



Факультет социальных наук

Позитивная психология

Москва 2025

Оценка академического выгорания студентов с использованием теста BAT-S

Валидность и надежность для российской аудитории

Авторы:

Костенко Василий Юрьевич, к.п.н., доцент Департамента психологии НИУ ВШЭ, академический руководитель образовательной программы «Позитивная психология»

Чернявский Александр Александрович, магистр образовательной программы «Позитивная психология», бывший руководитель психологического клуба «Инсайт» в РЭУ им. Г.В. Плеханова

Выгорание — это состояние эмоционального, умственного и физического **истощения**, которое может возникать у людей, сталкивающихся с длительной **стрессовой ситуацией**. В контексте студенческой жизни это явление особенно актуально, так как обучение в вузе часто сопровождается высокими требованиями, нехваткой времени и интенсивной учебной нагрузкой.

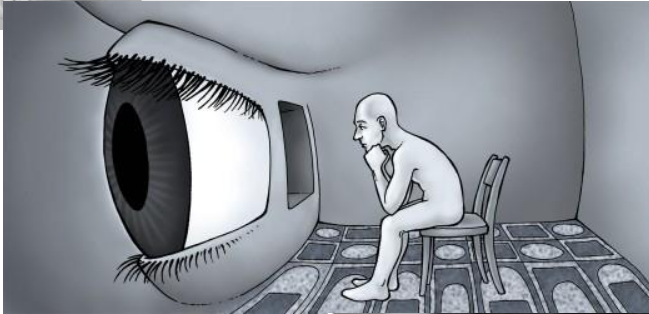
Согласно исследованиям, выгорание может проявляться по-разному:

это может быть потеря мотивации, снижение интереса к учебе, ухудшение когнитивных функций, а также эмоциональные и психосоматические проблемы. Все это может негативно отразиться на академической успеваемости и общем благополучии студентов.





1. Истощение — это физическое, эмоциональное и умственное истощение, которое возникает из-за длительного стресса.



2. Деперсонализация — это эмоциональное отстранение от своей работы или учебы, которое может проявляться в виде цинизма или безразличия.



3. Снижение профессиональной мотивации — это утрата интереса к деятельности и чувство неэффективности своих усилий.



BAT-S — это специально разработанный тест для оценки уровня и степени выгорания у студентов. Этот инструмент был создан в 2019 году командой исследователей под руководством W.B. Schaufeli и основан на работах К. Маслач и Э. Торндайка.

Тест включает в себя 23 утверждения, которые оцениваются по шкале Ликерта от «никогда» до «постоянно». На основе ответов выделяются четыре основные шкалы:

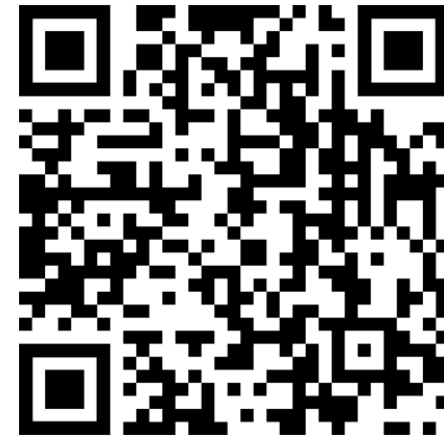
1. **Истощение** — оценка уровня физического и эмоционального истощения.
2. **Внутреннее дистанцирование** — оценка степени отстранения от учебы.
3. **Когнитивные затруднения** — оценка проблем с памятью, вниманием и концентрацией.
4. **Эмоциональные затруднения** — оценка интенсивности эмоциональных реакций, таких как гнев, печаль или подавленность.



Надежность и валидность теста BAT-S были подтверждены многочисленными исследованиями в разных странах, включая Великобританию, Германию, Италию, Китай, Румынию, США и другие. Коэффициент Cronbach's α для полного опросника составил 0,94, что свидетельствует о высокой надежности инструмента. Аналогичные результаты были получены и в других странах, что подтверждает универсальность и эффективность теста.



Тест оценки выгорания BAT: версия для студентов



MANUAL & QUESTIONNAIRE



НАУЧНАЯ ЭЛЕКТРОННАЯ БИБЛИОТЕКА LIBRARY.RU

Поиск в библиотеке

Навигатор

- ЖУРНАЛЫ
- КНИГИ
- ПАТЕНТЫ
- ПОИСК
- АВТОРЫ
- ОРГАНИЗАЦИИ
- КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА
- РУБРИКАТОР
- ССЫЛКИ
- ПОДБОРКИ

Начальная страница

Текущая сессия

Легенда

- Доступ к полному тексту документа открыт
- Полный текст доступен на сайте издателя
- Полный текст может быть получен через систему заказа
- Доступ к полному тексту закрыт
- Если иконки нет - полный текст документа отсутствует в НЭБ

Контакты

РЕЗУЛЬТАТЫ ПОИСКОВОГО ЗАПРОСА

ВСЕГО НАЙДЕНО ПУБЛИКАЦИЙ: 62 из 70830363

№	Публикация	Цит.
1	ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ВЫГОРАНИЕ КАК ФАКТОР ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ СПОРТСМЕНОВ ЕДИНОБОРЦЕВ Липовка А.Ю., Намазов А.К.О., Шамрай Л.В., Намазов К.А., Липовка В.П. Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2020. № 4 (182). С. 567-570.	12
2	СИНДРОМ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ Антипина У.Д., Алексеева С.И., Антипин Г.П., Протодакинов С.В. Вестник Северо-Восточного федерального университета им. М.К. Аммосова. Серия: Медицинские науки. 2017. № 1 (06). С. 99-105.	7
3	ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ВЫГОРАНИЕ И ПРИЗНАКИ ДЕПРЕССИИ У СТУДЕНТОВ МЕДИЦИНСКОГО ВУЗА Ахметова А.М., Садретдинова Л.Д., Габитова Д.М., Ишмухаметова А.Н., Ильясова Т.М. Siberian Journal of Life Sciences and Agriculture. 2022. Т. 14. № 3. С. 312-325.	6
4	ВЛИЯНИЕ СКАНДИНАВСКОЙ ХОДЬБЫ НА ПРЕДОТВРАЩЕНИЕ РАЗВИТИЯ СИНДРОМА ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ Требушинина Т.Г., Суркова А.Д., Бардакова А.Ю., Лобыгина Н.М. Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. 2019. № 4 (15). С. 324-328.	4
5	СИНДРОМ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ: СРАВНИТЕЛЬНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА СТУДЕНТОВ ПЕРВОГО И ШЕСТОГО КУРСОВ СМОЛЕНСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО МЕДИЦИНСКОГО УНИВЕРСИТЕТА Литвинова Е.С., Шлаков А.В., Новикова Е.В., Новиков В.Д. Смоленский медицинский альманах. 2018. № 3. С. 107-110.	3
6	ОСОБЕННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ СТУДЕНТОВ Ненахова Е.В., Байкова О.А., Земскова А.В. Эпомен: медицинские науки. 2022. № 5. С. 58-66.	3
7	ВЛИЯНИЕ АКВААЭРОБИКИ НА ФУНКЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ СТУДЕНТОВ Ямилева Р.М., Греб А.В., Шахметова Э.Ш. Вестник Набережночелнинского государственного педагогического университета. 2023. № S2-1 (45). С. 192-194.	3
8	ИССЛЕДОВАНИЕ ЗАВИСИМОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ СПОРТИВНЫХ ТРЕНЕРОВ ОТ СТАЖА РАБОТЫ Веселова Ю.С., Соколовская С.В. Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2021. № 12 (202). С. 464-469.	2
9	ПРЕДИКТОРЫ АКАДЕМИЧЕСКОГО ВЫГОРАНИЯ У СТУДЕНТОВ ВЫПУСКНЫХ КУРСОВ Тужикова Е.С. Герценовские чтения: психологические исследования в образовании. 2023. № 6. С. 556-565.	2

Возможные действия

- Выделить все публикации на этой странице
- Снять выделение
- Добавить выделенные статьи в подборку:
- мои)
- Добавить все страницы с результатами поиска в указанную выше подборку
- Вернуться к поисковой форме и изменить условия запроса
- Создать новый поисковый запрос
- Продолжить поиск среди найденных результатов
- Вывести список моих публикаций
- Вывести список публикаций, ссылающихся на мои работы
- Вывести список ссылок на мои публикации
- Анализ публикационной активности автора

В России тема выгорания студентов также активно исследуется, однако пока отсутствуют данные о валидности и надежности теста BAT-S для российской студенческой аудитории. Это создает определенные сложности в диагностике и профилактике академического выгорания. Многие исследования используют другие тесты, такие как опросник психического выгорания А.А. Рукавишникова или опросник эмоционального выгорания В.В. Бойко, но информация о их надежности и валидности ограничена.

Усталость

Агрессия

Выгорание

Депрессия

Таким образом, проверка валидности и надежности теста BAT-S для студентов в России является насущной задачей. Это позволит не только улучшить диагностику академического выгорания, но и разработать эффективные меры профилактики и поддержки студентов.

Использование надежных инструментов, таких как BAT-S, откроет новые возможности для исследователей и практиков, работающих в области психологического консультирования и образования.



Оценка академического выгорания студентов с использованием теста BAT-S

Спасибо за внимание!

