

Циринг Д.А., Эвнина К.Ю. Вопросы диагностики оптимизма и пессимизма в контексте теории диспозиционного оптимизма



English version: [Tsiring D.A., Evnina K.Yu. Issues of optimism and pessimism diagnostics in the context of dispositional optimism theory](#)

Челябинский государственный университет, Челябинск, Россия

[Сведения об авторах](#)

[Литература](#)

[Ссылка для цитирования](#)

Представлен историко-теоретический обзор научных воззрений на природу явлений оптимизма и пессимизма. Обобщаются идеи основных психологических тематических направлений: оптимизма как атрибутивного стиля и оптимизма как диспозиции личности. Рассматриваются психодиагностические вопросы исследования оптимизма и пессимизма, представлены результаты авторской адаптации и модификации опросника «Тест жизненной ориентации» (Life Orientation Test) на выборке испытуемых (N = 506) подросткового и юношеского возраста.

Ключевые слова: оптимизм, пессимизм, атрибутивный стиль, диспозиция, жизненная ориентация

Термины «оптимизм» и «пессимизм» являются общеупотребительными и, как правило, характеризуют систему представлений человека о мире с точки зрения выраженного в ней позитивного или негативного отношения к сущему и ожиданию от будущего. Данные понятия во многом отражают ценностную сторону мировосприятия, в которой мир осмысливается с позиций соотношения в нем счастья и бедствий. Это оценочные категории, описывающие обобщенный фон конкретных представлений.

Оптимизм и пессимизм – категории, которые могут принадлежать как индивидуальному, так и общественному мировоззрению; они могут отражаться как непосредственно-чувственными, конкретными формами мироощущения, так и обобщенной идеологией – это универсально-оценочные категории.

Использование данных категорий обусловлено экзистенциальной потребностью личности осмыслить каждый болезненно переживаемый случай зла (горя, бедствия, неудачи), связав его с общим распорядком бытия. Будучи понятиями мировоззренческими, оптимизм и пессимизм имеют богатую историю философского осмысления: каждая эпоха философской мысли своеобразно раскрывает данные явления, и многие великие умы целенаправленно обращаются к обсуждаемым терминам.

Оптимизм и пессимизм: исторический обзор

Древнегреческая мифология и выросшая из нее античная философия, во многом раскрывая сущность понятий «оптимизм» и «пессимизм», характеризуются восприятием мира как относительно статичного состояния, в котором преобладает одно из этих начал: бытие физического и социального космоса описывается здесь как бесцельное и вечно возвращающееся к исходной точке.

В противоположность этому развивается исторический оптимизм иудаизма и особенно христианства: иудейский оптимизм опирается на постулат целесообразного движения, возможного только для личностной воли, будь то воля человека или божественная воля, а главное настроение христианства – уверенность в торжестве идеала, динамический оптимизм по формуле «все идет к лучшему».

Оптимизм, характерный для эпохи Возрождения, основывается на идеализированном понимании человеческой природы, гарантирующей совершенство общества.

Оптимизм был в целом присущ и эпохе Просвещения, и в эту эпоху осмысление понятий «оптимизм» и «пессимизм» становится более персонифицированным, переходя из идеологических тенденций в систему индивидуального мировосприятия. По системе космологического оптимизма Г.В.Лейбница, бог создал мир, наилучший из всех возможных; сам термин «оптимизм» был введен именно для характеристики этой системы [Ивин, 2004]. Такой оптимизм, легко возносившийся над конкретными потребностями эпохи, был осмеян Вольтером в повести «Кандид, или Оптимизм». Типично просветительским был оптимизм Э.Шефтсбери. От Лейбница традиция оптимизма перешла к Г.Лессингу, Д.Дидро, раннему И.Канту и другим просветителям. Реакцией на исторический оптимизм просветителей были натуралистические концепции пессимизма. П.Мопертью строил свой пессимизм на положении, согласно которому сумма неудовольствия превышает сумму благ. При этом удовольствие и неудовольствие понимались как психические состояния [Философская энциклопедия, 1970]. Эту тенденцию продолжал в XIX в. А.Шопенгауэр, впервые назвавший свою систему «пессимизм», а за ним Э.Гартман. Для этого типа пессимизма характерно недиалектическое противопоставление страдания и счастья, причем счастье оказывается отождествленным с удовольствием или наслаждением. Эта иррационалистическая тенденция получила широкое распространение и в XX в. (в частности, у М.Хайдеггера, который о человеческом бытии говорит как о «бытии-к-смерти»). Ф.Ницше в «Рождении трагедии...» говорит о «героическом пессимизме», который означает у него «оптимизм, несмотря ни на что» [Цит. по: Ивин, 2004]. Героический оптимизм Ж.-П.Сартра равнозначен стоическому приятию собственных поражений (человек стремится быть богом, хотя это ему не дано).

XX век с его мировыми войнами и революциями дал богатую пищу для пессимистических настроений. Философия экзистенциализма подчеркивает, что ощущения страха, тревоги, отчаяния, покинутости стали основными умонастроениями эпохи. В мире «овеществления» человек теряет способность вникать в глубинные смыслы бытия, убеждается в абсурдности действительности (А.Камю), а все уникальные всплески гениальности душатся господствующей массовой культурой (Х.Ортега-и-Гасет).

Перешедшие таким образом в индивидуальное сознание категории оптимизма и пессимизма предполагают психологическую основу и личностные особенности, связанные со складывающейся направленностью мировосприятия человека по оптимистическому или пессимистическому типу.

Понимание явлений оптимизма и пессимизма в психологической науке

Научная психология имеет небогатую историю изучения оптимизма и пессимизма. В современной психологии выделяется два подхода к пониманию этих явлений: оптимизм как атрибутивный стиль в теории выученной беспомощности М.Селигмана, Л.Абрамсон и Дж.Тисдейла и оптимизм и пессимизм как диспозиционные конструкты в концепции М.Ф.Шейера и Ч.С.Карвера.

Значительный вклад в разработку психологического содержания оптимизма и пессимизма привнесла теория выученной беспомощности М.Селигмана и его последователей (Л.Абрамсон, Дж.Тисдейл и др.). М.Селигман и К.Петерсон связывают оптимизм и пессимизм с атрибутивным стилем субъекта. Согласно данной концепции, в процессе жизни у человека складывается определенная устойчивая манера объяснять причины происходящего, и когда он сталкивается с теми или иными результатами деятельности, он приписывает им причины в соответствии со сложившимся стилем атрибуции [Селигман, 1997]. Для раскрытия понятий «оптимизм» и «пессимизм» с позиций этого подхода необходимо обратиться к описанию составляющих атрибуции.

Выделяются три параметра атрибуции для жизненных событий:

- 1) персонализация (внутренний – внешний);
- 2) устойчивость (постоянный – непостоянный);

3) генерализация (глобальный – частный).

Внутренняя атрибуция описывает причину событий в понятиях, ссылающихся на себя; внешняя атрибуция объясняет причину факторами, лежащими вовне. Атрибуция постоянства описывает причины событий как постоянные, долговременные; атрибуция непостоянства характеризует причину как временную. Глобальная атрибуция объясняет причину событий обобщающими терминами, охватывающими множество ситуаций; частная атрибуция – ограничивающими терминами. Различные сочетания названных параметров формируют атрибутивный стиль человека. В связи с этим авторы теории выделяют такие стили, как оптимистический и пессимистический.

Человек с оптимистическим атрибутивным стилем верит, что неприятности временны (атрибуция непостоянства для негативных событий), происходят только в одной сфере жизни (частная атрибуция для негативных событий), причиной неприятностей являются внешние обстоятельства (внешняя атрибуция для негативных событий). Хорошие события для него имеют постоянный характер (атрибуция постоянства для положительных событий), происходят в разных сферах жизни (глобальная атрибуция для положительных событий), а их причина лежит в нём самом (внутренняя атрибуция для положительных событий, происходящих с ним самим).

Человек, имеющий пессимистический атрибутивный стиль, полагает, что неприятности будут длиться вечно (атрибуция постоянства для негативных событий), они происходят во всех сферах жизни (глобальная атрибуция для негативных событий), винит в неприятностях он себя (внутренняя атрибуция для негативных событий). Хорошее для субъекта с пессимистическим стилем атрибуции временно (атрибуция непостоянства для положительных событий), случается только в ограниченной области его жизни (частная атрибуция для положительных событий), происходит благодаря стечению обстоятельств (внешняя атрибуция для положительных событий).

Как уточняет М.Селигман, определяющей чертой пессимистов является их вера в то, что неудачи будут длиться долго, погубят все, что бы они ни делали, виноваты в них они сами. Оптимисты же, когда на них обрушиваются аналогичные удары судьбы, относятся к своим неудачам прямо противоположным образом. Они верят, что поражение носит временный характер, что его причины разового свойства, и не они в нем повинны, а обстоятельства, невезение либо другие люди. Поражение не способно сломить их. Неблагоприятную ситуацию они воспринимают как вызов и борются с ней с удвоенной энергией [Селигман, 2006].

Для диагностики *атрибутивного стиля* М.Селигманом и его коллегами были разработаны три специальные методики: опросник атрибутивного стиля для взрослых – Attributional Style Questionnaire (ASQ) [Peterson, 1982] и опросник атрибутивного стиля для детей 8–12 лет – Children's Attributional Style Questionnaire (CASQ) [Seligman, 1996], к которым существуют адаптированные к отечественному использованию варианты, а также методика контент-анализа вербальных объяснений – Content Analysis of Verbatim Explanations (CAVE) [Peterson, 1992].

Значительное развитие теория атрибуции и атрибутивного стиля получила в отечественной психологии. Так, данные понятия находят свое отражения в трех исследовательских направлениях: в контексте оптимизма и психологического благополучия [Гордеева, 2007; Гордеева и др., 2010; Перова, Ениколопов, 2009]; в контексте изучения выученной и личностной беспомощности [Батурин, 2000; Циринг, 2013]; а также в мотивационных аспектах достижения [Далгатова, Магомедова, 2005].

Второй подход к изучению оптимизма и пессимизма связан с именами американских исследователей М.Ф.Шейера и Ч.С.Карвера.

Суть данного подхода заключается в том, что оптимизм рассматривается как обобщенные положительные ожидания индивида, которые можно в большей или меньшей степени распространить на всю его жизнь. Этот конструкт можно также называть диспозиционным оптимизмом [Sheier, Carver, 1992]. Пессимизм является противоположным полюсом оптимизма и описывает отрицательные обобщенные ожидания индивида относительно будущего.

Как указывают авторы концепции, конструкты оптимизма и пессимизма связаны с веками народной мудрости. Психологическое наполнение этих понятий М.Ф.Шейер и Ч.С.Карвер описывают через

теорию мотивации, основная идея которой в том, что поведение направлено на достижение желаемых целей. Цели – это действия, конечные состояния или значения, которые человек воспринимает либо как желательные, либо как нежелательные. Люди стараются выстраивать свое поведение в соответствии с желательным результатом и стараются держаться подальше от того, что считают нежелательным. Таким образом, если цели недостаточно значимы, никакие действия не выполняются.

Следующая основная идея заключается в противоречии чувства уверенности и сомнения в достижении цели. Если личности не хватает уверенности, то это также будет вызывать отсутствие действия. Только если у человека достаточно уверенности, он совершает целенаправленные усилия. Эти идеи относятся к оптимизму и пессимизму. На этих принципах строится прогнозирование поведения оптимистов и пессимистов.

М.Ф.Шейер, Ч.С.Карвер и М.Бриджес отмечают, что оптимисты, выбирающие более эффективные копинг-стратегии, чем пессимисты, в результате более успешно справляются с проблемами, пессимисты же чаще сталкиваются с неудачами, и сбывшиеся ожидания подкрепляют оптимизм первых и пессимизм вторых [Sheier, Bridges, 1994]. Возникает замкнутый круг.

Таким образом, Ч.С.Карвер и М.Ф.Шейер определяют диспозиционный оптимизм и пессимизм через особенности ожиданий человека. Оптимистами, с их точки зрения, можно назвать людей, которые склонны придерживаться позитивных ожиданий относительно будущего, пессимисты, соответственно, более склонны к негативным.

В статье «Оптимизм» Ч.С.Карвер описывает две методологические проблемы, связанные с пониманием оптимизма и пессимизма [Carver, 2008]. Первая из них обозначается как проблема связанных конструкций. Отмечается, что существуют психологические конструкции, имеющие общие черты с оптимизмом и пессимизмом. И эти конструкции важно дифференцировать. Так, оптимизм имеет схожие черты с такими явлениями, как чувство контроля [Thompson, 2002], чувство личной эффективности [Bandura, 1997]. Дифференциация этих понятий возможна при анализе процесса ожидания положительного исхода событий. В случае с чувством контроля или чувством личной эффективности речь идет преимущественно о личной роли; у оптимизма более широкий взгляд на потенциал причинной силы. Также важно разделять оптимизм и надежду [Snyder, 2002]. Надежда в отличие от оптимизма выполняет функции восприятия путей для достижения положительного результата и уверенности в возможности использовать эти пути. Пессимизм имеет естественное сходство с невротизацией [Smith и др., 1989]. Нейротизм (или эмоциональная неустойчивость) – это тенденция волноваться, испытывать неприятные эмоции, и в том числе тенденция к пессимизму.

Вторая методологическая проблема заключается в установлении биполярной либо двойной униполярной природы оптимизма. Отношения оптимизма в сравнении с пессимизмом не однозначны. Иногда эти явления разделяют в два фактора, один из которых заключается в положительном обрамлении событий («Я всегда оптимистично смотрю на свое будущее»), другой – в отрицательном («Я не думаю, что дела в будущем могут пойти по намеченному мною плану») [Marshall et al., 1992]. Некоторые исследования обнаруживают, что одна из этих шкал важнее, чем другая, в прогнозировании соответствующих результатов [Robinson-Whelen et al., 1997]. Хотя утверждение, какая шкала важнее, варьирует от исследования к исследованию.

М.Ф.Шейер и Ч.С.Карвер также изучали конструкты оптимизма и пессимизма в отношении с другими показателями. Изучалось влияние ожидания результата на физическое благополучие человека. Исследователи связывают диспозиционный оптимизм и здоровье, например, восстановительный период после хирургического вмешательства. Другое исследование показало связь между уровнем враждебности и болезнями сердца. Качество *hardiness* (определенное как включенность, контроль и вызов), которое может быть связано с оптимизмом, авторы предлагают рассматривать как черту личности, которая является буфером против неблагоприятных физических следствий стресса. Возможно, показатели оптимизма-пессимизма являются медиаторами хорошего физического состояния через поведенческие механизмы, типа общих копинг-стратегий (стратегий совладания), через воздействия физиологических показателей на кардиоваскулярные реакции, иммунную систему, или через некоторую третью переменную типа социальной поддержки. Авторы также предполагают наличие связи этих показателей с самоэффективностью и выученной беспомощностью.

М.Ф.Шейер и Ч.С.Карвер являются авторами «Теста жизненной ориентации» (Life Orientation Test) – одного из наиболее известных инструментов измерения оптимизма и пессимизма за рубежом. Методика Life Orientation Test (LOT) была разработана для оценивания индивидуальных особенностей личности, отражающих уровень оптимизма или пессимизма. Это измерение было использовано во многих научных исследованиях по изучению поведенческих, эмоциональных последствий этого явления [Sheier, Carver, 1992]. Однако, несмотря на то что LOT широко использовался, были обнаружены некоторые проблемы. Одна из наиболее существенных заключалась в том, что первоначальные вопросы теста не сосредотачивались детально на представлениях о будущем, как описывает это теория Ч.С.Карвера и М.Ф.Шейера, поэтому был создан пересмотренный вариант теста LOT-R [Sheier, Carver, 1992].

LOT-R представляет собой тест-опросник из 10 утверждений относительно будущего человека, с которыми испытуемому предлагается согласиться или не согласиться в соответствии со следующими вариантами: «абсолютно не согласен», «не согласен», «все равно», «согласен», «абсолютно согласен». При этом опросник содержит 6 значимых вопросов и 4 вопроса-наполнителя, не влияющие на результаты тестирования.

В отечественной литературе существуют упоминания о том, что эта методика была адаптирована к российской аудитории [Муздыбаев, 2003; Осин, 2008; Перова, 2009]. Наиболее полную версию адаптированной методики с описанием психометрических показателей и процедуры адаптации представили Т.О.Гордеева, О.А.Сычев и Е.Н.Осин в статье «Разработка русскоязычной версии теста диспозиционного оптимизма (LOT)» [Гордеева и др., 2010].

Нами предлагается адаптированная версия методики Life Orientation Test, модифицированная (расширенная) с учетом российских особенностей менталитета и его влияния на изучаемые явления. Разрешение на адаптацию было любезно предоставлено нам авторами методики – М.Шейером и Ч.Карвером.

Адаптация и модификация методики «Тест жизненной ориентации»

В исследовании психометрических показателей адаптированной методики «Тест жизненной ориентации» приняли участие 506 испытуемых двух возрастных групп, из которых 332 – представители женского пола и 174 – мужского. При этом 136 испытуемых участвовали в расширенном обследовании (с применением повторного тестирования и дополнительных опросников для установления конкурентной валидности). Выборку юношеской возрастной группы составляет 241 человек в возрасте от 17 до 22 лет (166 девушек и 75 юношей). Выборку подростковой возрастной группы составляют 265 человек в возрасте от 12 до 16 лет (166 девочек и 99 мальчиков).

Анализ данных выполнялся с помощью статистического пакета SPSS 12.0.

Первым этапом стал перевод текста методики. Отдельного комментария заслуживает перевод названия методики. В упоминаниях данного теста в отечественной психологической литературе все ссылающиеся или описывающие методику авторы используют русскоязычный вариант названия «Тест жизненных ориентаций», используя ключевое понятие во множественном числе [Перова, Ениколопов, 2009; Муздыбаев, 2003; Осин, Леонтьев, 2008]. Однако, на наш взгляд, более корректно использовать термин «ориентация» в единственном числе. Во-первых, с лингвистической точки зрения: в названии на английском языке слово «ориентация» стоит в единственном числе (orientation), а не во множественном. Во-вторых, с точки зрения теории, на основе которой была создана методика: М.Ф.Шейер и Ч.С.Карвер рассматривают оптимизм и пессимизм как два противоположных полюса единого конструкта [Carver, 2008]. То есть речь идет о единой ориентации, которая может быть направлена либо в сторону оптимизма (положительных ожиданий от будущего), либо в сторону пессимизма (негативных ожиданий от будущего). В-третьих, исходя из особенностей построения методики: она включает одну шкалу – низкие баллы свидетельствуют о пессимизме, высокие – об оптимизме.

При переводе утверждений был сохранён смысл высказываний, но учтены грамматические и лексические особенности русского языка.

При создании русскоязычной версии методики мы посчитали недостаточным количество пунктов в опроснике и расширили тест до 35 утверждений (26 из которых значимы и 9 – вопросы-наполнители). Это основное отличие предлагаемого нами теста от адаптированной версии методики «Тест диспозиционного оптимизма», упоминаемой ранее.

Тест имеет следующую структуру: 13 вопросов описывают оптимистическое представление будущего, 13 вопросов – пессимистическое представление будущего. 9 вопросов являются вопросами-наполнителями и не влияют на результат. Такая структура позволяет избежать тенденции отвечать только «да» или только «нет» у испытуемых. Вопросы-наполнители помогут уменьшить стремление испытуемого давать социально желаемые ответы. Варианты ответов сохранены (А – полностью согласен; В – согласен; С – нечто среднее; D – не согласен; Е – абсолютно не согласен).

В ходе исследования были установлены важные характеристики измененной методики, доказывающие ее надежность и валидность. В частности, была установлена мера внутренней согласованности методики с помощью альфа-критерия Л.Кронбаха. Коэффициент альфа для адаптируемого опросника «Тест жизненной ориентации» составляет $\alpha = 0,926$, то есть имеет высокий уровень, что говорит о выраженной внутренней согласованности методики. Для определения соответствия расширенной и оригинальной версий методики был выявлен коэффициент корреляции итогового значения дополнительных утверждений опросника (20 добавленных нами содержательных вопросов) и итогового значения «оригинальной составляющей» опросника (6 первоначальных вопросов) (по К.Пирсону), который составил $r = 0,849$ при $p = 0,000$. Полученные результаты подтверждают с высокой степенью достоверности, что ответы испытуемых на дополнительные вопросы методики согласуются с ответами на оригинальные пункты, то есть модифицированный опросник соответствует оригинальному опроснику в характере предоставляемых количественных результатов. Однако расширенная версия позволит изучать оптимизм и пессимизм личности более надежно ввиду расширения стимульного материала.

Далее была установлена надежность половинного расщепления. Расщепление опросника на две количественно равные части было произведено случайным образом из числа значимых утверждений (пункты-наполнители не принимали участия в данной процедуре). В качестве показателя надежности использован коэффициент корреляции Пирсона с коррекцией Спирмена–Брауна. Расчеты показали, что каждая из половин имеет высокий уровень внутренней согласованности (по альфа-критерию Кронбаха) и итоговый коэффициент корреляции ($r = 0,907$) обнаруживает высокую степень достоверности. Полученные данные показывают высокий уровень надежности методики.

Основным использованным критерием для установления надежности теста стало определение ретестовой надежности. Интервал между первичным и повторным обследованием с помощью нашей методики составил 6 недель. В качестве показателя ретестовой надежности использовался коэффициент корреляции Пирсона. В группе испытуемых юношеского возраста (73 человека) показатель составил $r = 0,839$ при $p = 0,000$, в группе испытуемых подросткового возраста (62 человека) $r = 0,869$ при $p = 0,000$. Полученные коэффициенты позволяют судить о высокой ретестовой надежности по обеим возрастным группам.

Для доказательства валидности адаптируемой нами методики приведем следующие аргументы. Конкурентная валидность оценивалась по корреляции разработанного теста с другими, валидность которых относительно измеряемого параметра установлена. Личность характеризуется оптимизмом или пессимизмом вне какого-либо теоретического представления о наполнении этого феномена. Поэтому предполагается, что если М.Селигман рассматривает оптимизм как атрибутивный стиль, а М.Ф.Шейер и К.С.Карвер рассматривают этот же феномен как представление о будущем, личность не может одновременно быть и оптимистичной, и пессимистичной.

В связи с этим мы предположили, что полученные с помощью адаптируемого опросника ТЖО результаты должны коррелировать с показателями опросника атрибутивного стиля, разработанной на основании теоретических представлений М.Селигмана, Л.Абрамсон и Дж.Тисдейла об атрибутивном стиле. Для определения уровня корреляции между показателями был использован коэффициент

корреляции К.Пирсона. Поскольку методики, изучающие атрибутивный стиль в разных возрастных группах, различны («Тест на оптимизм» Л.М.Рудиной для юношеского возраста и «Опросник стиля атрибуции подростков – ОСТАП» Д.А.Циринг), расчеты проводились отдельно по каждой возрастной группе.

Для группы юношеского возраста (73 человека) коэффициент корреляции между итоговыми показателями, полученными с помощью «Теста на оптимизм» и «Теста жизненной ориентации» (ТЖО) составил $r = 0,516$ при $p = 0,000$, при этом коэффициент корреляции отдельно для «оригинальной» составляющей (6 исходных содержательных пунктов) с «Тестом на оптимизм» составляет $r = 0,470$ при $p = 0,000$ и для «дополнительной» составляющей (20 добавленных содержательных пунктов) составляет $r = 0,500$ при $p = 0,000$. Для группы подросткового возраста (62 человека) коэффициент корреляции между итоговыми показателями «Опросника стиля атрибуции подростков» и «Теста жизненной ориентации» составляет $r = 0,521$ при $p = 0,000$, оригинальная составляющая: $r = 0,495$ при $p = 0,000$, дополнительная составляющая: $r = 0,506$ при $p = 0,000$.

Значения коэффициентов корреляции по обеим возрастным группам позволяют говорить о высоком уровне конкурентной валидности методики.

Также для установления конкурентной валидности испытуемым были предложены шкалы оптимистичности (девятая) и пессимистичности (вторая) методики «Стандартизованный метод исследования личности» – СМЛ (Л.Н.Собчик). В исследовании были использованы оригинальные тексты опросника СМЛ, предлагаемые в соответствии с возрастом и полом испытуемого [Собчик, 2009]. Результаты, полученные по названным шкалам, были попарно сравнены с итоговыми результатами методики ТЖО. Результаты расчета коэффициента корреляции приведены в таблице 1.

Таблица 1

Показатели конкурентной валидности «Теста жизненной ориентации» (соотношение с показателями методики СМЛ по критерию корреляции Пирсона)

Возраст	ТЖО	СМЛ			
		Шкала пессимизма		Шкала оптимизма	
		r	p	r	p
Юношеский (N=73)	Итоговое значение	-0,408	0,000	0,063	0,597
	«Оригинальная» составляющая (6 пунктов)	-0,468	0,000	0,138	0,298
	«Дополнительная» составляющая (20 пунктов)	-0,367	0,004	0,066	0,645
Подростковый (N=62)	Итоговое значение	-0,468	0,000	0,350	0,006
	«Оригинальная» составляющая (6 пунктов)	-0,382	0,002	0,298	0,020
	«Дополнительная» составляющая (20 пунктов)	-0,459	0,000	0,338	0,008

Примечания. ТЖО – Тест жизненной ориентации; СМЛ – Стандартизованный метод исследования личности.

Таким образом, обнаружена обратная связь на высоком уровне значимости между показателями методики ТЖО и показателями по шкале пессимизма в обеих возрастных группах и прямая связь на высоком уровне значимости со шкалой оптимизма в подростковой возрастной группе. В группе юношеского возраста связь показателей методики ТЖО с показателями шкалы оптимизма СМЛ не обнаружена. Можно предположить, что отсутствие связи для данной группы объясняется ее возрастными особенностями. Как указывает Л.Н.Собчик, многие ярко выраженные и повышенные

тенденции по шкале оптимистичности – «совершенно естественные для юношеского возраста» [Собчик, 2009].

В целом, учитывая показатели, полученные с помощью всех указанных выше тестов, а также существующие различия в понимании конструктов оптимизма и пессимизма, которые лежат в их основе, что, безусловно, отражается на результатах, конкурентную валидность «Теста жизненной ориентации» следует считать достаточной.

Тест направлен на изучение уровня оптимизма, представляя собой утверждения, часть из которых характеризуют положительное представление о будущем (оптимистические), часть – отрицательные (пессимистические), что позволяет исследовать разные полюса данной проблемы. Утверждения формулировались в соответствии с теорией, разработанной М.Ф.Шейером и Ч.С.Карвером, по образцу изначально существующих вопросов с учетом этнопсихологического фактора, что наряду с внутренней согласованностью методики обеспечивает ее конструктивную валидность.

Произведенные процедуры позволяют провести стандартизацию методики. При стандартизации использовались данные опроса 241 человека юношеского и 265 человек подросткового возраста. Использование критерия Колмогорова–Смирнова подтвердило нормальность распределения в выборках юношеского ($p = 0,275$) и подросткового ($p = 0,093$) возраста.

Был произведен перевод в стены с использованием линейной стандартизации по традиционной методике [Наследов, 2004], ее результаты представлены в таблице 2. Линейная стандартизация позволяет привести систему оценивания результатов диагностики личности в соответствие с универсальной системой, что дает возможность интерпретировать полученные данные каждого испытуемого.

Таблица 2

Тестовые нормы – таблица пересчета «сырых» баллов в стены

Стены	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
17–22 года	<51	52–57	58–63	64–69	70–76	77–81	82–87	88–93	94–100	>100
12–16 лет	<50	50–55	56–61	62–67	68–74	75–80	79–86	87–92	93–98	>98

Таким образом, при интерпретации результатов «Теста жизненной ориентации» и оценке выраженности измеряемого свойства следует руководствоваться следующими характеристиками:

- 1 стен – крайний пессимизм;
- 2–3 стена – пессимизм;
- 4–6 стенов – промежуточные значения;
- 7–9 стенов – оптимизм;
- 10 стенов – крайний оптимизм.

Отдельно стоит обратить внимание на отсутствие значимых различий (выявленное с помощью критерия U-Манна–Уитни) в показателях ТЖО по половому признаку в обеих возрастных группах (юношеская группа: $U = -0,931$, $p = 0,054$; подростковая группа: $U = -0,590$; $p = 0,555$). Эти данные позволяют судить об универсальности шкалы стенов для представителей обоих полов и отсутствии необходимости стандартизации отдельно для девушек и юношей, а также девочек и мальчиков.

Заключение

Теоретический анализ историко-философской, психологической и культурологической литературы позволил сформулировать основные идеи, лежащие в основе диагностики оптимизма и пессимизма в целом, а также с позиций теории диспозиционного оптимизма. Исследование адаптации и модификации методики «Тест жизненной ориентации» позволяет утверждать, что адаптированный и модифицированный опросник является надежным и валидным психодиагностическим инструментом.

Литература

- Андреев А. Очерки русской этнопсихологии. СПб.: Тропа Троянова, 1998.
- Батурин Н.А. Циринг Д.А. Методика диагностики стиля атрибуции детей. В кн.: Теоретическая, экспериментальная и прикладная психология. Челябинск: ЮУрГУ, 2000. Т. 2, с. 105–116.
- Вьюнов Ю.А. Русский культурный архетип. Страноведение России. М.: Наука, 2005.
- Гордеева Т.О. Оптимистическое мышление личности как составляющая личностного потенциала. Психодиагностика, 2007, No. 1, 23–27.
- Гордеева Т.О., Сычев О.А., Осин Е.Н. Разработка русскоязычной версии теста диспозиционного оптимизма (LOT). Психологическая диагностика, 2010, No. 2, 36–64.
- Магомедова Н.Т., Далгатова М.М. Каузальная атрибуция и индивидуально-психологические особенности личности. Ярославский психологический вестник, 2005, No. 16, 76–81.
- Муздыбаев К. Оптимизм и пессимизм личности (опыт социолого-психологического исследования). Социология культуры, 2003, No. 2, 87–96.
- Наследов А.Д. Математические методы психологического исследования. Анализ и интерпретация данных. СПб.: Речь, 2004.
- Осин Е.Н., Леонтьев Д.А. Апробация русскоязычных версий двух шкал экспресс-оценки субъективного благополучия. М.: Просвещение, 2008.
- Перова Е.А., Ениколопов С.Н. Оптимизм как одна из составляющих субъективного благополучия. Вопросы психологии, 2009, No. 1, 51–58.
- Селигман М. [Seligman M.] Как научиться оптимизму. М.: Вече, 1997.
- Селигман М. [Seligman M.] Новая позитивная психология: научный взгляд на счастье и смысл жизни. М.: София, 2006.
- Сергеева А.В. Русские: стереотипы поведения, традиции, ментальность. 3-е изд. М.: Наука, 2005.
- Собчик Л.Н. Введение в психологию индивидуальности. М.: АСТ, 2000.
- Собчик Л.Н. СМЛЛ Стандартизированный многофакторный метод исследования личности. СПб.: Речь, 2009.
- Соколов В.М. Российская ментальность и исторические пути отечества: записки социолога. М.: РАГС, 2007.
- Сычев О.А. Психология оптимизма. Бийск : Бийск. пед. гос. университет, 2008.
- Ивина А.А. (Ред.). Философия: энциклопедический словарь. М.: Гардарики, 2004.
- Философская энциклопедия. М.: БСЭ, 1960–1970. Т. 1–5.
- Философский энциклопедический словарь. М.: Советская энциклопедия, 1983.
- Циринг Д.А. Психология выученной и личностной беспомощности. М.: Академия, 2013.
- Циринг Д.А., Эвнина К.Ю. Адаптация методики ТЖО как инструмента диагностики оптимизма и пессимизма. В кн.: Л.А. Цветкова (Ред.), Аняевские чтения – 2010. Современные прикладные

направления и проблемы психологии: материалы научной конференции, 19–21 октября 2010 г. СПб.: С.-Петербург. гос. университет, 2010. Ч. 1, с. 469–471.

Шапиро А.З. Современная позитивная психология: дискуссии, историко-научные и культурно-исторические предпосылки. Вопросы психологии, 2005, No. 5, 150–152.

Эвнина К.Ю. Позитивные феномены в ценностно-смысловой сфере личности. Современные проблемы науки и образования, 2013, No. 2. <http://www.science-education.ru/108-8629>

Bandura A. Self-efficacy: The exercise of control. New York: Freeman, 1997.

Carver C.S. Optimism. 2008.

http://cancercontrol.cancer.gov/Brp/constructs/dispositional_optimism/dispositional_optimism.pdf.

Marshall G.N., Wortman C.B., Kusulas J.W., Hervig L.K., Vickers R.R. Distinguishing optimism from pessimism: Relations to fundamental dimensions of mood and personality. Journal of Personality and Social Psychology, 1992, 62(6), 1067–1074.

Peterson C., Schulman P., Castellon C., Seligman M.E.P. CAVE: content analysis of verbatim explanations. In: C.P. Smith (Ed.), Motivation and personality: handbook of thematic content analysts. New York: Cambridge University Press, 1992. pp. 383–92.

Peterson C., Semmel A., von Baeyer C., Abramson L.Y., Metalsky G.Y., Seligman M.E.P. The Attributional Style Questionnaire. Cognitive Therapy and Research, 1982, 6(3), 287–300.

Robinson-Whelen S., Kim C., MacCallum R.C., Kiecolt-Glaser J.K. Distinguishing optimism from pessimism in older adults: Is it more important to be optimistic or not to be pessimistic? Journal of Personality and Social Psychology, 1997, 73(6), 1345–1353.

Scheier M.F., Bridges M.W. Distinguishing optimism from neuroticism (and trait anxiety, self-mastery, and self-esteem): A re-evaluation of the Life Orientation Test. Journal of Personality and Social Psychology, 1994, 67(6), 1063–1078.

Scheier M.F., Carver C.S. Effects of optimism on psychological and physical well-being: theoretical overview and empirical update. Cognitive Therapy and Research, 1992, 16(2), 201–228.

Scheier M.F., Carver C.S. Optimism. In: Lopez S.J. (Ed.), The Encyclopedia of Positive Psychology. Malden, MA:Wiley-Blackwell, 2013. pp. 656–663.

Seligman M.E.P., Reivich K., Jaycox L., Gillham J. The optimistic child: Proven program to safeguard children from depression and build lifelong resilience. New York: Harper Perennial, 1996.

Snyder C.R. Hope theory: Rainbows in the mind. Psychological Inquiry, 2002, 13(4), 249–275.

Smith T.W., Pope M.K., Rhodewalt F., Poulton J.L. Optimism, neuroticism, coping, and symptom reports: An alternative interpretation of the Life Orientation Test. Journal of Personality and Social Psychology, 1989, 56(4), 640–648.

Thompson S.C. The role of personal control in adaptive functioning. In: C.R. Snyder, S.J. Lopez (Eds.), Handbook of positive psychology. New York: Oxford University Press, 2002. pp. 202–213.

Поступила в редакцию 13 февраля 2013 г. Дата публикации: 23 октября 2013 г.

[Сведения об авторах](#)

Циринг Диана Александровна. Доктор психологических наук, доцент, факультет психологии и педагогики, Челябинский государственный университет, ул. Братьев Кашириных, д. 129, 454001 Челябинск, Россия.

E-mail: L-di@yandex.ru

Эвнина Ксения Юрьевна. Аспирант, факультет психологии и педагогики, Челябинский государственный университет, ул. Братьев Кашириных, д. 129, 454001 Челябинск, Россия.

E-mail: evnina@mail.ru

[Ссылка для цитирования](#)

Стиль psystudy.ru

Циринг Д.А., Эвнина К.Ю. Вопросы диагностики оптимизма и пессимизма в контексте теории диспозиционного оптимизма. Психологические исследования, 2013, 6(31), 6. <http://psystudy.ru>

Стиль ГОСТ

Циринг Д.А., Эвнина К.Ю. Вопросы диагностики оптимизма и пессимизма в контексте теории диспозиционного оптимизма // Психологические исследования. 2013. Т. 6, № 31. С. 6. URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: чч.мм.гггг).

[Описание соответствует ГОСТ Р 7.0.5-2008 "Библиографическая ссылка". Дата обращения в формате "число-месяц-год = чч.мм.гггг" – дата, когда читатель обращался к документу и он был доступен.]

Адрес статьи: <http://psystudy.ru/index.php/num/2013v6n31/887-tsiring31.html>

[К началу страницы >>](#)