

DOI: 10.21626/j-chr/2026-1(46)/8  
УДК: 159.944.4:378.183

Социальная психология

## МОДИФИКАЦИЯ МЕТОДИКИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ К. МАСЛАЧ И С. ДЖЕКСОН (В АДАПТАЦИИ Н.Е. ВОДОПЬЯНОВОЙ) НА ВЫБОРКЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ОРИЕНТИРОВАННЫХ ВОЛОНТЕРОВ

© Л.Н. Молчанова, К.В. Касьянова

**Молчанова Л.Н.** – доктор психологических наук, профессор кафедры психологии здоровья и нейропсихологии, Курский государственный медицинский университет  
**e-mail:** molchanowa.liuda@yandex.ru

**Касьянова К. В.** – ассистент кафедры психологии здоровья и нейропсихологии, Курский государственный медицинский университет  
**e-mail:** sam.meteorit@yandex.ru  
**Адрес:** 305000, г. Курск, ул. К. Маркса, 3, Российская Федерация

92

### АННОТАЦИЯ

**Актуальность.** В виду нарастающей активности и многообразия волонтерского движения в мире существует необходимость в определении ряда психологических феноменов, связанных с их деятельностью, в частности, состояния выгорания. На сегодняшний день существует большое количество психологического инструментария для его диагностики у различных профессиональных групп, но нет учета особой специфики волонтерской деятельности. Выгорание как психическое явление является результатом нарушения сложной системы регуляции в деятельности субъекта. Под деятельностью в данном случае понимаем включенность волонтера в оказание помощи благополучателям в рамках профессионально-ориентированного взаимодействия.

**Цель** состоит в модификации методики диагностики профессионального выгорания К. Маслач, С.Е. Джексона (в адаптации Н.Е. Водопьяновой) для профессионально-ориентированных волонтеров.

**Материалы и методы.** Общий объем выборки составили 235 профессионально-ориентированных волонтеров от 19 до 26 лет со стажем деятельности 2-5 лет. Оценка теоретической структуры опросника осуществлялась в ходе проведения процедуры эксплораторного, ее эмпирическое подтверждение – конфирматорного факторного анализа, надежности по однородности ÷ критерия альфа Кронбаха, ретестовой надежности ÷ при повторном применении методики с помощью коэффициента корреляции Пирсона. Обработка полученных данных проводилась с использованием статистических программ Jamovi версии 2.6.44, StatSoft STATISTICA 10.

**Результаты исследования.** Модифицированный опросник позволяет оценить степень выраженности профессионального выгорания профессионально-ориентированных волонтеров и прогнозировать развитие эмоциональной нестабильности и профессионального неблагополучия, а также снижение уровня мотивации и трудоспособности. По результатам эксплораторного факторного анализа выявлено три шкалы. Полученные по отдельным показателям данные свидетельствуют о высокой ретестовой надежности методики (0,812). Подтверждена высокая надежность шкал по однородности ( $\alpha = 0,74$ ).

**Выводы.** Опросник соответствует основным психометрическим требованиям, имеет предсказуемые связи, подтверждающие разработанный теоретический конструкт, обладает оптимальной надежностью и валидностью.

**КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА:** профессиональное выгорание; профессионально-ориентированное волонтерство; психодиагностика; эмоциональное истощение; деперсонализация; редукция волонтерских достижений.

**Конфликт интересов.** Авторы декларируют об отсутствии явных и потенциальных конфликтов интересов, связанных с публикацией настоящей статьи.

Первая версия опросника «Maslach Burnout Inventory» (MBI), разработанная К. Маслак и С.Е. Джексон получила свою популярность в 80-е годы 20 века. Большое количество исследований с его помощью позволило выявить выраженность состояния выгорания у специалистов различных профессий [1, 3]. Знание его феноменологии и генеза способствовало решению в тот период в основном ряда управленческих задач. Сейчас варианты адаптации данной методики позволяют детализировано изучить выгорание у специалистов в определенных профессиональных группах, что существенно повышает возможности профилактического потенциала и сохранение психического здоровья [2, 12].

Категория «burnout» («выгорание» или «сгорание», «перегорание»), является широко распространенной в российской психологической литературе. Современное понимание феномена выгорания сводится к множеству обозначений и интерпретаций, а также различных концепций относительно структуры, причин возникновения и процесса протекания [3,10].

В модифицированном варианте методики термин «профессиональное выгорание» понимается как результат нарушения сложной системы регуляции психического состояния [4, 5]. добровольцев как субъекта профессионально-ориентированной волонтерской деятельности, дезорганизации их профессионально-личностного развития (в рамках начального этапа профессионализации) [5, 24].

Часто профессиональное выгорание выступает производной нарушения баланса между ожиданием и реальностью и проявляется в виде эмоциональной усталости и опустошенности, негативизма по отношению к благополучателям и коллегам [11], пессимистического настроения относительно собственных результатов, потери творческой и познавательной активности в поиске решения сложных задач, психологической незащищенности [5, 8, 13]. Оно может включать социальные установки, снижающие уровень неопределенности результатов выполняемой трудовой деятельности [9, 18], а также копинг-стратегии деструктивного поведения, что находит отражение в изменении структуры и содержания волонтерской деятельности [15], оказывает отрицательное влияние на ее эффективность и качество выполнения, удовлетворенность самореализацией [21, 17].

Важно, что начальный период профессиональной адаптации предполагает осознание специалистом своей недостаточной компетентности. Для учета данного утверждения было решено добавить в выборку волонтеров со стажем деятельности 2-5 лет.

## **МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ**

В процедуре модификации методики «Профессионального выгорания» участвовали 235 профессионально-ориентированных волонтеров молодых волонтеров (19 - 26 лет; девушек – 155, юношей - 80) с опытом работы от 2 до 5 лет.

Для определения и подтверждения структуры опросника применяли эксплораторный и конфирматорный факторный анализ. Внутренняя согласованность оценена с помощью критерия альфа Кронбаха, ретестовая надежность - коэффициента корреляции Пирсона, а стандартизация шкал опросника - алгоритма нелинейной стандартизации. Математическая оценка данных реализована с помощью программного обеспечения Jamovi версии 2.6.44, StatSoft STATISTICA 10.

## РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Опросник представляет собой модификацию методики «Профессиональное выгорание» К. Маслач и С. Джексон (в адаптации Н.Е. Водопьяновой).

Проверка на нормальность распределения. Распределение показателей по шкалам «Эмоциональное истощение» ( $W=0,98419$ ), «Деперсонализация» ( $W=0,98678$ ) и «Редукция волонтерских достижений» ( $W=0,97457$ ) соответствует нормальному (см. таблицу 1, рис. 1-3). В пользу симметричности распределения данных говорит совпадение средних значений и медиан, а значения асимметрии лежат в пределах от  $-0,5$  до  $0,5$ .

Таблица 1. Описательная статистика показателей методики  
Table 1. Descriptive statistics of methodology indicators

Показатель	M	Me	SD	Асимметрия	Стандартная ошибка асимметрии	Экссесс	Стандартная ошибка эксцесса
Эмоциональное истощение	24,46	24,0	7,26	0,412	0,114	-0,076	0,228
Деперсонализация	13,59	14,0	4,75	0,062	0,114	0,455	0,228
Редукция волонтерских достижений	32,29	33,0	7,06	-0,557	0,114	1,139	0,228
Общий уровень выгорания	70,34	71,0	12,00	-0,279	0,114	3,518	0,228

94

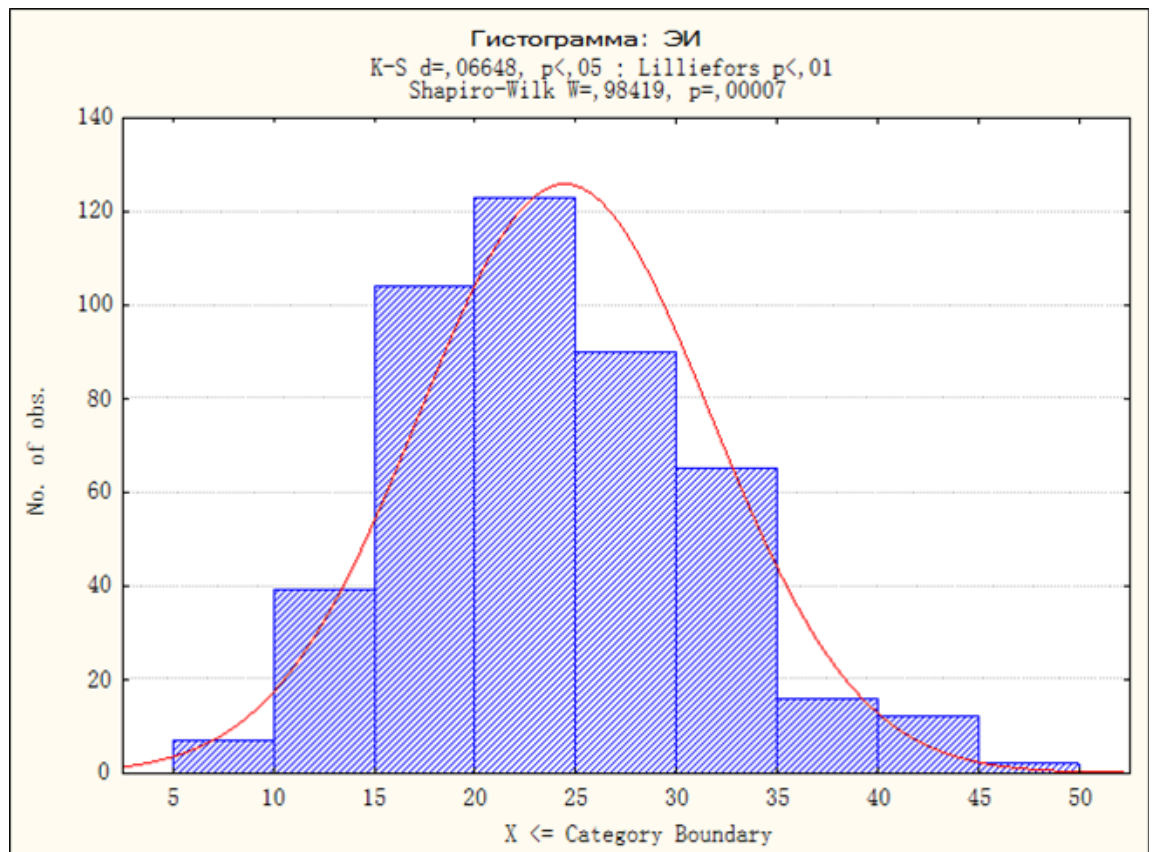


Рисунок 1. Гистограмма распределения показателей эмоционального истощения  
Figure 1. Histogram of the distribution of indicators of emotional exhaustion

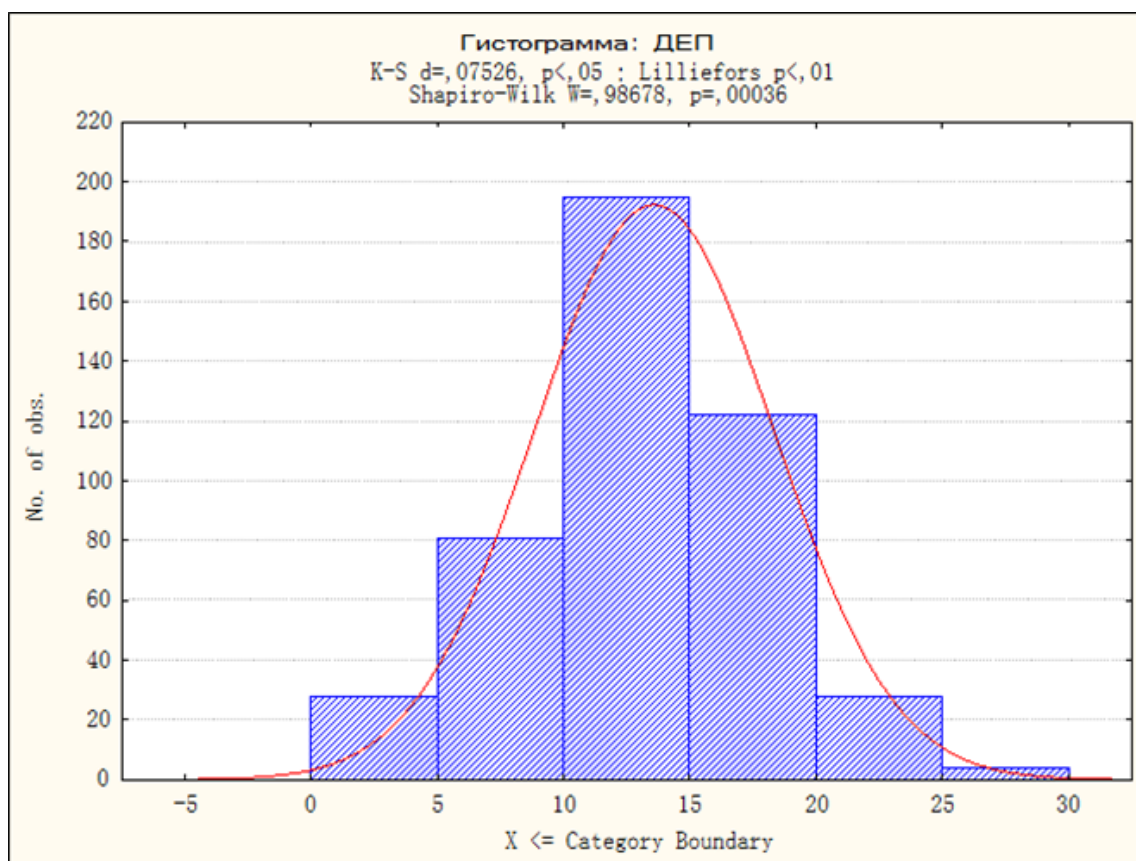


Рисунок 2. Гистограмма распределения показателей деперсонализации

Figure 2. Histogram of the distribution of depersonalization indicators

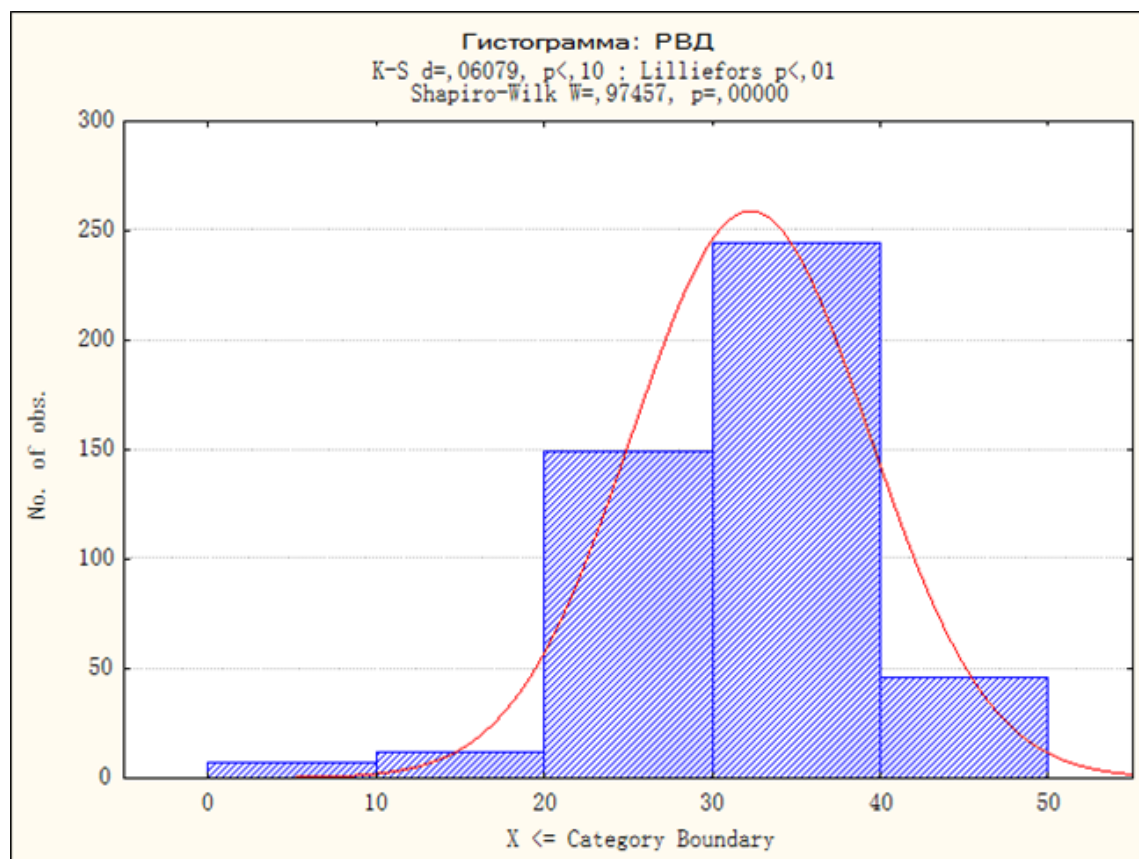


Рисунок 3. Гистограмма распределения показателей редукции волонтерских достижений

Figure 3. Histogram of the distribution of indicators of reduction of volunteer achievements

Таблица 2. Результаты эксплораторного факторного анализа  
Table 2. The results of the exploratory factor analysis

Пункт опросника	Факторы		
	1 - «Редукция волонтерских достижений»	2 - «Деперсонализация»	3 - «Эмоционально истощение»
1- Я чувствую себя эмоционально опустошенным(ой).	-	-	0,685
2- К концу рабочего дня я чувствую себя, как выжатый лимон.	-	-	0,646
3 - Я чувствую себя усталым(ой), когда встаю утром и должен(на) идти на мероприятие.	-	-	0,646
4 - Я хорошо понимаю, что чувствуют мои коллеги и подопечные, и использую это для более успешной коммуникации.	0,378	-	-
5- Я общаюсь с благополучателями только формально, без лишних эмоций, и стремлюсь свести время общение с ними до минимума.	-	0,453	-
6 -Я чувствую себя энергичным(ой) и эмоционально приподнятым(ой).	-	-	-0,421
7 -Я умею находить правильное решение в конфликтных ситуациях с благополучателями.	0,582	-	-
8- Я чувствую утнетенность и апатию.			0,466
9 - Я уверен(а), что моя работа нужна людям.	0,663		
10 -В последнее время я стал(а) более черствым(ой) и бесчувственным(ой) по отношению к проблемам подопечных.	-	0,676	-
11 -Как правило, окружающие меня люди слишком много требуют от меня. Они скорее утомляют, чем радуют меня.	-	0,545	-
12 -У меня много планов на будущее, и я верю в их осуществление.	0,696	-	-
13 -Я испытываю все больше жизненных разочарований в волонтерстве.	-	-	0,652
14 -Я чувствую равнодушие и потерю интереса ко многому, что радовало меня раньше.	-	-	0,546
15 -Я чувствую, что моя деятельность может приносить мне доход.		0,424	
16 -Мне хочется уединиться и отдохнуть от всего и от всех.			0,374
17 -Я легко могу создать атмосферу доброжелательности и оптимизма в отношениях с волонтерами и в отношениях с благополучателями.	0,625	-	-
18 -Я легко общаюсь с благополучателями и их родственниками независимо от их социального статуса и характера.	0,589	-	-
19 -У меня есть собственный распорядок дня.	0,419	-	-
20 -Я чувствую себя на пределе своих возможностей.	-	-	0,459
21 -Я чувствую, что многого еще смогу достичь в волонтерской деятельности.	0,523	-	-
22 -Я думаю, что не нужно для кого-либо сильно напрягаться.	-	0,593	-
Доля общей дисперсии, %	14,3	27,7	39,1

Примечание. Метод извлечения 'Минимальный остаток' использовался в сочетании с вращением «Облимин».

благополучателями, об используемых в реализации добровольческой деятельности стратегиях поведения. Эксплораторный факторный анализ позволил выделить три шкалы: «Эмоциональное истощение», «Деперсонализация» и «Редукция волонтерских достижений». Для оценки результатов предназначена шестибалльная шкала с вариабельностью ответов от 1 – «ВСЕГДА» до 6 – «НИКОГДА». О наличии высокого уровня выгорания волонтеров свидетельствуют высокая выраженность показателей шкал «Эмоциональное истощение» и «Деперсонализация» и низкая по шкале «Редукция волонтерских достижений». Следовательно, чем больше волонтер обесценивает свои достижения и компетентность, тем в меньшей степени он удовлетворен профессиональной и тем в большей степени подвержен выгоранию.

Кроме того, получены следующие показатели соответствия теоретической модели эмпирическим данным: величина критерия TL1 (Такера-Льюиса) [8] равная 0,903 при  $\chi^2 = 280$ ,  $df$  (степеней свободы) = 168 и  $p < 0,001$ ; тест Тест Бартлетта на сферичность указал на  $\text{Chi-squared} = 381$ ,  $df = 190$ ,  $p < 0,001$ ; величина показателя КМО (меры адекватности выборки Кайзера-Мейера-Олкина; статистический показатель от 0 до 1), определяющая пригодность данных для факторного анализа, соответствует хорошему и отличному уровню (см. таблицу 3):

Таблица 3. Мера адекватности выборки, используемой в эксплораторном факторном анализе  
Table 3. A measure of the adequacy of the sample used in the exploratory factor analysis

	КМО мера адекватности выборки	MSA
	Всеобъемлющий	0,842
1	Я чувствую себя эмоционально опустошенным(ой).	0,819
2	К концу рабочего дня я чувствую себя, как выжатый лимон	0,840
3	Я чувствую себя усталым(ой), когда встаю утром и должен(на) идти на мероприятие	0,870
4	Я хорошо понимаю, что чувствуют мои коллеги и подопечные, и использую это для более успешной коммуникации	0,713
5	Я общаюсь с благополучателями только формально, без лишних эмоций, и стремлюсь свести время общения с ними до минимума	0,870
6	Я чувствую себя энергичным(ой) и эмоционально приподнятым(ой)	0,836
7	Я умею находить правильное решение в конфликтных ситуациях с благополучателями	0,837
8	Я чувствую угнетенность и апатию	0,883
9	Я уверен(а), что моя работа нужна людям.	0,830
10	В последнее время я стал(а) более черствым(ой) и бесчувственным(ой) по отношению к проблемам подопечных	0,870
11	Как правило, окружающие меня люди слишком много требуют от меня. Они скорее утомляют, чем радуют меня	0,875
12	У меня много планов на будущее, и я верю в их осуществление	0,863
13	Я испытываю все больше жизненных разочарований в волонтерстве	0,811
14	Я чувствую равнодушие и потерю интереса ко многому, что радовало меня раньше	0,895
15	Я чувствую, что моя деятельность может приносить мне доход	0,734
16	Мне хочется уединиться и отдохнуть от всего и от всех	0,878
17	Я легко могу создать атмосферу доброжелательности и оптимизма в отношениях с волонтерами и в отношениях с благополучателями	0,758
18	Я легко общаюсь с благополучателями и их родственниками независимо от их социального статуса и характера	0,783
19	У меня есть собственный распорядок дня	0,751
20	Я чувствую себя на пределе своих возможностей	0,859
21	Я чувствую, что многого еще смогу достичь в волонтерской деятельности	0,890
22	Я думаю, что не нужно для кого-либо сильно напрягаться	0,839

Приведем данные конфирматорного факторного анализа, позволяющего оценить, насколько хорошо предложенная модель соответствует реальным данным, и формируют ли определенные переменные конкретные факторы. Как видно из таблицы 4, факторные нагрузки, отражающие силу и направление связи между наблюдаемыми переменными (индикаторами) и латентными

факторами, имеют значения как меньше 0,4 (слабая связь), так и  $\geq 0,7$ , что свидетельствует о том, что скрытый фактор объясняет более 50% дисперсии индикатора (высокая конвергентная валидность).

Таблица 4. Результаты конфирматорного факторного анализа

Table 4. The results of the confirmatory factor analysis

Фактор	Индикатор	Вес	SE	Z	p	Стандартная оценка
Эмоциональное истощение	1-Я чувствую себя эмоционально опустошенным(ой).	0,908	0,084	10,88	<0,001	0,701
	2- К концу рабочего дня я чувствую себя, как выжатый лимон.	0,727	0,077	9,50	<0,001	0,621
	3 - Я чувствую себя усталым(ой), когда встаю утром и должен(на) идти на мероприятие.	0,756	0,083	9,16	<0,001	0,593
	6 -Я чувствую себя энергичным(ой) и эмоционально приподнятым(ой).	-0,348	0,071	-4,94	<0,001	-0,328
	8- Я чувствую угнетенность и апатию.	0,966	0,079	12,25	<0,001	0,739
	13-Я испытываю все больше жизненных разочарований в волонтерстве.	0,689	0,078	8,86	<0,001	0,583
	14 -Я чувствую равнодушие и потерю интереса ко многому, что радовало меня раньше.	0,876	0,074	1,85	<0,001	0,708
	16 -Мне хочется уединиться и отдохнуть от всего и от всех.	0,608	0,074	8,17	<0,001	0,522
20 -Я чувствую себя на пределе своих возможностей.	0,599	0,077	7,81	<0,001	0,494	
Деперсонализация	5- Я общаюсь с благополучателями только формально, без лишних эмоций, и стремлюсь свести время общения с ними до минимума.	0,513	0,076	6,73	<0,001	0,463
	10 -В последнее время я стал(а) более черствым(ой) и бесчувственным(ой) по отношению к проблемам подопечных.	0,918	0,079	11,64	<0,001	0,736
	11-Как правило, окружающие меня люди слишком много требуют от меня. Они скорее утомляют, чем радуют меня.	0,778	0,079	9,84	<0,001	0,644
	15-Я чувствую, что моя деятельность может приносить мне доход.	0,156	0,097	1,61	0,107	0,117
	22-Я думаю, что не нужно для кого-либо сильно напрягаться.	0,561	0,079	7,14	<0,001	0,494
Редукция волонтерских достижений	4- Я хорошо понимаю, что чувствуют мои коллеги и подопечные, и использую это для более успешной коммуникации.	0,465	0,091	5,18	<0,001	0,375
	7-Я умею находить правильное решение в конфликтных ситуациях с благополучателями.	0,501	0,067	7,45	<0,001	0,526
	9 - Я уверен(а), что моя работа нужна людям.	0,670	0,074	9,02	<0,001	0,620
	12 -У меня много планов на будущее, и я верю в их осуществление.	0,712	0,077	9,23	<0,001	0,638
	17 -Я легко могу создать атмосферу доброжелательности и оптимизма в отношениях с волонтерами и в отношениях с благополучателями.	0,660	0,078	8,95	<0,001	0,614
	18-Я легко общаюсь с благополучателями и их родственниками независимо от их социального статуса и характера.	0,575	0,078	7,34	<0,001	0,521
	19-У меня есть собственный распорядок дня.	0,428	0,096	4,48	<0,001	0,319
	21 -Я чувствую, что многого еще смогу достичь в волонтерской деятельности.	0,757	0,089	8,47	<0,001	0,578

Следует отметить, что полученные результаты соответствия, такие, как:  $\chi^2 = 381$ ,  $df = 190$ ,  $p < 0,001$ ,  $CFI = 0,875$ ,  $TLI = 0,848$ ,  $SRMR = 0,0835$  часто на практике смягчаются и согласуются с величинами:  $CFI \geq 0,90$ ,  $TLI \geq 0,90$  и  $SRMR \leq 0,08$  [19] и расцениваются как умеренное соответствие данных модели. Вопросы методики формируют конкретные факторы.

Стандартная оценка факторных ковариаций в конфирматорном факторном анализе [14] (см. таблицу 5;  $< 0,85$  или  $< 0,90$ ) свидетельствует о высокой дискриминантной валидности и подтверждает то, что факторы «Эмоциональное истощение», «Деперсонализация» и «Редукция волонтерских достижений» являются независимыми, что переменные, относящиеся к одному фактору, не имеют слишком сильной связи с другим фактором.

Таблица 5. Факторные ковариации в конфирматорном факторном анализе

Table 5. Factor covariances in confirmatory factor analysis

Факторные ковариации	Факторы	Вес	SE	Z	p	Стандартная оценка
Эмоциональное истощение	Эмоциональное истощение	1,000*				
	Деперсонализация	0,847	0,043	19,51	$< 0,001$	0,847
	Редукция волонтерских достижений	-0,255	0,078	-3,28	0,001	-0,255
Деперсонализация	Деперсонализация	1,000*				
	Редукция волонтерских достижений	-0,207	0,087	-2,39	0,017	-0,207
Редукция волонтерских достижений	Редукция волонтерских достижений	1,000*				

\* фиксированный параметр

Основные характеристики методики ÷ показатели надёжности по однородности (*внутренняя согласованность*) и во времени (*ретестовая надёжность*). Внутренняя согласованность заданий теста оценивалась на той же выборке, что и анализ пунктов, путем вычисления значений коэффициента альфа Кронбаха [23]. Ее значения, представленные в таблице 6, свидетельствуют о высокой надёжности шкал по однородности:

Таблица 6. Результаты проверки внутренней согласованности тестовых вопросов

Table 6. The results of checking the internal consistency of the test questions

Номер вопроса	Mean	Var	StDv.	Itm-Totl	Alpha
Вопрос 1	47,07	103,58	10,18	0,38	0,75
Вопрос 2	46,43	103,56	10,18	0,43	0,74
Вопрос 3	46,71	103,56	10,18	0,38	0,75
Вопрос 4	46,14	107,58	10,37	0,23	0,76
Вопрос 5	47,17	106,29	10,31	0,33	0,75
Вопрос 6	46,02	113,54	10,66	0,02	0,77
Вопрос 7	45,74	109,37	10,46	0,24	0,75
Вопрос 8	47,09	102,60	10,13	0,41	0,74
Вопрос 9	45,57	109,38	10,46	0,19	0,76
Вопрос 10	47,31	102,19	10,11	0,45	0,74
Вопрос 11	47,07	103,23	10,16	0,42	0,74
Вопрос 12	45,54	109,35	10,46	0,18	0,76
Вопрос 13	47,66	107,30	10,36	0,26	0,75
Вопрос 14	47,12	103,73	10,18	0,39	0,74
Вопрос 15	46,10	106,33	10,31	0,26	0,75
Вопрос 16	46,24	103,93	10,19	0,42	0,74
Вопрос 17	45,67	107,21	10,35	0,30	0,75
Вопрос 18	45,66	107,23	10,36	0,29	0,75
Вопрос 19	46,27	106,68	10,33	0,24	0,76
Вопрос 20	46,80	101,77	10,09	0,48	0,74
Вопрос 21	46,22	109,26	10,45	0,15	0,76
Вопрос 22	46,97	107,19	10,35	0,28	0,75

Ретестовая надежность определялась путем повторной реализации методики с участием первоначальной выборки волонтеров-медиков. Полученные по отдельным показателям данные свидетельствуют о высокой ретестовой надежности теста ( $r=0,812$ ).

Для стандартизации шкал опросника использовался алгоритм нелинейной стандартизации, предложенной Н.Е. Водопьяновой, Е.С. Старченковой, А.Д. Наследовым [3] (см. таблицу 7).

Таблица 7. Оценки параметров выгорания

Table 7. Estimates of burnout parameters

	Стены	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
ЭИ	%	1,9	5,9	9,1	13,9	18,8	20,5	14,6	10,7	4,4	2,3
	СБ	<7	7-10	11-14	15-18	19-22	23-27	28-31	32-36	37-40	>40
Д	%	1,7	5,1	10,2	12,5	21,1	21,2	16,1	8,4	3,8	2,3
	СБ	0	1-2	3-4	5-6	7-8	9-12	13-15	16-18	19-20	>20
РВД	%	3,1	4,6	10,2	12,1	21,8	18,3	16,6	12,1	4,8	2,0
	СБ	>47	45-46	42-44	39-41	34-38	31-33	28-30	22-27	18-21	0-17

\*ЭИ – эмоциональное истощение

\*Д – деперсонализация

\*РВД – редукция волонтерских достижений

\*СБ – сырые баллы

Таким образом, модифицированная методика выгорания для профессионально-ориентированных волонтеров отвечает основным психометрическим требованиям [22], имеет предсказуемые связи, подтверждающие разработанный теоретический конструкт, обладает оптимальной надежностью и валидностью.

## ВЫВОДЫ

На основе методики МВІ (К. Маслак, С.Е. Джексон) [16] была получена модифицированная методика диагностики выгорания волонтеров в условиях профессионально-ориентированной волонтерской деятельности. При этом профессиональное выгорание рассматривается как результат дезорганизации профессионально-личностного развития добровольцев, занимающихся профессионально-ориентированной волонтерской деятельностью (в рамках начального этапа профессионализации) [5; 24], как результат нарушения сложной системы регуляции субъекта деятельности [4; 5]. Его проявления характеризуются ухудшением качеством помощи, отсутствием адекватной оценки «ожидание-реальность», негативными установками по отношению к коллегам и подопечным, безразличием к собственным результатам, эмоциональной опустошенностью, профессиональным пресыщением и общим утомлением от надситуативной активности [5; 20].

Эмпирически доказано, что шкалы опросника соответствуют нормальному распределению. По результатам эксплораторного факторного анализа выявлена трехфакторная структура опросника с наибольшими факторными нагрузками, свидетельствующая о соответствии структуре состояния выгорания. Величины критериев соответствия (CFI, TLI, SRMR), полученные в ходе проведения конфирматорного факторного анализа, подтверждают предположение о существовании измеряемого теоретического конструкта - профессионального выгорания волонтеров, состоящего из элементов (шкал) «Эмоциональное истощение», «Деперсонализация» и «Редукция волонтерских достижений».

Полученные результаты продемонстрировали высокую надежность шкал и по однородности, и по времени. Коэффициент альфа Кронбаха составил 0,74, что соответствует высокой внутренней согласованности вопросов. Коэффициент корреляции Пирсона по отдельным показателям равен 0,812, что свидетельствуют о высокой ретестовой надежности опросника.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Водопьянова, Н.Е. Новая версия опросника профессионального выгорания для IT-специалистов / Н.Е. Водопьянова, Э.В. Патраков, Л.Г. Бугулиев // Перспективы науки и образования. - 2023. - № 6 (66). - С. 424-439. DOI: 10.32744/pse.2023.6.25
2. Водопьянова, Н.Е. Синдром выгорания. Диагностика и профилактика: практическое пособие / Н.Е. Водопьянова, Е.С. Старченкова. - 3 изд. - М: Изд-во Юрайт, 2019. - 299 с.
3. Водопьянова, Н.Е. Стандартизированный опросник «Профессиональное выгорание» для специалистов социомических профессий / Н.Е. Водопьянова, Е.С. Старченкова, А.Д. Наследов // Вестник Санкт-Петербургского университета. Серия 12. Психология. Социология. Педагогика. - 2013. - № 4. - С. 17-27.
4. Молчанова, Л.Н. Особенности структурной организации социальных установок межличностного взаимодействия «выгорающих» волонтеров в условиях экстремизации профессионально-ориентированной добровольческой деятельности / Л.Н. Молчанова, К.В. Касьянова // Коллекция гуманитарных исследований. - 2025. - № 2 (43). - С. 16-29. DOI 10.21626/j-chr/2025-2(43)/2.
5. Молчанова, Л.Н. Социальные установки межличностного взаимодействия как факторы возникновения и преодоления профессионального выгорания у волонтеров-медиков в условиях профессионально ориентированной волонтерской деятельности / Л.Н. Молчанова, К.В. Касьянова // Перспективы науки и образования. - 2023. - № 3 (63). - С. 557-571. DOI 10.32744/pse.2023.3.33.
6. Наследов А.Н. IBM SPSS Statistics 20 и AMOS: профессиональный статистический анализ данных / А.Н. Наследов. - СПб. : Питер, 2013 - 416 с.
7. Argentero, P et al. Il burnout negli operatori sanitari volontari [Burnout in volunteer health workers]. Giornale italiano di medicina del lavoro ed ergonomia. 2006. vol. 28,3 Suppl 2, pp. 77-82.
8. Cai L., Chung S.W., Lee T. Incremental Model Fit Assessment in the Case of Categorical Data: Tucker-Lewis Index for Item Response Theory Modeling. Prev Sci 2023. №24, pp. 455-466. DOI: 10.1007/s11121-021-01253-4
9. Fontana, Maria Carolina Pedro et al. Burnout syndrome, extracurricular activities and social support among Brazilian internship medical students: a cross-sectional analysis. BMC medical education. 2020. vol. 20(1). p. 81. DOI:10.1186/s12909-020-01998-6
10. Gabassi, P. G., Cervai, S., Rozbowski, P., Semeraro, A., Gregori, D. Burnout syndrome in the helping professions. Psychological reports. 2002. 90(1). pp. 309-314. DOI: 10.2466/pr0.2002.90.1.309
11. Gulalp B, Karcioğlu O, Sari A, Koseoğlu Z. Burnout: need help? J Occup Med Toxicol. 2008. Vol. 3 p.32. DOI: 10.1186/1745-6673-3-32.
12. Iserson KV. Burnout Syndrome: Global Medicine Volunteering as a Possible Treatment Strategy. J Emerg Med. 2018. 54(4). pp.516-521. DOI: 10.1016/j.jemermed.2017.12.062.
13. Leiter M.P., Maslach C. Latent burnout profiles: A new approach to understanding the burnout experience. Burnout Research. 2016. Vol. 3. P. 89-100. DOI: 10.1016/j.burn.2016.09.001
14. Li C.H. Confirmatory Factor Analysis with Ordinal Data: Comparing Robust Maximum Likelihood and Diagonally Weighted Least Squares. Behavior Research Methods. 2016. vol. 48, no 3, pp. 936-949. DOI: 10.3758/S13428-015-0619-7
15. Li J, Ge C, Li S. The Association of Volunteer Motivation and Thriving at Work of College Students During COVID-19: Job Burnout and Psychological Capital as Mediators. Front Public Health. 2022. №10. p. 923196. DOI: 10.3389/fpubh.2022.923196.
16. Maslach C., Jackson S.E. The Measurement of Experienced Burnout. Journal of Organizational Behavior. 1981. №2. С. 99-113. DOI: 10.1002/job.4030020205 Harrington D. Confirmatory factor analysis. Oxford : Oxford University Press. 2009. 122 с.
17. Maslanka H. Burnout, social support and AIDS volunteers. AIDS care. 1996. vol. 8(2). pp. 195-206. DOI:10.1080/09540129650125876
18. Metzger T, Nguyen N, Le H, Havo D, Ngo K, Lee S, Nguyen T, Nguyen Q, Tran L, Tong N, Le C, Dudovitz R. Does volunteering decrease burnout? Healthcare professional and student perspectives on burnout and volunteering. Front Public Health. 2024 . №12. p.1387494. DOI: 10.3389/fpubh.2024.1387494.
19. Nye C.D. Reviewer Resources: Confirmatory Factor Analysis. Organizational Research Methods. 2022. DOI: 10.1177/10944281221120541
20. Roberts F, Teague B, Lee J, Rushworth I. The Prevalence of Burnout and Secondary Traumatic Stress in Professionals and Volunteers Working With Forcibly Displaced People: A Systematic Review and Two Meta-Analyses. J Trauma Stress. 2021 34(4). pp. 773-785. DOI: 10.1002/jts.22659.
21. Shadid A, Shadid AM, Shadid A, Almutairi FE, Almotairi KE, Aldarwish T, Alzamil O, Alkholaiwi F, Khan SU. Stress, Burnout, and Associated Risk Factors in Medical Students. Cureus. 2020. 12(1)

p.e6633. DOI: 10.7759/cureus.6633.

22. Terwee C.B., Bot S.D., de Boer M.R., et al. Quality criteria were proposed for measurement properties of health status questionnaires // Journal of Clinical Epidemiology. 2007. Vol. 60 (1). P. 34–42. DOI: 10.1016/j.jclinepi.2006.03.012

23. Trizano-Hermosilla I., Alvarado J.M. Best alternatives to Cronbach's Alpha reliability in realistic conditions: Congeneric and asymmetrical measurements. Frontiers in Psychology. 2016. Vol. 7. P. 769. DOI: 10.3389/fpsyg.2016.00769

24. Wang J., Wang W., Laureys S., Di H. Burnout syndrome in healthcare professionals who care for patients with prolonged disorders of consciousness: a cross-sectional survey. BMC health services research. 2020. №20. DOI:10.1186/s12913-020-05694-5

Получена: 28.12.2025 г.

Принята к публикации: 26.03.2026 г.

# MODIFICATION OF THE PROFESSIONAL BURNOUT METHODOLOGY BY K. MASLACH AND S. JACKSON (ADAPTED BY N.E. VODOPYANOVA) ON A SAMPLE OF PROFESSIONALLY ORIENTED VOLUNTEERS

© Lyudmila N. Molchanova, Kristina V. Kasyanova

**Lyudmila N. Molchanova** – Doctor of Psychology, Professor, Department of Psychology of Health and Neuropsychology, Kursk State Medical University  
**e-mail:** molchanowa.liuda@yandex.ru

**Kristina V. Kasyanova** – Assistant Department of Health Psychology and Neuropsychology, Kursk State Medical University  
**e-mail:** sam.meteorit@yandex.ru  
**Address:** 305041, Kursk, K. Marx St., 3. Russian Federation

## ABSTRACT

**Relevance.** Given the growing activity and diversity of the volunteer movement worldwide, there is a need to identify a number of psychological phenomena associated with their activities, particularly burnout. Currently, a large number of psychological tools exist for diagnosing burnout in various professional groups, but they do not take into account the specific characteristics of volunteer work. Burnout as a psychological phenomenon results from a disruption of the complex regulatory system within the individual's activity.

**Purpose** of the study is to modify the K. Maslach and S.E. Jackson method of diagnosing professional burnout (adapted by N.E. Vodopyanova) for professionally oriented volunteers.

**Materials and methods.** The total sample size consisted of 235 professionally oriented volunteers aged 19 to 26 with 2-5 years of experience. The questionnaire structure was determined using exploratory factor analysis and confirmed using confirmatory factor analysis. Internal consistency was assessed using Cronbach's alpha, and test-retest reliability was assessed using the Pearson correlation coefficient. The data were processed using Jamovi version 2.6.44 and StatSoft STATISTICA 10 statistical software.

**Results.** The modified questionnaire allows us to assess the severity of professional burnout in professionally oriented volunteers and to predict the development of emotional instability and professional distress, as well as a decrease in motivation and performance. Three scales were identified as a result of exploratory factor analysis. The data obtained for individual indicators indicate high test-retest reliability of the method (0,812). The reliability of the scales for homogeneity has been confirmed and is high ( $\alpha = 0,74$ ).

**Conclusions.** The questionnaire meets the basic psychometric requirements, has predictable relationships confirming the developed theoretical construct, and has optimal reliability and validity.

**KEYWORDS:** professional burnout; professionally oriented volunteering; psychodiagnostics; emotional exhaustion; depersonalization; reduction in volunteer achievements.

**Conflict of interests.** The authors declare the absence of obvious and potential conflicts of interest related to the publication of this article.

## REFERENCES

1. Vodopyanova, N.E. A new version of the professional burnout questionnaire for IT specialists / N.E. Vodopyanova, E.V. Patrakov, L.G. Buguliev // Perspectives of Science and Education. - 2023. - No. 6 (66). - pp. 424-439. DOI: 10.32744/pse.2023.6.25
2. Vodopyanova, N.E. Burnout syndrome. Diagnosis and prevention: A practical guide / N.E. Vodopyanova, E.S. Starchenkova. - 3rd ed. - Moscow: Yurait Publishing House, 2019. - 299 p.
3. Vodopyanova, N.E. Standardized questionnaire "Professional burnout" for specialists in socionomic professions / N.E. Vodopyanova, E.S. Starchenkova, A.D. Inheredov // Bulletin of St. Petersburg University. Episode 12. Psychology. Sociology. Pedagogy. - 2013. - No. 4. - pp. 17-27.
4. Molchanova, L.N. Features of the structural organization of social attitudes of interpersonal interaction of "burnout" volunteers in the context of extremism of professionally oriented volunteerism / L.N. Molchanova, K.V. Kasyanova // Collection of Humanitarian Studies. - 2025. - No. 2(43). - pp. 16-29. DOI 10.21626/j-chr/2025-2(43)/2.
5. Molchanova, L.N. Social attitudes of interpersonal interaction as factors of the emergence and overcoming of professional burnout among medical volunteers in the context of professionally oriented volunteer activity / L.N. Molchanova, K.V. Kasyanova // Perspectives of science and educa-

tion. - 2023. - No. 3 (63). - pp. 557-571. DOI 10.32744/pse.2023.3.33.

6. Hasledov A.N. IBM SPSS Statistics 20 and AMOS: professional statistical data analysis. – St. Petersburg : Peter, 2013 – 416 p.

7. Argentero, P et al. Il burnout negli operatori sanitari volontari [Burnout in volunteer health workers]. *Giornale italiano di medicina del lavoro ed ergonomia*. 2006. vol. 28,3 Suppl 2, pp. 77-82.

8. Cai L., Chung S.W., Lee T. Incremental Model Fit Assessment in the Case of Categorical Data: Tucker–Lewis Index for Item Response Theory Modeling. *Prev Sci* 2023. №24, pp. 455–466. DOI: 10.1007/s11121-021-01253-4

9. Fontana, Maria Carolina Pedro et al. Burnout syndrome, extracurricular activities and social support among Brazilian internship medical students: a cross-sectional analysis. *BMC medical education*. 2020. vol. 20(1). p. 81. DOI:10.1186/s12909-020-01998-6

10. Gabassi, P. G., Cervai, S., Rozbowski, P., Semeraro, A., Gregori, D. Burnout syndrome in the helping professions. *Psychological reports*. 2002. 90(1). pp. 309–314. DOI: 10.2466/pr0.2002.90.1.309

11. Gulalp B, Karcioğlu O, Sari A, Koseoğlu Z. Burnout: need help? *J Occup Med Toxicol*. 2008. Vol. 3 p.32. DOI: 10.1186/1745-6673-3-32.

12. Iserson KV. Burnout Syndrome: Global Medicine Volunteering as a Possible Treatment Strategy. *J Emerg Med*. 2018. 54(4). pp.516-521. DOI: 10.1016/j.jemermed.2017.12.062.

13. Leiter M.P., Maslach C. Latent burnout profiles: A new approach to understanding the burnout experience. *Burnout Research*. 2016. Vol. 3. P. 89–100. DOI: 10.1016/j.burn.2016.09.001

14. Li C.H. Confirmatory Factor Analysis with Ordinal Data: Comparing Robust Maximum Likelihood and Diagonally Weighted Least Squares. *Behavior Research Methods*. 2016. vol. 48, no 3, pp. 936–949. DOI: 10.3758/S13428-015-0619-7

15. Li J, Ge C, Li S. The Association of Volunteer Motivation and Thriving at Work of College Students During COVID-19: Job Burnout and Psychological Capital as Mediators. *Front Public Health*. 2022. №10. p. 923196. DOI: 10.3389/fpubh.2022.923196.

16. Maslach C., Jackson S.E. The Measurement of Experienced Burnout. *Journal of Organizational Behavior*. 1981. №2. C. 99-113. DOI: 10.1002/job.4030020205 Harrington D. Confirmatory factor analysis. Oxford : Oxford University Press. 2009. 122 c.

17. Maslanka H. Burnout, social support and AIDS volunteers. *AIDS care*. 1996. vol. 8(2). pp. 195-206. DOI:10.1080/09540129650125876

18. Metzger T, Nguyen N, Le H, Havo D, Ngo K, Lee S, Nguyen T, Nguyen Q, Tran L, Tong N, Le C, Dudovitz R. Does volunteering decrease burnout? Healthcare professional and student perspectives on burnout and volunteering. *Front Public Health*. 2024 . №12. p.1387494. DOI: 10.3389/fpubh.2024.1387494.

19. Nye C.D. Reviewer Resources: Confirmatory Factor Analysis. *Organizational Research Methods*. 2022. DOI: 10.1177/10944281221120541

20. Roberts F, Teague B, Lee J, Rushworth I. The Prevalence of Burnout and Secondary Traumatic Stress in Professionals and Volunteers Working With Forcibly Displaced People: A Systematic Review and Two Meta-Analyses. *J Trauma Stress*. 2021 34(4). pp. 773-785. DOI: 10.1002/jts.22659.

21. Shadid A, Shadid AM, Shadid A, Almutairi FE, Almotairi KE, Aldarwish T, Alzamil O, Alkholaiwi F, Khan SU. Stress, Burnout, and Associated Risk Factors in Medical Students. *Cureus*. 2020. 12(1) p.e6633. DOI: 10.7759/cureus.6633.

22. Terwee C.B., Bot S.D., de Boer M.R., et al. Quality criteria were proposed for measurement properties of health status questionnaires // *Journal of Clinical Epidemiology*. 2007. Vol. 60 (1). P. 34–42. DOI: 10.1016/j.jclinepi.2006.03.012

23. Trizano-Hermosilla I., Alvarado J.M. Best alternatives to Cronbach’s Alpha reliability in realistic conditions: Congeneric and asymmetrical measurements. *Frontiers in Psychology*. 2016. Vol. 7. P. 769. DOI: 10.3389/fpsyg.2016.00769

24. Wang J., Wang W., Laureys S., Di H. Burnout syndrome in healthcare professionals who care for patients with prolonged disorders of consciousness: a cross-sectional survey. *BMC health services research*. 2020. №20. DOI:10.1186/s12913-020 05694-5

Received: 28.12.2025

Accepted: 26.03.2026