

Н. О. ТЕРЕНДА, Л. І. СЕНЬЧУК, О. Н. ЛИТВИНОВА, Н. Я. ПАНЧИШИН, Л. П. ЗАПОРОЖАН

## ЕМОЦІЙНЕ ВИГОРАННЯ У ВОЛОНТЕРІВ (НА ПРИКЛАДІ РІВНЕНСЬКОЇ ОБЛАСТІ)

Тернопільський національний медичний університет імені І. Я. Горбачевського МОЗ України,  
м. Тернопіль, Україна

**Мета:** вивчити наявність емоційного вигорання у волонтерів (на прикладі Рівненської області).

**Матеріали і методи.** Для вивчення емоційного стану та рівня вигорання серед волонтерів ми провели опитування серед волонтерів Рівненської області. Використали стандартизований опитувальник Дж. Гібсона, який адаптували для вивчення потенціалу вигорання серед волонтерів. Методи дослідження: статистичний метод, опитування.

**Результати.** Проведено опитування 97 волонтерів на регіональному рівні. Значна частина волонтерів (68,0 %) почала підтримувати Збройні сили України та внутрішньо переміщених осіб ще від початку війни і продовжувала до моменту опитування, 16,5 % – долучилися до волонтерського руху до 1 року, 6,2 % – до 6 місяців та 9,3 % – до 2 місяців.

Виявлено, що емоційне вигорання – це проблема, яка поширена серед волонтерів в Україні під час військових дій. Встановлено, що на розвиток деперсоналізації впливають тривалість участі у волонтерській діяльності до 1 року та час, витрачений на волонтерство, до 10 год, вік до 30 років, відсутність підтримки з боку родини та близьких людей.

Достовірно зменшують особисту задоволеність залученість до волонтерської діяльності від початку війни, час, витрачений на волонтерство, понад 25 год, вища освіта, проживання в сільській місцевості та віковий період 30–49 років.

Достовірний вплив на виникнення емоційного виснаження мають тривалість участі у волонтерській діяльності до 1 року, вік до 30 років та часткова підтримка з боку родини та близьких людей.

Зменшує прояви всіх складових емоційного вигорання повна підтримка з боку родини та близьких людей.

**Висновки.** Емоційне вигорання виявлено у всіх волонтерів: рівень деперсоналізації був високим і становив 6,6 бала (середній рівень спостерігався у 42,3 %, високий – у 57,7 % осіб); особиста задоволеність була низькою і становила 28,8 бала (у 5,8 раза перевищує поріг низького рівня); емоційне виснаження також було високим – 18,3 бала (перевищував поріг у 3,7 раза).

**КЛЮЧОВІ СЛОВА:** волонтери; емоційне вигорання; війна; регіональний рівень.

Волонтерство відоме як в Україні, так і в світовій практиці. Волонтери працюють на подолання стихійних лих, допомагають постраждалим внаслідок техногенних ситуацій, беруть участь у підтримці голодних дітей у бідних країнах, підтримують жертв сексуального та трудового рабства [1].

Особливого значення набуло волонтерство в Україні в умовах початку війни з 2014 р. та яскраво проявилось під час повномасштабного вторгнення у 2022 р. Волонтерство – це форма благодійності, яка регулюється Законом України від 19.04.2011 р. № 3236-VI «Про волонтерську діяльність» [2]. Закон передбачає, що волонтером може бути особа, якій виповнилося чотирнадцять років. Волонтерська діяльність є добровільною, соціально спрямованою та неприбутковою і може мати різні форми, часові рамки, цільову аудиторію.

За останні роки було проведено декілька досліджень щодо вивчення поширення та волонтерської діяльності в Україні в умовах вій-

ськового стану. До нього долучилися Київський міжнародний інститут соціології у межах проекту «Ініціатива секторальної підтримки громадянського суспільства», що реалізується ІСАР Єднання в консорціумі з Українським незалежним центром політичних досліджень (УНЦПД) і Центром демократії та верховенства права (ЦЕДЕМ) завдяки Агентству США з міжнародного розвитку (USAID), та соціологічна група «Рейтинг» від імені Центру аналізу та соціологічних досліджень Міжнародного республіканського інституту. Дослідження проводилися у 2022–2023 рр. [3]. Соціологічною групою «Рейтинг» від імені Центру аналізу та соціологічних досліджень Міжнародного республіканського інституту з 9 по 12 вересня 2023 р. проведено опитування по всій території України. Згідно з їх даними, до волонтерської діяльності в різних регіонах України залучено: на заході – 44 % населення, в центрі – 41 %, на півдні – 34 % та на сході країни – 33 %. Більше трети-

ни (39 %) волонтерів долучилися до допомоги від початку війни. При цьому за перші чотири місяці від початку війни чисельність волонтерів зросла більш ніж у п'ять разів. Причинами їх долучення до волонтерської діяльності були: співчуття – 73 %, усвідомлення, що самі можуть опинитися в біді, – 72 %, патріотизм – 71 %, прагнення змінити світ на краще – 60 %, почуття обов'язку перед суспільством – 58 %, задоволення від можливості робити добро – 49 % тощо [4].

Психологічне здоров'я волонтерів вивчали за кордоном, і низка дослідників вказувала на позитивний вплив волонтерства на його стан [5, 6]. Проте ці дослідження проводилися у мирний час. З початку війни почали з'являтися окремі дослідження про вплив волонтерської діяльності на ментальне здоров'я, але їх ще недостатньо [7].

**Мета роботи:** вивчити наявність емоційного вигорання у волонтерів (на прикладі Рівненської області).

**Матеріали і методи.** Для вивчення емоційного стану та рівня вигорання серед волонтерів ми провели опитування серед волонтерів Рівненської області. Використали стандартизований опитувальник Дж. Гібсона [8], який адаптували для вивчення потенціалу вигорання серед волонтерів.

**Результати дослідження та їх обговорення.** Одним із порушень психічного здоров'я є синдром емоційного вигорання, який розвивається на тлі хронічного стресу і призводить до виснаження емоційних, енергетичних і особистісних ресурсів людини [9–11]. Він проявляється при будь-якій діяльності, пов'язаній з інтенсивним спілкуванням та контактом із людьми.

Американські дослідники К. Маслач і С. Джексон запропонували найбільш популярний підхід, який трактує синдром професійного вигорання як трикомпонентну систему, що складається з емоційної втоми, деперсоналізації і редукції власних особистісних досягнень [12]. При цьому емоційна втома вважається основним компонентом синдрому професійного вигорання, що виявляється в зниженні емоційного фону, апатії або емоційному перенасиченні.

Деперсоналізація проявляється в деформації відносин з оточуючими, яка може полягати в посиленні залежності від оточуючих або в посиленні негативу, сарказму в поглядах і почуттях. Зниження особистих досягнень може проявлятися або в схильності негативно оцінювати себе, свої професійні досягнення й успіхи, або в негативі, пов'язаному з посадовими досягненнями і можливостями, або в обмеженні своїх здібностей і відповідальності по відношенню до інших [13].

Для вивчення порушень психічного здоров'я під час війни ми провели дослідження по виявленню емоційного вигорання у волонтерів (на прикладі Рівненської області).

Ми провели опитування волонтерів, які підтримують Збройні сили України (ЗСУ) та внутрішньо переміщених осіб (ВПО), за методикою «Оцінка власного потенціалу "вигорання"» Дж. Гібсона для визначення наявності та ступеня емоційного вигорання [8].

В опитуванні взяли участь 97 осіб. З них чоловіків було 42,3 % та жінок – 57,7 %. Середній вік волонтерів становив (36,2±2,7) року. Переважна більшість із них мала вищу освіту – 77,3 %, незакінчену вищу освіту – 11,3 %, середню спеціальну – 10,3 %, 1,0 % – навчалися у школі.

Значна частина волонтерів (68,0 %) почала підтримувати ЗСУ та ВПО ще від початку війни і продовжувала до моменту опитування, 16,5 % – долучилися до волонтерського руху до 1 року, 6,2 % – до 6 місяців та 9,3 % – до 2 місяців.

Також ми вивчили, скільки часу займає волонтерська діяльність протягом тижня. Відповідно, більше половини опитаних (55,6 %) знаходять час на волонтерство до 10 год на тиждень, до 25 год на тиждень у допомозі залучені 12,4 % та більше 25 год на тиждень – 32,0 %. При цьому лише у 7,2 % це є основне місце роботи, а у 92,8 % волонтерство здійснюється у вільний від роботи час. Більшість із них (77,3 %) отримує підтримку з боку родини та близьких людей, 14,4 % – частково, а 8,2 % – працюють без морально-психологічної підтримки з боку родини та близьких людей.

Також ми вивчили розуміння волонтерської діяльності для кожного з опитуваних (можна було дати декілька відповідей на поставлене запитання). Більшість респондентів вважала, що волонтерська допомога – це обов'язок кожного громадянина України (60,8 %), необхідність задля порятунку України – 45,4 %, особиста підтримка наших військовослужбовців – 57,7 %, морально-психологічна допомога потерпілим – 29,9 %, підтримка власного морального духу – 16,5 %. Ці дані свідчать про високий патріотичний та морально-психологічний рівень опитаних осіб.

Під час волонтерської діяльності більшість опитаних (52,6 %) підтримувала військовослужбовців (матеріально, морально-психологічно та ін.), 41,2 % організовували і проводили збір продуктів, медикаментів, коштів, 42,3 % допомагали та підтримували ВПО, 12,4 % працювали на складах і 11,3 % відвідували зону бойових дій, коли доставляли військовослужбовцям необхідну техніку, продукти, медикаменти. Частина опитуваних поєднувала різні види діяльності.

У своїй діяльності волонтери стикаються із фізичними та значними психоемоційними навантаженнями. Ми вивчили у них емоційне вигорання, яке складається із таких основних складових, як: емоційна виснаженість, деперсоналізація (цинізм) й особиста задоволеність (рис. 1).

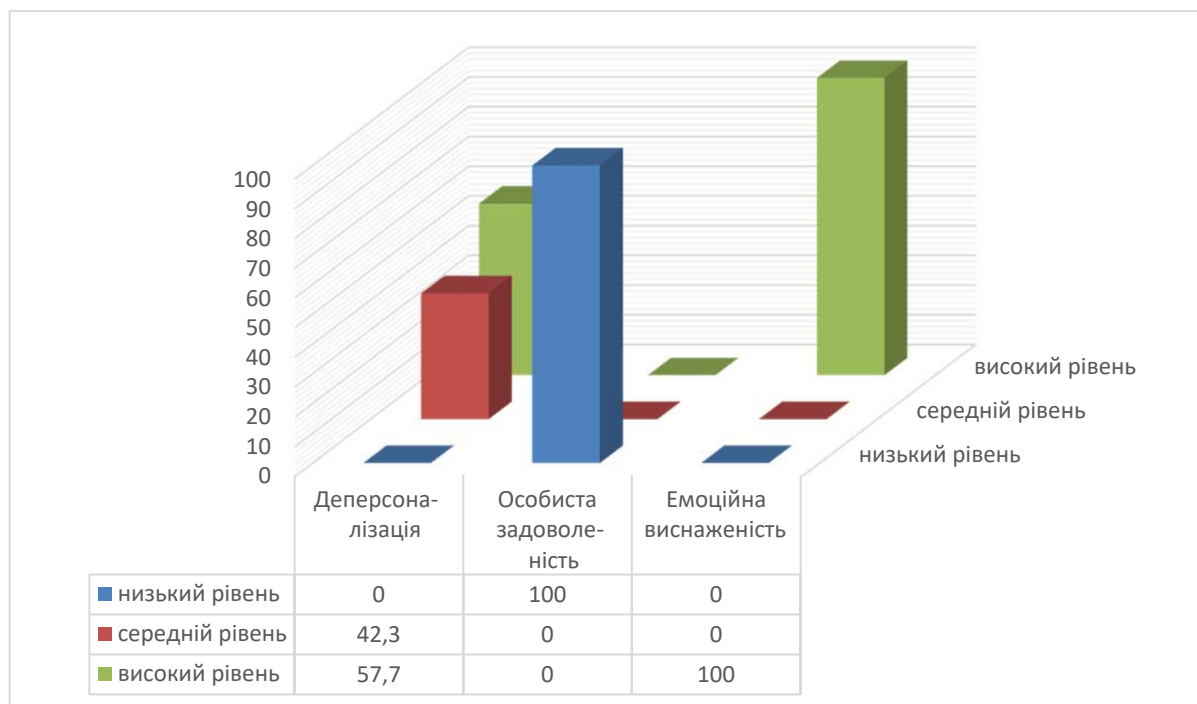


Рис. 1. Оцінка власного потенціалу «вигорання» серед волонтерів.

Згідно зі шкалою тесту, загалом рівень деперсоналізації був високим і становив 6,6 бала, при цьому середній рівень спостерігався у 42,3 %, високий – у 57,7 % осіб, низький рівень не спостерігався. Ми вивчили кореляційний зв'язок методом рангової кореляції Пірсона між рівнем деперсоналізації та віком, статтю опитаних, рівнем освіти, місцем проживання, тривалістю участі у волонтерській діяльності та часом залучення до волонтерства протягом тижня. Так, було виявлено достовірний обернений слабкий зв'язок щодо віку волонтерів ( $r_{xy} = -0,345$ ,  $p = 0,001$ , коефіцієнт детермінації 11,9 %). Стать, рівень освіти та місце проживання не були достовірно пов'язані з рівнем деперсоналізації. Спостерігається тенденція до посилення взаємозв'язку із тривалістю участі у волонтерській діяльності: тривалість до 2 та до 6 місяців достовірно не пов'язані, до 1 року коефіцієнт кореляції прямий слабкий ( $r_{xy} = 0,227$ ,  $p = 0,025$ , коефіцієнт детермінації 5,1 %), від початку повномасштабної війни спостерігається обернений слабкий зв'язок ( $r_{xy} = -0,224$ ,  $p = 0,028$ , коефіцієнт детермінації 5,0 %). Також деперсоналізація пов'язана із віком волонтерів. У віковій групі до 30 років встановлено прямий середній зв'язок ( $r_{xy} = 0,422$ ,  $p = 0,000$ , коефіцієнт детермінації 17,8 %); у групі віком 30–49 років виявлено слабкий обернений зв'язок ( $r_{xy} = -0,282$ ,  $p = 0,005$ , коефіцієнт детермінації 7,9 %). Також виявлено, що підтримка з боку родини та близьких людей позитивно впливає на емоційний стан волонтерів – слабкий обернений зв'язок ( $r_{xy} = -0,217$ ,  $p = 0,033$ , коефіцієнт детерміна-

ції 4,7 %), в той час як відсутність підтримки сприяє збільшенню деперсоналізації (прямий слабкий зв'язок ( $r_{xy} = 0,203$ ,  $p = 0,046$ , коефіцієнт детермінації 4,1 %)). Також існує прямий слабкий зв'язок між рівнем деперсоналізації та відвідуванням психолога ( $r_{xy} = 0,223$ ,  $p = 0,028$ , коефіцієнт детермінації 5,0 %).

Загалом особиста задоволеність була низькою і становила 28,8 бала, низький рівень спостерігався у всіх опитаних (100 %), середнього і високого не було. Згідно зі шкалою тесту, низький рівень починається від 5,0 балів, тобто можна вважати, що особиста задоволеність у волонтерів у 5,8 раза перевищує поріг низького рівня. Вивчено взаємозв'язок за тими ж параметрами, що і для рівня деперсоналізації. Встановлено, що на рівень особистої задоволеності має достовірний вплив стать (прямий слабкий зв'язок ( $r_{xy} = 0,261$ ,  $p = 0,010$ , коефіцієнт детермінації 6,8 %)), рівень освіти – вища (прямий слабкий зв'язок ( $r_{xy} = 0,297$ ,  $p = 0,003$ , коефіцієнт детермінації 8,8 %)) та неповна вища освіта (прямий слабкий зв'язок ( $r_{xy} = 0,225$ ,  $p = 0,027$ , коефіцієнт детермінації 5,1 %)), місце проживання – село (прямий слабкий зв'язок ( $r_{xy} = 0,236$ ,  $p = 0,020$ , коефіцієнт детермінації 5,6 %)). Також достовірно впливає тривалість залученості до волонтерства: до 2 місяців слабкий обернений зв'язок ( $r_{xy} = -0,345$ ,  $p = 0,001$ , коефіцієнт детермінації 11,9 %), до 1 року слабкий обернений зв'язок ( $r_{xy} = -0,236$ ,  $p = 0,020$ , коефіцієнт детермінації 5,6 %), від початку війни прямий середньої сили зв'язок ( $r_{xy} = 0,442$ ,  $p = 0,000$ , коефіцієнт детермінації 19,5 %)). Встановлений достовірний зв'язок між часом, витраченим на

волонтерство протягом тижня, та рівнем особистої задоволеності: до 10 год – обернений середній ( $r_{xy} = -0,666$ ,  $p = 0,000$ , коефіцієнт детермінації 44,3 %), більше 25 год – прямий сильний ( $r_{xy} = 0,701$ ,  $p = 0,000$ , коефіцієнт детермінації 49,1 %). Всі інші складові достовірного впливу на особисту задоволеність не мали.

Емоційне виснаження загалом також було високим – 18,3 бала, при цьому низького та середнього рівнів не було, високий рівень спостерігався у всіх респондентів і перевищував поріг у 3,7 раза. Вивчено взаємозв'язок за тими ж параметрами, що і для рівня деперсоналізації та особистої задоволеності. Встановлено достовірний вплив віку до 30 років на розвиток емоційного виснаження – прямий слабкий кореляційний зв'язок ( $r_{xy} = 0,280$ ,  $p = 0,005$ , коефіцієнт детермінації 7,8 %); тривалості залученості до волонтерства: до 2 місяців слабкий обернений ( $r_{xy} = -0,248$ ,  $p = 0,014$ , коефіцієнт детермінації 6,1 %) та до 1 року прямий слабкий ( $r_{xy} = 0,224$ ,  $p = 0,028$ , коефіцієнт детермінації 5,0 %). Виявлено, що повна підтримка з боку родини та близьких людей сприяє зменшенню імовірності емоційного виснаження (середній обернений зв'язок  $r_{xy} = -0,312$ ,  $p = 0,002$ , коефіцієнт детермінації 9,7 %), часткова вже посилює емоційне виснаження (слабкий прямий зв'язок  $r_{xy} = 0,262$ ,  $p = 0,009$ , коефіцієнт детермінації 6,9 %). Щодо інших параметрів достовірного кореляційного зв'язку виявлено не було.

Отже, ми встановили, що на розвиток деперсоналізації впливають тривалість участі у волонтерській діяльності до 1 року та час, витрачений на волонтерство, до 10 год, вік до 30 років, відсутність підтримки з боку родини та близьких людей. Водночас тривала залученість до волонтерської діяльності від початку війни, час, витрачений на волонтерство, понад 25 год, вік 30–49 років та під-

тримка з боку родини та близьких людей сприяли достовірному зменшенню зв'язку із деперсоналізацією.

При аналізі зв'язку факторів, які впливають на виникнення особистої задоволеності у волонтерів, встановлено, що достовірно зменшують особисту задоволеність залученість до волонтерської діяльності від початку війни, час, витрачений на волонтерство, понад 25 год, вища освіта, проживання в сільській місцевості та віковий період 30–49 років. Навпаки, достовірно сприяють її підтриманню: тривалість участі у волонтерській діяльності до 2 місяців та 1 року та час, витрачений на волонтерство, до 10 год, незакінчена вища освіта, вік до 30 років.

Достовірний вплив на виникнення емоційного виснаження мають тривалість участі у волонтерській діяльності до 1 року, вік до 30 років та часткова підтримка з боку родини та близьких людей. Зменшують його прояви нетривала участь у волонтерській діяльності до 2 місяців та повна підтримка з боку родини та близьких людей.

#### Висновки

Емоційне вигорання – це проблема, яка поширена серед волонтерів в Україні під час військових дій. Емоційне вигорання виявлено у всіх волонтерів: рівень деперсоналізації був високим і становив 6,6 бала (середній рівень спостерігався у 42,3 %, високий – у 57,7 % осіб); особиста задоволеність була низькою і становила 28,8 бала (у 5,8 раза перевищує поріг низького рівня); емоційне виснаження також було високим – 18,3 бала (перевищував поріг у 3,7 раза).

**Перспективи подальших досліджень** полягають у розробці комплексу заходів щодо запобігання розвитку емоційного вигорання серед волонтерів та поширення його серед волонтерської спільноти.

#### Список літератури

1. *Volunteering and its Surprising Benefits.* – Access mode : <https://www.helpguide.org/articles/healthy-living/volunteering-and-its-surprising-benefits.htm>.
2. *Про волонтерську діяльність* : Закон України від 19.04.2011 р. № 3236-VI // Верховна Рада України. – Режим доступу : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3236-17#Text>.
3. «Громадянське суспільство України в умовах війни – 2022» – звіт за результатами дослідження. – Режим доступу : <https://ednannia.ua/189-doslidzhennia/12456-gromadyanske-suspilstvo-ukrajini-v-umovakh-vijni-2022-zvit-za-rezultatami-doslidzhennya-3>.
4. *Соціологічна група «Рейтинг».* Всеукраїнське опитування. – Вересень 2023. – Режим доступу : [https://ratinggroup.ua/files/ratinggroup/reg\\_files/final-ukr-23-ns.pdf?fbclid=IwAR2yTprzc5szBEcvcHFG2-kler3vZLEusASTaoj\\_wxuFrGVZ7D65sgNqC5g](https://ratinggroup.ua/files/ratinggroup/reg_files/final-ukr-23-ns.pdf?fbclid=IwAR2yTprzc5szBEcvcHFG2-kler3vZLEusASTaoj_wxuFrGVZ7D65sgNqC5g).
5. *Волочай Т.* 3 підтвердження, що волонтерство – ключ до ментального здоров'я / Т. Волочай. – 2023. – Режим доступу : [https://24tv.ua/chomu-volonterstvo-ye-korisnim-dlya-mentalnogo-zdorovya\\_n2458397](https://24tv.ua/chomu-volonterstvo-ye-korisnim-dlya-mentalnogo-zdorovya_n2458397).
6. *Volunteer fdip.* Quels sont certains des meilleurs programmes de bénévolat à l'étranger en psychologie et en santé mentale pour l'année? – Access mode : <https://www.volunteerfdip.org/Quels-sont-certains-des-meilleurs-programmes-debenevolat-a-letranger-en-psychologie-et-en-sante-mentale-pour-lannee>.
7. *Мельниченко С.* Особливості психічного здоров'я волонтерів залежно від напрямків їхньої діяльності / С. Мельниченко // *Modern strategies of global scientific solutions: Collection of abstracts of the V International scientific and practical conference (December 27–29, 2023).* – Stockholm, Sweden, International Scientific Unity, 2023. – P. 349–353.



8. *Емоційне вигорання педагогів. Методичні рекомендації* / [укладачі: А. В. Коняхіна, І. Л. Гаврик, Н. В. Гриценко та ін.]. – Суми : методичний кабінет відділу освіти Сумської районної державної адміністрації, 2016. – 60 с.
9. *Главатська О.* Особливості професійного вигорання соціальних працівників / О. Главатська // *Social Work and Education*. – 2017. – Vol. 4, No. 2. – P. 46–62.
10. *Теренда Н. О.* Професійне вигорання працівників екстреної медичної допомоги (на прикладі Львівської області) / Н. О. Теренда, Т. Б. Павлів, Н. О. Слободян // *Вісник соціальної гігієни та організації охорони здоров'я України*. – 2021. – № 1 (87). – С. 29–32.
11. *Теренда Н. О.* Професійне вигорання – одна з невирішених проблем системи охорони здоров'я / Н. О. Теренда, Т. Б. Павлів, О. А. Теренда // *Вісник соціальної гігієни та організації охорони здоров'я України*. – 2021. – № 2 (88). – С. 29–33.
12. *Maslach C.* Prevention of burnout: new perspectives / C. Maslach // *Applied and Preventive Psychology*. – 1998. – No. 7. – P. 63–74.
13. *Стаднюк Л. А.* Синдром емоційного вигорання: фактори, що сприяють його виникненню і попередженню / Л. А. Стаднюк, О. В. Давидович, В. Ю. Приходько // *Вісник наукових досліджень*. – 2017. – № 1. – С. 145–149.

### References

1. Volunteering and its Surprising Benefits. Retrieved from: <https://www.helpguide.org/articles/healthy-living/volunteering-and-its-surprising-benefits.htm>.
2. (2011). *Zakon Ukrayiny Pro volontersku diyalnist vid 19.04.2011 r. № 3236-VI* [Law of Ukraine On volunteering dated April 19, 2011 No. 3236-VI]. Verkhovna Rada Ukrayiny – Verkhovna Rada of Ukraine. [zakon.rada.gov.ua](http://zakon.rada.gov.ua). Retrieved from: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3236-17#Text> [in Ukrainian].
3. (2022). «Hromadyanske suspilstvo Ukrayiny v umovakh viyny – 2022» – zvit za rezultatamy doslidzhennya [“Civil society of Ukraine in conditions of war – 2022” – report on the results of the study]. Retrieved from: <https://ednannia.ua/189-doslidzhennia/12456-gromadyanske-suspilstvo-ukrajini-v-umovakh-vijni-2022-zvit-za-rezultatami-doslidzhennya-3> [in Ukrainian].
4. (2023). *Sotsiolohichna hrupa «Reytynh»*. Vseukrayinske opytuvannya [Sociological group “Rating”. All-Ukrainian survey]. Retrieved from: [https://ratinggroup.ua/files/ratinggroup/reg\\_files/final-ukr-23-ns.pdf?fbclid=IwAR2yTprzc5szBEcvCHFG2-kler3vZLEusASTaoj\\_wxuFrGVZ7D65sgNqC5g](https://ratinggroup.ua/files/ratinggroup/reg_files/final-ukr-23-ns.pdf?fbclid=IwAR2yTprzc5szBEcvCHFG2-kler3vZLEusASTaoj_wxuFrGVZ7D65sgNqC5g) [in Ukrainian].
5. *Volochay, T.* (2023). 3 pidtverdzhennya, shcho volonterstvo – klyuch do mentalnoho zdorovya [3 confirmations that volunteering is the key to mental health]. Retrieved from: [https://24tv.ua/chomu-volonterstvo-ye-korisnim-dlya-mentalnoho-zdorovya\\_n2458397](https://24tv.ua/chomu-volonterstvo-ye-korisnim-dlya-mentalnoho-zdorovya_n2458397) [in Ukrainian].
6. *Volunteer fdip.* Quels sont certains des meilleurs programmes de bénévolat à l'étranger en psychologie et en santé mentale pour l'année? [www.volunteerfdip.org](http://www.volunteerfdip.org). Retrieved from: <https://www.volunteerfdip.org/Quels-sont-certains-des-meilleurs-programmes-debenevolat-a-letranger-en-psychologie-et-en-sante-mentale-pour-lannee>
7. *Melnichenko, S.* (2023). Osoblyvosti psykhychnoho zdorovya volonteriv zalezho vid napryamkiv yikhnoyi diyalnosti [Peculiarities of mental health of volunteers depending on the areas of their activity]. *Modern strategies of global scientific solutions: Collection of abstracts of the V International scientific and practical conference*. (pp. 349-353). Stockholm, Sweden, International Scientific Unity.
8. *Konyakhina, A.V., Havryk, I.L., Hrytsenko, N.V., Hutenko, D.M., Koropchenko, N.M., Obravyt, O.M., ... Chorny, O.I.* (Eds.) (2016). *Emotsiyne vyhorannya pedahohiv [Emotional burnout of teachers]*. Sumy: metodychnyy kabinet viddilu osvity Sumskoyi rayonnoyi derzhavnoyi administratsiyi [in Ukrainian].
9. *Hlavatska, O.* (2017). Osoblyvosti profesiynoho vyhorannya sotsialnykh pratsivnykiv [Peculiarities of professional burnout of social workers]. *Social Work and Education*, 4(2), 46-62.
10. *Terenda, N.O., Pavliv, T.B., & Slobodyan, N.O.* (2021). Profesiynne vyhorannya pratsivnykiv ekstremoyi medychnoyi dopomohy (na prykladi Lvivskoyi oblasti) [Professional burnout of emergency medical care workers (on the example of Lviv region)]. *Visnyk sotsialnoyi hihiyeny ta orhanizatsiyi okhorony zdorovya Ukrayiny – Bulletin of social hygiene and health care organizations of Ukraine*, 1(87), 29-32 [in Ukrainian].
11. *Terenda, N.O., Pavliv, T.B., & Terenda, O.A.* (2021). Profesiynne vyhorannya – odna z nevyrishenykh problem systemy okhorony zdorovya [Professional burnout is one of the unsolved problems of the health care system]. *Visnyk sotsialnoyi hihiyeny ta orhanizatsiyi okhorony zdorovya Ukrayiny – Bulletin of social hygiene and health care organizations of Ukraine*, 2(88), 29-33 [in Ukrainian].
12. *Maslach, C.* (1998). Prevention of burnout: new perspectives. *Applied and Preventive Psychology*, 7, 63-74.
13. *Stadnyuk, L.A., Davydovych, O.V., & Prykhodko, V.Yu.* (2017). Syndrom emotsynoho vyhorannya: faktory, shcho spryayuyut yoho vynykennnyu i poperedzhennnyu [Syndrome of emotional burnout: factors contributing to its occurrence and prevention]. *Visnyk naukovykh doslidzen – Bulletin of scientific research*, 1, 145-149 [in Ukrainian].

## EMOTIONAL BURNOUT IN VOLUNTEERS (ON THE EXAMPLE OF THE RIVNE REGION)

*N. O. Terenda, L. I. Senchuk, O. N. Lytvynova, N. Ya. Panchyshyn, L. P. Zaporozhan*

I. Horbachevsky Ternopil National Medical University, Ternopil, Ukraine

**Purpose:** to study the presence of emotional burnout among volunteers (on the example of the Rivne region).

**Materials and Methods.** To study the emotional state and level of burnout among volunteers, we conducted a survey among volunteers of the Rivne region. A standardized J. Gibson questionnaire was used, which was adapted to study the potential for burnout among volunteers. Research methods: statistical method, survey.

**Results.** A survey of 97 volunteers at the regional level was conducted. A significant part of volunteers, 68.0 %, started supporting the armed forces of Ukraine and internally displaced persons since the beginning of the war and continued until the time of the survey, 16.5 % joined the volunteer movement within 1 year, 6.2 % within 6 months, and 9.3 % – within 2 months.

It was found that emotional burnout is a problem that is widespread among volunteers in Ukraine during military operations. It was established that the duration of participation in volunteer activities up to 1 year and the time spent on volunteering up to 10 hours, age up to 30 years, lack of support from family and close people affect the development of depersonalization. Personal satisfaction is significantly reduced by involvement in volunteer activities since the beginning of the war, time spent volunteering for more than 25 hours, higher education, living in rural areas, and the age range of 30–49 years. The duration of participation in volunteer activities up to 1 year, age up to 30 years, and partial support from family and loved ones have a significant influence on the occurrence of emotional exhaustion. Full support from family and loved ones reduces the manifestations of all components of emotional burnout.

**Conclusions.** Emotional burnout was detected in all volunteers: the level of depersonalization was high and amounted to 6.6 points (average level was observed in 42.3 %, high level – in 57.7 % of interviewed participants); personal satisfaction was low and amounted to 28.8 points (5.8 times higher than the low level threshold); emotional exhaustion was also high – 18.3 points (exceeding the threshold by 3.7 times).

KEY WORDS: **volunteers; emotional burnout; war; regional level.**

*Рукопис надійшов до редакції 04.06.2024.*

**Відомості про авторів:**

**Теренда Наталія Олександрівна** – докторка медичних наук, професорка кафедри громадського здоров'я та управління охороною здоров'я Тернопільського національного медичного університету імені І. Я. Горбачевського МОЗ України; ORCID <https://orcid.org/0000-0001-5655-4326>.

**Сеньчук Ліна Ігорівна** – здобувачка вищої освіти 2 року навчання за спеціальністю 229 «Громадське здоров'я» медичного факультету Тернопільського національного медичного університету імені І. Я. Горбачевського МОЗ України.

**Литвинова Ольга Несторівна** – кандидатка медичних наук, доцентка кафедри громадського здоров'я та управління охороною здоров'я Тернопільського національного медичного університету імені І. Я. Горбачевського МОЗ України; ORCID <https://orcid.org/0000-0003-1039-3904>.

**Панчишин Наталія Ярославівна** – кандидатка медичних наук, доцентка кафедри громадського здоров'я та управління охороною здоров'я Тернопільського національного медичного університету імені І. Я. Горбачевського МОЗ України; ORCID <https://orcid.org/0000-0001-5786-3083>.

**Запорожан Лариса Петрівна** – кандидатка медичних наук, доцентка кафедри громадського здоров'я та управління охороною здоров'я Тернопільського національного медичного університету імені І. Я. Горбачевського МОЗ України; ORCID <https://orcid.org/0009-0008-5588-0224>.

Електронна адреса для листування: [lisovska@tdmu.edu.ua](mailto:lisovska@tdmu.edu.ua)