

КРАТКИЙ ОПРОСНИК ОПТИМИСТИЧЕСКОГО АТТРИБУТИВНОГО СТИЛЯ¹

© 2019 г. Т.О. Гордеева*, О.А. Сычев**, Е.Н. Осин***, В.А. Титова Граншам ****

*Доктор психологических наук, профессор,
Московский государственный университет им. М.В. Ломоносова,
Национальный исследовательский университет “Высшая школа экономики”, Москва;
email: tamgordeeva@gmail.com

**Кандидат психологических наук, доцент,
Алтайский государственный гуманитарно-педагогический университет им. В.М. Шукшина,
Бийск, Алтайский Край;
email: osn1@mail.ru

***Кандидат психологических наук, доцент,
Национальный исследовательский университет “Высшая школа экономики”, Москва;
email: evgeny.n.osin@gmail.com

****Аспирант,
Московский государственный университет им. М.В. Ломоносова, Москва;
email: vtitova@vermare.com

Под атрибутивным стилем понимается характерный способ, которым люди объясняют себе причины различных жизненных событий. Наибольшее количество исследований посвящено связи оптимистического/пессимистического атрибутивного стиля с депрессией и психологическим благополучием, также имеются данные о его роли в саморегуляции и успешности деятельности. Текущая русскоязычная версия опросника атрибутивного стиля СТОУН Т.О. Гордеевой, Е.Н. Осина, В.Ю. Шевяховой, включающая 24 жизненных ситуации и три параметра анализа предлагаемых причин, достаточно объемна и трудоемка в проведении и обработке. Настоящее исследование посвящено разработке краткой версии опросника атрибутивного стиля, основанного на параметрах стабильности и глобальности как двух наиболее надежных показателях, характеризующих атрибутивный стиль.

В статье представлены результаты разработки методики СТОУН-10, состоящей из 5 позитивных и 5 негативных ситуаций ($N=990$). С помощью конфирматорного факторного анализа подтверждена теоретическая структура методики, включающей четыре фактора, объединяющихся в две шкалы: позитивных и негативных ситуаций ($\chi^2 = 243.83$; $df = 155$; $p < .001$; CFI = .981; NNFI = .977; RMSEA = .024). В ходе апробации сокращенной версии методики были получены данные, свидетельствующие о ее хорошей надежности (α -Кронбаха составил .80) и валидности. Валидность методики подтверждается существенными корреляциями оптимистического атрибутивного стиля с показателями диспозиционного оптимизма, а также показателями психологического благополучия (r от .31 до .40), жизнестойкости и саморегуляции деятельности: целеустремленностью, настойчивостью, склонностью к планированию (r от .29 до .46). На основе полученных данных приведены ориентировочные статистические нормы по СТОУН-10, учитывающие гендерные различия по оптимизму.

Ключевые слова: атрибутивный стиль, оптимистическое мышление, диагностика, валидность, надежность.

¹ Исследование выполнено при поддержке РФФИ, проект “Оптимизм как предиктор успешности деятельности и психологического благополучия: структура и диагностика” № 16-36-00037.

ВВЕДЕНИЕ

Проблематика атрибутивного стиля разрабатывалась начиная с конца 70-х гг. XX в. в работах М. Селигмана, К. Петерсона и Л. Абрамсон. Атрибутивный стиль определяется как характерный способ, которым люди объясняют себе причины различных событий. Понятие атрибутивного (или объяснительного) стиля является ключевым понятием переформулированной теории выученной беспомощности и депрессии предложенной М. Селигманом, Л. Абрамсон и Дж. Тисдейлом [15], а также ее последней версии, теории безнадежности [14].

Изначально атрибутивный стиль был охарактеризован авторами переформулированной теории выученной беспомощности, используя параметры локуса, стабильности и глобальности, с опорой на модель каузальных атрибуций Б. Вайнера [см. 5]. Параметр локуса был призван описать направленность причинного объяснения: на себя, когда индивид воспринимает произошедшее событие как вызванное внутренними причинами («моя вина»), или на внешний мир и других людей («ты/ он/ она/ они в этом виноваты»). Стабильность или постоянство — временная характеристика, позволяющая оценивать причину как имеющую постоянный или временный характер. Под глобальностью или широтой понимается характеристика, позволяющая описать универсальность или конкретность причинных объяснений, склонность к чрезмерным обобщениям или, напротив, конкретному рассмотрению отдельно взятых ситуаций.

Оптимистический атрибутивный стиль (ОАС) характеризуется объяснением позитивных событий постоянными, универсальными и внутренними причинами, а пессимистический стиль — временными, конкретными и внешними. Напротив, негативные события при оптимистическом стиле объясняются как временные, относящиеся к конкретной области и внешние, а при пессимистическом стиле — как постоянные, универсальные и внутренние. Целый ряд мета-анализов подтверждает, что оптимистический стиль атрибуций надежно связан с низким уровнем депрессии [18; 25].

В контексте психологического благополучия оптимизм (ОАС) рассматривался как благоприятный фактор, а пессимизм — как фактор риска развития депрессии, с большей вероятностью наступающей, если субъект сталкивается с трудными жизненными обстоятельствами. Со временем представления о позитивном влиянии оптимистического атрибутивного стиля были распространены и на успешность деятельности [см. 17]. Однако, учитывая иную природу данного феномена, неудивительно, что результаты были не столь консистентными и убедительными, принимая во внимание также разные типы достиженческой деятельности. Тем не менее, результаты мета-анализа связи академической успеваемости с оптимистическим атрибутивным стилем, недавно проведенного Т.О. Гордеевой, К. Шелдоном и О.А. Сычевым [17], показали, что склонность к стабильным и глобальным объяснениям позитивных событий и склонность к нестабильным и конкретным объяснениям негативных событий связаны с успеваемостью. Причем оптимистические объяснения успехов даже более тесно связаны с успеваемостью ($d = 0.21$, $k = 30$, $N = 6351$), чем оптимистические объяснения неудач ($d = 0.11$, $k = 66$, $N = 11023$). Была также показана роль модераторов, влияющих на силу этих связей, таких как академический уровень (начальная школа/ средняя школа/ университет) и тип теста (общий / конкретно-достиженческий). В частности, оценка ОАС по негативным ситуациям с помощью достиженческих тестов показывает значимо более тесную связь этой составляющей АС с академической успеваемостью. При этом он показывает связь только с успеваемостью у школьников, тогда как у студентов университета эта связь существенно слабее и не является значимой. Данный результат может быть объяснен скошенностью выборки студентов университета, в которую уже попадают люди с выраженным оптимистическим стилем, а также достаточно высокой сложностью учебной деятельности студентов, в рамках которой высокие результаты обеспечивают не столько оптимистические реакции на трудности, сколько внутренняя мотивация и интеллект.

Кроме того, исследования свидетельствуют о том, что оптимистический атрибутивный стиль связан с успешностью через различные показатели мотивации, целеполагания и саморегуляции. Например, было показано, что навыки саморегуляции и самоорганизации, включающие целеполагание, планирование, настойчивость и склонность доводить дело до конца выступают в качестве медиаторов, опосредствующих влияние ОАС на академические достижения и удовлетворенность жизнью [7].

В последние десятилетия в научной литературе, посвященной оптимистическому атрибутивному стилю, активно дебатировались следующие вопросы: какова роль атрибуций успехов и неудач, можно ли обойтись только особенностями интерпретации неблагоприятных событий? Является ли атрибутивный стиль обобщенной личностной чертой или он специфичен в разных типах деятельности, в области достижений и межличностных отношений? Какие параметры атрибутивного стиля следует использовать для его описания?

Исходя из позиции К. Петерсона, полагавшего, что атрибутивный стиль по негативным событиям является наиболее информативным [23], многие исследователи разрабатывали опросники, включающие только негативные события, и концентрировались лишь на анализе объяснения негативных событий [16]. Это было обусловлено и тем, что и переформулированная теория выученной беспомощности и ее последняя версия, теория безнадежности, предсказывают реакцию субъекта именно на негативные жизненные события, а также тем, что именно показатели по АС по негативным событиям наиболее надежно предсказывают униполярную депрессию [25]. Однако последующие исследования показали прогностическую ценность информации об АС по благоприятным событиям, не меньшую, чем по негативным событиям [19]. При этом результаты ряда исследований подтверждают, что атрибутивный стиль для позитивных и негативных событий образует два относительно независимых фактора [см. 26], поэтому объяснительный стиль по позитивным событиям представляет безусловный самостоятельный интерес.

Что касается универсальности или специфичности атрибутивного стиля, то в настоящий момент исследователи расходятся в ответе на этот вопрос. Большинство используют общий опросник ASQ, если речь идет об анализе места АС в структуре личности и ее благополучия, однако, если зависимая переменная — эффективность деятельности, то используются деятельностно-специфичные опросники, оценивающие атрибутивный стиль на материале спортивной, учебной, трудовой деятельности [см. их обзор в 3].

Вопрос относительно параметров, используемых при диагностике атрибутивного стиля — один из наиболее сложных. Первоначально выделялись три параметра атрибутивного стиля — интернальность (локус), стабильность и глобальность. Однако ряд проведенных исследований показал, что шкала интернальности является многомерной и обнаруживает достаточно низкую внутреннюю согласованность. Дальнейшие эмпирические исследования и прогресс в области теории привели к тому, что параметр интернальности не фигурирует в последней версии теории [21] и был исключен из состава опросников [13; 24]. Использование параметра локуса представляется проблематичным, поскольку, хотя люди в состоянии депрессии и склонны к самообвинениям, обвинение других в своих неудачах скорее соотносится не с психологическим благополучием, а с агрессией. За внутренним локусом при объяснении неудач может скрываться как обвинение себя и самобичевание, так и принятие на себя личной ответственности за произошедшие события. Иными словами, за внутренними объяснениями негативных событий, оценивавшихся как пессимистичные, могут скрываться как действительно пессимистические самообвинения («я глупый, никчемный, совершенно неспособный к математике»), так и конструктивные оптимистические объяснения, отражающие ощущения контроля («я недостаточно работал и плохо подготовился к этому экзамену»). То же касается и внешних объяснений, которые могут быть как оптимистическими («это был просто не мой день»), так и пессимистическими («мне не везет на экзаменах», «преподаватели меня не любят»). Как можно заметить, за внутренним локусом может скрываться самобичевание («это моя вина»), а за внешним —

обвинение других, при этом известно, что психологически благополучные люди обычно меньше фиксируются на вопросе «кто виноват?», а больше интересуются тем, можно ли что-то сделать, чтобы исправить ситуацию или направляют свои усилия на адаптацию к ней, если изменение невозможно.

Первая методика диагностики атрибутивного стиля личности ASQ (Attributional Style Questionnaire) была разработана в 1982 г. К. Петерсоном с коллегами [22] и на сегодняшний день остается самым активно используемым англоязычным опросником атрибутивного стиля. В нем респонденту предъявляются двенадцать гипотетических жизненных ситуаций 6 позитивного и 6 негативного характера, и предлагается самостоятельно сформулировать объяснение каждого события, записав его причину и оценить эту причину по трем параметрам — локуса (причина произошедшего другие люди и обстоятельства или вы сами), стабильности (в будущем эта причина будет присутствовать – больше никогда не возникнет) и глобальности (связана /влияет только на эту ситуацию - влияет на все ситуации в моей жизни). Также задавался вопрос о важности данной ситуации, если бы она действительно произошла в жизни. Как уже было упомянуто выше, впоследствии параметр локуса был исключен, как по теоретическим соображениям, так и по психометрическим — поскольку эта шкала демонстрировала достаточно низкую надежность. Исследователями предлагались разные версии ASQ, с новым, а также расширенным набором ситуаций, предпринимались попытки разработать предметно-специфичные версии этого инструмента (рабочие, учебные, семейные, возрастно-специфические ситуации (например, для подростков)).

Нами в 2009 г. была разработана русскоязычная версия ASQ – методика «Стиль объяснения успехов и неудач» (СТОУН), включающая 24 жизненных ситуации [4]. Были предложены взрослая и подростковая версия шкалы – СТОУН-В и СТОУН-П, обладающие достаточно хорошими психометрическими показателями. В обоих случаях вместо параметра интернальности (локуса) использовался параметр контролируемости, восходящий еще к атрибутивной модели мотивации достижения Б. Вайнера. Использование трех параметров стиля атрибуции в этих методиках является причиной довольно большого объема и сложной структуры методик, что превратилось в их существенный недостаток. Учитывая востребованность конструкта оптимизма в рамках позитивной психологии и современные исследования параметров АС, в рамках данного исследования нами была предпринята попытка разработать сокращенную валидную и надежную версию СТОУН-В, содержащую меньшее количество ситуаций и оценивающую только два базовых параметра АС – стабильность и глобальность. Основной причиной исключения параметра контролируемости из шкал опросника стало то, что в ситуациях неудач он не обнаруживал систематической связи с фактором оптимизма [см. 4]. Кроме большого объема, еще одним недостатком методики СТОУН является сложность ручного подсчета суммарных баллов, обусловленного тем, что в нем имеет место чередование разных параметров по ситуациям.

В результате нами была разработана краткая версия опросника СТОУН - СТОУН-10, включающая десять ситуаций. Были выбраны наиболее хорошо работающие ситуации из опросника СТОУН-В, в том числе 5 позитивных ситуаций (успехи) и 5 негативных (неудачи). В отличие от ранее использовавшейся нами методики СТОУН-12 [7] в предложенной версии были исключены две ситуации: «Товарищи по учебе (или работе) не воспринимают высказываемые вами идеи», «В течение некоторого времени Вы безуспешно пытались найти работу». Каждая ситуация оценивается по двум параметрам атрибутивного стиля: стабильности и глобальности, как двух наиболее надежных параметрах, характеризующих АС. Кроме того, с целью упрощения структуры опросника и с учётом трудности однозначной классификации ситуаций на достиженческие и межличностные этот критерий деления ситуаций не использовался.

Исследование было нацелено на проверку следующих гипотез:

1. Факторная структура предложенной методики соответствует теоретическим представлениям о наличии относительно независимых (слабо коррелирующих) факторов оптимистического атрибутивного стиля в ситуациях успехов и в

ситуациях неудач, образованных тесно связанными между собой параметрами стабильности и глобальности.

- Измеренный с помощью предложенной методики оптимистический атрибутивный стиль связан с диспозиционным оптимизмом, показателями психологического благополучия, самоконтроля, саморегуляции и жизнестойкости, что является свидетельством её валидности.

МЕТОДИКА

Для проверки надёжности и валидности опросника использовались данные нескольких выборок, состоявших главным образом из студентов и аспирантов различных специальностей. Общая выборка включала 990 респондентов (357 мужчин, 529 женщин, 104 человека пол не указали) в возрасте от 16 до 69 лет (среднее 21.74, медиана 19, стандартное отклонение 9.23).

Исследование валидности краткой версии шкалы АС осуществлялось с помощью различных методик, измеряющих психологическое благополучие личности и особенности саморегуляции деятельности. Особенности саморегуляции рассматривались в качестве важных составляющих мотивационно-регуляторного процесса, обеспечивающего эффективную реализацию деятельности [5].

Для диагностики психологического благополучия использовались шкалы удовлетворенности жизнью (SWLS) Э. Динера [11] и субъективного счастья (SHS) С. Любомирски в адаптации Д.А. Леонтьева и Е.Н. Осина [11], тест диспозиционного оптимизма LOT в адаптации Т.О. Гордеевой, О.А. Сычева и Е.Н. Осина (ТДО) [8], опросник самоуважения М. Розенберга (RSES) [2], шкалы ситуативной (Vt-s) и диспозиционной витальности (Vt-d) Р. Райана и К. Фредерик в адаптации Л.А. Александровой [1] и шкала психологического благополучия Варвик-Эдинбург (WEMWBS) [21] в адаптации В.А. Титовой-Грэншам и Т.О. Гордеевой.

Для диагностики показателей саморегуляции деятельности использовались шкала самоконтроля (ШС) Дж. Тангни, Р. Баумайстера и А. Буна [6], шкалы планомерности, настойчивости и целеустремленности из опросника самоорганизации деятельности (ОСД) Е.Ю. Мандриковой [10] и тест жизнестойкости (ТЖ) С. Мадди в адаптации Д.А. Леонтьев и Е.А. Рассказовой, включающий шкалы вовлеченности, контроля и принятия риска [9].

Для оценки подверженности ответов на методику СТОУН-10 тенденции к социальной желательности использовалась методика BIDR Д. Паулуса в адаптации Е.Н. Осина [12].

Показатели надежности (α -Кронбаха) по всем использованным методикам представлены в табл. 1.

РЕЗУЛЬТАТЫ

Коэффициенты корреляции между шкалами опросника СТОУН-10 вместе с коэффициентами надежности α -Кронбаха представлены в таблице 1. Следует отметить, что корреляции между параметрами стабильности и глобальности довольно высоки ($r = .55$ и $.62$). Однако этот феномен имеет место только внутри ситуаций успехов и неудач, в то время как между ситуациями успехов и неудач корреляции являются слабыми, при этом направление связи не остается постоянным (r от $-.13$ до $.15$). Общий показатель атрибутивного стиля в ситуациях успеха не показывает статистически значимой связи с аналогичным показателем по ситуациям неудач. Это говорит о независимости данных параметров и важности учета каждого из них. Значения коэффициентов α -Кронбаха свидетельствуют об удовлетворительной внутренней согласованности первичных шкал оценивающих параметры АС и хорошей согласованности итоговых шкал.

Таблица 1. Интеркорреляции и надежность шкал СТОУН-10

Шкалы	Число пунктов	α -Кронбаха	УС	УГ	НС	НГ	ОАС-У	ОАС-Н
-------	------------------	--------------------	----	----	----	----	-------	-------

УС	5	.74	—					
УГ	5	.69	.55***	—				
НС	5	.79	.10**	.04	—			
НГ	5	.79	.15***	-.13***	.62***	—		
ОАС-У	10	.80	.85***	.91***	.07*	-.01	—	
ОАС-Н	10	.86	.14***	-.06	.89***	.91***	.03	—
ОАС	20	.80	.65***	.54***	.71***	.67***	.67***	.77***

Примечание. Значимость коэффициентов: * – $p < .05$; ** – $p < .01$; *** – $p < .001$. Обозначения шкал СТОУН-10: УС – стабильность успехов, УГ – глобальность успехов, НС – стабильность неудач, НГ – глобальность неудач, ОАС-У – общий показатель оптимистического атрибутивного стиля в ситуациях успеха, ОАС-Н – общий показатель ОАС в ситуациях неудач, ОАС – итоговый показатель.

Соответствие структуры методики теоретической модели проверялось при помощи конфирматорного факторного анализа. В теоретической модели каждый пункт опросника был отнесен к одному из четырех коррелирующих факторов, соответствующих шкалам методики, при этом, для пар пунктов, соответствующих одной ситуации, допускалась ковариация (см. рис. 1). Соответствие этой модели данным оценивалась в системе MPLUS 7 с использованием робастных статистик, устойчивых к отклонению распределения данных от нормального. В результате анализа были получены отличные показатели соответствия модели исходным данным: $\chi^2 = 243.83$; $df = 155$; $p < .001$; CFI = .981; NNFI = .977; RMSEA = .024; 90%-ный доверительный интервал для RMSEA: .018-.030; PCLOSE = 1.0; $N = 990$.

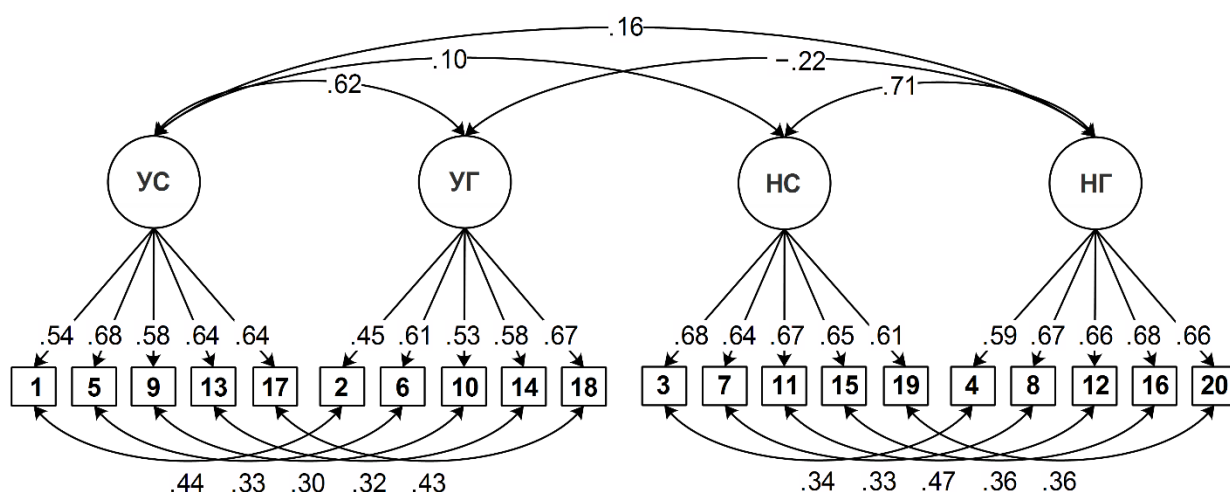


Рис. 1. Структурная модель опросника СТОУН-10 (все приведенные коэффициенты значимы при $p < .05$; обозначения шкал см. в примечании к табл. 1; номера наблюдаемых переменных соответствуют номерам пунктов методики).

Коэффициенты, представленные на рисунке, также свидетельствуют о довольно тесной связи шкал внутри одного типа ситуаций (успехов или неудач) и слабой связи шкал между ситуациями разного типа. Таким образом, представленная модель также свидетельствует об относительной независимости стиля атрибуции в ситуациях успехов и в ситуациях неудач.

Корреляции шкал методики СТОУН-10 с показателями тенденции к социальной желательности (по методике BIDR) свидетельствуют о ее отсутствии в ситуациях успехов и наличии умеренной подверженности тенденции к социальной желательности оценок по шкалам стабильности и глобальности в ситуациях неудач ($r = .33$, $p < .001$).

Для анализа валидности были вычислены коэффициенты корреляции Пирсона каждой из шкал предложенной методики с другими опросниками и шкалами, измеряющими диспозиционный оптимизм, психологическое благополучие и саморегуляцию (см. табл. 2).

Таблица 2. Корреляции шкал методики СТОУН-10 с показателями благополучия и саморегуляции

Методика, показатель	N	α	УС	УГ	НС	НГ	ОАС-У	ОАС-Н	ОАС
ТДО Диспозиционный оптимизм	971	.82	.31***	.25***	.26***	.22***	.31***	.26***	.40***
SWLS Удовлетворенность жизнью	745	.86	.22***	.25***	.23***	.16***	.27***	.22***	.34***
SHS Шкала субъективного счастья	725	.82	.29***	.26***	.27***	.20***	.31***	.26***	.39***
WEMWBS Благополучие	452	.89	.30***	.23***	.24***	.26***	.30***	.28***	.41***
RSES Самоуважение	223	.83	.28***	.24***	.27***	.37***	.29***	.36***	.44***
Vt-s Витальность ситуативная	165	.88	.22**	.18*	.13	.16*	.22**	.16*	.28***
Vt-d Витальность диспозиционная	85	.89	.36***	.47***	.33**	.35**	.44***	.37***	.52***
ШС Самоконтроль	450	.80	.13**	.14**	.29***	.26***	.16***	.30***	.34***
ОСД Планомерность	152	.90	.06	.13	.21**	.25**	.11	.25**	.29***
ОСД Целеустремленность	152	.83	.36***	.36***	.21**	.19*	.41***	.22**	.46***
ОСД Настойчивость	152	.78	.25**	.27***	.25**	.25**	.29***	.27***	.43***
ОСД Общий показатель	152	.85	.26**	.31***	.30***	.32***	.33***	.33***	.50***
ТЖ Вовлеченность	163	.81	.33***	.23**	.18*	.17*	.31***	.19*	.37***
ТЖ Контроль	163	.76	.34***	.19*	.28***	.31***	.29***	.32***	.47***
ТЖ Принятие риска	163	.70	.35***	.14	.33***	.32***	.27***	.35***	.47***
ТЖ Жизнестойкость общая	163	.90	.38***	.22**	.28***	.28***	.33***	.30***	.48***
BIDR Социальная желательность	164	.83	.08	.08	.32***	.27***	.09	.32***	.33***

Примечание. Значимость коэффициентов: * – $p < .05$; ** – $p < .01$; *** – $p < .001$. N – объем выборки, α – α -Кронбаха, обозначения шкал см. в примечании к табл. 1.

Представленные в таблице 2 корреляции свидетельствуют об умеренной статистически значимой и ожидаемой связи показателей ОАС с показателями психологического благополучия, витальности, самоуважения, а также саморегуляции, самоконтроля и жизнестойкости.

В ходе анализа связей показателей ОАС с возрастом с помощью коэффициента корреляции Спирмена, использованного ввиду значительной асимметрии распределения по возрасту ($A_s = 3.09$), была выявлена слабая, но статистически значимая тенденция к росту с возрастом оптимизма в ситуациях неудач ($r = 0.13$; $p < 0.001$). Корреляции с остальными шкалами показывают, что этот рост происходит за счет того, что люди старшего возраста в негативных ситуациях более склонны использовать конкретные причины объяснения событий ($r = 0.18$; $p < 0.001$).

Анализ различий между мужчинами и женщинами по шкалам СТОУН-10 с помощью t -критерия Стьюдента (см. табл. 3) указывает на отсутствие статистически значимых различий по успехам и наличие статистически значимых различий по атрибутивному стилю в ситуациях неудач. Так, при объяснении неудач женщины рассуждают более оптимистично, т.е. склонны объяснять негативные события как более временные и нестабильные, чем мужчины, однако по размеру полученных эффектов эти гендерные различия невелики.

Таблица 3. Нормативные данные и гендерные различия по шкалам СТОУН-10

Шкалы	Все (N = 990)		Мужчины (N=357)		Женщины (N=529)		t -критерий	d -Козна
	M	SD	M	SD	M	SD		
УС	23.40	4.45	23.40	4.62	23.69	3.96	.97	.07
УГ	20.93	5.49	20.74	5.61	21.20	5.32	1.21	.08
НС	19.25	5.29	18.43	5.65	19.91	5.03	3.99***	.28

НГ	20.79	5.92	20.03	6.29	21.40	5.48	3.34***	.24
ОАС-У	44.33	8.76	44.15	9.29	44.89	8.18	1.23	.09
ОАС-Н	40.05	10.10	38.47	10.92	41.31	9.45	4.02***	.28
ОАС	84.38	13.59	82.61	13.97	86.21	12.90	3.87***	.27

Примечание. Значимость критериев: *** – $p < .001$. M – среднее значение; SD – стандартное отклонение. Обозначения шкал см. в примечании к табл. 1.

ОБСУЖДЕНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ

Методика атрибутивного стиля ASQ – нестандартный психометрический инструмент, совмещающий в себе присущий опросникам формат с возможностями полупроективных методик. Разработка этой методики породила множество исследований оптимизма, показывающие связи атрибутивного стиля с психологическим благополучием, депрессией, а также с успешностью деятельности, главным образом учебной. Осуществлялись также многочисленные попытки улучшить методику, повышая ее конструктивную и критериальную валидность. Нам удалось разработать краткую версию опросника с хорошими показателями валидности и надежности, включающую десять достаточно универсальных жизненных ситуаций. Корреляции шкал СТОУН-10 с показателями психологического благополучия, свидетельствующие об умеренных статистически значимых связях витальности, счастья, удовлетворенности жизни и самоуважения с показателями ОАС, соответствуют ожидаемым. Связи с показателями саморегуляции и самоконтроля вносят вклад в лучшее понимание атрибутивного стиля и механизмов его влияния на успешность и благополучие [7].

Также как и в оригинальной версии опросника атрибутивного стиля (ASQ) показатели атрибутивного стиля в ситуациях успехов и неудач являются независимыми [22]. Наши данные также показывают, что, несмотря на распространенную тенденцию ряда исследователей оценивать только показатели АС по ситуациям неудач, АС по ситуациям успехов является не менее важным и информативным показателем, необходимым для понимания механизмов оптимистического мышления личности.

Данные о связи ОАС неудач с возрастом подтверждают полученные ранее выводы о том, что для людей старшего возраста более характерно использование конкретных, а не глобальных причин неудач [20]. В то же время наши результаты не подтверждают выявленного прежде роста стабильных причин при объяснении неудач. Растущая с возрастом оптимистичность в интерпретации причин неудач может быть следствием накопления жизненного опыта и накопления продуктивных стратегий преодоления трудностей. Однако ограничением данной выборки является небольшое число испытуемых зрелого возраста, в частности, лиц старше 30 лет было менее 10%. Поэтому вопрос о возрастных особенностях проявления атрибутивного стиля требует дальнейших исследований.

Полученные гендерные различия представляются интересными, они показывают, что российские женщины при объяснении неудач рассуждают более оптимистично, т.е. склонны объяснять негативные события как более временные и нестабильные, чем мужчины, однако они достаточно малы по магнитуде ($d < 0.3$) и могут быть обнаружены только на больших выборках.

Методика позволяет также оценивать вербальные ответы испытуемых на ситуации успехов и неудач. Как показывает наш предварительный анализ, качественный анализ этих ответов может предоставить ценную информацию, дополняющую количественные оценки оптимизма по параметрам стабильности и глобальности и использоваться при клиническом анализе отдельных случаев.

Учитывая данные когнитивно-бихевиоральной психотерапии о значении каузальных атрибуций в противостоянии и преодолении депрессии, можно рекомендовать использование методики диагностики оптимистического атрибутивного стиля в целях скрининга различных слоев населения, направленного на выявление людей склонных к риску развития депрессии и

психологического благополучия. Методика может также использоваться с целью оценки эффективности психотерапевтических вмешательств и тренингов. Кроме того, принимая во внимание данные о пользе оптимизма для успешной учебной деятельности [17] и его связи с показателями саморегуляции и самоконтроля, использование методики для прогноза продуктивности деятельности также может быть полезным и информативным.

ВЫВОДЫ

Результаты апробации краткой версии методики атрибутивного стиля свидетельствуют о том, что СТОУН-10 является валидным и надежным инструментом психологической диагностики.

На достаточно большой российской выборке (N=990) показано, что методика позволяет оценить две самостоятельные переменные – стиль объяснения успехов и стиль объяснения неудач, каждая из которых обнаруживает связи с психологическим благополучием и саморегуляцией деятельности.

Выявлены определенные возрастные и гендерные различия, свидетельствующие о большем оптимизме в ситуациях неудач у женщин, а также у лиц старшего возраста. Однако эти тенденции являются довольно слабыми и требуют дальнейших, более углубленных исследований.

Диагностика умения оптимистично воспринимать благоприятные жизненные ситуации как широкие и стабильные, а негативные ситуации как временные и конкретные позволяет выявить индивидов с недостаточно конструктивным мышлением и жизнестойкостью находящихся в зоне риска снижения психологического благополучия.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. *Александрова Л.А.* Субъективная витальность как предмет исследования // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2014. Т. 11. № 1. С. 133–163.
2. *Бодалев А.А., Столин В.В., Аванесов В.С.* Общая психодиагностика: Учебник: Психология. Общая психодиагностика. М: Изд-во Московского университета, 1987. 305 с.
3. *Гордеева Т.О.* Оптимизм как составляющая личностного потенциала // Личностный потенциал: структура и диагностика / ред. Д.А. Леонтьев. М: Смысл, 2011. С. 131–177.
4. *Гордеева Т.О., Осин Е.О., Шевяхова В.Ю.* Диагностика оптимизма как стиля объяснения успехов и неудач: опросник СТОУН. Москва: Смысл, 2009. 152 с.
5. *Гордеева Т.О.* Психология мотивации достижения. Москва: Смысл Academia, 2006. 332 с.
6. *Гордеева Т.О., Осин Е.Н., Сучков Д.Д., Иванова Т.Ю., Сычев О.А., Бобров В.В.* Самоконтроль как ресурс личности: диагностика и связи с успешностью, настойчивостью и благополучием // Культурно-историческая психология. 2016. Т. 12. № 2. С. 46–58.
7. *Гордеева Т.О., Сычев О.А., Осин Е.Н.* Оптимистический атрибутивный стиль и диспозиционный оптимизм: эмпирическая проверка сходства и различия двух конструктов // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2017. Т. 14. № 4. С. 756–765.
8. *Гордеева Т.О., Сычев О.А., Осин Е.Н.* Разработка русскоязычной версии Теста диспозиционного оптимизма (LOT) // Психологическая диагностика. 2010. № 2. С. 36–64.
9. *Леонтьев Д.А., Рассказова Е.А.* Тест жизнестойкости: новая методика психологической диагностики личности. Москва: Смысл, 2006. 63 с.
10. *Мандрикова Е.Ю.* Разработка опросника самоорганизации деятельности (ОСД) // Психологическая диагностика. 2010. № 2. С. 87–111.
11. *Осин Е.Н., Леонтьев Д.А.* Апробация русскоязычных версий двух шкал экспресс-оценки субъективного благополучия // Материалы III Всероссийского социологического конгресса. Москва: Институт социологии РАН, Российское общество социологов, 2008.

12. *Осин Е.Н.* Проблема социальной желательности в исследованиях личностного потенциала // *Личностный потенциал: структура и диагностика*. Москва: Смысл, 2011. С. 454–468.
13. *Селигман М.Э.* Новая позитивная психология. М: София, 2006. 368 с.
14. *Abramson L.Y., Metalsky G.I., Alloy L.B.* Hopelessness depression: A theory-based subtype of depression // *Psychological Review*. 1989. V. 96. № 2. P. 358–372.
15. *Abramson L.Y., Seligman M.E., Teasdale J.D.* Learned helplessness in humans: critique and reformulation // *Journal of Abnormal Psychology*. 1978. V. 87. № 1. P. 49–74.
16. *Dykema J., Bergbower K., Doctora J.D., Peterson C.* An attributional style questionnaire for general use // *Journal of Psychoeducational Assessment*. 1996. V. 14. № 2. P. 100–108.
17. *Gordeeva T., Sheldon K., Sychev O.* Linking academic performance to optimistic attributional style: attributions following positive events matter most // *European Journal of Psychology of Education*. 2019. URL: <http://dx.doi.org/10.1177/0146167217711915>
18. *Hu T., Zhang D., Yang Z.* The relationship between attributional style for negative outcomes and depression: a meta-analysis // *Journal of Social and Clinical Psychology*. 2015. V. 34. № 4. P. 304–321.
19. *Johnson J.G., Han Y.S., Douglas C.J., Johannet C.M., Russell T.* Attributions for positive life events predict recovery from depression among psychiatric inpatients: an investigation of the Needles and Abramson model of recovery from depression // *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 1998. V. 66. № 2. P. 369–376.
20. *Lachman M.E.* When bad things happen to older people: age differences in attributional style // *Psychology and Aging*. 1990. V. 5. № 4. P. 607–609.
21. *Maheswaran H., Weich S., Powell J., Stewart-Brown S.* Evaluating the responsiveness of the Warwick Edinburgh Mental Well-Being Scale (WEMWBS): Group and individual level analysis // *Health and Quality of Life Outcomes*. 2012. V. 10. № 1. P. 156.
21. *Peterson C., Steen T.A.* Optimistic explanatory style // *Handbook of positive psychology*. Oxford, England: Oxford University Press, 2002. P. 244–256.
22. *Peterson C., Semmel A., Baeyer C. von, Abramson L.Y., Metalsky G.I., Seligman M.E.P.* The Attributional Style Questionnaire // *Cognitive Therapy and Research*. 1982. V. 6. № 3. P. 287–299.
23. *Peterson C.* The meaning and measurement of explanatory style // *Psychological Inquiry*. 1991. V. 2. № 1. P. 1–10.
24. *Seligman M.E.P.* Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment. *Authentic Happiness*. New York, NY: Free Press, 2002. 336 p.
25. *Sweeney P.D., Anderson K., Bailey S.* Attributional style in depression: a meta-analytic review // *Journal of Personality and Social Psychology*. 1986. V. 50. № 5. P. 974–991.
26. *Xenikou A., Furnham A., McCarrey M.* Attributional style for negative events: A proposition for a more reliable and valid measure of attributional style // *British Journal of Psychology*. 1997. V. 88. № 1. P. 53–69.

ПРИЛОЖЕНИЕ

Методика СТОУН-10

Инструкция: Эта анкета предназначена для того, чтобы исследовать уникальные аспекты Вашего мышления в различных жизненных ситуациях. Первый ответ, который приходит Вам в голову, и есть самый лучший. В анкете перечислены 10 событий-ситуаций. Ответьте на вопросы о каждом событии следующим образом:

1. Представьте себе живо и наглядно каждое событие так, как будто оно происходит прямо сейчас, даже если кажется, что эта ситуация не из Вашей жизни.
2. Подумайте, какова **основная** причина произошедшей ситуации, если бы подобное произошло с Вами, и напишите развернутый ответ.

3. Оцените эту причину по двум параметрам, которые следуют за Вашим ответом. Обведите цифру от 1 до 6, которая обозначает Ваш ответ, так что 1 означает максимальную выраженность ответа, напечатанного слева, а 6 – максимальную выраженность ответа, напечатанного справа. Старайтесь избегать средних ответов (3 и 4). Спасибо!

СИТУАЦИИ

Ситуация 1. Вы заработали крупную сумму денег.

Это произошло потому, что

Причина, по которой я заработал(а) много денег:

- | | | | | | | | |
|------------------------------------|---|---|---|---|---|---|----------------------------------|
| 1. Больше никогда не возникнет | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | Будет существовать всегда |
| 2. Связана только с этой ситуацией | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | Со всеми ситуациями в моей жизни |

Ситуации 2-10 предъявляются аналогично ситуации 1. Текст ситуаций:

Ситуация 2. Проект, за который Вы отвечали, провалился.

Ситуация 3. Вы претендуете на место / позицию, о котором давно мечтали (например, важная работа, аспирантура и т.п.), и получаете его.

Ситуация 4. Вы выступаете с важным докладом, и аудитория реагирует на Ваше выступление негативно.

Ситуация 5. Вы успешно сдали важный экзамен.

Ситуация 6. Вы не можете сделать всю работу, которую должны были выполнить к определенному сроку.

Ситуация 7. Вы получили прибавку к заработной плате.

Ситуация 8. Вы сдаете важный экзамен и проваливаетесь.

Ситуация 9. Вы получаете престижную награду.

Ситуация 10. Вы получили негативный отзыв от уважаемого Вами коллеги.

Ситуации успеха: 1, 3, 5, 7, 9; ситуации неудач: 2, 4, 6, 8, 10. Пункты нумеруются по порядку от 1 до 20, при этом параметр стабильность включает пункты с нечетными номерами (1, 3... 19), параметр глобальность – четные пункты (2, 4... 20). Пункты, относящиеся к ситуациям неудач, инвертируются перед суммированием (1 преобразуется в 6, 2 в 5 и т.д.).

Ключ: Стабильность успехов: 1, 5, 9, 13, 17. Глобальность успехов: 2, 6, 10, 14, 18. Стабильность неудач: 3, 7, 11, 15, 19. Глобальность неудач: 4, 8, 12, 16, 20.