких значений.

Ретестовая надежность (по критерию Спирмена). В выборку ретеста вошли 219 человек. Ретестирование проводилось спустя 4 недели после основного тестирования. Результаты распределились следующим образом: общий показатель $r=0,599$, $p<0,001$; истощение $r=0,625$, $p<0,001$; дистанцирование $r=0,693$, $p<0,001$; когнитивные затруднения $r=0,568$, $p<0,001$; эмоциональные затруднения $r=0,615$, $p<0,001$; вторичные симптомы $r=0,595$, $p<0,001$. Таким образом, полученные результаты свидетельствуют о приемлемом уровне ретестовой надежности русскоязычной версии опросника.

Оценка уровня факторных нагрузок шкал опросника

Анализ факторных нагрузок проводился согласно распределению утверждений по шкалам в оригинальной версии опросника. В табл. 3 представлены распределения пунктов опросника по шкалам и результаты вычисления факторных нагрузок опросника.

Таблица 3 Факторные нагрузки опросника академического выгорания

Фактор	Утверждения	Вес	SE	Z	p	Стандартная оценка
1. Истощение	1. Из-за учебы, я чувствую душевную усталость	1,196	0,0839	14,25	<0,001	0,764
	2. Всё, что я делаю для учебы, требует от меня больших усилий	1,246	0,0871	14,30	<0,001	0,761
	3. После учебного дня мне трудно восстановить свои силы	0,804	0,1328	6,06	<0,001	0,562
	4. Во время учебы, я чувствую физическую усталость.	0,871	0,1128	7,72	<0,001	0,451
	5. Просыпаясь утром, я чувствую нехватку сил для нового учебного дня	1,366	0,0795	17,19	<0,001	0,872
	6. Я хочу быть активной на учебе, но почему-то мне это не удаётся	1,168	0,0827	14,12	<0,001	0,738
	7. Когда я прилагаю усилия к учебе, я быстро устаю.	1,281	0,0849	15,08	<0,001	0,772
	8. В конце учебного дня я чувствую себя внутренне опустошённой и выжатой	1,295	0,0869	14,90	<0,001	0,766

2. Внутреннее дистанцирование	9. Мне трудно найти энтузиазм для учебы	1,103	0,0927	11,90	<0,001	0,649
	10. Когда я учусь, я не задумываюсь, о том, что делаю, работаю на автопилоте	1,267	0,0988	12,83	<0,001	0,689
	11. Я чувствую сильное отвращение к учебе	1,281	0,0849	15,08	<0,001	0,772
	12. Я чувствую, что моя учеба мне безразлична	1,295	0,0869	14,90	<0,001	0,766
	13. Я сомневаюсь, что моя учеба имеет для меня ка-кое-либо значение	1,103	0,0927	11,90	<0,001	0,649
3. Когнитивные затруднения	14. Когда я учусь, мне сложно оставаться собранной	1,281	0,0849	15,08	<0,001	0,772
	5. Когда я учусь, мне с трудом дается мыслить ясно	1,295	0,0869	14,90	<0,001	0,766
	16. Я забывчива и рассеяна во время учебы	1,104	0,0827	11,09	<0,001	0,649
	17. Когда я учусь, мне сложно сконцентрироваться	1,281	0,0849	15,08	<0,001	0,772
	18. Я делаю ошибки в процессе учебы, потому что думаю о других вещах	1,295	0,0869	14,90	<0,001	0,766
4. Эмоциональные затруднения	19. Я чувствую, что не способна контролировать свои эмоции	1,166	0,0739	14,45	<0,001	0,864
	20. Я не узнаю себя в том, как я эмоционально реагирую	1,346	0,0881	14,36	<0,001	0,769
	21. Я раздражаюсь, если дела идут не так, как я хочу	0,904	0,1382	6,09	<0,001	0,657
	22. Я расстраиваюсь и огорчаюсь, не зная, почему	0,771	0,1139	7,84	<0,001	0,547
	23. Я могу слишком остро реагировать, сама того не желая	1,466	0,0791	17,22	<0,001	0,846
Вторичные симптомы 5. Психологические жалобы	24. Мне трудно заснуть или мой сон прерывистый	1,169	0,0801	14,24	<0,001	0,767
	25. Я испытываю беспокойство	1,282	0,0888	15,21	<0,001	0,782
	26. Я нахожусь в напряжении и стрессе	1,294	0,0877	14,89	<0,001	0,755
	27. Я тревожусь и/или испытываю приступы паники	1,104	0,0933	11,91	<0,001	0,701
	28. Меня беспокоят шум и большое количество людей	1,367	0,0999	12,93	<0,001	0,701
6. Психосоматические жалобы	29. Меня беспокоят сердцебиения или боли в груди	1,282	0,0851	15,18	<0,001	0,772
	30. Меня беспокоят проблемы с желудком и/или кишечником	1,294	0,0877	14,88	<0,001	0,770
	31. Меня беспокоят головные боли	1,105	0,0922	11,82	<0,001	0,657
	32. Меня беспокоят боли в мышцах, например, шея, плечи или спина	1,198	0,0837	14,29	<0,001	0,741
	33. Я часто болею	1,245	0,0870	14,31	<0,001	0,781

Из таблицы 3 видно, что факторные нагрузки отличаются от нуля и все значимы.

Исследовав факторную структуру опросника, мы провели анализ его конвергентной валидности. Результаты анализа представлены в таблицах 4–6.

Таблица 4 Корреляционная матрица шкал опросника академического выгорания и опросника самооценки психических состояний

Переменные	Спокойствие-тревожность	Энергичность-усталость	Приподнятость-подавленность	Уверенность-беспомощность
Общая шкала	-0,58***	-0,55***	-0,48***	-0,56***
Истощение	-0,51***	-0,58***	-0,46***	-0,46***
Внутреннее дистанцирование	-0,42***	-0,40***	-0,37***	-0,45***
Когнитивные затруднения	-0,47***	-0,46***	-0,38***	-0,50***
Эмоциональные затруднения	-0,52***	-0,34***	-0,39***	-0,46***

Вторичные симптомы	-0,55***	-0,38***	-0,36***	-0,45***
Примечание: $p_{0,1}=0,082$, $p_{0,05}=0,098$, $p_{0,01}=0,129$, $p_{0,001}=0,164$				

По таблице 4 видно наличие значимых отрицательных корреляционных связей между интегральным показателем академического выгорания и компонентами самооценки психических состояний. Как мы и предполагали, чем выше выраженность академического выгорания, тем ниже такие психические состояния, как спокойствие $r = -0,58$, энергичность $r = -0,55$, приподнятость $r = -0,48$, уверенность в себе $r = -0,56$ и, следовательно, тем более характерны тревожность, усталость, подавленность, беспомощность. Все шкалы опросника также показывают значимую отрицательную корреляцию с ресурсными психическими состояниями.

Результаты корреляции шкал опросника академического выгорания и опросника академической мотивации (ШАМ) представлены в таблице 5.

Таблица 5 Корреляционная матрица шкал опросника академического выгорания и опросника ШАМ

Шкалы	Познавательная мотивация	Мотивация достижения	Мотивация саморазвития	Мотивация самоуважения	Интроецированная мотивация	Экстернальная мотивация	Амотивация
Уровень выгорания	-0,48***	-0,51***	-0,50***	-0,17**	0,20***	0,43***	0,57***
Истощение	-0,33***	-0,41***	-0,33***	-0,09	0,20***	0,38***	0,41***
Дистанцирование	-0,66***	-0,58***	-0,66***	-0,38**	0,10*	0,38***	0,69***
Когнитивные затруднения	-0,42***	-0,46***	-0,43***	-0,15*	0,21***	0,38***	0,46***
Эмоциональные затруднения	-0,23***	-0,29***	-0,27***	-0,03	0,18***	0,32***	0,40***
Вторичные симптомы	-0,19***	-0,19***	-0,19***	-0,02	0,16**	0,26***	0,33***
Примечание: * - $p \leq 0,05$, $p_{0,05}=0,098$, ** - $p \leq 0,01$, $p_{0,01}=0,129$, *** - $p \leq 0,001$, $p_{0,001}=0,164$							

По таблице 5 видно наличие значимых отрицательных корреляций между показателями выгорания (как интегральным, так и его компонентами) и познавательной мотивацией, мотивацией достижения, саморазвития. А также значимой положительной корреляцией между выгоранием и интроецированной и экстернальной мотиваций и амотивацией.

Результаты корреляционного анализа шкал опросника академического выгорания и психосоматических жалоб представлены в таблице 6.

Таблица 6 Корреляционная матрица шкал опросника академического выгорания и психосоматических жалоб

Шкалы	Гиссенский опросник, психосоматические жалобы				
	Давление жалоб	Истощение	Желудочные жалобы	Ревматический фактор	Сердечные жалобы
Уровень выгорания	0,65***	0,67***	0,48***	0,56***	0,52***
Истощение	0,62***	0,67***	0,41***	0,56***	0,44***
Внутреннее дистанцирование	0,43***	0,44***	0,33***	0,37***	0,35***
Когнитивные затруднения	0,55***	0,52***	0,45***	0,45***	0,48***
Эмоциональные затруднения	0,54***	0,51***	0,39***	0,47***	0,48***
Вторичные симптомы	0,65***	0,58***	0,48***	0,59***	0,58***
Примечание: * - $p \leq 0,05$, $p_{0,05}=0,098$, ** - $p \leq 0,01$, $p_{0,01}=0,129$, *** - $p \leq 0,001$, $p_{0,001}=0,164$					

По таблице 6 видно, что общий показатель академического выгорания и все его составляющие положительно коррелируют с различными психосоматическими жалобами – желудочными, ревматическими, сердечными, а также с астенизацией студентов.

Результаты корреляционного анализа шкал опросника академического выгорания и переживаний и адаптированности в учебной деятельности приведены в таблице 7.

Таблица 7 Корреляционная матрица шкал опросника академического выгорания, переживаний и адаптированности в учебной деятельности

Показатели выгорания	Особенности переживаний в учебной деятельности				Адаптированность студентов	
	Показатель удовольствия от УД	Показатель смысла УД	Показатель усилия в УД	Показатель пустоты	К группе	К учебной деятельности
Уровень выгорания	-0,37***	-0,48***	0,15**	0,29***	-0,43***	-0,56***
Истощение	-0,28***	-0,37***	0,21***	0,24***	-0,39***	-0,55***
Внутреннее дистанцирование	-0,44***	-0,63***	0,01	0,29***	-0,39***	-0,50***
Когнитивные затруднения	-0,35***	-0,40***	0,09	0,24***	-0,33***	-0,50***
Эмоциональные затруднения	-0,19***	-0,22***	0,15**	0,20***	-0,31***	-0,36***
Вторичные симптомы	-0,18***	-0,20***	0,13**	0,12**	-0,29***	-0,41***
Примечание: * - $p \leq 0,05$, $p_{0,05} = 0,098$, ** - $p \leq 0,01$, $p_{0,01} = 0,129$, *** - $p \leq 0,001$, $p_{0,001} = 0,164$						

По таблице 8 видно, что имеются как положительные, так и отрицательные связи между компонентами выгорания и составляющими переживания в учебной деятельности. При этом, чем выше показатели выгорания и его компоненты, тем меньше студенты испытывают удовольствие от учебной деятельности $r = -0,37***$ и ощущают ее осмысленность $r = -0,48***$, и, в то же время, тем в большей степени для них свойственно ощущение пустоты $r = 0,29^*$, бессмысленности и чрезмерных усилий в деятельности $r = -0,29^{**}$.

Что касается взаимосвязи адаптированности к группе, к учебной деятельности с показателями академического выгорания, то, как мы и ожидали, здесь выявлена значимая отрицательная корреляция между выгоранием и адаптированностью к группе ($r = -0,43***$), к учебной деятельности ($r = -0,56***$).

Описательная статистика с учетом пола приведена в таблице 8. Различия в показателях выгорания у студентов юношей и девушек проанализированы при помощи критерия Стьюдента для несвязанных выборок.

Таблица 8 Описательная статистика с учетом половой принадлежности студентов

Шкалы опросника	Среднее	SD	min	max	Среднее	SD	min	max	T	P
	Девушки				Юноши					
Общий показатель	2,74	0,662	1,13	4,83	2,27	0,734	1,00	5,00	1,299	0,010
Истощение	3,13	0,763	1,13	5,00	2,60	0,831	1,00	5,00	1,157	0,075
Дистанцирование	2,42	0,841	1,00	5,00	2,09	0,904	1,00	5,00	0,005	0,533
Когнитивные затруднения	2,54	0,847	1,00	5,00	2,09	0,781	1,00	5,00	3,240***	0,011
Эмоциональные затруднения	2,62	0,802	1,00	4,60	2,14	0,9928	1,00	5,00	2,491**	0,011
Вторичные симптомы	2,58	0,813	1,00	4,11	2,02	0,892	1,00	5,00	7,191***	0,001

По таблице 8 видно, что имеются значимые различия по компонентам выгорания «Эмоциональные затруднения» ($T=2,491$, $p \leq 0,05$) и «Когнитивные затруднения» ($T=3,240$, $p \leq 0,01$), у девушек показатели выше. Таким образом, при анализе результатов при проведении опросника необходимо дифференцировать оценку по полу.

По шкале «Вторичные симптомы», учитывая существенное отклонение результатов по данной шкале от нормального, различия между юношами и девушками рассчитывались при помощи углового преобразования Фишера.

Так, по данной шкале выше в группе девушек по сравнению с юношами доля высоких ($\Phi_3=2,371$, $p \leq 0,01$) и средних показателей ($\Phi_3=2,311$, $p \leq 0,01$). Высокие и средние показатели рассчитывались на основании терцилей – см. ниже. Для оценки уровней показателей можно использовать границы терцилей – таблица 9.

Таблица 9 Терцильные значения шкал

Шкала	1-ый терциль (33%)	2-ой терциль (66%)	3-и терциль (100%)	1-ый терциль (33%)	2-ой терциль (66%)	3-и терциль (100%)
	Девушки			Юноши		
Общий показатель	2,39	3,29	4,83	2,63	3,07	5,00
Истощение	2,75	3,50	5,00	2,20	3,07	5,00
Дистанцирование	2,00	3,01	5,00	1,40	2,40	5,00
Когнитивные затруднения	2,20	3,00	5,00	1,61	2,40	5,00
Эмоциональные затруднения	2,20	3,00	4,60	1,60	2,40	5,00
Вторичные симптомы	2,30	2,80	4,50	1,41	2,60	5,00

По таблице можно видеть высокие (3-й терциль), средние (2-й терциль) и низкие (1-й терциль) значения, которые различны для юношей и девушек.

ОБСУЖДЕНИЕ

Целью исследования была адаптация опросника BAT-S на выборке российских студентов.

Факторный анализ подтвердил четырехфакторную структуру психодиагностической методики, включающей шкалы истощения, дистанцирования, когнитивных затруднений и эмоциональных затруднений в соответствии с оригиналом [27]. Это подтверждает внутреннюю структуру диагностического инструмента. Показатели ретестовой надежности хорошие.

Коэффициенты корреляции показателей по опроснику академического выгорания с конструктами самооценки психических состояний, психосоматических жалоб, академической мотивации, переживаний в учебной деятельности, адаптированность к учебной деятельности подтверждают валидность на основе конвергентных связей.

В соответствии с результатами можно констатировать, что адаптированный опросник обладает хорошими психометрическими характеристиками. Выявленные психометрические показатели опросника перекликаются с его высокой оценкой зарубежными коллегами и разными вариантами адаптации – на польской [28], итальянской [10], южноафриканской [29] выборках, в рамках кросскультурных исследований [4], в исследованиях по выгоранию у румынских [7] и чилийских студентов [5].

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Результаты проведенного психометрического анализа подтверждают пригодность адаптированной русскоязычной версии опросника академического выгорания у студентов. Достоинством опросника являются его компактность и малая трудоемкость. Выделенная структура адаптированной версии соответствует теоретическим положениям К.Маслач и В.Шауфелли. Надежность опросника высокая; конвергентная валидность подтверждена; ретест достаточен. По уже имеющимся результатам можно говорить о том, что опросник может быть использован в исследовательских целях, а также при оценке, мониторинге и коррекции академического выгорания студентов.

Последующая работа может быть направлена на исследование взаимосвязи академического выгорания и черт личности, а также влияния психолого-педагогических условий, направления подготовки, года обучения на показатели выгорания.

ЛИТЕРАТУРА

1. Freudenberger H. J. Staff burn-out // *Social Issues*. 1974. Vol. 30. No. 1. P. 159–165. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.1974.tb00706.x>
2. Maslach C., Jackson S. E. The measurement of experienced burnout // *Journal of Organizational Behavior*. 1981. Vol. 2. No 2. P. 99–113. DOI: 10.1002/job.4030020205
3. Maslach C., Schaufeli W. B., Leiter M. P. Job burnout // *Annual Review of Psychology*. 2001. Vol. 52. No 1. P. 397–422. DOI: 10.1146/annurev.psych.52.1.397
4. Schaufeli W. Taris T. The conceptualization and measurement of burnout: common ground and worlds apart // *Work Stress*. 2005. Vol. 19. P. 256–262. DOI: 10.1080/02678370500385913
5. Carmona-Halty M, Alarcón-Castillo K, Semir-González C, Sepúlveda-Páez G, Schaufeli W. B. Burnout Assessment Tool for Students (BAT-S): evidence of validity in a Chilean sample of undergraduate university students // *Frontiers in Psychology*. 2024. Vol. 15. DOI: 10.3389/fpsyg.2024.1434412
6. Marôco J., Assunção H., Harju-Luukkainen H., Lin S., Sit P., Cheung K. et al. Predictors of academic efficacy and dropout intention in university students: can engagement suppress burnout // *PLoS One*. 2020. Vol. 15. No. 10. e0239816. DOI: 10.1371/JOURNAL.PONE.0239816
7. Popescu B., Maricuțoiu L., De Witte H. The student version of the burnout assessment tool (BAT): psychometric properties and evidence regarding measurement validity on a Romanian sample // *Current Psychology*. 2023. Vol. 4. P. 1–15. DOI: 10.1007/s12144-023-04232-w
8. Wang J., Bu L., Li Y., Song J., Li N. The mediating effect of academic engagement between psychological capital and academic burnout among nursing students during the COVID-19 pandemic: a cross-sectional study // *Nurse Education Today*. 2021. Vol. 102. 104938. DOI: 10.1016/j.nedt.2021.104938
9. Madigan D., Curran T. Does burnout affect academic achievement? A meta-analysis of over 100, 000 students // *Educational Psychology Review*. 2021. Vol. 33. P. 387–405. DOI: 10.1007/s10648-020-09533-1
10. Consiglio C., Mazzetti G., Schaufeli W. Psychometric properties of the Italian version of the burnout assessment tool (BAT) // *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2021. Vol. 18 No. 18: 9469. DOI: 10.3390/ijerph18189469
11. Мальцева Л. Г., Лучшева Л. М. Эмоциональное выгорание студентов, совмещающих академическую и трудовую нагрузки // *Проблемы современного педагогического образования*. 2025. № 89-3. С. 471-474.
12. Asikainen H., Nieminen J.H., Häsä J., Katajavuori N, Asikainen H., Nieminen J. H., Häsä J., Katajavuori N. University students' interest and burnout profiles and their relation to approaches to learning and achievement // *Learning and Individual Differences*. 2022. Vol. 93. P. 102105. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2021.102105>
13. Liang Zhe Chong, Lee Kien Foo, and Sook-Ling Chua. Student Burnout: A Review on Factors Contributing to Burnout Across Different Student Populations // *Behavioral Sciences*. 2025. Vol. 15. No. 2. P. 170. DOI: 10.3390/bs15020170
14. Lesener T., Pleis L. S., Gusy B., Wolter C. The study demands–resources framework: an empirical introduction // *International Journal of Environmental Research in Public Health*. 2020. Vol. 17. No. 14. P. 51–83. <https://doi.org/10.3390/ijerph17145183>
15. Полякова О. Б. Академическое выгорание современных студентов // *Философские, социологические и психолого-педагогические проблемы современного образования*. 2025. № 7. С. 293-299.
16. Бородина К.М., Тенькова А.Н., Богданчикова Ю.Н. Роль мотивации достижений на академическое выгорание студентов медицинского университета // *Балтийский гуманитарный журнал*. 2024. Т. 13. № 4 (49). С. 25-28.
17. Валиева Ф.И., Рихтер А.В. Академическое выгорание студентов: исследование на примере будущих специалистов в профессиональной сфере «человек-человек» // *Письма в Эмиссия. Оффлайн (The*

- Emissia.Offline Letters): электронный научный журнал. 2023. № 11 (ноябрь). ART3313. URL: <http://emissia.org/offline/2023/3313.htm>
18. Тужикова Е. С. Предикторы академического выгорания у студентов выпускных курсов // Герценовские чтения: психологические исследования в образовании. 2023. № 6. С. 556-565. DOI 10.33910/herzenpsyconf-2023-6-72
 19. Илюхин А.Г. Выгорание в жизни школьников и студентов: причины, последствия и способы преодоления // Современная зарубежная психология. 2021.№ 10 (2). С. 117–127. DOI: 10.17759/jmfr.2021100212
 20. Ларина В. Н., Чалая Т. Ю. Влияние удовлетворенности процессом обучения на эмоциональное выгорание и академическую успеваемость у студентов-медиков // Кардиоваскулярная терапия и профилактика. 2025. Т. 24. № 7S. С. 13. DOI:10.15829/1728-8800-2025-7S
 21. De Beer L. T., van der Vaart L., Escaffi-Schwarz M., De Witte H., Schaufeli W. B. Maslach burnout inventory-general survey: a systematic review and meta-analysis of measurement properties // European Journal of Psychology and Assessment. 2024. Vol. 40. P. 360–375. DOI: 10.1027/1015-5759/a000797
 22. Методики диагностики и измерения психических состояний личности / Автор и составитель А.О. Прохоров. М.: ПЕР СЭ. СПб.: Речь. 2004. 176 с.
 23. Гордеева Т. О., Сычев О.А., Осин Е.Н. Опросник «Шкалы академической мотивации» // Психологический журнал. 2014. Т. 35. № 4. С. 96–107.
 24. Абабков В.А., Бабин С.М., Исурина Г.Л., Кайдановская Е.В., Карвасарский Б.Д., Крылова Г.С., Малкова Л.Д., Трегубов И.Б., Чехлатый Е.И. Методические рекомендации. Применение Гиссенского опросника соматических жалоб в клинике пограничных нервно-психических и психосоматических расстройств: СПб.: Научно-исследовательский психоневрологический институт им. В.М. Бехтерева. 1993. 24 с.
 25. Клейн К.Г., Леонтьев Д.А., Костенко В.Ю., Осин Е.Н., Тараненко О.А., Кошелева Н.В. Переживания в разных видах деятельности: временная динамика и содержательная валидность // Психологическая наука и образование. 2019. Т. 24. № 5. С.47–57. DOI: 10.17759/pse.2019240505
 26. Дубовицкая Т.Д., Крылова А.В. Методика исследования адаптированности студентов в вузе // Психологическая наука и образование. 2010. № 2. С. 1–12.
 27. Schaufeli W., Desart S., De Witte H. Burnout assessment tool (BAT): development, validity, and reliability // International Journal of Environmental Research in Public Health. 2020. Vol. 17. No. 24. P. 94–95. DOI: 10.3390/ijerph17249495
 28. Basinka B. A., Gruszczynska E., Schaufeli W. B. The polish adaptation of the burnout assessment tool (BAT-PL) // Psychiatria Polska. 2023. Vol. 57. No. 1. P. 223–235. DOI: 10.12740/PP/OnlineFirst/141563
 29. De Beer L. T., Schaufeli V. B., De Witte H. Psychometric properties and measurement invariance of the Burnout Assessment Tool (BAT-23) in South Africa // BMC Public Health. 2022. Vol. 22. 1555. <https://doi.org/10.1186/s12889-022-13978-0>
 30. De Beer L., Schaufeli W.B., De Witte H., Hakanen J.J., Kaliaianen J., Glaser J., Seubert C., Shimazu A., Procházka J., Kajzar A., Christensen M. Revisiting a global burnout score with the Burnout Assessment Tool across nine country samples. European Journal of Psychological Assessment. 2024. Vol. 42. No. 2. P. 161–166. DOI: 10.1027/1015-5759/a000839

REFERENCES

1. Freudenberger H. J. Staff burn-out. *Social Issues*, 1974, vol. 30, no. 1, pp. 159–165. DOI: 10.1111/J.1540-4560.1974.TB00706.X
2. Maslach C., Jackson S. E. The measurement of experienced burnout. *Journal of Organizational Behavior*, 1981, vol. 2, no 2, pp. 99–113. DOI: 10.1002/job.4030020205
3. Maslach C., Schaufeli W. B., Leiter M. P. Job burnout. *Annual Review Psychology*, 2001, vol. 52, no 1, pp. 397–422. Available at: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/11148311/> (accessed 17 February 2026).
4. Schaufeli W. Taris T. The conceptualization and measurement of burnout: common ground and worlds apart. *Work Stress*, 2005, vol. 19, pp. 256–262. DOI: 10.1080/02678370500385913
5. Carmona-Halty M, Alarcón-Castillo K, Semir-González C, Sepúlveda-Páez G, Schaufeli W. B. Burnout Assessment Tool for Students (BAT-S): evidence of validity in a Chilean sample of undergraduate university students. *Frontiers in Psychology*, 2024, vol. 15, Dec 18;15:1434412. DOI: 10.3389/fpsyg.2024.1434412. Available at: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11688192/> (accessed 9 July 2026).
6. Marôco J., Assunção H., Harju-Luukkainen H., Lin S., Sit P., Cheung K. et al. Predictors of academic efficacy and dropout intention in university students: can engagement suppress burnout. *PLoS One*, 2020, vol. 15, no. 10, pp.1-26. DOI: 10.1371/JOURNAL.PONE.0239816.
7. Popescu B., Maricuțoiu L., De Witte H. The student version of the burnout assessment tool (BAT): psychometric properties and evidence regarding measurement validity on a Romanian sample. *Current Psychology*, 2023, vol. 4, pp. 1–15. DOI: 10.1007/s12144-023-04232-w. Available at: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37359626/> (accessed 9 July 2026).
8. Wang J., Bu L., Li Y., Song J., Li N. The mediating effect of academic engagement between psychological capital and academic burnout among nursing students during the COVID-19 pandemic: a cross-sectional

- study. *Nurse Education Today*, 2021, vol. 102, 104938. DOI: 10.1016/j.nedt.2021.104938 Available at: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33934039/> (accessed 9 July 2026).
9. Madigan D., Curran T. Does burnout affect academic achievement? A meta-analysis of over 100, 000 students. *Educational Psychology Review*, 2021, vol. 33, pp. 387–405. DOI: 10.1007/s10648-020-09533-1
 10. Consiglio C., Mazzetti G., Schaufeli W. Psychometric properties of the Italian version of the burnout assessment tool (BAT). *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 2021, vol. 18, no. 18: 9469. DOI: 10.3390/ijerph18189469/ Available at: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34574392/> (accessed 9 July 2026).
 11. Mal'ceva L. G., Luchsheva L. M. Emotional burnout of students who combine academic and workloads. *Problems of modern pedagogical education*, 2025, vol. 89-3, pp. 471-474. EDN FHXTBF. (In Russ.)
 12. Asikainen H., Nieminen J.H., Häsä J., Katajavuori N, Asikainen H., Nieminen J. H., Häsä J., Katajavuori N. University students' interest and burnout profiles and their relation to approaches to learning and achievement. *Learning and Individual Differences*, 2022, vol. 93, pp.102-105. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2021.102105>(accessed 4 July 2026).
 13. Liang Zhe Chong, Lee Kien Foo, and Sook-Ling Chua. Student Burnout: A Review on Factors Contributing to Burnout Across Different Student Populations. *Behavioral Sciences*, 2025, vol. 15, no. 2, 170. Available at: <https://www.researchgate.net/publication/388724032> (accessed 10 July 2026). DOI: :10.3390/bs15020170
 14. Lesener T., Pleis L. S., Gusy B., Wolter C. The study demands–resources framework: an empirical introduction. *International Journal of Environmental Research in Public Health*, 2020, vol. 17, no. 14, pp. 51–83. Available at: <https://doi.org/10.3390/ijerph17145183> (accessed 9 July 2026).
 15. Polyakova O. B. Academic burnout of modern students. *Philosophical, sociological, psychological and pedagogical problems of modern education*, 2025, no 7, pp. 293-299. (In Russ.)
 16. Borodina K.M., Ten'kova A.N., Bogdanchikova Yu.N. The role of achievement motivation in the academic burnout of medical University students. *Baltic Humanitarian Journal*, 2024, vol. 13, no 4 (49), pp. 25-28. (In Russ.)
 17. Valieva F.I., Rixter A.V. Academic burnout of students: a study on the example of future specialists in the "human-to-human" professional field. *Letters to the Emissary. Offline (The Emissia.Offline Letters): an electronic scientific journal*, 2023, no 11 (november). ART 3313. Available at: <http://emissia.org/offline/2023/3313.htm> (accessed 9 July 2026). (In Russ.)
 18. Tuzhikova E. S. Predictors of academic burnout among graduate students. *Herzen readings: Psychological Research in Education*, 2023, no 6, pp. 556-565. DOI 10.33910/herzenpsyconf-2023-6-72 (In Russ.)
 19. Ilyuxin A.G. Burnout in the lives of schoolchildren and students: causes, consequences and ways to overcome. *Modern foreign psychology*, 2021, no. 10 (2), pp. 117–127. Available at: <https://doi.org/10.17759/jmfp.2021100212> (accessed 9 July 2026). (In Russ.)
 20. Larina V. N., Chalaya T. Yu. The influence of satisfaction with the learning process on emotional burnout and academic performance among medical students. *Cardiovascular therapy and prevention*, 2025, vol. 24, no 7S, pp. 13. DOI: 10.15829/1728-8800-2025-7S (In Russ.)
 21. De Beer L. T., van der Vaart L., Escaffi-Schwarz M., De Witte H., Schaufeli W. B. Maslach burnout inventory–general survey: a systematic review and meta-analysis of measurement properties. *European Journal of Psychology and Assessment*, 2024, vol. 40, pp. 360–375. DOI: 10.1027/1015-5759/a000797
 22. Prokhorov A.O. Methods for diagnosing and measuring mental states of the individual. Moscow, PER SEH Publ., 2004, 176 p. (In Russ.)
 23. Gordeeva T. O., Sy`chev O.A., Osin E.N. The questionnaire "Scales of academic motivation". *Psychological Journal*, 2014, vol. 35, no 4, pp. 96–107. (In Russ.)
 24. Ababkov V.A., Babin S.M., Isurina G.L., Kajdanovskaya E.V., Karvasarskij B.D., Kry`lova G.S., Malkova L.D., Tregubov I.B., Chexlaty`j E.I. Methodological recommendations. Use of the Giessen Questionnaire of Somatic Complaints in the Clinic of Borderline Neuropsychiatric and Psychosomatic Disorders. Saint-Petersburg, V.M. Bekhterev Research Psychoneurological Institute, 1993. 24 p. (In Russ.)
 25. Klejn K.G., Leont`ev D.A., Kostenko V.Yu., Osin E.N., Taranenko O.A., Kosheleva N.V. Experiences in different types of activity: temporal dynamics and meaningful validity. *Psychological Science and Education*, 2019, vol. 24, no 5, pp. 47–57. DOI: 10.17759/pse.2019240505 (In Russ.)
 26. Duboviczkaya T.D., Kry`lova A.V. The methodology of studying students' adaptability in higher education. *Psychological science and education*, 2010, no. 2, pp. 1–12. (In Russ.)
 27. Schaufeli W., Desart S., De Witte H. Burnout assessment tool (BAT): development, validity, and reliability. *International Journal of Environmental Research in Public Health*, 2020, vol. 17, no. 24, pp. 94–95. DOI: 10.3390/ijerph17249495
 28. Basinka B. A., Gruszczynska E., Schaufeli W. B. The polish adaptation of the burnout assessment tool (BAT-PL). *Psychiatria Polska*, 2023, vol. 57, no. 1, pp. 223–235. DOI: 10.12740/PP/OnlineFirst/141563
 29. De Beer, L. T., Schaufeli, V. B., De Witte H. Psychometric properties and measurement invariance of the Burnout Assessment Tool (BAT-23) in South Africa. *BMC Public Health*, 2022, vol. 22, 1555. Available at: <https://doi.org/10.1186/s12889-022-13978-0> (accessed 9 July 2026).
 30. De Beer L., Schaufeli W.B., De Witte H., Hakanen J.J., Kaliaianen J., Glaser J., Seubert C., Shimazu A., Procházka J., Kajzar A., Christensen M. Revisiting a global burnout score with the Burnout Assessment Tool across nine country samples. *European Journal of Psychological Assessment*, 2024, vol. 42, no.2. p. 161–166. DOI: 10.1027/1015-5759/a000839

Авторы

Кондрашихина Оксана Александровна
(Россия, Севастополь)

Доцент, кандидат психологических наук,
доцент кафедры «Психология»
Севастопольский государственный университет
E-mail: okskon66@mail.ru
ORCID ID: 0000-0002-6582-0582

Кажарская Ольга Николаевна
(Россия, Севастополь)

Доцент, кандидат психологических наук,
доцент кафедры «Психология»
Севастопольский государственный университет
E-mail: sevkon@mail.ru
ORCID ID: 0000-0002-4958-572X

Медведева Снежанна Анатольевна
(Россия, Севастополь)

Доцент, кандидат психологических наук,
доцент кафедры «Психология»
Севастопольский государственный университет
E-mail: snezhanna_med@mail.ru
ORCID ID: 0000-0003-0888-5344

Authors

Oksana A. Kondrashikhina
(Russia, Sevastopol)

Associate Professor, Cand. Sci. (Psychol.),
Associate Professor, Department of Psychology
Sevastopol State University
E-mail: okskon66@mail.ru
ORCID ID: 0000-0002-6582-0582

Olga N. Kazharskaya
(Russia, Sevastopol)

Associate Professor, Cand. Sci. (Psychol.),
Associate Professor, Department of Psychology
Sevastopol State University
E-mail: sevkon@mail.ru
ORCID ID: 0000-0002-4958-572X

Snezhanna A. Medvedeva
(Russia, Sevastopol)

Associate Professor, Cand. Sci. (Psychol.),
Associate Professor, Department of Psychology
Sevastopol State University
E-mail: snezhanna_med@mail.ru
ORCID ID: 0000-0003-0888-5344

Вклад авторов

Кондрашихина О. А.: концептуализация, верификация данных, формальный анализ, проведение исследования, создание рукописи и её редактирование, руководство исследованием

Кажарская О. Н.: методология, проведение исследования, ресурсы, создание рукописи и её редактирование, визуализация

Медведева С. А.: концептуализация, методология, формальный анализ, проведение исследования, создание рукописи и её редактирование

© Кондрашихина О. А., Кажарская О. Н.,
Медведева С. А.: , 2026

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов

Authors contribution

Oksana A. Kondrashikhina: Conceptualization, Validation, Formal analysis, Investigation, Writing - Review & Editing, Supervision

Olga N. Kazharskaya: Methodology, Investigation, Resources, Writing - Review & Editing, Visualization

Snezhanna A. Medvedeva: Conceptualization, Methodology, Formal analysis, Investigation, Writing - Review & Editing

© Oksana A. Kondrashikhina, Olga N. Kazharskaya,
Snezhanna A. Medvedeva, 2026

The authors declared no conflicts of interest