

---

## Короткие сообщения

---

# ОПТИМИСТИЧЕСКИЙ АТРИБУТИВНЫЙ СТИЛЬ И ДИСПОЗИЦИОННЫЙ ОПТИМИЗМ: ЭМПИРИЧЕСКАЯ ПРОВЕРКА СХОДСТВА И РАЗЛИЧИЯ ДВУХ КОНСТРУКТОВ

Т.О. ГОРДЕЕВА<sup>a,b</sup>, О.А. СЫЧЕВ<sup>c</sup>, Е.Н. ОСИН<sup>b</sup>

<sup>a</sup> *Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова, 119991, Россия, Москва, Ленинские горы, д. 1*

<sup>b</sup> *Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики», 101000, Россия, Москва, ул. Мясницкая, д. 20*

<sup>c</sup> *Алтайский государственный гуманитарно-педагогический университет имени В.М. Шукшина, 659333, Россия, Алтайский край, Бийск, ул. Короленко, д. 53*

---

### Резюме

Статья посвящена проблеме различения двух типов оптимизма, отражающих разные стороны конструктивного мышления личности, – диспозиционного оптимизма (ДО) как обобщенных положительных или отрицательных ожиданий относительно будущего и оптимистического атрибутивного стиля (ОАС) как стиля объяснения позитивных и негативных жизненных ситуаций. Несмотря на множество исследований, в которых изучаются эти конструкты, отсутствуют работы, в которых рассматривается совместный вклад ДО и ОАС в успешность деятельности и психологическое благополучие. В исследовании, проведенном на студентах вузов ( $N = 141$ ), продемонстрированы как сходство, так и специфика конструктов в предсказании психологического благополучия и успешности учебной деятельности. Для диагностики оптимистического атрибутивного стиля использовалась сокращенная версия опросника СТОУН (Гордеева и др., 2009), диспозиционный оптимизм измерялся с помощью теста диспозиционного оптимизма (ТДО; Гордеева и др., 2010). Статистически подтверждены содержательная близость двух конструктов и их сходство как предикторов психологического благополучия личности. Была построена путевая модель, в которой вклад ОАС успехов и ОАС неудач в успеваемость и благополучие был опосредован особенностями саморегуляции, а диспозиционный оптимизм вносил непосредственный вклад в благополучие; при этом ДО коррелировал как с ОАС успехов, так и с ОАС неудач. Анализ этой модели свидетельствовал о ее хорошем соответствии данным:  $\chi^2 = 9.315$ ;  $df = 7$ ;  $p = 0.23$ ; CFI = 0.975; NNFI = 0.957; RMSEA = 0.048 (программа Mplus 7.4).

---

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

Специфика двух типов оптимизма обнаружилась в особенностях их связей с успешностью деятельности, только ОАС обнаружил эту связь, которая была опосредована саморегуляцией. Навыки саморегуляции и самоорганизации, включающие целеполагание, планирование, настойчивость и склонность доводить дело до конца, выступили в качестве медиаторов, опосредствующих влияние оптимистического атрибутивного стиля успехов и неудач на академические достижения и удовлетворенность жизнью.

**Ключевые слова:** диспозиционный оптимизм, оптимистический атрибутивный стиль, самоорганизация деятельности, академические достижения, удовлетворенность жизнью.

## Введение

Идея о том, что мысли людей определяют их действия и субъективное благополучие, в психологии представлена достаточно давно, наиболее активно с конца 1960-х гг., под влиянием развития атрибутивного подхода в психологии мотивации (Б. Вайнер и др.). Целый ряд современных концепций рассматривает когнитивные предикторы успешности деятельности и психологического благополучия (теория самоэффективности А. Бандуры, имплицитные теории интеллекта К. Двек и др.), влияние которых опосредуется механизмами целеполагания. К их числу принадлежат и концепции оптимизма. Современные исследования оптимизма осуществляются главным образом в рамках двух психологических подходов – концепции диспозиционного оптимизма Ч. Карвера и М. Шейера и теории атрибутивного стиля, предложенной в работах М. Селигмана и его коллег.

Теоретиками диспозиционного оптимизма под оптимизмом/пессимизмом понимается широкое, проявляющееся в разных ситуациях чувство уверенности или сомнения, связанное с обобщенными положительными или отрицательными ожиданиями относительно будущего.

В основе подхода к оптимизму Ч. Карвера и М. Шейера лежит предложенная ими модель поведенческой саморегуляции (Carver, Scheier, 1998). Ее корни лежат в традиции теорий мотивации как ожидаемой ценности, которые учитывают два важнейших условия мотивации – привлекательность результата и веру в его достижимость (ожидания относительно будущего). Конструкт диспозиционного оптимизма раскрывает эту вторую составляющую эффективной саморегуляции. Согласно этой модели, люди совершают усилия, направленные на преодоление трудностей для достижения поставленных целей, лишь до тех пор, пока их ожидания будущих успехов достаточно благоприятны; когда же у людей возникают серьезные сомнения в достижении успешного результата, они склонны оставлять попытки достичь своих целей.

Понятие атрибутивного стиля (АС) разрабатывалось М. Селигманом, Л. Абрамсон и К. Петерсоном в контексте переформулированной теории выученной беспомощности. Эта концепция ставила задачу понять механизмы депрессии, не ограничиваясь влиянием факторов неконтролируемой среды, обратившись к особенностям объяснений, даваемых людьми в отношении позитивных и

негативных жизненных событий (Peterson, Seligman, 1984). Было выдвинуто предположение, что при оптимистическом АС неудачи воспринимаются как внешние, временные, затрагивающие лишь небольшую часть жизни и подверженные изменению, а успехи — как стабильные, глобальные и зависящие от собственных усилий индивида. При пессимистическом АС неудачи воспринимаются как постоянные, универсальные и носящие внутренний характер, а успехи, наоборот, как случайные, локальные и вызванные внешними причинами. В ходе исследований параметр интернальности неоднократно подвергался сомнению как с теоретической точки зрения, так и с точки зрения психометрической (низкая надежность шкалы), и выдвигались идеи относительно других важных параметров АС, в частности контролируемости (Гордеева и др., 2009). В рамках данного подхода позитивные ожидания будущего базируются на том, как люди интерпретируют причины прошлых жизненных событий.

#### *ДО, ОАС и психологическое благополучие*

Связь диспозиционного оптимизма с психологическим благополучием, включающим показатели депрессии, тревоги, удовлетворенности жизнью, была показана как в корреляционных, так и в лонгитюдных исследованиях (Carver et al., 2010), однако Ч. Карвер и М. Шейер считают, что конкретные механизмы влияния ДО на благополучие и физическое здоровье остаются недостаточно ясными.

Негативные последствия пессимистического АС как для психического благополучия, депрессии, так и для физического здоровья были продемонстрированы не только в корреляционных, но и в лонгитюдных исследованиях. При этом имела место выраженная специфика работ. Так, исследование оптимизма как атрибутивного стиля изначально были в большей мере сосредоточены на оптимизме в ситуациях неудач (как предикторе различных психологических проблем). В ряде метааналитических исследований (Hu et al., 2015; Sweeney et al., 1986) было показано, что склонность к пессимистическим атрибуциям в отношении негативных событий имеет надежную связь с депрессией. В отношении стиля объяснения позитивных событий были получены данные о том, что его влияние на показатели неблагоприятия, такие как депрессия, существенно ниже (Sweeney et al., 1986), в связи с чем интерес клинически ориентированных исследователей сосредоточился на стиле атрибуции негативных событий.

#### *ДО, ОАС и успешность деятельности*

Большинство исследований диспозиционного оптимизма сфокусированы на его роли для физического здоровья как ресурса преодоления трудных жизненных ситуаций, травм и болезней. Результаты исследований связи ДО с академическими достижениями показывают менее однозначные результаты. На материале учебных достижений школьников она варьирует от незначимой до слабой позитивной (Гордеева,

Осин, 2010). Результаты метаанализа шести исследований свидетельствуют о слабой позитивной связи между ДО и академическими достижениями студентов ( $r = 0.11$ ,  $N = 1364$ ) (Richardson et al., 2012).

Несмотря на изначальные утверждения М. Селигмана о позитивной роли оптимистического мышления в успешности деятельности, исследования успешности учебной деятельности в зависимости от атрибутивного стиля в целом показывают противоречивые результаты. В некоторых работах пессимистический АС негативных событий выступал в качестве предиктора низкой успеваемости у студентов и школьников (Peterson, Barrett, 1987), однако другие исследования, напротив, свидетельствуют о том, что пессимистичные студенты показывают более высокую успеваемость (Gordeeva, Osin, 2011). Последнее широкомасштабное исследование демонстрирует, что ОАС позитивных событий (успехов) выступает важным ресурсом академических достижений британских школьников (Houston, 2016). Анализ проблемы противоречивых связей АС и академической успешности привел к выводу, что они могут зависеть как от типа ситуаций (позитивные или негативные ситуации и специфика их связей с успешностью), так и от опосредованности этих связей копинг-стратегиями, настойчивостью, целеполаганием и другими характеристиками саморегуляции.

#### *Постановка проблемы исследования*

К. Петерсон и Л. Барретт (Peterson, Barrett, 1987) показали, что ОАС

по негативным учебным событиям, позитивно коррелируя с академическими достижениями студентов, обнаруживает прямую связь с уровнем специфичности целей, которые ставили перед собой студенты, а также с продуктивными поведенческими стратегиями (визиты к преподавателям за консультацией), однако не значимо связан с активными стратегиями преодоления трудных учебных ситуаций. Ограничением данного исследования была концентрация внимания исследователей лишь на АС по негативным ситуациям.

Нам не удалось обнаружить исследований, в которых показатели настойчивости, а также целевые и мотивационные переменные рассматривались бы как медиаторы влияния ОАС и ДО на успешность деятельности. Опираясь на предыдущие исследования, проведенные на школьниках (Гордеева, Осин, 2010; Houston, 2016), мы предположили, что ОАС (и особенно ОАС по успехам; далее — ОАС-У) будет позитивно связан с академическими достижениями, а показатели самоорганизации деятельности выступят медиатором этой связи, в то время как диспозиционный оптимизм не обнаружит значимых связей с академической успешностью.

В отношении двух типов оптимизма как источников психологического благополучия мы предположили, что и ОАС, и ДО будут выступать в качестве его предикторов. Основная задача исследования — изучить механизмы влияния ОАС и ДО как на благополучие, так и на успешность в деятельности. Опираясь на целевые модели мотивации (см. модель Рубикона Х. Хекхуазена и

П. Гольвитцера, модель действенных намерений П. Гольвитцера, модели Е. Локе и др.), мы предположили, что такого рода механизмами, опосредующими влияние ОАС на академические достижения, будут выступать мотивационные переменные, связанные с целеполаганием, планированием и настойчивостью субъекта деятельности.

### Методы

Выборку составили студенты одного из естественно-научных факультетов МГУ им. М.В. Ломоносова ( $N = 141$ ), из них 76 (54%) юношей и 65 (46 %) девушек. Возраст испытуемых на момент начала исследования:  $M = 17.72$ ;  $SD = 0.98$ . Опрос проводился в течение весеннего семестра на первом курсе, после чего до окончания третьего курса отслеживалась успеваемость всех участников. Для итоговой оценки успеваемости был вычислен средний балл экзаменационных отметок со второй по шестую сессию.

Для диагностики оптимистического атрибутивного стиля использовалась сокращенная версия опросника СТОУН (Гордеева и др., 2009), составленная из 12 гипотетических ситуаций (пять ситуаций успеха и семь ситуаций неудач). По каждой из ситуаций испытуемый давал вербальную формулировку, содержащую наиболее вероятную причину произошедшего, и оценивал эту причину по трем параметрам (стабильность, глобальность, контролируемость), используя 6-балльную шкалу. Для подсчета общих показателей оптимистического атрибутивного стиля (ОАС) в ситуациях успе-

ха и в ситуациях неудач использовались два из трех параметров: стабильность и глобальность, ввиду отсутствия корреляции контролируемости неудач с другими параметрами.

Диспозиционный оптимизм (ДО) измерялся с помощью теста диспозиционного оптимизма Ч. Карвера и М. Шейера, включающего 12 утверждений, из которых восемь предназначены для оценки позитивных или негативных ожиданий, а остальные пункты используются для маскировки цели исследования (Гордеева и др., 2010).

Для диагностики особенностей саморегуляции использовался опросник самоорганизации деятельности (Мандрикова, 2010), включающий 25 утверждений, образующих шесть шкал. В данном исследовании использовались четыре шкалы, имеющие наибольшее отношение к результативности деятельности: планомерность (четыре пункта), целенаправленность (шесть пунктов), настойчивость и постоянство (пять пунктов), фиксация на структурировании деятельности (пять пунктов).

Для оценки психологического благополучия использовалась шкала удовлетворенности жизнью Э. Динера (Осин, Леонтьев, 2008), состоящая из пяти пунктов.

### Результаты

Коэффициенты корреляции между показателями оптимизма (ОАС и ДО), самоорганизации деятельности, успеваемости и удовлетворенности жизнью вместе с соответствующими коэффициентами надежности и описательной статистикой приведены в таблице 1. Полученные результаты

Таблица 1

Описательная статистика и интеркорреляции по показателям оптимизма, самоорганизации деятельности, успеваемости и удовлетворенности жизнью (N = 141)

Показатель	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. ОАС в ситуациях успеха									
2. ОАС в ситуациях неудач	0.14								
3. Диспозиционный оптимизм	0.36***	0.17*							
4. Плановность	0.04	0.26**	0.01						
5. Целенаправленность	0.37***	0.28***	0.33***	0.23**					
6. Настойчивость	0.29***	0.28***	0.22*	0.23**	0.42***				
7. Фиксация	0.05	0.15	0.12	0.40***	0.27***	0.08			
8. Средний балл успеваемости	0.29***	0.11	0.08	0.16	0.22**	0.18*	0.28***		
9. Удовлетворенность жизнью	0.13	0.20*	0.39***	0.21*	0.41***	0.37***	0.09	0.07	
Надежность (α Кронбаха)	0.80	0.91	0.84	0.91	0.83	0.78	0.67		0.71
Среднее значение	46.18	53.54	23.07	17.32	34.45	19.79	19.45	4.23	23.95
Стд. отклонение	7.70	13.54	6.47	6.91	5.97	6.64	5.62	0.57	5.06

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

свидетельствуют о том, что успеваемость наиболее тесно связана с ОАС в ситуациях успеха и такими показателями саморегуляции, как фиксация на структурировании деятельности, а также целенаправленность и настойчивость. Удовлетворенность жизнью довольно тесно коррелирует с ДО и слабо, но статистически значимо – с ОАС в ситуациях неудач.

Хотя коэффициенты корреляции между шкалами опросника самоорганизации деятельности варьируются в широких пределах (от 0.08 до 0.42), довольно однородные корреляции

этих шкал с другими переменными подтверждают тот факт, что все они могут рассматриваться как разные аспекты саморегуляции. По этой причине для упрощения дальнейшего анализа разумным представляется использование агрегированного показателя, представляющего собой сумму по четырем шкалам ОСД.

Для проверки гипотезы о том, что связь двух видов оптимизма с успеваемостью и благополучием может быть опосредована особенностями саморегуляции, был выполнен путевой анализ в программе Mplus 7.4 с

использованием робастного алгоритма MLR, устойчивого по отношению к отклонению распределения данных от нормального. В результате была получена путевая модель с отличными показателями соответствия данным:  $\chi^2 = 9.315$ ;  $df = 7$ ;  $p = 0.23$ ; CFI = 0.975; NNFI = 0.957; RMSEA = 0.048; доверительный интервал для RMSEA: 0.000–0.121; PCLOSE = 0.446;  $N = 141$  (см. рисунок 1).

Из представленной модели следует, что влияние ОАС на успеваемость и удовлетворенность жизнью полностью опосредовано особенностями саморегуляции. Для студентов, использующих ОАС, характерна более развитая саморегуляция, проявляющаяся в первую очередь в выраженной целеустремленности и настойчивости, что в конечном итоге позитивно сказывается на их успеваемости и благополучии. Диспозиционный оптимизм, взаимосвязанный с ОАС, оказывает непосредственное влияние только на удовлетворенность жизнью, но не на саморегуляцию или успеваемость.

## Обсуждение

Наши результаты соотносятся с данными других авторов о независимости ОАС в ситуациях успехов и

ОАС в ситуациях неудач (Peterson, Seligman, 1984) и слабой позитивной связи двух типов оптимизма (Гордеева, Осин, 2010). Настоящее исследование показывает важность включения позитивных событий в диагностику АС, поскольку ОАС-У, будучи независимым от ОАС-Н конструктом, обнаруживает связи как с показателями самоорганизации, так и с такими важными результатами, как успешность деятельности (оцененная в долговременной перспективе) и субъективное благополучие. Этот результат согласуется с когнитивными моделями целеполагания, утверждающими роль когнитивных факторов в эффективности целеполагания и успешности деятельности. Он также объясняет предыдущие противоречивые результаты связи ОАС с успешностью деятельности.

Из полученных данных следует, что сильной стороной диспозиционного оптимизма является его способность обеспечивать психологические благополучие, однако он не обеспечивает успешность в деятельности, поскольку не запускает важные механизмы мотивации и саморегуляции. Очевидно, вера в то, что в будущем все будет хорошо, может иметь негативные эффекты для развертывания мотивации достижения, не

Рисунок 1

Путевая модель связей успеваемости и удовлетворенности жизнью с оптимизмом и самоорганизацией деятельности (все приведенные на рисунке коэффициенты значимы при  $p < 0.05$ )



стимулируя постоянную включенность в деятельность, сосредоточенность на ней, завершение начатого.

Полученные результаты проливают свет на сходства и специфические особенности двух типов оптимизма, что представляет безусловный теоретический и практический

интерес. Выявленные особенности двух типов оптимизма могут быть полезны в будущих исследованиях этих конструктов и механизмов их влияния на психологическое благополучие, физическое здоровье, успешность деятельности и социальное функционирование.

## Литература

- Гордеева, Т. О., Осин, Е. Н. (2010). Позитивное мышление как фактор учебных достижений. *Вопросы психологии*, 1, 24–33.
- Гордеева, Т. О., Осин, Е. Н., 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 (ЛОТ). *Психологическая диагностика*, 2, 36–64.
- Мандрикова, Е. Ю. (2010). Разработка опросника самоорганизации деятельности (ОСД). *Психологическая диагностика*, 2, 87–111.
- Осин, Е. Н., Леонтьев, Д. А. (2008). Апробация русскоязычных версий двух шкал экспресс-оценки субъективного благополучия. В кн. *Материалы III Всероссийского социологического конгресса*. М.: Институт социологии РАН/Российское общество социологов. Режим доступа: <http://publications.hse.ru/en/chapters/78753840>

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

**Гордеева Тамара Олеговна** — доцент, 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», доктор психологических наук, доцент.

Сфера научных интересов: психология мотивации, саморегуляция, оптимизм, успех в деятельности.

Контакты: [tamgordeeva@gmail.com](mailto: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](mailto:osn1@mail.ru)

**Осин Евгений Николаевич** — доцент, департамент психологии, факультет социальных наук; ведущий научный сотрудник, международная лаборатория 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](mailto:evgeny.n.osin@gmail.com)



## Optimistic Attributional Style and Dispositional Optimism: Empirical Study of Similarities and Differences between Two Constructs

T.O. Gordeeva<sup>a,b</sup>, O.A. Sychev<sup>c</sup>, E.N. Osin<sup>b</sup>

<sup>a</sup>Lomonosov Moscow State University, GSP-1, Leninskie Gory, Moscow, 119991, Russian Federation

<sup>b</sup>National Research University Higher School of Economics, 20 Myasnitskaya Str., Moscow, 101000, Russian Federation

<sup>c</sup>Altai State Humanities Pedagogical University, 53 Korolenko Str., Altai region, Biysk, 659333, Russian Federation

### Abstract

The paper discusses the problem of differentiating two types of optimism, which reflect different sides of constructive thinking, dispositional optimism (DO, generalized positive or negative expectations about the future) and optimistic attributional style (OAS, explanatory style applied to positive and negative life situations). Despite a multitude of studies focused on each of these constructs, past work didn't focus on the joint contribution of DO and OAS to activity performance and psychological well-being. In a study with university students (N=141) we found common and specific features of these two constructs as predictors of well-being and academic achievement. Attributional style was measured using the brief Success and Failure Explanatory Style Questionnaire (Gordeeva, Osin, Shevyakhova, 2009) and dispositional optimism was assessed by means of Dispositional Optimism Test (Gordeeva, Sychev, Osin, 2010). These two constructs were related and similarly predicted psychological well-being. We tested a path model, where the effect of OAS for success and failures on academic achievement and well-being was mediated by effective self-regulation, whereas dispositional optimism was directly related to well-being. The model (tested by Mplus 7.4) showed a good fit to the data ( $\chi^2 = 9.315$ ;  $df = 7$ ;  $p = 0.23$ ; CFI = 0.975; NNFI = 0.957; RMSEA = 0.048). Only the OAS was associated to academic achievement and its associations with the performance and well-being outcomes were mediated by self-regulation and self-organization (skills of goal-setting, planning, and persistence).

**Keywords:** dispositional optimism, optimistic attributional style, well-being, self-regulation, academic achievement.

### References

- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (1998). *On the self-regulation of behavior*. New York: Cambridge University Press.
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Segerstrom, S. C. (2010). Optimism. *Clinical Psychology Review, 30*(7), 879–889. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2010.01.006>
- Gordeeva, T. O., & Osin, E. N. (2010). Positive thinking as a factor of academic achievement. *Voprosy Psikhologii, 1*, 24–33. (in Russian)
- Gordeeva, T. O., & Osin, E. N. (2011). Optimistic Attributional Style as a Predictor of Well-Being and Performance in Different Academic Settings. In I. Brdar (Ed.), *The Human Pursuit of Well-Being* (pp. 159–174). Springer Netherlands. [https://doi.org/10.1007/978-94-007-1375-8\\_14](https://doi.org/10.1007/978-94-007-1375-8_14)

- 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.
- 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)]. *Psichologicheskaya Diagnostika*, 2, 36–64.
- Houston, D. M. (2016). Revisiting the relationship between attributional style and academic performance. *Journal of Applied Social Psychology*, 46(3), 192–200. <https://doi.org/10.1111/jasp.12356>
- Hu, T., Zhang, D., & Yang, Z. (2015). The relationship between attributional style for negative outcomes and depression: A meta-analysis. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 34(4), 304–321. <https://doi.org/10.1521/jscp.2015.34.4.304>
- Mandrikova, E. Yu. (2010). Razrabotka oprosnika samoorganizatsii deyatelnosti (OSD) [Elaboration of activity's self-organization questionnaire]. *Psichologicheskaya Diagnostika*, 2, 87–111.
- Osin, E. N., & Leontiev, D. A. (2008). Aprobatsiya russkoyazychnykh versii dvukh shkal ekspress-ocenki subyektivnogo blagopoluchiya [Russian-language validation of two brief subjective well-being scales]. In *Materialy III Vserossiiskogo Sociologicheskogo Kongressa* [Proceedings of the 3rd Russian Congress on Sociology]. Moscow: Institute of Sociology of the Russian Academy of Sciences/Russian Society of Sociologists. Retrieved from <http://publications.hse.ru/en/chapters/78753840>
- Peterson, C., & Barrett, L. C. (1987). Explanatory style and academic performance among university freshman. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53(3), 603–607. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.53.3.603>
- Peterson, C., & Seligman, M. E. (1984). Causal explanations as a risk factor for depression: Theory and evidence. *Psychological Review*, 91(3), 347–374. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.91.3.347>
- 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. <https://doi.org/10.1037/a0026838>
- Sweeney, P. D., Anderson, K., & Bailey, S. (1986). Attributional style in depression: a meta-analytic review. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50(5), 974–991. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.50.5.974>

**Tamara O. Gordeeva** — associate professor, department of psychology, Lomonosov Moscow State University; leading research fellow, International Research Laboratory of Positive Psychology of Personality and Motivation, National Research University Higher School of Economics, D.Sc.

Research area: motivation, self-regulation, optimism, well-being.

E-mail: tamgordeeva@gmail.com

**Oleg A. Sychev** — associate professor, chair of psychology, Altai State Humanities Pedagogical University, Ph.D.

Research area: positive psychology, motivation, optimism, statistical methods in psychology.

E-mail: osn1@mail.ru

**Evgeny N. Osin** — associate professor, School of Psychology, Faculty of Social Sciences; leading research fellow, International Research Laboratory of Positive Psychology of Personality and Motivation, National Research University Higher School of Economics, Ph.D.

Research area: positive psychology, meaning of life, alienation, psychometrics.

E-mail: evgeny.n.osin@gmail.com