Диагностика диспозиционного оптимизма, валидность и надежность опросника ТДО-П

Т О Гордеева, О А Сычев, Е Н Осин

▶ **To cite this version:**

Т О Гордеева, О А Сычев, Е Н Осин. Диагностика диспозиционного оптимизма, валидность и надежность опросника ТДО-П. Психология. Журнал Высшей школы экономики, 2021, 18, pp.34 - 55. ⟨10.17323/1813-8918-2021-1-34-55⟩. ⟨hal-04139355⟩

HAL Id: hal-04139355

https://hal.science/hal-04139355

Submitted on 27 Oct 2023

HAL is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.

Психология. Журнал Высшей школы экономики.
2021. Т. 18. № 1. С. 34–55. DOI: 10.17323/1813-8918-2021-1-34-55

ДИАГНОСТИКА ДИСПОЗИЦИОННОГО ОПТИМИЗМА, ВАЛИДНОСТЬ И НАДЕЖНОСТЬ ОПРОСНИКА ТДО-П

Т.О. ГОРДЕЕВА[a, b], О. А. СЫЧЕВ[c], Е. Н. ОСИН[b]

[a] *МГУ имени М.В. Ломоносова, 119991, Россия, Москва, Ленинские горы, д. 1*

[b] *Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики», 101000, Россия, Москва, ул. Мясницкая, д.20*

[c] *Алтайский государственный гуманитарно-педагогический университет имени В.М. Шукшина, 659333, Россия, Алтайский край, Бийск, ул. Короленко, д. 53*

Резюме

Под диспозиционным оптимизмом понимается когнитивная установка, включающая генерализованные ожидания относительно будущего или тенденцию индивида верить в то, что в будущем его ждет больше хороших событий, чем плохих. Согласно результатам исследований, показатели диспозиционного оптимизма связаны с меньшей депрессией, лучшим физическим здоровьем, психологическим благополучием, лучшими межличностными отношениями; основным постулируемым механизмом этих связей является влияние оптимизма на мотивацию, что проявляется в готовности оптимистов прилагать усилия, направленные на решение жизненных задач. В статье представлены результаты апробации теста диспозиционного оптимизма (ТДО-П) — русскоязычного аналога теста LOT-R М. Шейера, Ч. Карвера и М. Бриджеса, доработанной версии методики LOT. Апробация этой обновленной версии проводилась в двух исследованиях — на выборке студентов и аспирантов разных вузов (n = 406) и репрезентативной выборке россиян разных возрастов и профессий (n = 1509). Оба исследования свидетельствуют о высокой надежности опросника по внутренней согласованности (α Кронбаха составил 0.78). С помощью конфирматорного факторного анализа показана двухфакторная структура методики с ортогональными факторами оптимизма и стиля ответов. Валидность методики подтверждается существенными корреляциями с показателями психологического благополучия и умеренными, но статистически значимыми корреляциями с показателями оптимистического мышления. В пользу конструктной валидности ТДО-П также свидетельствуют корреляции с показателями саморегуляции, надеждой и жизнестойкостью. В статье представлены подробные данные о связи оптимизма с социально-демографическими характеристиками: полом, возрастом, уровнем образования. На основе полученных данных приведены ориентировочные статистические нормы. Методика может быть использована исследователям и практиками для получения данных о выраженности диспозиционного оптимизма как личностной черты, описывающей генерализованные ожидания относительно будущего.

Ключевые слова: диспозиционный оптимизм, оптимизм, пессимизм, психологическое благополучие, валидность, надежность теста.

Статья подготовлена в результате проведения исследования в рамках Программы фундаментальных исследований НИУ ВШЭ и в рамках государственной поддержки ведущих университетов Российской Федерации «5–100».

Введение

Интерес к проблеме оптимизма изначально был обусловлен простым наблюдением, показывающим, что психически здоровые люди склонны мыслить оптимистично в отношении себя, своего потенциала и своего будущего. Было выдвинуто предположение, что оптимистическое мышление позволяет поддерживать психологическое благополучие, избегать депрессии и более продуктивно реагировать на жизненные трудности и препятствия, сохраняя уверенность в их разрешимости и проявляя упорство. Современные исследования оптимизма осуществляются главным образом в рамках двух психологических подходов — концепции диспозиционного оптимизма Ч. Карвера и М. Шейера и концепции атрибутивного стиля, предложенной М. Селигманом с соавт. (Seligman et al., 1979) и разработанной позднее К. Петерсоном (Peterson, Steen, 2002).

Ключевым в переформулированной теории выученной беспомощности и депрессии, разработанной М. Селигманом, Л. Абрамсон и Дж. Тисдейлом, является понятие атрибутивного (или объяснительного) стиля. Под атрибутивным стилем понимается характерный способ, которым люди объясняют себе причины различных жизненных событий, имевших место в прошлом. Человек с оптимистическим атрибутивным стилем склонен к объяснению позитивных событий постоянными, универсальными и внутренними причинами, а с пессимистическим стилем — врйменными, конкретными и внешними. Негативные события при оптимистическом атрибутивном стиле, напротив, будут объясняться с обращением к конкретным, врйменным и внешним причинам, а при пессимистическом — к причинам универсального, постоянного и внутреннего характера. Исследования показывают, что оптимистический/пессимистический атрибутивный стиль надежно связан с депрессией и психологическим благополучием, также имеются данные о его роли в саморегуляции и успешности деятельности (см.: Gordeeva et al., 2020).

В подходе диспозиционного оптимизма (ДО) под оптимизмом/пессимизмом понимается личностная черта, представляющая собой обобщенную тенденцию человека верить в то, что в будущем его ждет больше хороших событий, чем плохих. Изначально предполагалось, что ДО может выступать защитным фактором в ситуациях столкновения с жизненными трудностями, такими как болезнь, стимулируя более продуктивные копинг-стратегии и поддерживая здоровье (Scheier, Carver, 1985). Постепенно сфера исследований ДО расширилась, и к настоящему времени изучены связи оптимизма с психологическим благополучием, успешностью деятельности, межличностными отношениями и др. Интенсивность этих исследований во многом была стимулирована легкостью измерения оптимизма.

Конструкт ДО принадлежит к разряду личностных переменных, описывающих позитивное мышление, наряду с такими понятиями, как оптимистический атрибутивный стиль, надежда или самоэффективность. От вышеупомянутых конструктов он отличается тем, что фокусируется на обобщенных позитивных ожиданиях относительно будущего без уточнения средств или

источников, с помощью которых эти результаты могут быть достигнуты (например, человек может быть оптимистом и потому, что уверен в своих способностях, а может и потому, что верит в то, что нравится другим людям). Изначально в соответствии с моделью поведенческой саморегуляции Ч. Карвера и М. Шейера, корни которой лежат в традициях теорий мотивации как ожидаемой ценности, утверждалось, что оптимизм связан с мотивацией и настойчивостью: оптимисты склонны к проявлению усилий, в то время как пессимисты склонны к отказу от активных усилий и решения проблем.

Благодаря предложенной в 1985 г. самоотчетной методике, получившей название «Тест жизненной ориентации» (Life Orientation Test, LOT), и его более поздней улучшенной версии (LOT-R, 1994) (Scheier, Carver, 1985), диспозиционный оптимизм стал активно исследоваться и в результате оказался широко используемым объяснительным конструктом в самых разных областях современной психологии. Рассмотрим кратко основные полученные результаты, представляющие не только научный, но и широкий практический интерес.

ДО и физическое здоровье. Результаты исследований и ряд метаанализов показывают, что ДО связан с физическим здоровьем, в том числе подверженностью сердечно-сосудистым и онкологическим заболеваниям, выживаемостью от этих болезней, общей продолжительностью жизни, риском суицидальных попыток, иммунным функционированием, а также с показателями, обусловленными беременностью, физическими симптомами и болью (Andersson, 1996; Carver, Scheier, 2014; Rasmussen et al., 2009; Rozanski et al., 2019; Tindle et al., 2009). В недавнем метаанализе, включившем 15 исследований (n = 229391, среднее время наблюдений — 14 лет) (Rozanski et al., 2019), было показано, что оптимизм связан со сниженным риском развития сердечно-сосудистых заболеваний и смертности от всех типов причин.

Наибольший интерес представляют проспективные исследования, в которых оптимизм рассматривается как предиктор состояния физического здоровья и различных заболеваний, прежде всего сердечно-сосудистых и онкологических. Например, в исследовании Дж. Боэм с соавт. на восьмитысячной выборке британских мужчин и женщин было показано, что у тех, кто был более оптимистичен (верхняя треть выборки) в начале исследования, вероятность развития сердечно-сосудистых заболеваний в течение пяти лет наблюдения была на 27 % меньше по сравнению с теми, кто был менее оптимистичен (нижняя треть) (Boehm et al., 2011). В другом исследовании, включавшем наблюдение на протяжении 8-летнего периода за 97 253 американских женщин (в том числе евроамериканок и афроамериканок) 50–79-летнего возраста, здоровых в начале исследования, результаты были похожи — в группе наиболее оптимистичных женщин было отмечено значимое снижение показателей смертности от ишемической болезни сердца (ИБС) относительно наименее оптимистичных. Оптимисты (верхняя четверть наиболее оптимистичных по сравнению с нижней четвертью, т.е. пессимистами) также имели значимо сниженные показатели смертности от целого ряда причин (на 14 % для смерти по любой причине, на 16 % ниже для инфаркта миокарда, 9 %

для развития ИБС, 30 % для смертности, связанной с ИБС и 24 % для смертности от сердечно-сосудистых заболеваний), за исключением смертности от рака, показанной только на выборке афроамериканок (Tindle et al., 2009).

В качестве причин такого рода зависимостей рассматриваются особенности копинг-стратегий оптимистов и их стратегии поведения, связанного со здоровьем. Предполагалось, что сталкиваясь с проблемами, связанными со здоровьем, оптимисты демонстрируют более продуктивные паттерны совладающего поведения, эмоций и поведенческого реагирования (например, едят больше овощей и фруктов, выполняют регулярные упражнения, отказываются от курения), чем пессимисты. Было показано, что, сталкиваясь с болью, оптимисты менее склонны катастрофизировать свое состояние. В метаанализе, проведенном Дж. Боэм с соавт., были подвергнуты анализу три типа поведения, наиболее достоверно связанного с меньшим риском развития сердечно-сосудистых заболеваний — физическая активность, диета и курение сигарет (Boehm et al., 2018). В анализ были включены 34 размера эффекта для физической активности (n = 90845), 15 — для диеты (n = 47931) и 15 — для курения сигарет (n = 15052). Исследование показало, что более оптимистичные люди склонны вести более здоровый образ жизни по сравнению с менее оптимистичными, однако размеры эффекта были небольшими ($r_{\text{физ.акт.}} = 0.07$, $r_{\text{диета}} = 0.12$, $r_{\text{курение}} = 0.07$, все $p < 0.001$). К сожалению, большинство исследований были кросс-секционными, соответственно уровень доказательности этих данных невысок и требует дополнительных данных проспективного характера, а также анализа иммунологических и других физиологических механизмов, опосредующих влияние оптимизма на здоровье.

ДО и психологическое благополучие. Связь ДО с психическим здоровьем, включая показатели депрессии, враждебности и тревоги, а также благополучием, включая удовлетворенность жизнью и счастье, были показаны как в корреляционных, так и в лонгитюдных исследованиях (Carver, Scheier, 2014; Scheier et al., 2001). Наиболее исследованной является связь ДО с депрессией. Так, метаанализ 42 исследований (n = 10359) связи оптимизма и депрессии показал, что эта связь является достаточно надежной ($r = -0.43$) и отрицательной (Andersson, 1996). Еще больший интерес представляют данные недавнего метаанализа 59 исследований (Gallagher et al., 2020), свидетельствующие о том, что оптимизм обладает защитным эффектом в отношении развития посттравматических расстройств (ПТСД), т.е. оптимизм способствует развитию посттравматической резистентности ($r = -0.29$ [-0.33; -0.25]), и эта связь не изменяется в зависимости от пола или возраста.

ДО и успешность в деятельности. Большинство исследований диспозиционного оптимизма сфокусированы на его вкладе в физическое здоровье как ресурс преодоления трудных жизненных ситуаций, травм и болезней. Результаты исследований связи ДО с академическими и профессиональными достижениями показывают менее однозначные результаты. На материале учебных достижений школьников эта связь варьирует от незначимой до слабой позитивной. Результаты метаанализа шести исследований свидетельствуют о слабой позитивной связи между ДО и академическими достижения-

ми студентов (r = 0.11, n = 1364) (Richardson et al., 2012). Результаты наших исследований не подтверждают связи ДО с академическими достижениями российских студентов и школьников (Гордеева и др., 2017) при наличии подобных связей в случае оптимистического атрибутивного стиля (Gordeeva et al., 2020), хотя ДО обнаружил связи с показателями саморегуляции, вносящими позитивный вклад в достижения.

На выборке работников кол-центров было обнаружено, что оптимисты демонстрировали более низкий уровень воспринимаемого стресса на работе и меньший конфликт между работой и личной жизнью. Тем не менее пессимисты демонстрировали более высокую производительность и удовлетворенность трудом, а также меньший уровень намерений бросить работу (Tuten, Neidermeyer, 2004). Очевидно, что механизмы связи оптимизма с поведением человека в достиженческих ситуациях являются весьма сложными и зависят как от специфики и условий самой деятельности, так и от сформированности других процессов саморегуляции, которые обеспечивают эффективность деятельности. Механизмом этих связей может выступать большая целеустремленность и настойчивость оптимистов, а также их готовность более продуктивно справляться с неудачами, используя стратегии позитивной реинтерпретации и роста (Carver, Scheier, 2014). Оптимистичные люди, высоко оценивающие вероятность успеха, склонны поддерживать свои усилия при движении к цели, в то время как пессимисты чаще отказываются от усилий, демонстрируя низкий уровень мотивации и настойчивости (Scheier et al., 2001). Вместе с тем в некоторых ситуациях оптимисты могут недооценивать возникающие трудности и вкладывать меньше усилий в подготовку к ним. Последние исследования показывают, что оптимисты склонны стремиться к достижению целей, имеющих для них приоритетную значимость, и не отличаются от пессимистов по вовлеченности в достижение целей, имеющих низкий приоритет (Carver, Scheier, 2014). Все это может объяснять неоднозначные связи оптимизма с объективно измеряемыми показателями успешности в деятельности.

Недавно возникшая область исследований связана с изучением *роли оптимизма в межличностных отношениях*. Результаты этих исследований показывают, что ДО предсказывает лучшие отношения с окружающими и большую удовлетворенность отношениями. Оптимисты склонны быть более заботливыми и вовлеченными родителями, они проявляют в отношениях теплый и слегка доминирующий стиль общения, лучше справляются с кризисами в отношениях и сообщают о большей социальной поддержке со стороны окружающих (Ibid., 2014). На материале данных, полученных как в лаборатории, так и в реальной жизни, было показано, что в дискуссиях со своими близкими (супругами и партнерами) оптимисты склонны более конструктивно подходить к решению проблем и больше работать над своими отношениями (Ibid., 2014).

Существуют разнообразные практики повышения оптимизма, главным образом с опорой на когнитивно-бихевиоральную психотерапию и позитивную психологию. Метаанализ Дж. Маллуффа и Г. Шутте, основанный на анализе 29 исследований (n = 3319), показал, что психологические интервенции действительно могут повысить оптимизм (Malouff, Schutte, 2017), при этом

был обнаружен значительный размер эффекта (g = 0.41). Согласно анализам модерации, более высокие показатели эффекта имели место в случае очных интервенций по сравнению с заочными (онлайн). Наилучший эффект был показан для упражнения «Мое лучшее возможное Я» (Best Possible Self), которое предлагалось выполнять по 5 минут в день в течение двух недель и представлять свое наилучшее возможное будущее, которое может наступить благодаря постановке целей и предпринятым усилиям, в трех областях — личной, отношениях с другими и профессиональной. Тем не менее, поскольку ДО как личностная черта обладает определенной стабильностью во времени, особенно в случае отсутствия больших перемен в жизни, его развитие в долгосрочной перспективе может требовать существенных усилий.

Диагностика диспозиционного оптимизма (ДО). Опросник LOT изначально состоял из четырех позитивно сформулированных (оптимистических) утверждений, четырех обратных (негативно сформулированных) утверждений и четырех филлеров, призванных отвлечь внимание испытуемых от истинных целей диагностики и снизить социальную желательность (Scheier, Carver, 1985). Тест получил широкое распространение в психологии здоровья, а также в других областях, связанных с проблематикой позитивного личностного функционирования. Однако со временем содержательная валидность оригинальной версии методики стала подвергаться критике, поскольку некоторые утверждения, входящие в ее состав, не вполне соответствовали строгому определению диспозиционного оптимизма как обобщенных ожиданий относительно будущего.

Для решения этой проблемы в 1994 г. М. Шейер, Ч. Карвер и М. Бриджес предложили обновленный вариант опросника (Scheier et al., 1994). В процессе разработки новой версии методики были исключючены два пункта, не полностью соответствовавшие четко сформулированному конструкту диспозиционного оптимизма. Поскольку оба удаленных пункта имели позитивные формулировки, число прямых и обратных пунктов оказалось несбалансированным, что привело к решению удалить еще один негативный пункт и добавить одно позитивное утверждение («В целом я ожидаю, что со мной произойдет больше хорошего, чем плохого»). В результате в состав методики вошли только утверждения, содержание которых отражает обобщенные ожидания позитивных или негативных будущих событий (Scheier et al., 1994). Полученная в результате методика LOT-R получила широкое распространение (Herzberg et al., 2006; Monzani et al., 2014; Nakano, 2004).

В ряде исследований структуры LOT и LOT-R была показана предпочтительность двухфакторной модели, в рамках которой оптимизм и пессимизм выступают как два относительно независимых фактора, имеющих умеренную обратную связь (Vautier et al., 2003). Исследования в разных странах мира с использованием локализованных версий зачастую также показывают предпочтительность двухфакторной модели (Herzberg et al., 2006; Nakano, 2004; Гордеева и др., 2010), что интерпретируется в пользу рассмотрения двух отдельных параметров оптимизма. Другие авторы, напротив, отстаивают однофакторную структуру методики, причем для доказательства преимуществ

однофакторной структуры LOT-R иногда используют дополнительный ортогональный фактор стиля ответов, объединяющий обратные пункты (Monzani et al., 2014). Стиль ответов имеет тенденцию в большей или меньшей мере соглашаться со всеми пунктами опросника независимо от их прямого или обратного содержания. Для контроля этой тенденции в модель однофакторного опросника вводится дополнительный фактор, объединяющий только обратные (или только прямые) задания, независимый от общего фактора. Соответствие подобной модели данным подтверждает гипотезу об однофакторной структуре при наличии дополнительного вклада стиля ответов.

В целом дискуссия исследователей относительно однофакторной или двухфакторной структуры методики аналогична обсуждениям любых личностных методик с прямыми и обратными утверждениями, которые могут рассматриваться в качестве полюсов единого конструкта, когда двухфакторная структура выступает артефактом метода измерения, или двух различных коррелирующих конструктов. Большинство исследователей, в том числе и авторы методики, рассматривают диспозиционный оптимизм как единый конструкт из соображений простоты и в силу выраженной связи позитивных и негативных утверждений.

В нашей стране в связи с ростом интереса к личностному потенциалу и позитивным личностным свойствам был разработан Тест диспозиционного оптимизма (ТДО), представляющий собой русскоязычную версию LOT (Гордеева и др., 2010). Несмотря на хорошие психометрические характеристики, его содержательная валидность, как и валидность англоязычного оригинала (LOT), не является бесспорной. В этой связи целью данного исследования стала разработка пересмотренной версии ТДО, аналогичной LOT-R. Для анализа психометрических характеристик новой версии методики были проведены два исследования.

Исследование 1

В первом исследовании на выборке студентов и магистрантов была проанализирована структура методики, ее надежность и валидность.

Методика

В ходе разработки пересмотренной версии опросника с целью улучшения содержательной валидности по аналогии с англоязычными версиями опросника из опросника ТДО были исключены два прямых пункта («Я всегда во всем ищу позитив» и «Я верю в то, что все что происходит — к лучшему») и один обратный («Я мало верю в то, что будущее будет хорошим»). В соответствии с LOT-R было добавлено одно утверждение «В целом я ожидаю, что со мной произойдет больше хорошего, чем плохого». Перевод пунктов осуществлялся двумя высококвалифицированными психологами, свободно владеющими русским и английским языками, процедура включала прямой и обратный перевод пунктов. Утверждения-наполнители (филлеры) не менялись.

Полученный в результате текст ТДО-П (см. приложение) полностью отвечает требованию содержательной валидности и соответствует англоязычному оригиналу.

Для анализа внешней валидности всем испытуемым предъявляли 13 утверждений, которые включали пункты, входящие как в исходную, так и пересмотренную версии ТДО. Результаты рассчитывались по ключам отдельно для ТДО и ТДО-П.

Исследование конструктной (конвергентной и дискриминантной) валидности пересмотренной версии шкалы диспозиционного оптимизма осуществлялось с помощью ряда методик, оценивающих показатели субъективного благополучия, оптимистического атрибутивного стиля и саморегуляции:

• Шкала удовлетворенности жизнью SWLS Э. Динера в адаптации Е.Н. Осина и Д.А. Леонтьева (2020), включающая пять пунктов, оцениваемых по семибалльной шкале Ликерта (надежность α Кронбаха = 0.86[1]).

• Шкала Субъективного счастья SHS С. Любомирски в адаптации Д.А. Леонтьева и Е.Н. Осина (2020), включающая четыре пункта, оцениваемых по семибалльной шкале (α = 0.82).

• Опросник стиля объяснения успехов и неудач СТОУН-В (сокращенная версия) Т.О. Гордеевой с соавт. (2009), оценивающая оптимистическое мышление в ситуациях успехов и неудач. Методика включает десять ситуаций, предполагаемая причина каждой из них оценивается по трем параметрам (глобальности, стабильности и контролируемости) с использованием шестибалльной шкалы. Коэффициент α для шкалы оптимистического мышления в ситуациях успеха составил 0.90, в ситуациях неудач — 0.79, по отдельным субшкалам — от 0.74 до 0.86, за исключением шкалы контролируемости в ситуациях неудач (α = 0.66).

• Опросник самоорганизации деятельности Е.Ю. Мандриковой (2010). В данном исследовании использовались шкалы «Планомерность», «Настойчивость», «Целеустремленность». Каждая из шкал включает от четырех до шести пунктов, согласие с которыми необходимо оценить по семибалльной шкале Ликерта (α составляет 0.78 для планомерности, 0.84 для настойчивости и 0.86 для целеустремленности).

В исследовании приняли участие 406 человек, из них 223 магистранта и аспиранта НИЯУ МИФИ, которые проходили исследование в форме онлайн-опроса, и 183 студента отделения заочного обучения АГГПУ им. В.М. Шукшина, заполнявших опросники в традиционной бланковой форме. Статистически значимых различий между этими подгруппами не обнаружилось, поэтому можно говорить о том, что форма проведения (традиционная или онлайн) не оказывает существенного влияния на результаты LOT-R, которые будут рассматриваться в целом по выборке. Среди участников исследования было 130 мужчин, 174 женщины, 102 испытуемых пол не указали. Средний возраст участников M = 21.58 (SD = 5.27), подавляющее большинство (96 %) принадлежит к возрастной группе 18–30 лет.

[1] Здесь и далее приведены показатели внутренней согласованности, полученные в данном исследовании.

Статистический анализ данных проводился с использованием программ R и Jamovi. Для анализа факторной структуры методики проводился конфирматорный факторный анализ (КФА) в программе Mplus с использованием робастного алгоритма MLR, устойчивого по отношению к отклонениям от нормальности распределения.

Результаты

С учетом результатов предыдущих исследований в ходе анализа структуры предложенной методики проверялось три модели: однофакторная (1Ф), двухфакторная с коррелирующими факторами оптимизма и пессимизма (2КФ, см. рисунок 1а) и двухфакторная с ортогональными факторами диспозиционного оптимизма и стиля ответов (2ОФ, см. рисунок 1б).

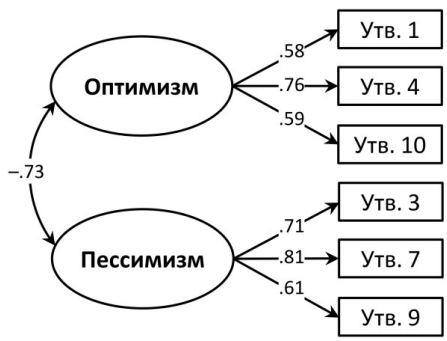
В результате КФА для модели 1Ф были получены неудовлетворительные показатели соответствия данным (см. таблицу 1). Модели 2КФ и 2ОФ показывают очень близкие оценки соответствия данным, хотя для модели 2КФ эти величины несколько лучше. Сравнение величины информационного критерия Акаике для моделей 2КФ (6623.2) и 2ОФ (6625) также показывает некоторое превосходство первой модели.

Значение коэффициента надежности Кронбаха, равное 0.79, свидетельствует о высокой внутренней согласованности методики. Коэффициент корреляции с полной версией ТДО также был высоким ($r = 0.96$; $p < 0.001$; $n = 406$). Данные, свидетельствующие о конструктной валидности методики, были получены в ходе анализа связей диспозиционного оптимизма с показателями субъективного благополучия, саморегуляции деятельности и оптимистического атрибутивного стиля (см. таблицу 2).

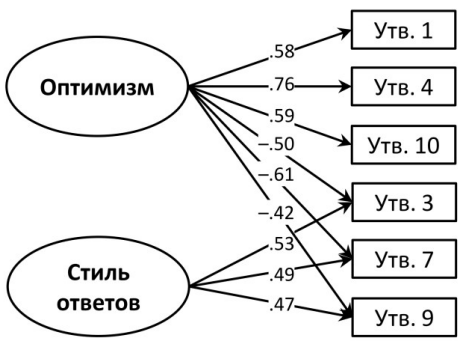
В соответствии с теоретически обоснованными ожиданиями были обнаружены существенные корреляции с показателями психологического благополучия

Рисунок 1

Факторные модели пересмотренной версии теста диспозиционного оптимизма (все коэффициенты значимы при $p < 0.01$)



1а. Модель 2КФ



1б. Модель 2ОФ

Таблица 1

Результаты конфирматорного факторного анализа трех альтернативных моделей структуры пересмотренного теста диспозиционного оптимизма (n = 406)

Модель	χ^2	df	*p*	CFI	TLI	RMSEA	Д.И. для RMSEA	PCLOSE
1Ф	40.616	9	< 0.001	0.910	0.851	0.093	0.065, 0.123	0.007
2КФ	8.221	8	0.412	0.999	0.999	0.008	0.000, 0.059	0.889
2ОФ	6.843	6	0.336	0.998	0.994	0.019	0.000, 0.069	0.804

Примечание. CFI — сравнительный индекс согласия; TLI — ненормированный индекс согласия Такера-Льюиса; RMSEA — среднеквадратическая ошибка аппроксимации; Д.И. для RMSEA — доверительный интервал среднеквадратической ошибки аппроксимации; PCLOSE — вероятность попадания величины RMSEA, свидетельствующая о хорошем соответствии модели данным интервал от 0 до 0.05.

Таблица 12

Описательная статистика и корреляции диспозиционного оптимизма с другими шкалами и показателями

Методика	Шкала	ТДО-П поз.	ТДО-П нег.	ТДО-П
SWLS (n = 384)	Шкала Удовлетворенности жизнью	0.41***	–0.37***	0.44***
SHS (n = 217)	Шкала Субъективного счастья	0.58***	–0.52***	0.62***
СТОУН-В, оптимистический атрибутивный стиль (n = 214)	Глобальность успехов	0.16*	–0.16*	0.17*
	Контролируемость успехов	0.15*	–0.27***	0.24***
	Стабильность успехов	0.26***	–0.31***	0.32***
	Глобальность неудач	0.20**	–0.22**	0.23***
	Контролируемость неудач	0.01	–0.07	0.05
	Стабильность неудач	0.21**	–0.16*	0.20**
	Оптимизм в ситуациях успехов	0.23***	–0.30***	0.29***
	Оптимизм в ситуациях неудач	0.23***	–0.25***	0.27***
ОСД (n = 221)	Настойчивость	0.14*	–0.25***	0.22**
	Планирование	0.39***	–0.31***	0.39***
	Целеустремленность	0.51***	–0.46***	0.55***
Среднее (общее, n = 406)		8.68	3.97	16.71
Стд. отклонение (общее)		2.32	2.80	4.46
Среднее (мужчины, n = 130)		8.81	4.15	16.66
Стд. отклонение (мужчины)		2.21	2.86	4.54
Среднее (женщины, n = 174)		8.60	4.02	16.59
Стд. отклонение (женщины)		2.23	2.78	4.35

* $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$.

Примечание. ТДО-П поз. — фактор позитивных ожиданий; ТДО-П нег. — фактор негативных ожиданий; ТДО-П — общая оценка по шкале диспозиционного оптимизма.

(r от 0.44 до 0.62), а также показателями саморегуляции деятельности (r от 0.22 до 0.55). Среди показателей саморегуляции наиболее тесную связь с диспозиционным оптимизмом показала целеустремленность; это может означать, что способность субъекта сконцентрироваться на цели опирается на оптимистические ожидания успеха в ее достижении.

Показатели стиля объяснения успехов и неудач продемонстрировали умеренные статистически значимые корреляции с диспозиционным оптимизмом (за исключением шкалы контролируемости неудач).

При расщеплении шкалы на факторы позитивных и негативных ожиданий каждый из факторов демонстрирует корреляции, полностью аналогичные итоговой шкале ТДО-П. Сравнение средних значений в выборках мужчин и женщин (см. таблицу 2) с помощью критериев Стьюдента и Манна–Уитни показало отсутствие значимых различий.

Исследование 2

Целью второго исследования стала проверка факторной структуры и надежности методики на широкой репрезентативной выборке, дополнение данных о валидности, анализ роли социально-демографических факторов оптимизма (пола, возраста, образования) и получение норм.

Методики

Для диагностики использовалась описанная в исследовании 1 пересмотренная версия теста диспозиционного оптимизма. Для сбора дополнительных данных о валидности использовались следующие методики:

- Шкала Удовлетворенности жизнью SWLS Э. Динера в адаптации Д.А. Леонтьева и Е.Н. Осина (2020) ($\alpha = 0.86$).
- Шкала Диспозиционной надежды М. Снайдера с соавт. (Snyder et al., 1991) (русская версия Т.О. Гордеевой и Е.Н. Осина), включающая шкалы «Активность (целенаправленность энергии)» и «Пути (планирование достижения целей)». Каждая шкала включает по четыре пункта, согласие с которыми оценивается по пятибалльной шкале Ликерта ($\alpha = 0.79$ и 0.83 соответственно).
- Краткая версия теста жизнестойкости (Осин, Рассказова, 2013), включающая 12 утверждений, образующих три шкалы — вовлеченности, контроля и принятия риска, включающих по четыре пункта, согласие с которыми оценивается по четырехбалльной шкале Ликерта (коэффициент α для субшкал составил 0.81, 0.69 и 0.68 соответственно, для общего показателя жизнестойкости — 0.88).
- С целью анализа связи ДО с поддерживающим здоровье поведением в анкету был включен вопрос: «Занимаетесь ли вы спортом, физкультурой в свое свободное время? Сколько дней за последний месяц вы занимались спортом, физкультурой?», допускающий пять вариантов ответа («Не занимаюсь спортом или физкультурой в свободное время» и «Занимался 1–5 дней», «6–10 дней», «11–20 дней» и «21–31 день»).

В исследовании использовалась репрезентативная выборка жителей г. Томска и трех районов Томской области, данные были собраны в рамках проекта «Субъективные индикаторы качества жизни населения Томской области». Выборка составлялась путем систематического (шагового) отбора с коррекцией по половозрастным квотам. В исследовании приняли участие 1509 человек, в том числе 643 мужчины и 866 женщин в возрасте от 18 до 95 лет (M = 42.57; SD = 16.33). В ходе статистического анализа результатов применялись те же методы и компьютерные программы, что и в исследовании 1.

Данные собирались в форме индивидуального устного опроса респондентов. Несмотря на определенные недостатки такого метода сбора данных (прежде всего большие временные и материальные затраты, а также возможная роль личности интервьюера в сборе данных), он имеет и ряд преимуществ, в частности, возможность охватить недоступные при других формах опроса категории населения (Schrqder, 2016).

Результаты

Как и в первом исследовании, в ходе анализа факторной структуры методики было проверено три модели: однофакторная (1Ф), двухфакторная с коррелирующими факторами оптимизма и пессимизма (2КФ, см. рисунок 2а) и двухфакторная с ортогональными факторами диспозиционного оптимизма и стиля ответов (2ОФ, см. рисунок 2б).

Результаты анализа, приведенные в таблице 3, свидетельствуют о том, что однофакторная модель не подтверждается данными. Модели 2КФ (рисунок 2) и 2ОФ показали хорошее соответствие данным, при этом в отличие от первого исследования модель 2ОФ выглядит более предпочтительной. Этот вывод также подтверждается величиной информационного критерия Акаике для моделей 2КФ (25448.5) и 2ОФ (25436.5).

В данном исследовании подтвердилась высокая внутренняя согласованность методики ($\alpha = 0.78$). В ходе анализа валидности методики в соответствии с ожиданиями обнаружились существенные корреляции с показателями психологического благополучия, диспозиционной надежды, жизнестойкости и поведения, направленного на поддержание здоровья (таблица 4). Так же как и в первом исследовании, корреляции факторов позитивных и негативных ожиданий

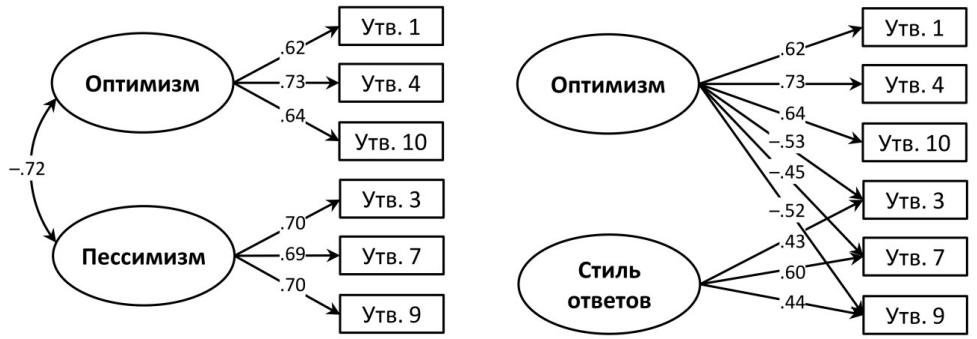
Таблица 3

Результаты конфирматорного факторного анализа трех альтернативных моделей структуры пересмотренного теста диспозиционного оптимизма (n = 1509)

Модель	χ^2	df	*p*	CFI	TLI	RMSEA	Д.И. для RMSEA	PCLOSE
1Ф	181.356	9	< 0.001	0.876	0.794	0.113	0.099, 0.127	0.000
2КФ	46.630	8	< 0.001	0.972	0.948	0.057	0.041, 0.073	0.223
2ОФ	35.506	6	< 0.001	0.979	0.947	0.057	0.040, 0.076	0.233

Рисунок 2

Факторные модели пересмотренной версии теста диспозиционного оптимизма (все коэффициенты значимы при $p < 0.01$)



2а. Модель 2КФ 2б. Модель 2ОФ

Таблица 4

Корреляции диспозиционного оптимизма с другими шкалами и показателями

Методика	Шкала	ТДО-П поз.	ТДО-П нег.	ТДО-П
SWLS (n = 1482)	Шкала Удовлетворенности жизнью	0.38***	–0.33***	0.40***
Шкала Диспозиционной надежды (n = 1486)	Активность (целенаправленность)	0.54***	–0.38***	0.51***
	Пути (планирование)	0.44***	–0.31***	0.42***
	Надежда (сумма шкал)	0.54***	–0.38***	0.51***
Шкала Жизнестойкости (n = 1476)	Вовлеченность	0.39***	–0.46***	0.49***
	Контроль	0.32***	–0.45***	0.45***
	Принятие риска	0.42***	–0.49***	0.53***
	Жизнестойкость (сумма шкал)	0.43***	–0.53***	0.56***
Анкета (n = 1477)	Время на занятия физкультурой	0.07**	–0.15***	0.13***

* $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$.

с внешними критериями существенно не отличаются от тех, что показывает общая шкала ТДО-П.

С целью стандартизации методики для каждой из шкал были вычислены средние значения и стандартные отклонения в целом по выборке, а также отдельно для мужчин и женщин с учетом возрастной категории (см. таблицу 5).

Распределение итоговых баллов по ТДО-П характеризуется умеренной асимметрией (*As* = –0.52) с большей частотой относительно высоких значений, что свидетельствует об отличии от нормального закона распределения (Критерий Шапиро–Уилка W = 0.96; $p < 0.001$). Сравнение средних значений, полученных в исследовании 1, с данными исследования 2 свидетельствует о

Таблица 5

Описательная статистика по пересмотренной версии теста диспозиционного оптимизма

Пол/Возраст	Объем выборки	ТДО-П	
		M	SD
Женский			
17–20	54	16.94	4.39
21–30	121	18.90	4.46
31–40	222	18.20	4.13
41–50	172	17.79	4.69
51–60	128	16.58	4.71
Более 60	165	16.26	5.36
Все возрастные группы	862	17.50	4.70
Мужской			
17–20	84	17.51	4.81
21–30	135	18.04	4.79
31–40	140	16.89	4.67
41–50	108	16.31	4.74
51–60	87	15.66	4.75
Более 60	89	15.37	5.36
Все возрастные группы	643	16.70	4.90
Вся выборка			
17–20	138	17.29	4.64
21–30	256	18.45	4.64
31–40	362	17.69	4.39
41–50	280	17.22	4.75
51–60	215	16.21	4.73
Более 60	254	15.95	5.37
Все возрастные группы	1505	17.20	4.80

Примечание. M — среднее значение; SD — стандартное отклонение. Четыре женщины не указали возраст, их данные при составлении таблицы не учитывались.

наличии статистически значимых различий по диспозиционному оптимизму (Критерий Манна–Уитни $Z = 2.17$; $p = 0.03$; величина эффекта d Коэна = 0.10). Возможно, более высокие средние значения во второй выборке являются следствием устной формы опроса, усиливающей тенденцию к социально-желательным ответам (Schröder, 2016). Вместе с тем, величина различий в диспозиционном оптимизме при разном формате предъявления является довольно слабой (в пределах 0.1 стандартного отклонения), так что на практике этим фактом можно пренебречь.

Результаты анализа гендерных различий показывают, что диспозиционный оптимизм у женщин выражен несколько сильнее, чем у мужчин ($Z = 3.78$; $p < 0.01$; d Коэна = 0.16). Анализ распределения диспозиционного оптимизма в разных возрастных группах с помощью критерия Краскала–Уоллиса показывает статистически значимый, хотя и довольно слабый эффект возраста ($\chi^2(5) = 46.99$; $p < 0.001$; размер эффекта $\eta^2 = 0.031$). Эффект возраста на общий показатель диспозиционного оптимизма остается статистически

значимым при $p < 0.001$ в выборках мужчин и женщин по отдельности (см. рисунок 3). Взаимодействие факторов пола и возраста в двухфакторном дисперсионном анализе не показывает статистической значимости.

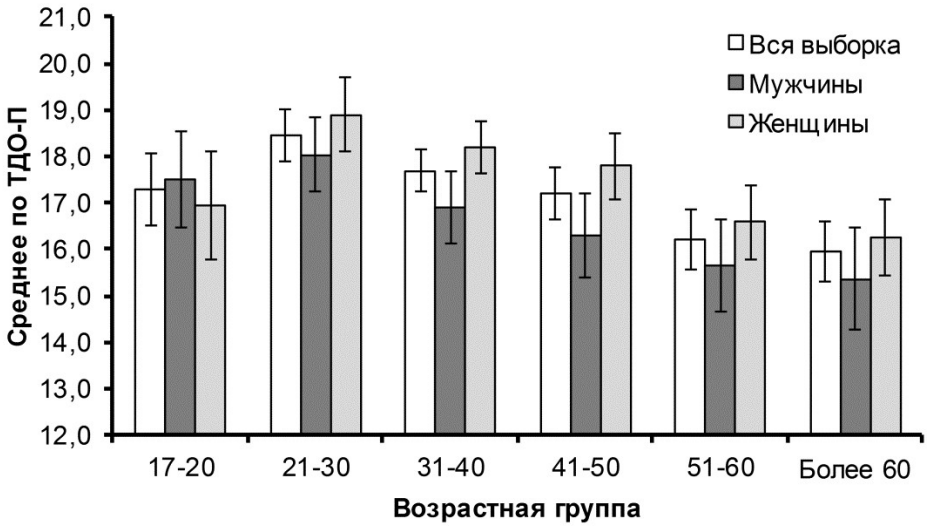
Аналогичный слабый эффект на оптимизм показывает уровень образования (коэффициент корреляции Спирмена $R_s = 0.10$; $p < 0.001$; n = 1497), однако анализ по отдельным возрастным группам показывает, что этот эффект является статистически значимым лишь в возрасте 31–40 лет ($R_s = 0.22$; $p < 0.001$; n = 356).

Обсуждение результатов

С целью разработки русскоязычной версии LOT-R были проведены два исследования, в результате был получен новый вариант методики диспозиционного оптимизма, обладающий большей содержательной валидностью, чем LOT и соответствующая ему русскоязычная версия ТДО (Гордеева и др., 2010). Анализ факторной структуры предложенной версии показал непригодность однофакторной модели, в то время как модель с двумя коррелирующими факторами и модель с дополнительным ортогональным фактором стиля ответов имеют близкие показатели соответствия данным. Последняя модель лучше всего соответствует теоретическим представлениям об однофакторной структуре методики (Carver, Scheier, 2014; Scheier et al., 1994) и поэтому является предпочтительной. В пользу однофакторной модели также свидетельствует тот факт, что в ходе проведенного анализа валидности факторы

Рисунок 3

Средние значения диспозиционного оптимизма в разных возрастных группах (вертикальные отрезки отражают величину 95 % доверительного интервала)



позитивных и негативных ожиданий показали корреляции с внешними критериями, полностью аналогичные друг другу и общему показателю по шкале.

Конструктную валидность методики подтверждают полученные данные о связи диспозиционного оптимизма с показателями психологического благополучия, хорошо соответствующие теоретическим представлениям о роли диспозиционного оптимизма и результатам других исследований (Carver, Scheier, 2014; Гордеева и др., 2010). Умеренные, статистически значимые корреляции диспозиционного оптимизма с оптимистическим атрибутивным стилем соответствуют результатам зарубежных исследований (Carver, Scheier, 2014) и данным, полученным в наших прошлых исследованиях (Гордеева и др., 2010).

Среди корреляций с регуляторными переменными особое место занимает связь оптимизма с целеустремленностью, демонстрирующая его важность для целенаправленной деятельности в полном соответствии с теорией (Carver, Scheier, 2014). Тесные связи диспозиционного оптимизма со шкалами диспозиционной надежды также подтверждают валидность методики ввиду того, что оба этих конструкта характеризуют обобщенные ожидания, однако надежда включает основания для подобных ожиданий — уверенность в способности справиться с трудностями и найти пути решения проблем (Snyder et al., 1991). Как и в зарубежных исследованиях (Boehm et al., 2018), диспозиционный оптимизм на российской выборке показал слабую, но статистически значимую связь с временем, отводимым на занятия физической культурой и спортом.

Выводы о связи диспозиционного оптимизма с возрастом соответствуют аналогичным данным зарубежных исследователей (Glaesmer et al., 2012; Hinz et al., 2017; Zenger et al., 2013): испытуемые старших возрастов демонстрируют меньший оптимизм, чем молодые. Эти результаты можно сопоставить с полученными также на российских выборках данными о возрастных различиях по оптимистическому атрибутивному стилю (Гордеева и др., 2019), демонстрирующими слабую, но статистически значимую тенденцию к росту с возрастом оптимистического мышления в ситуациях неудач ($r = 0.13$; $p < 0.001$). Можно предположить, что имеют место два разнонаправленных процесса, связанных с необходимостью индивида адаптивно реагировать на приближающуюся старость и окончание жизни: с одной стороны, закономерно уменьшаются позитивные ожидания относительно будущего, однако, с другой – человек начинает более оптимистично оценивать происходящие с ним негативные жизненные события, что может смягчать негативное видение будущего.

Полученные нами результаты о связи диспозиционного оптимизма с образованностью также хорошо соответствуют аналогичным данным зарубежных исследователей, свидетельствующим о том, что оптимизм растет с уровнем образования (Glaesmer et al., 2012; Hinz et al., 2017). Данный результат также представляется достаточно закономерным, так как образование дает основания для более позитивных прогнозов относительно собственной жизни и карьеры.

Результаты относительно большей выраженности оптимизма у российских женщин подтверждают выводы, полученные нами ранее с помощью опросника

ТДО (Гордеева и др., 2010). Однако выраженность гендерных различий в оптимизме невелика и, очевидно, носит культурно-специфический и преходящий характер. Так, по данным немецких исследователей, полученным на различных репрезентативных выборках, диспозиционный оптимизм обнаруживает как несколько большую выраженность у женщин (Hinz et al., 2017), так и большую выраженность у мужчин (Glaesmer et al., 2012), при этом размер эффектов невелик. Данные на латиноамериканской (Zenger et al., 2013) и норвежской выборках (Schou-Bredal et al., 2017) свидетельствуют об отсутствии гендерных различий в диспозиционном оптимизме.

Выводы

1. Предложенная пересмотренная версия теста диспозиционного оптимизма (ТДО-П), соответствующая опроснику LOT-R М. Шейера, Ч. Карвера и М. Бриджеса, обладает высокой надежностью и содержательной валидностью.

2. Методика ТДО-П показывает двухфакторную структуру с независимыми факторами оптимизма и стиля ответов, поскольку опросник включает позитивные и обратные им негативные ожидания. Полученные результаты свидетельствуют в пользу внешней и конструктной валидности, а также высокой внутренней согласованности методики. Конвергентная валидность методики была продемонстрирована с использованием шкал Удовлетворенности жизнью, Субъективного счастья, Оптимистического атрибутивного стиля, Надежды, Саморегуляции деятельности и Жизнестойкости.

3. Таким образом, согласно приведенным нормам, предлагаемый инструмент является валидной и надежной методикой, может использоваться для измерения диспозиционного оптимизма в индивидуальной диагностике, а также в скрининговых и клинических исследованиях.

Литература

Гордеева, Т. О., Осин, Е. О., Шевяхова, В. Ю. (2009). *Диагностика оптимизма как стиля объяснения успехов и неудач: опросник СТОУН*. М.: Смысл.

Гордеева, Т. О., Сычев, О. А., Осин, Е. Н. (2010). Разработка русскоязычной версии Теста диспозиционного оптимизма (LOT). *Психологическая диагностика*, *2*, 36–64.

Гордеева, Т. О., Сычев, О. А., Осин, Е. Н. (2017). Оптимистический атрибутивный стиль и диспозиционный оптимизм: эмпирическая проверка сходства и различия двух конструктов. *Психология. Журнал Высшей школы экономики*, *14*(4), 756–765.

Гордеева, Т. О., Сычев, О. А., Осин, Е. Н., Титова-Грэншам, В. А. (2019). Краткий опросник оптимистического атрибутивного стиля. *Психологический журнал*, *40*(6), 76–86. doi:10.31857/S020595920007323-1

Мандрикова, Е. Ю. (2010). Разработка опросника самоорганизации деятельности (ОСД). *Психологическая диагностика*, *2*, 87–111.

Осин, Е. Н., Леонтьев, Д. А. (2020). Краткие русскоязычные шкалы диагностики субъективного благополучия: психометрические характеристики и сравнительный анализ. *Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены*, *1*, 117–142. doi:10.14515/monitoring.2020.1.06

Осин, Е. Н., Рассказова, Е. И. (2013). Краткая версия теста жизнестойкости: психометрические характеристики и применение в организационном контексте. *Вестник Московского Университета. Серия 14. Психология*, *2*, 147–165.

Ссылки на зарубежные источники см. в разделе References после англоязычного блока.

Приложение

Методика ТДО-П

Оцените, насколько хорошо приведенные ниже утверждения могут относиться к Вам, используя следующую шкалу оценок: 1 — не согласен(а); 2 — скорее не согласен; 3 — ни да, ни нет; 4 — скорее согласен(а); 5 — полностью согласен(а).

1. В неопределенных ситуациях я обычно верю, что все будет хорошо.
2. Меня не очень легко вывести из себя.
3. От будущего я не жду ничего особенно хорошего.
4. Я всегда с оптимизмом смотрю в будущее.
5. Общение с друзьями доставляет мне большое удовольствие.
6. Для меня важно всегда быть занятым.
7. Я не строю особенно оптимистических планов на будущее.
8. Меня нелегко расстроить.
9. Я редко надеюсь на то, что со мной произойдет что-то хорошее.
10. В целом я ожидаю, что со мной произойдет больше хорошего, чем плохого.

Количественная оценка ответов: не согласен — 0 баллов; скорее не согласен — 1 балл; ни да, ни нет — 2 балла; скорее согласен — 3 балла; полностью согласен — 4 балла.

Утверждения-наполнители: 2, 5, 6, 8.

Прямые утверждения: 1, 4, 10.

Обратные утверждения: 3, 7, 9.

Итоговый балл по шкале диспозиционного оптимизма вычисляется путем суммирования оценок по утверждениям 1, 4, 10, 3, 7, 9, при этом оценки по обратным утверждениям должны быть инвертированы (0=4; 1=3; 3=1; 4=0).

Гордеева Тамара Олеговна — профессор, кафедра психологии, образования и педагогики, МГУ имени М.В. Ломоносова; ведущий научный сотрудник, международная лаборатория Позитивной психологии личности и мотивации, Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики».
Сфера научных интересов: психология мотивации, саморегуляция, оптимизм, успех в деятельности, благополучие.
Контакты:tamgordeeva@gmail.com

Сычев Олег Анатольевич — доцент, кафедра психологии, Алтайский государственный гуманитарно-педагогический университет имени В.М. Шукшина, кандидат психологических наук.
Сфера научных интересов: позитивная психология, мотивация, оптимизм, математические методы в психологии.
Контакты: osn1@mail.ru

Осин Евгений Николаевич — доцент, департамент психологии; ведущий научный сотрудник; зам. зав. международной лаборатории Позитивной психологии личности и мотивации, Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики», кандидат психологических наук.
Сфера научных интересов: позитивная психология, смысл жизни, отчуждение, психометрика.
Контакты: evgeny.n.osin@gmail.com

Diagnostics of Dispositional Optimism: Validity and Reliability of Russian Version of LOT-R

T.O. Gordeeva[a, b], O.A. Sychev[c], E.N. Osin[c]

[a] *Lomonosov Moscow State University, 1 Leninskie Gory, Moscow, 119991, Russian Federation*
[b] *National Research University Higher School of Economics, 20 Myasnitskaya Str., Moscow, 101000, Russian Federation*
[c] *Altai State Humanities Pedagogical University, 53 Korolenko str., Altai region, Biysk, 659333, Russian Federation*

Abstract

According to C. Carver and M. Scheier, dispositional optimism is a cognitive disposition (personal trait) which includes general expectations about the future or person's tendency to believe that there will be more positive events in the future than negative ones. Many researches showed that optimism as positive expectations is related to better indicators of physical health, psychological well-being, better interpersonal relationships. The main posited mechanism of these relations is the influence of optimism on motivation that manifests itself in readiness of optimists to make efforts to solve problems that occur in their lives. The paper presents the results of approbation of the LOT-R, revised version of dispositional optimism questionnaire developed by M. Scheier, C. Carver and M. Bridges. Validation was realized in two studies — in the sample of undergraduate and postgraduate students of different universities (n = 406) and in the representative Russian sample (N = 1509). Both of these studies demonstrated a high reliability of the questionnaire (= 0.78). Using confirmatory factor analysis, the two-factor structure (including optimism factor and style of answer factor) was confirmed. The validity of the Russian version of LOT-R is supported by substantive correlations with indicators of psychological well-being and moderate but statistically significant correlations with indicators of optimistic attributional style. The construct validity of the test is also supported by correlations with indicators of self-regulation, hope, and hardiness. Detailed information about the association between dispositional optimism and sociodemographic variables (gender, age and educational level) are presented.

The statistical norms are provided. The LOT-R questionnaire provides wide opportunities for Russian psychologists to continue the research on dispositional optimism and its impact on health, well-being, performance, and interpersonal relationships.

Keywords: dispositional optimism, optimism, pessimism, LOT-R, psychological well-being, validity, reliability.

References

Andersson, G. (1996). The benefits of optimism: A meta-analytic review of the Life Orientation Test. *Personality and Individual Differences*, *21*(5), 719–725.

Boehm, J. K., Chen, Y., Koga, H., Mathur, M. B., Vie, L. L., & Kubzansky, L. D. (2018). Is optimism associated with healthier cardiovascular-related behavior? Meta-analyses of 3 health behaviors. *Circulation Research*, *122*(8), 1119–1134. doi:10.1161/CIRCRESAHA.117.310828

Boehm, J. K., Peterson, C., Kivimaki, M., & Kubzansky, L. (2011). A prospective study of positive psychological well-being and coronary heart disease. *Health Psychology: Official Journal of the Division of Health Psychology, American Psychological Association*, *30*(3), 259–267. doi:10.1037/a0023124

Carver, C. S., & Scheier, M. F. (2014). Dispositional optimism. *Trends in Cognitive Sciences*, *18*(6), 293–299.

Gallagher, M. W., Long, L. J., & Phillips, C. A. (2020). Hope, optimism, self-efficacy, and posttraumatic stress disorder: A meta-analytic review of the protective effects of positive expectancies. *Journal of Clinical Psychology*, 76(3), 329–355. doi:10.1002/jclp.22882

Glaesmer, H., Rief, W., Martin, A., Mewes, R., Brдhler, E., Zenger, M., & Hinz, A. (2012). Psychometric properties and population-based norms of the Life Orientation Test Revised (LOT-R). *British Journal of Health Psychology*, *17*(2), 432–445. doi:10.1111/j.2044-8287.2011.02046.x

Gordeeva, T. O., Osin, E. N., & Shevyakhova, V. Yu. (2009). *Diagnostika optimizma kak stilya ob"yasneniya uspekhov i neudach: oprosnik STOUN* [Diagnostics of the optimism as an attributional style of explaining of successes and failures]. Moscow: Smysl. (in Russian)

Gordeeva, T., Sheldon, K., & Sychev, O. (2020). Linking academic performance to optimistic attributional style: attributions following positive events matter most. *European Journal of Psychology of Education*, *35*, 21–48. doi:10.1007/s10212-019-00414-y

Gordeeva, T. O., Sychev, O. A., & Osin, E. N. (2010). Razrabotka russkoyazychnoi versii testa dispozitsionnogo optimizma (LOT) [The development of a Russian version of the test of dispositional optimism (LOT)]. *Psychologicheskaya Diagnostika*, *2*, 36–64. (in Russian)

Gordeeva, T. O., Sychev, O. A., & Osin, E. N. (2017). Optimistic attributional style and dispositional optimism: Empirical study of similarities and differences between two conctructs. *Psychology. Journal of Higher School of Economics*, *14*(4), 756–765. (in Russian)

Gordeeva, T. O., Sychev, O. A., Osin, E. N., & Titova-Grensham, V. A. (2019). Kratkii oprosnik optimisticheskogo atributivnogo stilya [Optimistic attributional style: Assessment and associations with well-being and self-regulation]. *Psikhologicheskii Zhurnal*, *40*(6), 76–86. doi:10.31857/S020595920007323-1 (in Russian)

Herzberg, P. Y., Glaesmer, H., & Hoyer, J. (2006). Separating optimism and pessimism: a robust psychometric analysis of the revised Life Orientation Test (LOT-R). *Psychological Assessment*, *18*(4), 433–438.

Hinz, A., Sander, C., Glaesmer, H., Brдhler, E., Zenger, M., Hilbert, A., & Kocalevent, R.-D. (2017). Optimism and pessimism in the general population: Psychometric properties of the Life Orientation Test (LOT-R). *International Journal of Clinical and Health Psychology*, *17*(2), 161–170. doi:10.1016/j.ijchp.2017.02.003

Malouff, J. M., & Schutte, N. S. (2017). Can psychological interventions increase optimism? A meta-analysis. *The Journal of Positive Psychology*, *12*(6), 594–604. doi:10.1080/17439760.2016.1221122

Mandrikova, E. Yu. (2010). Razrabotka oprosnika samoorganizatsii deyatel'nosti (OSD) [The development of self-organization of activity questionnaire]. *Psychologicheskaya Diagnostika*, *2*, 87–111. (in Russian)

Monzani, D., Steca, P., & Greco, A. (2014). Brief report: Assessing dispositional optimism in adolescence – Factor structure and concurrent validity of the Life Orientation Test – Revised. *Journal of Adolescence*, *37*(2), 97–101. doi:10.1016/j.adolescence.2013.11.006

Nakano, K. (2004). Psychometric Properties of the Life Orientation Test-Revised in Samples of Japanese Students. *Psychological Reports*, *94*(3), 849–855. doi:10.2466/pr0.94.3.849-855

Osin, E. N., & Leontiev, D. A. (2020). Brief Russian-language instruments to measure subjective well-being: Psychometric properties and comparative analysis. *Monitoring of Public Opinion: Economic and Social Changes Journal*, *1*, 117–142. doi:10.14515/monitoring.2020.1.06 (in Russian)

Osin, E. N., & Rasskazova, E. I. (2013). A short version of the Hardiness Test: Psychometric properties and organizational application. *Moscow University Psychology Bulletin*, *2*, 147–165. (in Russian)

Peterson, C., & Steen, T. A. (2002). Optimistic explanatory style. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp. 244–256). Oxford University Press.

Rasmussen, H. N., Scheier, M. F., & Greenhouse, J. B. (2009). Optimism and physical health: a meta-analytic review. *Annals of Behavioral Medicine: A Publication of the Society of Behavioral Medicine*, *37*(3), 239–256. doi:10.1007/s12160-009-9111-x

Richardson, M., Abraham, C., & Bond, R. (2012). Psychological correlates of university students' academic performance: A systematic review and meta-analysis. *Psychological Bulletin*, *138*(2), 353–387. doi:10.1037/a0026838

Rozanski, A., Bavishi, C., Kubzansky, L. D., & Cohen, R. (2019). Association of optimism with cardiovascular events and all-cause mortality: a systematic review and meta-analysis. *JAMA Network Open*, *2*(9), e1912200. doi:10.1001/jamanetworkopen.2019.12200

Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1985). Optimism, coping, and health: assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health Psychology: Official Journal of the Division of Health Psychology, American Psychological Association*, *4*(3), 219–247.

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

Scheier, Carver, C. S., & Bridges, M. W. (2001). Optimism, pessimism, and psychological well-being. In E. C. Chang (Ed.), *Optimism and pessimism: Implications for theory, research, and practice* (pp. 189–216). Washington, DC: American Psychological Association.

Schou-Bredal, I., Heir, T., Skogstad, L., Bonsaksen, T., Lerdal, A., Grimholt, T., & Ekeberg, Ш. (2017). Population-based norms of the Life Orientation Test–Revised (LOT-R). *International Journal of Clinical and Health Psychology*, *17*(3), 216–224. doi:10.1016/j.ijchp.2017.07.005

Schröder, J. (2016). Face-to-Face Surveys. GESIS Survey Guidelines. Mannheim, DE: GESIS – Leibniz Institute for the Social Sciences. doi:10.15465/gesis-sg_en_005

Seligman, M. E., Abramson, L. Y., Semmel, A., & von Baeyer, C. (1979). Depressive attributional style. *Journal of Abnormal Psychology, 88*(3), 242–247. doi:10.1037/0021-843X.88.3.242

Snyder, C. R., Harris, C., Anderson, J. R., Holleran, S. A., Irving, L. M., Sigmon, S. T., ... Harney, P. (1991). The will and the ways: development and validation of an individual-differences measure of hope. *Journal of Personality and Social Psychology*, *60*(4), 570–585.

Tindle, H. A., Chang, Y.-F., Kuller, L. H., Manson, J. E., Robinson, J. G., Rosal, M. C., ... Matthews, K. A. (2009). Optimism, cynical hostility, and incident coronary heart disease and mortality in the women's health initiative. *Circulation*, *120*(8), 656–662. doi:10.1161/CIRCULATIONAHA.108.827642

Tuten, T. L., & Neidermeyer, P. E. (2004). Performance, satisfaction and turnover in call centers: The effects of stress and optimism. *Journal of Business Research*, *57*(1), 26–34. doi:10.1016/S0148-2963(02)00281-3

Vautier, S., Raufaste, E., & Cariou, M. (2003). Dimensionality of the Revised Life Orientation Test and the status of filler items. *International Journal of Psychology*, *38*(6), 390–400. doi:10.1080/00207590344000222

Zenger, M., Finck, C., Zanon, C., Jimenez, W., Singer, S., & Hinz, A. (2013). Evaluation of the Latin American version of the Life Orientation Test-Revised. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, *13*(3), 243–252. doi:10.1016/S1697-2600(13)70029-2

Tamara O. Gordeeva — Professor, Lomonosov Moscow State University; Lead Research Fellow, International Research Laboratory of Positive Psychology of Personality and Motivation, National Research University Higher School of Economics, DSc in Psychology.
Research Area: motivation, self-regulation, optimism, well-being
E-mail: tamgordeeva@gmail.com

Oleg A. Sychev — Associate Professor, Research Fellow, Altai State Humanities Pedagogical University, Ph.D in Psychology.
Research Area: positive psychology, motivation, optimism, statistical methods.
in psychology.
E-mail: osn1@mail.ru

Evgeny N. Osin — Associate Professor, Lead Research Fellow, International Research Laboratory of Positive Psychology of Personality and Motivation, National Research University Higher School of Economics, Ph.D in Psychology.
Research Area: positive psychology, meaning of life, alienation, psychometrics.
E-mail: evgeny.n.osin@gmail.com