

## МЕТОДИКА «ЖИЗНЕННАЯ УСПЕШНОСТЬ»: СТРУКТУРА И ВАЛИДИЗАЦИЯ

Н.А. ДЕЕВА<sup>а</sup>

<sup>а</sup>Краснодарский университет МВД России, 350005, Краснодар, ул. Ярославская, д. 128

### Questionnaire “Life Success”: Structure and Validation

N.A. Deeva<sup>a</sup>

<sup>a</sup>Krasnodar University of the Ministry of Internal Affairs of Russia, 128 Yaroslavskaya Str., Krasnodar, 350005, Russian Federation

#### Резюме

В статье представлено описание процесса разработки и результатов валидации новой методики «Жизненная успешность». Методика направлена на изучение компонентов жизненной успешности личности как метаресурса в системе саморегуляции. Теоретический конструкт методики разработан на основе результатов анализа социально-философских, теоретических и прикладных психологических исследований, которые позволили подойти к пониманию жизненной успешности как триадического системно-функционального образования в системе саморегуляции личности, проявляющегося в виде механизма, свойства и состояния. Этот метаресурс позволяет личности рефлексивно соотносить личные цели, ценности и смыслы с процессами и результатами субъектной активности с учетом внутренних приоритетов и складывающихся социокультурных условий. Методика состоит из четырех частей, каждая из которых измеряет определенный компонент жизненной успешности (рефлексивные механизмы, интегративные качества, эмоциональные переживания, ценности). Исследование показало ( $N = 705$ ), что части обладают хорошей внутренней согласованностью ( $\alpha$  Кронбаха 0.789–0.897), конструктивной и кон-

#### Abstract

The article describes the process of development and the results of validation of a novel questionnaire “Life success”. The questionnaire aims to study the components of success in life of a person as a meta-resource in the self-regulation system. The development of the theoretical construct of the questionnaire was based on the results of the analysis of socio-philosophical, theoretical and applied psychological studies, which made it possible to understand the success in life as a triadic system-functional formation in the system of self-regulation of the personality that manifests itself as a mechanism, a trait and a state. This meta-resource allows a person to reflexively correlate personal goals, values and meanings with the processes and results of subjective activity, taking into account internal priorities and emerging socio-cultural conditions. The questionnaire consists of four subscales; each measures a certain component of success in life (reflexive mechanisms, integrative qualities, emotional experiences, values). The study showed ( $N = 705$ ) that the subscales have good internal consistency (Cronbach's  $\alpha$  0.789–0.897), construct

вергентной валидностью. Конструктивная валидность подтвердилась в результате проверки моделей при помощи конфирматорного факторного анализа. Конвергентная валидность подтвердилась в результате корреляционного анализа со шкалами специально отобранных методик, которые характеризуют мотивационное и психологическое состояние, ресурсные возможности, выраженность субъектности, особенности осознанной саморегуляции поведения. Respondents с высокими показателями жизненной успешности демонстрируют наиболее положительный мотивационный фон, удовлетворенность жизнью, экзистенциальную наполненность; проявляют такие ресурсные возможности, как жизнестойкость и готовность к изменениям; имеют высокие показатели субъектности. Неожиданным фактом явилось наличие отрицательных корреляций показателей жизненной успешности с некоторыми стилистическими показателями осознанной саморегуляции.

**Ключевые слова:** жизненная успешность личности, ресурсный подход, компоненты жизненной успешности, метаресурсы личности.

**Деева Наталья Александровна** — доцент, кафедра психологии и педагогики, Краснодарский университет МВД России, кандидат психологических наук, доцент.

Сфера интересов: психология жизненной успешности личности, ресурсный подход.  
E-mail: natalya\_deeva@bk.ru

and convergent validity. Construct validity was confirmed by validating the model using confirmatory factor analysis. The convergent validity was confirmed by means of correlation analysis with the subscales of selected questionnaires that measure motivational and psychological states, resource capabilities, levels of subjective activity, and specifics of conscious self-regulation of behavior. Respondents with high indices of life success demonstrate the most positive motivational background, life satisfaction, existential fulfillment; show such resource opportunities as resilience and readiness for personal change; have high levels of subjective activity. Nevertheless, negative correlations of indices of life success with some styles of conscious self-regulation was an unexpected result.

**Keywords:** personal life success, resource approach, components of life success, personal meta-resources.

**Natalya A. Deeva** — Associate Professor, Department of Psychology and Pedagogy, Krasnodar University of the Ministry of Internal Affairs of Russia, PhD in Psychology, Associate Professor.

Research Area: psychology of personality of life success, resource approach.  
E-mail: natalya\_deeva@bk.ru

На фоне процессов VUCA-мира проблема успеха требует качественного пересмотра (Тульчинский, 2016), возрастает значимость его этической и психологической составляющих. На сегодняшний день успеху придается статус ценности и консолидирующего начала в развитии современного общества (Гельфонд и др., 2020), осуществляются поиски моделей для развития полноценной концепции успешности современного человека (Шабунова и др., 2019). В психологическом контексте успех для субъекта — это соприкосновение с результатом как с границей взаимодействия с миром, отражаясь от которой он подтверждает свое существование. Процесс рефлексивного обнаружения данного «соприкосновения» возможен за счет психологического феномена жизненной успешности. Понимание сущности и функционирования жизненной успешности открывает возможности наиболее глубокого осмысления личностных ресурсов. Ресурсный подход позволяет обратиться к конструктивному началу личности и поиску ее сильных сторон. «Психологические ресурсы

могут играть буферную роль в отношении уязвимости к негативным психологическим последствиям пандемии и помогать находить позитивные возможности» (Bokhan et al., 2021, p. 274).

Проведенный анализ позволил выявить и обосновать триадический подход к пониманию жизненной успешности через механизм, свойство и состояние, которые во взаимосвязи образуют метаресурс личности, выполняющий регулятивную функцию и проявляющийся в субъектности личности. Наиболее широкий контекст такого понимания очерчивается в социально-философских исследованиях (Ключников, 2003; Караханян, 2010; Коган, 2020; и др.). В рамках различных направлений психологических исследований проблематика жизненной успешности раскрывается в такой связке. В данном случае коснемся лишь тех исследований, которые в наибольшей степени оказали влияние на разработку конструкта жизненной успешности, положенного в основу исследовательской методики.

Анализ прикладных психологических работ (Кови, 2012; Brian, 2005; МакГро, 2002; и др.) позволил очертить понимание жизненной успешности как регулятивного рефлексивного механизма, интегративного свойства и состояния. Суть механизма заключается в соотношении ценностно-смыслового содержания внутреннего мира с внешними обстоятельствами за счет определенных правил, принципов и стратегий. Интегративность свойства включает в себя три основные совокупности качеств личности: качества, характеризующие направленность личности; качества, обуславливающие способность продуктивно рефлексировать и осуществлять саморегуляцию; качества, лежащие в основе soft-skills. Жизненная успешность как состояние скорее связана с эмоциональными переживаниями, сопровождающими процесс и результат достижения целей: удовлетворенность, увлеченность, интерес, радость, восторг, счастье и благополучие (Деева, 2017).

Позитивная психология затрагивает проблемы, связанные с жизненной успешностью, в связи с вопросами духовной сферы и позиции личности, ее ресурсного потенциала (Seligman, 2012), где долговременный подлинный успех несет в себе регулятивную функцию, задавая траекторию жизни и ее целевые ориентиры. Особое внимание уделяется роли успешности в процессах регуляции и в обеспечении ресурсности личности, что подчеркивает сложность данного феномена и дает основание отнести его к разряду метаресурсов.

Понимание успешности с позиций когнитивно-поведенческих метасхем предполагает взаимосвязь осознания личностью своего образа мыслей, эмоций, мотивов, поведенческих реакций с их реализацией, приводящей или не приводящей к успеху, где одними из важнейших характеристик являются гибкость, устойчивость к неопределенности и фрустрации, конгруэнтность, целеполагание (Лихи, 2020).

В рамках субъектно-деятельностной парадигмы проблематика успеха и успешности личности лежит в семантическом поле категорий и понятий, связанных с осмысленностью пространства жизни и человека. Успешность выступает в качестве структурно-функционального компонента процесса саморегуляции и показателя ее эффективности (Моросанова, 2010).

Интерес исследователей к концептуализации феномена жизненной успешности в психологии наблюдается с начала XXI в.: выявляется и исследуется сущность феномена (Батури́н, 2018; Батури́на, Черняева, 2018), очерчивается конструкт (Гафарова, Черняева, 2015), эмпирически исследуются характеристики успешной личности и особенности представлений об успехе, наиболее значимые детерминанты успешности (Логвинова, 2016; Головчанова, 2010).

Обобщенно успешность представляется как сложное психологическое образование (Батури́на, Черняева, 2018), характеризующее продвижение личности к успеху (Шевкиева и др., 2018), через оценку личности своих социально значимых достижений. В этом выражается сущность механизмов жизненной успешности, участвующих в саморегуляции и реализующих функцию «настройки», упорядочивания комплекса личностных ресурсов по отношению к взаимодействию с миром.

Отдельная линия исследований связана с изучением характеристик личности, детерминирующих успешность. Например, в качестве одного из важнейших предикторов успешности и субъективного благополучия (Seligman, 2012; Ерофеева, 2021) исследователи выделяют черту «grift» как совокупность упорства (perseverance of effort) и приверженности долгосрочным целям (passion for long-term goals) (Duckworth et al., 2007). В отечественных исследованиях «grift» понимается как настойчивость и отмечается ее взаимосвязь с успешностью (Ерофеева, Нартова-Бочавер, 2020). Наряду с настойчивостью выделяется и такой смежный фактор, как самоконтроль (Duckworth, Gross, 2014). Также обозначается наличие взаимосвязи успешности с диспозиционным оптимизмом (Гордеева и др., 2021), активной жизненной позицией человека, со стремлением к самореализации (Крамаренко, 2008), с целями личности (Сидоров, Васильев, 2018), с чувствительностью к обратной связи и др. Изучаемые характеристики представляют собой сложные интегративные качества личности, которые в совокупности могут составлять комплекс личностных ресурсов.

Исследования, отражающие взаимосвязь успешности с такими феноменами, как субъективное и психологическое благополучие (Батури́на, Черняева, 2018), удовлетворенность, смысловая наполненность, ощущение гармонии с миром (Дворецкая, Лоцакова, 2016), указывают на ее содержание как определенного эмоционального состояния, выражающегося в субъективном переживании достижения успеха (Дементий, 2004).

Таким образом, четко очерчивается понимание жизненной успешности как метаресурса в системе саморегуляции. Метаресурсы занимают иерархически высшую ступень в сложной системе личностных ресурсов (Марков, 2010), выполняют функцию настройки всей этой системы за счет трансформации ценностно-смыслового контекста взаимодействия человека с миром. В рамках метаресурсной концепции жизненная успешность – это есть комплексное образование, функционирующее как механизм, свойство и состояние в субъектной активности личности, и проявляющееся как рефлексивное сопоставление целей и результатов субъектной активности с учетом их значимости, ценностно-смысловой нагруженности и социокультурной значимости (Деева,

2017). Такое понимание основывается на структурно-функциональном подходе, который предполагает наличие системы взаимосвязанных структурно-функциональных компонентов: система рефлексивных механизмов (включает в себя три взаимосвязанных рефлексивных механизма, которые направлены на работу со значимыми целями, ценностями и смыслами); комплексная структура личностных качеств (лежат в основе формирования и реализации процессов постановки и достижения целей, направленности и жизненных диспозиций личности); комплекс эмоциональных переживаний, сопровождающих процессы осмысления и оценивания собственных достижений (см. рисунок 1). Данный теоретический конструкт был положен в основание исследовательской методики.

Операционализация (уточнение феноменологического проявления составляющих жизненной успешности личности) данной исследовательской методики происходила при помощи качественного метода тематического анализа научных и практических текстов, охваченных на стадии систематизации материала теоретическим анализом в русле проблематики жизненной успешности, а также качественных эмпирических данных, полученных с помощью исследовательского эссе «Жизненная успешность современной личности» и в виде развернутых ответов на неоконченные предложения «Жизненная успешность — это...»; «Успешный человек — это...». В результате операционализации теоретического конструкта стало возможным выделение отдельных частей методики и их содержательного наполнения, а также определение исследовательского приема в каждой из частей методики.

Первый вариант методики был апробирован в пилотажном исследовании, которое проводилось на выборках студентов колледжей и университетов (Деева, 2018). По результатам апробации были усовершенствованы вторая и третья часть методики: уточнен список качеств личности и откорректированы формулировки эмоциональных переживаний. Во второй части методики процентное оценивание было изменено на балльное (введена восьмибалльная шкала).

В статье представлены результаты валидизации второго варианта методики на расширенной выборке. В процессе валидизации проверялись ее надежность, конструктная и конвергентная валидности.

### Метод

В исследовании приняло участие 705 респондентов, проживающих в России, в возрасте от 16 до 54 лет ( $M = 24.59$ ,  $SD = 8.54$ ), 43.97% ( $N = 310$ ) мужчин и 56.03% ( $N = 395$ ) женщин. Из них 326 (46.24%) человек состоят на службе в МВД России (80 курсантов и 145 слушателей образовательных организаций МВД России, 52 обучающихся в адъюнктуре, 49 сотрудников ОВД, имеющих офицерские звания); 374 (53.05%) человека являются субъектами образовательного процесса в области профессионального образования (197 студентов университетов, 57 студентов колледжей, 120 преподавателей высшей школы); пять человек (0.71%) указали иную сферу занятости. Исследование проводилось с 2017 по 2021 г. с помощью методики «Жизненная

Рисунок 1

Структурно-функциональная схема жизненной успешности как метаресурса личности



успешность»; в отдельных группах респондентов были задействованы методики, используемые для подтверждения конвергентной валидности.

Исследовательская методика «Жизненная успешность» направлена на исследование компонентов жизненной успешности. В результате операционализации теоретического конструкта стало возможным выделение четырех частей методики и их содержательного наполнения, а также определение исследовательского приема в каждой из частей (см. Приложение).

Для определения конвергентной валидности данной методики исследовалось наличие корреляционных связей между показателями данной методики и показателями методик, валидность и надежность которых доказаны:

- методики «Шкала надежды» Ч.Р. Снайдера (Елшанский и др., 2014; Snyder et al., 1991), направленной на исследование общего положительного мотивационного фона личности;

- теста «Индекс жизненной удовлетворенности» Б. Нойгартен в адаптации Н.В. Паниной, направленного на измерение показателей общего психологического состояния человека, степени его психологического комфорта (Кроник, 1993);

- «Теста жизнестойкости» С. Мадди в адаптации Д.А. Леонтьева и Е.И. Рассказовой (Леонтьев, Рассказова, 2006), направленного на исследование жизнестойкости как диспозиции личности по отношению к себе и миру;

- «Шкалы экзистенции» А. Лэнгле и К. Орглера в адаптации И.Н. Майниной и А.Ю. Васанова (Майнина, Васанов, 2010), направленной на исследование способности человека быть свободным, осмысленным и ответственным: выходить за пределы себя, жить в соответствии с выбранными ценностями, понимать важное в ситуации и доверять себе;

- методики «Уровень развития субъектности личности» М.А. Щукиной (Щукина, 2015), направленной на измерение показателей субъектности личности, позволяющих ей наиболее эффективно управлять собой и проявлять себя в социуме;

- «Опросника готовности личности к изменениям» С. Родника, Р. Хезера, Т. Голда, М. Хала в адаптации Н.А. Бажановой и Г.Л. Бардиер (Бажанова, 2005), направленного на выявление показателей, которые способствуют наибольшей эффективности личности в ситуациях, требующих изменений;

- опросника «Стиль саморегуляции поведения» В.И. Моросановой, направленного на измерение стилевых особенностей осознанной саморегуляции поведения личности.

## Результаты

Для проверки *надежности* первой, второй и третьей частей методики использовался коэффициент надежности  $\alpha$  Кронбаха, значения которого вычислялись на выборках, смешанных по возрасту, полу, уровню образования и профессиональной принадлежности. Полученные данные располагаются в диапазоне 0.789–0.897, что позволяет судить о внутренней согласованности данных частей.

Для проверки конструктивной валидности был применен конфирматорный факторный анализ (программа IBM SPSS AMOS 26 Graphics). При тестировании моделей предполагалось, что переменные (утверждения опросника) входят в латентные факторы (компоненты жизненной успешности личности, которые являются шкалами методики), а также что шкалы методики коррелируют между собой и показателем рассогласования ценностей. Соответственно, при помощи конфирматорного факторного анализа были проверены следующие модели (см. таблицу 1):

Модель 1: переменные (утверждения первой части) в составе коррелирующих латентных факторов — рефлексивные механизмы жизненной успешности (рефлексивно-технологический механизм, рефлексивно-аксиологический механизм, рефлексивно-онтологический механизм).

Модель 2: переменные (перечень качеств второй части) в составе коррелирующих латентных факторов — интегральные свойства жизненной успешности (инструментальные качества, направленность на успех, жизненная диспозиция).

Модель 3: переменные (перечень эмоциональных переживаний третьей части) в составе коррелирующих латентных факторов — эмоциональные переживания жизненной успешности (праксические чувства, нравственные переживания, бытийные переживания).

Модель 4: коррелирующие переменные (шкалы методики) — рефлексивно-технологический механизм, рефлексивно-аксиологический механизм, рефлексивно-онтологический механизм; инструментальные качества, направленность на успех, жизненная диспозиция; праксические переживания, нравственные переживания, бытийные переживания — в составе латентных факторов: механизм, качество и переживание, а также взаимосвязь их с переменной «рассогласование ценностей».

Проверка первых трех моделей показала, что степень их соответствия исходным данным может считаться приемлемой, так как основные показатели соответствия имеют значения в пределах разумного либо стремятся к этому. В данных моделях показатели получены после включения нескольких ковариационных связей внутри латентных факторов.

В модели 1 (см. рисунок 2) соотношение  $\chi^2/df$  имеет значение 2.87 в пределах разумного (Marsh, 1985; Carmines, McIver, 1981). Все используемые

Таблица 1

**Показатели моделей построения методики «Жизненная успешность»  
по результатам конфирматорного факторного анализа**

| Модели   | $\chi^2$ | df  | $\chi^2/df$ | RMR   | GFI   | AGFI  | TLI   | CFI   | RMSEA |
|----------|----------|-----|-------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| Модель 1 | 1146.605 | 399 | 2.87        | 0.141 | 0.853 | 0.827 | 0.865 | 0.876 | 0.064 |
| Модель 2 | 736.729  | 368 | 2.00        | 0.240 | 0.723 | 0.637 | 0.767 | 0.789 | 0.080 |
| Модель 3 | 227.794  | 127 | 1.79        | 0.455 | 0.839 | 0.783 | 0.866 | 0.889 | 0.080 |
| Модель 4 | 56.112   | 32  | 1.75        | 0.044 | 0.920 | 0.863 | 0.940 | 0.957 | 0.058 |

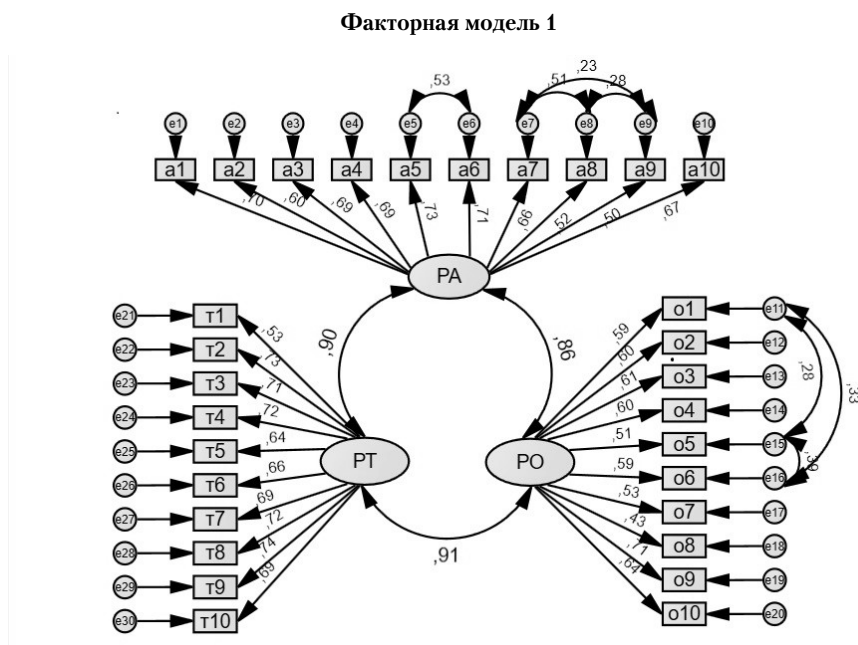


индексы согласия и пригодности стремятся к значению 0.90 и имеют значения выше 0.85, что говорит о приемлемости модели с учетом большого объема выборки. RMSEA (среднеквадратичная ошибка аппроксимации) составляет 0.064, что несколько превышает значение 0.5, однако является вполне приемлемым согласием для выборок большого объема (Наследов, 2013, с. 350; Browne, Cudeck, 1993).

В модели 2 (см. рисунок 3) соотношение  $\chi^2/df$  имеет значение 2.00 в пределах разумного (Marsh, 1985; Carmines, McIver, 1981). Индекс согласия TLI (0.767) немного не достигает нормы, при этом показатель RMSEA (0.080) находится в зоне приемлемости (Наследов, 2013, с. 350). Таким образом, сочетание индексов соответствия свидетельствует о том, что параметры модели скорее свидетельствуют о наличии риска недостоверной оценки, а не риска возникновения ошибок (Hu, Bentler, 1999).

В модели 3 (см. рисунок 4) соотношение  $\chi^2/df$  имеет значение 1.79 в пределах разумного (Marsh, 1985; Carmines, McIver, 1981). Все используемые индексы согласия и пригодности стремятся к значению 0.90. Индекс согласия TLI (0.866) немного не достигает нормы, при этом показатель RMSEA (0.080) находится в зоне приемлемости (Наследов, 2013, с. 350). Таким образом, сочетание

Рисунок 2



*Примечание:* PT — рефлексивно-технологический механизм, PA — рефлексивно-аксиологический механизм, PO — рефлексивно-онтологический механизм; т1–т10 — утверждения, направленные на выявление рефлексивно-технологического механизма; а1–а10 — утверждения, направленные на выявление рефлексивно-аксиологического механизма; о1–о10 — утверждения, направленные на выявление рефлексивно-онтологического механизма.

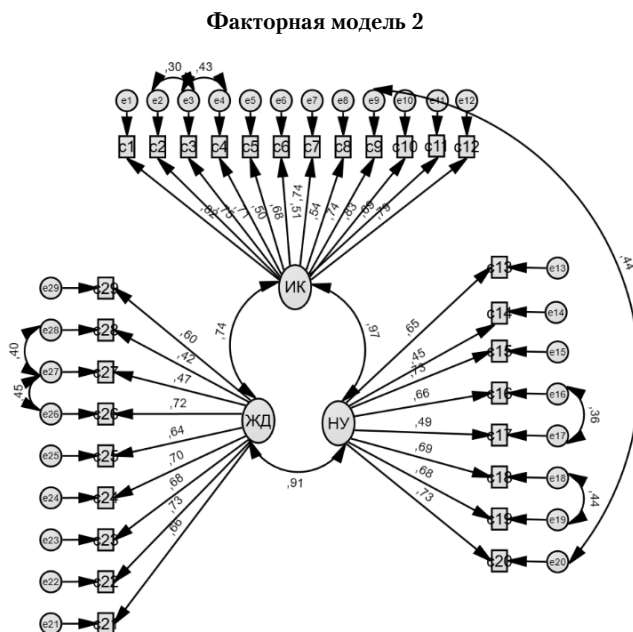
индексов соответствия свидетельствует о том, что параметры модели скорее говорят о наличии риска недостоверной оценки, а не риска возникновения ошибок (Hu, Bentler, 1999).

Проверка модели 4 показала, что она соответствует исходным данным, так как основные показатели согласия имеют требуемые значения (см. рисунок 5). Так, соотношение  $\chi^2/df$  имеет значение 1.75. Все используемые индексы согласия и пригодности имеют значения 0.90 и выше, что говорит о доказательности модели. RMSEA составляет 0.058, что близко к значению 0.50, которое свидетельствует о приемлемости модели. В модель включен показатель из четвертой части методики «рассогласование ценностей», который взаимосвязан с показателем «механизмы».

При проверке *конвергентной* валидности обнаружены значимые корреляции большинства показателей жизненной успешности со шкалами специально отобранных исследовательских методик, направленных на диагностику позитивных мотивационных и психологических состояний, личностных ресурсов, выраженности субъектности, особенностей осознанной саморегуляции деятельности.

Мотивационное и психологическое состояние связано практически со всеми показателями методики (см. таблицы 2–4).

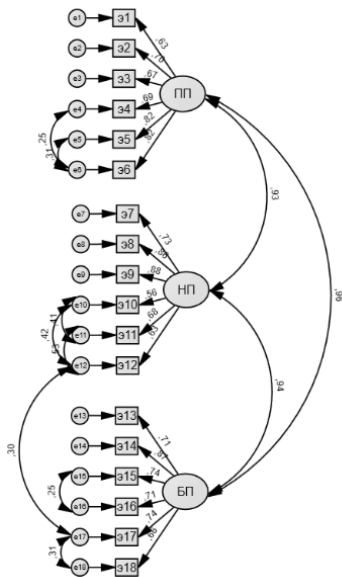
Рисунок 3



*Примечание:* ИК — инструментальные качества, НУ — качества, обуславливающие направленность личности на успех, ЖД — качества, определяющие жизненную диспозицию личности; c1–c12 — утверждения, направленные на выявление инструментальных качеств; c13–c20 — утверждения, направленные на выявление направленности на успех; c21–c29 — утверждения, направленные на выявление жизненной диспозиции.

Рисунок 4

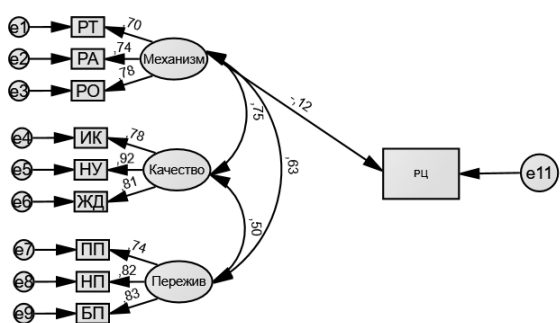
Факторная модель 3



Примечание: ПП — практические переживания, НП — нравственные переживания, БП — бытийные переживания; э1–э6 — характеристики, направленные на выявление практических переживаний; э7–э12 — характеристики, направленные на выявление нравственных переживаний; э13–э18 — характеристики, направленные на выявление бытийных переживаний.

Рисунок 5

Факторная модель 4



Примечание: РТ — рефлексивно-технологический механизм, РА — рефлексивно-аксиологический механизм, РО — рефлексивно-онтологический механизм, ИК — инструментальные качества, НУ — качества, обуславливающие направленность личности на успех, ЖД — качества, определяющие жизненную диспозицию личности, ПП — практические переживания, НП — нравственные переживания, БП — бытийные переживания, РЦ — рассогласование ценностей.

Таблица 2

**Значимые корреляции показателей методик «Жизненная успешность»  
и «Шкала надежды» (n = 129)**

| Показатели   | Чувство успешного действия (энергия) | Планирование пути достижения цели | Надежда |
|--|--------------------------------------|-----------------------------------|---------|
| Рефлексивно-технологический механизм                 | 0.411**                              | 0.330**                           | 0.433** |
| Рефлексивно-аксиологический механизм                 | 0.372**                              | 0.301**                           | 0.389** |
| Рефлексивно-онтологический механизм                  | 0.334**                              | 0.221**                           | 0.315** |
| Инструментальные качества                            | 0.237**                              |                                   | 0.265** |
| Направленность на успех                              | 0.252**                              | 0.202**                           | 0.256*  |
| Жизненная диспозиция                                 | 0.701**                              |                                   | 0.601** |
| Практические переживания                             |                                      | 0.573**                           |         |
| Бытийные переживания                                 | 0.733**                              | 0.689**                           | 0.721** |
| Субъективная оценка собственной жизненной успешности | 0.252**                              | 0.365**                           | 0.272** |

Таблица 3

**Значимые корреляции показателей методик «Жизненная успешность»  
и «Индекс жизненной удовлетворенности» (n = 128)**

| Показатели   | 1       | 2       | 3       | 4       | 5       | 6       |
|--|---------|---------|---------|---------|---------|---------|
| Рефлексивно-технологический механизм                 | 0.385** | 0.243*  | 0.332** | 0.271** |         | 0.384** |
| Рефлексивно-аксиологический механизм                 | 0.391** | 0.237*  | 0.393** | 0.322** | 0.232*  | 0.439** |
| Рефлексивно-онтологический механизм                  | 0.312** |         | 0.363** | 0.239*  |         | 0.349** |
| Инструментальные качества                            | 0.216*  |         |         | 0.211*  | 0.252** | 0.206*  |
| Направленность на успех                              | 0.301** | 0.221** |         | 0.234** | 0.266** | 0.265** |
| Жизненная диспозиция                                 | 0.210*  |         |         | 0.244** | 0.392** | 0.252** |
| Практические переживания                             | 0.354** |         |         |         | 0.287** | 0.245** |
| Бытийные переживания                                 | 0.341** |         |         | 0.217*  | 0.332** | 0.265** |
| Субъективная оценка собственной жизненной успешности | 0.322** |         |         | 0.441** | 0.237** | 0.233** |

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

*Примечание.* 1 — Интерес к жизни, 2 — Последовательность в достижении целей, 3 — Согласованность между поставленными и достигнутыми целями, 4 — Положительная оценка себя и собственных поступков, 5 — Общий фон настроения, 6 — Индекс жизненной удовлетворенности.

Таблица 4

**Значимые корреляции показателей методик «Жизненная успешность»  
и «Шкала экзистенции» (n = 30)**

| Показатели   | ST     | P       | F      | V       | E       | G       |
|--|--------|---------|--------|---------|---------|---------|
| Рефлексивно-аксиологический механизм                 |        | 0.562** |        | 0.424*  |         | 0.538** |
| Рефлексивно-технологический механизм                 |        | 0.445*  |        | 0.417*  |         | 0.472** |
| Рефлексивно-онтологический механизм                  |        | 0.381*  |        |         |         |         |
| Инструментальные качества                            | 0.409* | 0.442*  |        | 0.399*  |         | 0.485** |
| Направленность на успех                              | 0.443* |         |        | 0.504** | 0.397*  | 0.471** |
| Жизненная диспозиция                                 | 0.425* | 0.458*  |        | 0.424*  |         | 0.506** |
| Практические переживания                             |        | 0.483** |        |         |         | 0.440*  |
| Нравственные переживания                             |        | 0.509** |        | 0.372*  |         | 0.475** |
| Бытийные переживания                                 |        | 0.369*  |        | 0.480** | 0.439*  | 0.448*  |
| Рассогласованность ценностей                         |        |         |        | −0.390* | −0.386* |         |
| Субъективная оценка собственной жизненной успешности |        | 0.526** | 0.461* | 0.460*  | 0.470*  | 0.463*  |

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

*Примечание.* ST — самотрансценденция, F — свобода, V — ответственность, P — персонификация, E — экзистенция, G — экзистенциальная наполненность.

Выявлены значимые и логически объяснимые взаимосвязи между показателями жизненной успешности и шкалами методик, отражающими ресурсные возможности личности, которые способствуют ее успешности (см. таблицы 5 и 6).

Показатели субъектности обнаружили взаимосвязи с большинством шкал валидируемой методики (см. таблицу 7).

Выявлены отрицательные значимые взаимосвязи между компонентами жизненной успешности и показателями осознанной саморегуляции поведения (таблица 8).

Таблица 5

**Значимые корреляции показателей методик «Жизненная успешность»  
и «Тест жизнестойкости» (n = 99)**

| Показатели   | Вовлеченность | Контроль | Принятие риска |
|--|---------------|----------|----------------|
| Направленность на успех                              | 0.223*        | 0.268**  | 0.225*         |
| Субъективная оценка собственной жизненной успешности |               | 0.256**  | 0.231*         |

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

Таблица 6

**Значимые корреляции показателей методики «Жизненная успешность»  
и «Опросника готовности личности к изменениям» (n = 56)**

| Показатели   | Страстность | Уверенность | Общий уровень готовности к изменениям |
|--|-------------|-------------|---------------------------------------|
| Рефлексивно-аксиологический механизм                 | 0.281*      |             | 0.322*                                |
| Рефлексивно-технологический механизм                 | 0.462**     |             | 0.402**                               |
| Инструментальные качества                            | 0.361**     | 0.370**     |                                       |
| Направленность на успех                              | 0.351**     | 0.296*      |                                       |
| Жизненная диспозиция                                 | 0.347**     |             |                                       |
| Нравственные переживания                             | 0.306*      |             |                                       |
| Бытийные переживания                                 | 0.483**     | 0.274*      | 0.325*                                |
| Субъективная оценка собственной жизненной успешности | 0.320*      | 0.326*      | 0.336*                                |

Таблица 7

**Значимые корреляции показателей методик «Жизненная успешность»  
и «Уровень развития субъектности личности» (n = 54)**

| Показатели   | 1       | 2       | 3       | 4       | 5      | 6       |
|--|---------|---------|---------|---------|--------|---------|
| Рефлексивно-технологический механизм                 | 0.370** | 0.399** | 0.313*  | 0.567** | 0.305* | 0.386** |
| Рефлексивно-аксиологический механизм                 | 0.442** | 0.323*  |         | 0.519** |        | 0.478** |
| Рефлексивно-онтологический механизм                  | 0.439** | 0.381** |         | 0.423** | 0.278* | 0.481** |
| Направленность на успех                              | 0.304*  | 0.347*  |         | 0.326*  |        | 0.359*  |
| Жизненная диспозиция                                 | 0.349*  | 0.358** |         | 0.388** |        | 0.396** |
| Практические переживания                             | 0.318*  |         |         | 0.302*  |        | 0.353*  |
| Нравственные переживания                             | 0.452** | 0.393** | 0.398** | 0.422** | 0.299* | 0.441** |
| Бытийные переживания                                 | 0.361** | 0.279*  |         |         |        |         |
| Субъективная оценка собственной жизненной успешности | 0.416*  |         |         | 0.339*  | 0.336* | 0.417*  |

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

*Примечание.* 1 — Активность/реактивность, 2 — Автономность/зависимость, 3 — Целостность/интегративность, 4 — Опосредованность/непосредственность, 5 — Креативность/репродуктивность, 6 — Самоценность/малоценность.

Таблица 8

**Значимые корреляции показателей методик «Жизненная успешность»  
и «Стиль саморегуляции поведения» (n = 52)**

| Показатели                          | Оценка результата | Гибкость | Общий уровень саморегуляции |
|-------------------------------------|-------------------|----------|-----------------------------|
| Рефлексивно-онтологический механизм | 0.602*            |          |                             |
| Инструментальные качества           |                   |          | 0.623**                     |
| Направленность на успех             | 0.721**           |          | 0.533*                      |
| Жизненная диспозиция                | 0.516*            |          | 0.539*                      |
| Нравственные переживания            |                   | 0.632*   |                             |

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

### Обсуждение

Представленное исследование направлено на валидизацию методики «Жизненная успешность», разработанной на основании теоретического конструкта жизненной успешности личности. Эмпирическое подтверждение теоретическому конструкту было найдено по всем четырем частям методики, каждая из которых исследует отдельный компонент жизненной успешности. О валидности и внутренней согласованности методики свидетельствуют данные, полученные в результате применения критерия  $\alpha$  Кронбаха, подтверждающего факторного анализа, корреляционного анализа.

Конфирматорный факторный анализ подтвердил адекватность используемого теоретического конструкта жизненной успешности личности эмпирическим данным и правомерность выделения таких составляющих жизненной успешности личности, как рефлексивные механизмы, интегральные качества личности, эмоциональные переживания, ценности.

При проверке конвергентной валидности выявлено, что все показатели жизненной успешности связаны со шкалами отобранного комплекса методик, измеряющих те ресурсы, которые выражают конструктивное начало личности и положительно-активное отношение ее к жизни. Отметим, что в таблицах представлены только те шкалы методик, которые имеют значимые взаимосвязи с показателями жизненной успешности. Исходя из полученных данных, обобщенно респондентов с выраженной жизненной успешностью можно охарактеризовать как наиболее энергичных, настроенных на успех, удовлетворенных собственной жизнью, экзистенциально наполненных, понимающих соотношение свободы и ответственности, вовлеченных в жизнь и принимающих риск, осуществляющих продуктивный контроль, страстных и уверенных, готовых к изменениям, имеющих ярко выраженную субъектность. При этом особо стоит отметить наличие отрицательных значимых корреляций между показателями осознанной саморегуляции поведения (оценка результата, гибкость и общий уровень) и показателями жизненной успешности, что, возможно,

указывает на сдерживающую роль стилистических особенностей осознанной саморегуляции поведения по отношению к метаресурсу жизненной успешности.

Методика может быть эффективно использована для исследования индивидуальных особенностей и типичных характеристик функционирования жизненной успешности как метаресурса. Однако требуется ее дальнейшая апробация в плане усиления метрической инвариантности за счет увеличения разновозрастных выборок, расширения выборок из представителей различных профессиональных сфер, носителей различных этнокультурных особенностей.

## Литература

- Бажанова, Н. А. (2005). Личностная готовность к переменам в контексте исследования феномена «ожидания». Перевод и апробация опросника «Personal change-readiness survey». *Acta eruditiorum. Научные доклады и сообщения (Приложение к журналу «Вестник РХГА»)*, 2, 169–178.
- Батурин, Н. А. (2018). *Успех и неудача: теория, исследование, практика*. Челябинск: Издательский центр ЮУрГУ.
- Батурина, Н. В., Черняева, Ю. Е. (2018). Отношение успеха, жизненной успешности и личностного благополучия. *Теоретическая и экспериментальная психология*, 11(4), 18–23.
- Гафарова, Н. В., Черняева, Ю. Е. (2015). Анализ содержания концепта «Жизненная успешность» как основа разработки исследовательской методики. В кн. Н. А. Батурин (отв. ред.), *Современная психодиагностика России. Преодоление кризиса* (с. 35–39). Челябинск: Издательский центр ЮУрГУ.
- Гельфонд, М. Л., Мишук, О. Н., Мирошина, Е. Ю. (2020). Успех как ценность: опыт количественного анализа (на материалах Тульской области). *Вестник Тульского филиала Финансового университета*, 1, 330–333.
- Головчанова, Н. В. (2010). *Социально-психологические характеристики успешности региональной элиты* [Кандидатская диссертация]. Ярославский государственный университет им. П.Г. Демидова.
- Гордеева, Т. О., Сычев, О. А., Осин, Е. Н. (2021). Диагностика диспозиционного оптимизма, валидность и надежность опросника ТДО-П. *Психология. Журнал Высшей школы экономики*, 18(1), 34–55. <https://doi.org/10.17323/1813-8918-2021-1-34-55>
- Дворецкая, М. Я., Лошакова, А. Б. (2016). Образ успешности в современных психологических исследованиях. *Мир науки*, 4(2). <http://mir-nauki.com/PDF/09PSMN216.pdf>
- Деева, Н. А. (2017). Жизненная успешность: механизм, свойство состояние. Контексты понимания. *Современные исследования социальных проблем (электронный научный журнал)*, 8 (11-1), 22–45. <https://doi.org/10.12731/2218-7405-2017-11-22-45>
- Деева, Н. А. (2018). Жизненная успешность как метаресурс в системе саморегуляции личности студентов, получающих среднее специальное и высшее образование. *Вестник Удмуртского университета. Серия «Философия. Психология. Педагогика»*, 28(3), 297–307.
- Дементий, Л. И. (2004). К поиску личностных оснований достижения успеха. *Личность. Культура. Общество*, 6(4(24)), 249–258.
- Елшанский, С. П., Ануфриев, А. Ф., Камалетдинова, З. Ф., Сапарин, О. Е., Семенов, Д. В. (2014). Русскоязычная версия шкалы надежды Ч.Р. Снайдера. *Современные научные исследования и инновации*, 7(39). <http://web.snauka.ru/issues/2014/07/36446>



- Ерофеева, В. Г. (2021). Особенности личных нарративов о достижениях в зависимости от настойчивости. *Психологические исследования*, 14(75), 3. <https://doi.org/10.54359/ps.v14i75.150>
- Ерофеева, В. Г., Нартова-Бочавер, С. К. (2020). Что такое «grit» и почему она может быть личностным ресурсом? *Современная зарубежная психология*, 9(4), 22–31. <https://doi.org/10.17759/jmfp.2020090402>
- Караханян, Е. В. (2010). *Социально-философская концепция успеха* [Кандидатская диссертация]. Башкирский государственный университет, Уфа.
- Ключников, С. Ю. (2003). *Философия успеха: гносеологический анализ* [Кандидатская диссертация]. Московский государственный университет сервиса.
- Кови, С. Р. (2012). *Семь навыков высокоэффективных людей: Мощные инструменты развития личности*. М.: Альпина Паблишер.
- Коган, Е. А. (2020). Успешный человек глазами будущих инженеров. *Человеческий капитал*, 3(135), 120–127.
- Крамаренко, Н. С. (2008). Психологические составляющие понятия «успех». *Вестник Университета Российской академии образования*, 4, 122–124.
- Кроник, А. А. (1993). *Lifeline и другие новые методы психологии жизненного пути*. М.: Прогресс.
- Леонтьев, Д. А., Рассказова, Е. И. (2006). *Тест жизнестойкости*. М.: Смысл.
- Лихи, Р. (2020). *Техники когнитивной психотерапии*. СПб.: Питер.
- Логвинова, Т. Г. (2016). Жизненная успешность как психологический феномен. *Образование и общество*, 3(98), 75–80.
- Майнина, И. Н., Васанов, А. Ю. (2010). Стандартизация методики «Шкала экзистенции» А. Лэнгле, К. Орглер. *Психологический журнал*, 31(1), 87–99.
- МакГро, Ф. (2002). *Стратегии жизни*. М.: ООО «Добрая книга».
- Марков, В. Н. (2010). Ресурсный подход к психологической диагностике: основные принципы. *Вестник РУДН. Серия «Психология и педагогика»*, 4, 5–10.
- Моросанова, В. И. (2010). Индивидуальные особенности осознанной саморегуляции произвольной активности человека. *Вестник Московского университета. Серия 14. Психология*, 1, 36–46.
- Наследов, А. (2013). *IBM SPSS Statistics 20 и AMOS: профессиональный статистический анализ данных*. СПб.: Питер.
- Сидоров, К. Р., Васильев, И. А. (2018). Методика исследования содержания целей человека. *Вестник Московского университета. Серия 14. Психология*, 3, 90–108.
- Тульчинский, Г. Л. (2016). Успех этики успеха. *Ведомости прикладной этики*, 48, 27–35. [https://www.tyuiu.ru/wp-content/uploads/2016/07/Vedomosti-prikladnoj-etiki\\_48\\_150.pdf](https://www.tyuiu.ru/wp-content/uploads/2016/07/Vedomosti-prikladnoj-etiki_48_150.pdf)
- Шабунова, А. А., Доброхлеб, В. Г., Медведева, Е. И., Крошилин, С. В., Сухоцка, Л., Шухатович, В. Р., Леонидова, Г. В., Молчанова, Е. В. (2019). Успешность современного человека: теоретико-методологические аспекты исследования. *Экономические и социальные перемены: факты, тенденции, прогноз*, 12(6), 27–50. <https://doi.org/10.15838/esc.2019.6.66.2>
- Шевкиева, Н. Б., Боваева, А. В., Сержанова, З. Р., Харлаева, Д. Д. (2018). Понятия «успех» и «успешность» в ракурсе отечественной психологии. *Современная наука: актуальные проблемы теории и практики. Серия «Познание»*, 12(87), 91–93.
- Щукина, А. М. (2015). *Психология саморазвития личности*. СПб.: Изд-во СПбГУ.

## References

- Baturin, N. A. (2018). *Uspekhi i neudacha: teoriya, issledovanie, praktika* [Success and failure: theory, research, practice]. Chelyabinsk: Izdatel'skii tsentr YuUrGU.
- Baturina, N. V., & Chernyaeva, Yu. E. (2018). The relation between success, success in life and personal well-being. *Teoreticheskaya i Experimental'naya Psikhologiya [Theoretical and Experimental Psychology]*, 11(4), 18–23. (in Russian)
- Bazhanova, N. A. (2005). Lichnostnaya gotovnost' k peremenam v kontekste issledovaniya fenomena “ozhidaniya”. Perevod i aprobatsiya oprosnika “Personal change-readiness survey” [Personal readiness for change in the context of research of the “expectation” phenomenon. Translation and approbation of the “Personal change-readiness survey” questionnaire]. *Acta eruditorum. Nauchnye doklady i soobshcheniya (Prilozhenie k zhurnalu “RHGA Bulletin”)*, 2, 169–178.
- Bokhan, T. G., Galazhinsky, E. V., Leontiev, D. A., Rasskazova, E. I., Terekhina, O. V., Ulyanich, A. L., Shabalovskaya, M. V., Bogomaz, S. A., & Vidyakina, T. A. (2021). Covid-19 and subjective well-being: perceived impact, positive psychological resources and protective behavior. *Psychology. Journal of the Higher School of Economics*, 18(2), 259–275. <https://doi.org/10.17323/1813-8918-2021-2-259-275>
- Brian, T. (2005). *Turbocoach: A powerful system for achieving breakthrough career success*. AMACOM.
- Browne, M. W., & Cudeck, R. (1993). Alternative ways of assessing model fit. In K. A. Bollen & J. S. Long (Eds.), *Testing structural equation models* (pp. 136–162). Newbury Park, CA: Sage.
- Butler, M. Ya. (2016). The image of success in modern psychological research. The world of science. 4 (2): <http://mir-nauki.com/PDF/09PSMN216.pdf>
- Carmines, E. G., & McIver, J. P. (1981). Analyzing models with unobserved variables. In G. W. Bohrnstedt & E. F. Borgatta (Eds.), *Social measurement: Current issues* (p. 80). Beverly Hills, CA: Sage.
- Covey, S. R. (2012). *Sem' navykov vysokoeffektivnykh lyudei: Moshchnye instrumenty razvitiya lichnosti* [The 7 habits of highly effective people: Restoring the character ethic]. Moscow: Al'pina Publisher. (Original work published 1989)
- Deeva, N. A. (2017). Success in life: mechanism, state property. Contexts of understanding. *Modern Studies of Social Problems (electronic scientific journal)*, 8(11-1), 22–45. <https://doi.org/10.12731/2218-7405-2017-11-22-45> (in Russian)
- Deeva, N. A. (2018). Success in life as a meta-resource in the system of self-regulation of the personality of students receiving secondary specialized and higher education. *Bulletin of the Udmurt University. Philosophy series. Psychology. Pedagogy*, 28(3), 297–307. (in Russian)
- Dementii, L. I. (2004). To the search for personal reasons for achieving success. *Lichnost'. Kul'tura. Obshchestvo*, 6(4(24)), 249–258. (in Russian)
- Duckworth, A., & Gross, J. J. (2014). Self-control and grit: related but separable determinants of success. *Current Directions in Psychological Science*, 5(23), 319–325. <https://doi.org/10.1177/0963721414541462>
- Duckworth, A. L., Peterson, C., Matthews, M. D., & Kelly, D. R. (2007). Grit: perseverance and passion for long-term goals. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92(6), 1087–1101. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.92.6.1087>
- Dvoret'skaya, M. Ya., & Loshchakova, A. B. (2016). Image of successfulness in the modern psychological research. *Mir Nauki*, 4(2). <https://mir-nauki.com/PDF/09PSMN216.pdf> (in Russian)
- Gafarova, N. V., & Chernyaeva, Yu. E. (2015). Analiz sodержaniya kontsepta “Zhiznennaya uspehnost'” kak osnova razrabotki issledovatel'skoi metodiki [The content analysis of the concept “Life

- Success” as the basis for the development of research methods]. In N. A. Baturin (Ed.), *Sovremennaya psikhodiagnostika Rossii. Preodolenie krizisa* [Modern psychodiagnostics in Russia. Overcoming the crisis] (pp. 35–39). Chelyabinsk: Izdatel'skii tsentr YuUrGU.
- Gel'fond, M. L., Mishchuk, O. N., & Miroshina, E. Yu. (2020). Success as a value: the experience of quantitative analysis (based on Tula region). *Vestnik Tul'skogo Filiala Finuniversiteta*, 1, 330–333. (in Russian)
- Golovchanova, N. V. (2010). *Sotsial'no-psikhologicheskie kharakteristiki uspešnosti regional'noi elity* [Socio-psychological characteristics of the success of the regional elite] [PhD dissertation]. Yaroslavl State University, Yaroslavl, Russian Federation.
- Gordeeva, T. O., Sychev, O. A., & Osin, E. N. (2021). Diagnostics of dispositional optimism, validity and reliability of the TKO-P questionnaire. *Psychology. Journal of the Higher School of Economics*, 18(1), 34–55. <https://doi.org/10.17323/1813-8918-2021-1-34-55> (in Russian)
- Hu, L., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 6(1), 1–55. <https://doi.org/10.1080/10705519909540118>
- Karakhanyan, E. V. (2010). *Sotsial'no-filosofskaya kontseptsiya uspekha* [Social-philosophical concept of success] [PhD dissertation]. Bashkir State University, Ufa, Russian Federation.
- Klyuchnikov, S. Yu. (2003). *Filosofiya uspekha: gnoseologicheskii analiz* [The philosophy of success: an epistemological analysis] [PhD dissertation]. Russian State University of Tourism and Service, Cherkizovo, Pushkinsky District, Moscow Oblast, Russian Federation.
- Kogan, E. A. (2020). Uspeshnyi chelovek glazami budushchikh inzhenerov [A successful person through the eyes of future engineers]. *Chelovecheskii Kapital [Human Capital]*, 3(135), 120–127.
- Kramarenko, N. S. (2008). Concept of a success: Psychological components. *Vestnik Universiteta Rossiiskoi Akademii Obrazovaniya*, 4, 122–124. (in Russian)
- Kronik, A. A. (1993). *Lifeline i drugie novye metody psikhologii zhiznennogo puti* [Lifeline and other new methods in the Life Path psychology]. Moscow: Progress.
- Leahy, R. (2020). *Tekhniki kognitivnoi psikhoterapii* [Cognitive therapy techniques]. Saint Petersburg: Piter. (Original work published 2017)
- Leontiev, D. A., & Rasskazova, E. I. (2006). *Test zhiznestoikosti* [The Hardiness Survey]. Moscow: Smysl.
- Logvinova, T. G. (2016). Zhiznennaya uspešnost' kak psikhologicheskii fenomen [Life success as a psychological phenomenon]. *Obrazovanie i Obshchestvo*, 3(98), 75–80.
- Markov, V. N. (2010). The psychological diagnostics of the personal resources: main principle. *RUDN Journal of Psychology and Pedagogics*, 4, 5–10. (in Russian)
- Marsh, H. W. D. (1985). Application of confirmatory factor analysis to the study of self-concept: First and higher-order factor models and their invariance across groups. *Psychological Bulletin*, 97, 562–582.
- Maynina, I. N., & Vasnov, A. U. (2010). Standardization of Laengle–Orgler Existence Scale. *Psikhologicheskii Zhurnal*, 31(1), 87–99. (in Russian)
- McGraw, Ph. (2002). *Strategii zhizni* [Life strategies]. Moscow: Dobraya Kniga. (Original work published 1999)
- Morosanova, V. I. (2010). Individual differences of self-regulation of human voluntary activity. *Moscow University Psychology Bulletin*, 1, 36–46. (in Russian)
- Nasledov, A. (2013). *IBM SPSS Statistics 20 i AMOS: professional'nyi statisticheskii analiz dannykh* [IBM SPSS Statistics 20 and AMOS: Professional Statistical Data Analysis]. Saint Petersburg: Piter.
- Seligman, M. E. (2012). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. New York, NY: Free Press.

- Shabunova, A. A., Dobrokhleb, V. G., Medvedeva, E. I., Kroshilin, S. V., Suchocka, L., Shuhatovich, V.R., Leonidova, G. V., & Molchanova, E. V. (2019). The successfulness of a modern individual: theoretical and methodological aspects of the study. *Ekonomicheskie i Sotsial'nye Peremeny: Fakty, Tendentsii, Prognoz [Economic and Social Changes: Facts, Trends, Forecast]*, 12(6), 27–50. <https://doi.org/10.15838/esc.2019.6.66.2> (in Russian)
- Shchukina, A. M. (2015). *Psikhologiya samorazvitiya lichnosti* [Psychology of personality self-development]. Saint Petersburg: SPbGU.
- Shevkieva, N. B., Bovaeva, A. V., Serzhanova, Z. R., & Kharlaeva, D. D (2018). The concepts of “success” and “successfulness” from the perspective of Russian psychology. *Sovremennaya Nauka: Aktual'nye Problemy Teorii i Praktiki. Series: Poznanie*, 12(87), 91–93. (in Russian)
- Sidorov, K. R., & Vasiliev, I. A. (2018). Technique for investigating the content of human goals. *Moscow University Psychology Bulletin*, 3, 90–108. (in Russian)
- Snyder, C. R., Harris, C., Anderson, J. R., Holleran, S. A., Irving, L. M., Sigmon, S. T., Yoshinobu, L., Gibb, J., Langelle, C., & 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. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.60.4.570>
- Tulchinsky, G. L. (2016). Uspekhi etiki uspekha [Success ethics of success]. *Vedomosti Prikladnoi Etiki [Semestrial Papers of Applied Ethics]*, 48, 27–35. [https://www.tyuiu.ru/wp-content/uploads/2016/07/Vedomosti-prikladnoj-etiki\\_48\\_150.pdf](https://www.tyuiu.ru/wp-content/uploads/2016/07/Vedomosti-prikladnoj-etiki_48_150.pdf)
- Yelshansky, S. P., Anufriev, A. F., Kamaletdinova, Z. F., Saparin, O. E., & Semyonov, D. V. (2014). The Russian-language version of the C.R. Snyder's Scale of Hope. *Sovremennye Nauchnye Issledovaniya i Innovatsii [Modern Scientific Research and Innovation]*, 7(39). <http://web.snauka.ru/issues/2014/07/36446> (in Russian)
- Yerofeyeva, V. G. (2021). Features of personal narratives about achievement depending on grit. *Psikhologicheskie Issledovaniya*, 14(75), 3. <https://doi.org/10.54359/ps.v14i75.150> (in Russian)
- Yerofeyeva, V. G., & Nartova-Bochaver, S. K. (2020). What is “grit” and why it can be a personal resource? *Sovremennaya Zarubezhnaya Psikhologiya [Journal of Modern Foreign Psychology]*, 9(4), 22–31. <https://doi.org/10.17759/jmfp.2020090402> (in Russian)

Приложение

## Методика «Жизненная успешность»

## ЧАСТЬ 1

Оцените утверждения по степени истинности для Вас в соответствии с представленной ниже шкалой, где:

определенно ложно — 1

в основном ложно — 2

до определенной степени ложно — 3

немного ближе к тому, что это ложно — 4

немного ближе к тому, что это правда — 5

до определенной степени правда — 6

в основном правда — 7

определенно правда — 8

Поставьте нужный балл напротив каждого высказывания.

| №  | Высказывания   | Балл |
|----|--|------|
| 1  | Из затруднительной ситуации есть как минимум три выхода.   |      |
| 2  | Я добиваюсь целей, которые ставлю, несмотря на трудности.  |      |
| 3  | При постановке целей я оцениваю свои реальные возможности.   |      |
| 4  | У меня всегда есть несколько вариантов плана достижения цели.  |      |
| 5  | Я могу изменить свои привычки ради достижения цели.  |      |
| 6  | Я анализирую результаты полученной деятельности, отмечаю плюсы и минусы.   |      |
| 7  | В процессе деятельности я могу изменять и корректировать цели.   |      |
| 8  | Планируя будущее, я учитываю полезный (положительный и отрицательный) прошлый опыт.  |      |
| 9  | Достигнутый результат я сравниваю с поставленной целью.  |      |
| 10 | Ставя цель, я очень подробно и образно (в красках и деталях) представляю будущий результат моей деятельности.  |      |
| 11 | Я быстро понимаю суть складывающейся ситуации и знаю, как себя в ней вести.  |      |
| 12 | Я стараюсь изменить ситуацию в соответствии с моими потребностями и приоритетами.  |      |
| 13 | Нестандартные новые ситуации и события мотивируют меня к действиям.  |      |
| 14 | Взаимодействуя с человеком или группой людей по какому-либо важному вопросу, я стараюсь предложить план действия и обосновать свою позицию.            |      |
| 15 | В случае принятия важных решений я замечаю, что окружающие часто принимают мою позицию и руководствуются ею.   |      |
| 16 | В процессе решения особо важных задач я замечаю, что предложенные мной варианты решения оказываются наиболее эффективными.                             |      |
| 17 | Значимая для меня деятельность (учебная, профессиональная, художественная, волонтерская и т.п.), которую я осуществляю, ценится окружающими людьми.    |      |
| 18 | Деятельность, которую я сейчас осуществляю (учебная, профессиональная, художественная, волонтерская и т.п.), вносит вклад в развитие общества в целом. |      |
| 19 | Деятельность, которую я сейчас осуществляю (учебная, профессиональная, художественная, волонтерская и т.п.), важна для моего близкого окружения.       |      |
| 20 | Я способен изменять стереотипы людей.  |      |
| 21 | При любых обстоятельствах я верю в лучшее и считаю, что в любой ситуации можно найти положительные стороны.  |      |

|    |   |  |
|----|---|--|
| 22 | В жизни я всегда опираюсь на свои принципы.   |  |
| 23 | Для меня важно быть успешным.   |  |
| 24 | Трудные ситуации закаляют меня.   |  |
| 25 | Человек сам в ответе за свою жизнь и свои поступки.   |  |
| 26 | Я знаю свои сильные и слабые стороны и умею использовать свои сильные стороны.              |  |
| 27 | Каждый человек успешен по-своему.   |  |
| 28 | Достигая успеха в чем-либо, я испытываю очень сильные положительные переживания.            |  |
| 29 | Ставя цель, я понимаю, зачем мне это надо.  |  |
| 30 | Ставя перед собой цель, я продумываю то, как ее достижение отразится на жизни других людей. |  |

## ЧАСТЬ 2

Оцените каждое качество по степени его выраженности у Вас по следующей шкале (балл проставьте в соседнем столбце).

*вообще не выражено — 1*

*не выражено — 2*

*до определенной степени не выражено — 3*

*немного ближе к тому, что не выражено — 4*

*немного ближе к тому, что выражено — 5*

*до определенной степени выражено — 6*

*выражено — 7*

*очень выражено — 8*

| №  | Свойства личности                      | Балл |
|----|--|------|
| 1  | целеустремленность                     |      |
| 2  | умение формулировать цели              |      |
| 3  | прогнозирование хода событий           |      |
| 4  | умение увидеть происходящее со стороны |      |
| 5  | гибкость мышления                      |      |
| 6  | критичность                            |      |
| 7  | развитое воображение                   |      |
| 8  | гибкость поведения                     |      |
| 9  | сила воли                              |      |
| 10 | настойчивость                          |      |
| 11 | дисциплинированность                   |      |

|    |  |  |
|----|--|--|
| 12 | инициативность   |  |
| 13 | мотивация достижения успеха  |  |
| 14 | склонность к риску   |  |
| 15 | лидерство  |  |
| 16 | умение работать в команде  |  |
| 17 | социальный интерес (заинтересованность другими людьми и их проблемами)   |  |
| 18 | потребность в саморазвитии   |  |
| 19 | увлеченность деятельностью   |  |
| 20 | уверенность в себе   |  |
| 21 | реалистичность   |  |
| 22 | принципиальность   |  |
| 23 | жизнестойкость (устойчивость к воздействию жизненных трудностей и умение справляться с ними)   |  |
| 24 | внутренняя свобода (способность осуществлять осознанный выбор, основываясь на своих убеждениях и нравственных принципах)   |  |
| 25 | оптимистичность  |  |
| 26 | активная жизненная позиция   |  |
| 27 | ответственность  |  |
| 28 | совесть  |  |
| 29 | устойчивость к неопределенности (отсутствие страха перед нестабильностью и изменчивостью современного мира, умение правильно использовать наличные обстоятельства) |  |

## ЧАСТЬ 3

Вспомните ситуацию, когда Вы были наиболее успешны и для Вас это было очень значимо. Последовательно оцените предложенные чувства и переживания с помощью следующих нескольких противоположных эмоционально-оценочных пар, выбрав в каждой из пар место, занимаемое данным переживанием, и отметьте его. Если ваше переживание положительное, то отметка ставится справа от средней — нулевой — линии; если ваше переживание отрицательное, то отметка проставляется слева от нее. В том и в другом случаях сила переживания выражается, соответственно, выбором нужного положительного или отрицательного балла от 0 (самое слабое эмоциональное переживание) до 3 (самое сильное эмоциональное переживание).

|   |                                 |                              |                               |
|---|---------------------------------|------------------------------|-------------------------------|
| 1 | неудовлетворенность результатом | 3 _ 2 _ 1 _ 0 _ +1 _ +2 _ +3 | удовлетворенность результатом |
| 2 | неудовлетворенность процессом   | 3 _ 2 _ 1 _ 0 _ +1 _ +2 _ +3 | удовлетворенность процессом   |
| 3 | апатия                          | 3 _ 2 _ 1 _ 0 _ +1 _ +2 _ +3 | интерес                       |

|    |  |                  |   |
|----|--|------------------|---|
| 4  | усталость  | 3_2_1_0_+1_+2_+3 | бодрость  |
| 5  | грусть   | 3_2_1_0_+1_+2_+3 | радость   |
| 6  | разочарование  | 3_2_1_0_+1_+2_+3 | восторг   |
| 7  | переживание неуважения к себе  | 3_2_1_0_+1_+2_+3 | чувство собственного достоинства  |
| 8  | переживание бесполезности своей деятельности                           | 3_2_1_0_+1_+2_+3 | чувство значимости своей деятельности   |
| 9  | чувство своей незначительности   | 3_2_1_0_+1_+2_+3 | гордость  |
| 10 | переживание эгоистических чувств (переживание за себя и свои интересы) | 3_2_1_0_+1_+2_+3 | переживание альтруистических чувств (желание отдавать себя, бескорыстно помогать, жертвовать) |
| 11 | антипатриотические чувства   | 3_2_1_0_+1_+2_+3 | патриотические чувства  |
| 12 | переживание отсутствия должностования кому-либо и чему-либо            | 3_2_1_0_+1_+2_+3 | чувство долга   |
| 13 | опустошенность и бессмысленность                                       | 3_2_1_0_+1_+2_+3 | переживание осмысленности и наполненности жизни   |
| 14 | горе   | 3_2_1_0_+1_+2_+3 | счастье   |
| 15 | переживание внутренней скованности, ограниченности выбора              | 3_2_1_0_+1_+2_+3 | переживание внутренней свободы  |
| 16 | чувство вины и стыда   | 3_2_1_0_+1_+2_+3 | переживание согласия с собственной совестью, спокойствие и удовлетворенность                  |
| 17 | ненависть  | 3_2_1_0_+1_+2_+3 | любовь  |
| 18 | переживание ухода от ответственности                                   | 3_2_1_0_+1_+2_+3 | переживание принятия ответственности  |

## ЧАСТЬ 4

Проранжируйте перечисленные ценности по степени их значимости для современного успешного человека (первое место должна занять самая значимая из них), при необходимости добавив свои варианты ценностей.

| № | Ценность                  | Ранг |
|---|---------------------------|------|
| 1 | карьера                   |      |
| 2 | семья                     |      |
| 3 | саморазвитие              |      |
| 4 | материальное благополучие |      |



|    |                                 |  |
|----|---------------------------------|--|
| 5  | духовный рост                   |  |
| 6  | интересная работа               |  |
| 7  | независимость                   |  |
| 8  | любовь                          |  |
| 9  | социальный статус, престиж      |  |
| 10 | хорошие взаимоотношения, дружба |  |
| 11 | смысл жизни                     |  |
| 12 | здоровье физическое и духовное  |  |
| 13 | достижение результата           |  |
| 14 | владение информацией            |  |
| 15 | образование                     |  |

Проранжируйте перечисленные ценности по степени их значимости для Вас на данный момент (первое место должна занять самая значимая из них), при необходимости добавив свои варианты ценностей.

| №  | Ценность                        | Ранг |
|----|---------------------------------|------|
| 1  | карьера                         |      |
| 2  | семья                           |      |
| 3  | саморазвитие                    |      |
| 4  | материальное благополучие       |      |
| 5  | духовный рост                   |      |
| 6  | интересная работа               |      |
| 7  | независимость                   |      |
| 8  | любовь                          |      |
| 9  | социальный статус, престиж      |      |
| 10 | хорошие взаимоотношения, дружба |      |
| 11 | смысл жизни                     |      |
| 12 | здоровье физическое и духовное  |      |
| 13 | достижение результата           |      |
| 14 | владение информацией            |      |
| 15 | образование                     |      |

Оцените свою жизненную успешность на данный момент по представленной шкале, обведя в кружок нужную цифру. Чем больше показатель, тем более Вы себя воспринимаете как успешного человека.

0 \_ 1 \_ 2 \_ 3 \_ 4 \_ 5 \_ 6 \_ 7 \_ 8 \_ 9 \_ 10

## КЛЮЧ

Часть 1. Результаты подсчитываются суммированием проставленных баллов и вычислением среднего арифметического по каждому рефлексивному механизму жизненной успешности.

| Рефлексивные механизмы жизненной успешности | Номера высказываний                       |
|---|---|
| Рефлексивно-технологический                 | 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10/10          |
| Рефлексивно-аксиологический                 | 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20/10 |
| Рефлексивно-онтологический                  | 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30/10 |

Часть 2. Результаты подсчитываются суммированием проставленных баллов и вычислением среднего арифметического по каждой группе качеств.

| Рефлексивные механизмы жизненной успешности | Номера высказываний, деленные на их количество |
|---|--|
| Инструментальные качества                   | 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12/12       |
| Направленность на успех                     | 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20/8               |
| Жизненная диспозиция                        | 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29/9           |

Часть 3. Результаты подсчитываются суммированием проставленных баллов и вычислением среднего арифметического по каждой группе качеств.

| Рефлексивные механизмы жизненной успешности | Номера высказываний, деленные на их количество |
|---|--|
| Практические переживания                    | 1–6/6  |
| Нравственные переживания                    | 7–12/6   |
| Бытийные переживания                        | 13–18/6  |

Часть 4. Обработка результатов данной части заключается в построении ценностного профиля как для конкретного респондента, так и для исследуемой выборки (например, для служебного коллектива). Ценностный профиль выстраивается на основании результатов ранжирования ценностей респондентов с позиций того, какими они должны быть у успешного человека, и с позиций того, как они выражены у самого респондента. Также вычисляется рассогласование реальных ценностей респондента по отношению к видению им ценностей успешного человека. Рассогласованность по каждой ценности вычисляется путем вычитания рангов собственных ценностей респондента из рангов ценностей, которые, по его мнению,

свойственны успешному человеку. Расхождение более чем на 4 балла в какую-либо сторону свидетельствует о конфликтности ценности.

Бланк для обработки результатов по части 4:

| Номера ценностей                                  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|
| Ранги значимости ценностей для успешного человека |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |
| Ранги значимости ценностей для респондента        |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |
| Разность рангов                                   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |
| Общий уровень рассогласованности                  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |

Формула для вычисления общего уровня рассогласованности ценностей:

$$PЦ = \frac{\sum_{i=1}^{15} |цу(i) - цм(i)|}{15},$$

где *PЦ* — ценностная конфликтность,  $\sum$  — сумма разностей рангов по модулю по каждой ценности, *цу*(*i*) — ранг ценности успешного человека, по мнению респондента, *цм*(*i*) — ранг ценности лично для респондента.