

Научная статья
УДК 159.9.072
DOI: 10.20323/1813-145X_2023_3_132_121
EDN: CNZLZW

Методика «Продуктивная жизнедеятельность и самотрансценденция»

Галина Валентиновна Ожиганова

Кандидат психологических наук, ведущий научный сотрудник, Институт психологии РАН. 129366, г. Москва, ул. Ярославская, д. 13
symposium2016@rambler.ru, <https://orcid.org/0000-0001-6339-8640>

Аннотация. Статья посвящена описанию результатов разработки новой методики «Продуктивная жизнедеятельность и самотрансценденция», которая позволяет выявить продуктивность жизнедеятельности в семи разных сферах (учебной, профессиональной, общественной, творческой, семейной, досуговой, а также в саморазвитии) и мотивацию этой деятельности (духовно-нравственную просоциальную или недуховную эгоистически-ориентированную). В статье рассматриваются основные понятия, используемые в описании методики и операционализированные в виде ее показателей, такие как продуктивная жизнедеятельность, духовно-нравственная просоциальная мотивация, связанная со способностью к самотрансценденции, имеющей отношение к трансценденции «Я» эгоцентрического. Даются определения этих понятий. Представлено описание проверки факторной структуры методики, надежности, валидности. Приводятся основные психометрические показатели. В исследовании участвовали 587 человек: 432 — женского пола (73,6 %); 155 — мужского пола (26,4 %). Возраст — 15-60 лет ($M = 28,83$; $SD = 13,628$). Конфирматорный факторный анализ подтвердил двухфакторную структуру методики ($GFI = 0,939$; $RMSEA = 0,079$). Показатели α Кронбаха для шкалы 1 «Продуктивность жизнедеятельности» — 0,602; для шкалы 2 «Способность к самотрансценденции» — 0,683. Проверка конвергентной валидности показала значимую положительную связь шкалы 1 «Продуктивность жизнедеятельности» со всеми показателями теста смысловых ориентаций (СЖО) и особенно со шкалой «Результативность жизни», а также с интересом к саморазвитию в различных жизненных сферах. Шкала 2 «Способность к самотрансценденции», отражающая выход за пределы «Я» в служении людям и обществу, значимо положительно коррелировала с духовно-нравственными качествами, альтруистическими установками, осмысленностью собственной жизни. Ретест показал высокую стабильность обеих шкал во времени: для шкалы 1 «Продуктивность жизнедеятельности» $r_s = 0,786$; для шкалы 2 «Способность к самотрансценденции» $r_s = 0,905$. Все полученные результаты свидетельствуют о надежности, валидности и хорошей пригодности новой методики.

Ключевые слова: продуктивная жизнедеятельность; духовно-нравственная мотивация; способность к самотрансценденции; трансценденция «Я» эгоцентрического; духовные способности

Для цитирования: Ожиганова Г. В. Методика «Продуктивная жизнедеятельность и самотрансценденция» // Ярославский педагогический вестник. 2023. № 3 (132). С. 121-136. http://dx.doi.org/10.20323/1813-145X_2023_3_132_121. <https://elibrary.ru/CNZLZW>

Original article

«Productive life activity and self-transcendence» method

Galina V. Ozhiganova

Candidate of psychological sciences, leading researcher, Institute of psychology, Russian academy of sciences. 129366, Moscow, Yaroslavskaya st., 13
symposium2016@rambler.ru, <https://orcid.org/0000-0001-6339-8640>

Abstract. The article is devoted to the description of the results of the elaboration of the new method «Productive life activity and self-transcendence». The method makes it possible to identify the productivity of life in seven different areas (learning, professional activity, social activity, creativity, family, self-development, leisure) and the motivation for these activities: spiritual and moral prosocial motivation or non-spiritual egoistically oriented. The article discusses the basic concepts used in the description of the method and operationalized in the form of its indicators, such as productive life activity, spiritual and moral prosocial motivation, the capacity for self-transcendence, which is related to the transcendence of the egocentric «Self». The definitions of these concepts are given. A description of the verification of

the inventory factor structure, reliability and validity is presented. The main psychometric indicators are given. The study involved 587 people. 432 people are female (73,6 %); 155 people are male (26,4 %). Age 15 — 60 years. ($M = 28,83$; $SD = 13,62$). The confirmatory factor analysis confirmed the two-factor structure of the method ($GFI = 0,939$; $RMSEA = 0,079$); Cronbach's alpha for the scale 1 «Life productivity» $\alpha = 0,602$; for the scale 2 «The capacity for self-transcendence» $\alpha = 0,683$. Verification of the convergent validity showed a significant positive relationship of the scale 1 «Life productivity» with all indicators of the test of meaningful life orientations and especially with its scale «Life effectiveness»; as well as with an interest in self-development in various areas of life. Scale 2 «The capacity for self-transcendence», reflecting going beyond the egocentric «Self» in serving people and society, significantly positively correlated with spiritual and moral qualities, altruistic attitudes, meaningfulness of one's own life. The retest showed a high stability of both scales over time: for the scale 1 «Life productivity» ($r_s = 0,786$); for the scale 2 «The capacity for self-transcendence» ($r_s = 0,905$). All the obtained results indicate the reliability, validity and good suitability of the new method.

Keywords: productive life activity; spiritual and moral prosocial motivation; capacity for self-transcendence; transcendence of egocentric «Self»; spiritual capacities

For citation: Ozhiganova G. V. «Productive life activity and self-transcendence» method. *Yaroslavl pedagogical bulletin*. 2023; (3): 121-136. (In Russ http://dx.doi.org/10.20323/1813-145X_2023_3_132_121. <https://elibrary.ru/CNZLZW>)

Введение

Понятие «продуктивная жизнедеятельность» является крайне слабо разработанным и малоисследованным в отечественной психологии. Отсутствие теоретического обоснования конструкта «продуктивная жизнедеятельность» и психодиагностических средств его изучения побудило нас обратиться к раскрытию этого понятия и разработать методику для исследования продуктивной жизнедеятельности с точки зрения психологии.

Согласно нашему представлению [Ожиганова, 2020; Ожиганова 2021], важным фактором продуктивной жизнедеятельности является духовность человека, его духовные способности, позволяющие реализовать духовные стремления личности в той или иной деятельности. В предложенной нами психологической модели духовных способностей содержатся три компонента: 1) моральный, 2) ментальный, 3) трансцендентный. В трансцендентном компоненте духовных способностей нами был выделен такой субкомпонент, как «самотрансценденция в бытии для других», подразумевающий трансценденцию «Я» эгоцентрического (выход за его пределы), то есть преодоление сосредоточенности только на собственном благе и движение к «Я» духовному, связанному с бескорыстной любовью к людям, заботой об их благе и о благе общества [Ожиганова, 2020].

Таким образом, «самотрансценденция в бытии для других» проявляется как способность к самотрансценденции в контексте помощи и поддержки других людей, ориентации на благо общества в целом, что, согласно нашим представлениям, способствует продуктивной жизнедеятельности.

Проведенные ранее исследования показывают позитивное влияние духовности личности на ее продуктивность в разных жизненных сферах, например, благотворное воздействие духовного интеллекта на производительность труда [Hosseini, 2017; Rani, 2013]. Все это свидетельствует о важности и необходимости изучения продуктивной жизнедеятельности в связи с духовными проявлениями личности.

Исходя из вышесказанного, нами предлагается новая методика «*Продуктивность жизнедеятельности и самотрансценденция*». В ней используются конструкты: *продуктивная жизнедеятельность, духовно-нравственная просоциальная мотивация, способность к самотрансценденции*.

Продуктивная жизнедеятельность определяется нами как достижение успехов и положительных результатов в деятельности (учебной, профессиональной, общественной, творческой) и в основных социально и личностно значимых повседневных жизненных проявлениях человека (в семейной, досуговой сфере, в области саморазвития).

Просоциальная мотивация определяется исследователями как «целостная система побудительных процессов, направленных на благо других людей или общества в целом, обладающих социальными последствиями, классифицируемые как социально полезные действия» [Брессо, 2013, с. 70]. Т. И. Брессо выделяет два вида просоциальных мотивов: эгоистические и альтруистические. К эгоистическим просоциальным мотивам относятся принятие в расчет пользы от оказания помощи, затрат на ее оказание, собственного дискомфорта в связи с помощью дру-

гим, а также ориентация на мнение значимых людей или общественное мнение в целом; повышение самооценки и др. К альтруистическим — эмоциональное сопереживание, эмпатия. «В основе просоциальной мотивации самого высокого морального уровня лежит альтруистический мотив» [Брессо, 2013, с. 70].

Основываясь на этой идее Брессо, мы выделяем *духовно-нравственную просоциальную мотивацию*, которая базируется на подлинном альтруизме, имеет отношение к духовной альтруистической направленности, ведущей к плодотворной, продуктивной жизнедеятельности.

Согласно нашему представлению, духовно-нравственная просоциальная мотивация сопряжена со *способностью к самотрансценденции*, определяемой нами как возможность трансценденции «Я» эгоцентрического и движение к «Я» духовному — стремление к Бытию для других, к служению людям.

Связь мотивации со способностями подтверждается в современных исследованиях [Шадриков, 2019; Мазиллов, 2020]. По мнению В. А. Мазилова, «мотивационная система и способности субъекта взаимообусловлены, взаимодетерминированы и находятся в общем процессе системогенеза деятельности... пределяют уровень развития способностей субъекта деятельности» [Мазиллов, 2020, с. 107]. В. Д. Шадриков, рассматривая способности личности, пишет: «С учетом того, что мотивация направляет поведение человека, а поведение реализуется через его способности, а также принимая во внимание структуру психологических функций, мы можем утверждать, что мотивация будет тесно связана со способностями, с одной стороны, определяя их развитие, с другой — проявляясь в функциональных состояниях (духовных способностях)» [Шадриков, 2019, с. 120].

Таким образом, можно говорить о тесной связи духовно-нравственной просоциальной мотивации со *способностью к самотрансценденции*, раскрываемой нами как возможность преодоления эгоцентрических тенденций личности, как выход за пределы «Я» эгоцентрического и движение в сторону «Я» духовного, отражающего бескорыстную заботу о благе других людей. Используя понятие «самотрансценденция», мы базируемся на определении, предложенном В. Франклом, который связывает самотрансценденцию с направленностью человека вовне, ориентацией на то, «что не является им самим, на что-то или на кого-то: на смысл, который необходимо осуществить, или на другого человека, к

которому мы тянемся с любовью», на служение делу [Франкл, 1990, с. 29].

Обозначенные конструкты стали предметом исследования в предлагаемой методике. В ней мы теоретически выделили две шкалы:

Шкала 1. «Продуктивность жизнедеятельности». Отражает оценку респондентом своей продуктивности в семи сферах жизнедеятельности, таких как 1) учебная деятельность; 2) профессиональная деятельность; 3) общественная деятельность; 4) творческая деятельность; 5) семья; 6) саморазвитие; 7) досуг.

Шкала 2. «Способность к самотрансценденции». Отражает выраженность духовно-нравственной просоциальной мотивации: стремление к бытию для других (служение людям); трансценденцию «Я» эгоцентрического в движении к «Я» духовному.

Методика была построена так, что на одном полюсе представлен «Человек дающий», которому свойственно *стремление проявлять духовное Я* — направленность на других людей, на их благо, на бескорыстное служение обществу; что связано с характеристикой типа «духовная личность». На другом полюсе находится «Человек берущий», которому присущ *эгоцентризм* — направленность на себя, на достижение корыстных интересов, стремление к власти, славе, деньгам; характеризует тип «бездуховная личность» [Ожиганова, 2020].

Духовно-нравственная просоциальная мотивация личности выражается в следующем:

- использовать свои знания на благо общества;
- выполнять работу как можно лучше, чтобы ее результаты приносили пользу людям;
- стремиться к деятельности, которая приносит пользу людям, и к тому, чтобы ее результаты делали людей счастливыми;
- испытывать интерес к творчеству и получать удовольствие от самого процесса творчества;
- создавать творческие продукты с мыслью, что они будут радовать людей и приносить им пользу;
- помогать семье из любви к ней, из желания, чтобы все ее члены были счастливы;
- стремиться к самосовершенствованию, чтобы избавиться от слабостей, которые мешают устанавливать теплые дружеские отношения, быть полезным людям;
- проводить досуг продуктивно, имея целью делиться с другими тем, что человек узнал или создал на досуге; получать удовольствие от того,

что эта информация или продукция оказывается полезной и интересной не только для него, но и для других людей.

Недуховная эгоистически-ориентированная мотивация (направленность на себя, на достижение корыстных интересов) выражается в следующем:

- идея превосходства над другими людьми;
- жизненный приоритет — высокое материальное вознаграждение;
- успешная карьера и высокая заработная плата;
- лидерство, получение власти над людьми, стремление к известности;
- создание творческих продуктов из желания прославиться и получать большие деньги;
- помощь человека (респондента) семье ради увеличения ее материального благосостояния и престижа, так как богатство и известность семьи придаст ему большую значимость в обществе.
- самосовершенствование из желания избавиться от слабостей, которые мешают быть главным, командовать в группе и препятствуют успешной карьере, связанной с высоким материальным вознаграждением;
- проведение досуга в стремлении показать другим людям свою особую значимость: «Я — необыкновенный человек, я превосхожу других».

Способность к самотрансценденции раскрывается как преодоление излишней сосредоточенности на себе, на личном благе, на собственной выгоде. Она связана с трансценденцией (выходом за пределы) «Я» эгоцентрического — недуховного, узкоматериально, ориентированного на достижение только личного блага, и переходом на духовно-нравственный уровень («забота о благе других», «служение»).

«Мотивация служения обществу рассматривается Дж. Перри и Л. Уайз как альтруистическая потребность индивида служить интересам людей, государства и общества, исполнять значимые для государства и общества работы, жертвовать своими потребностями в общественных интересах» [Цит. по: Шарин, 2020, с. 39].

Итак, методика состоит из двух шкал. Каждая шкала содержит семь пунктов. Существует три варианта бланков опросника для трех возрастных групп: 1) для старших школьников; 2) для студентов; 3) для взрослых.

Шкала 1. Описывает продуктивность/непродуктивность жизнедеятельности, включает семь пунктов, отражающих степень выраженности следующих показателей.

- Достижение высоких результатов в учебе.

- Стремление к высоким профессиональным достижениям.

- Активное участие в общественной деятельности.

- Способность к творчеству и созданию творческих продуктов.

- Забота о семье.

- Стремление к самосовершенствованию.

- Проведение досуга с интересом и пользой для себя и других.

Шкала 2. Показывает степень выраженности способности к самотрансценденции, связанной с проявлением духовно-нравственной просоциальной мотивации, которая представлена в методике как полюс, противоположный недуховной эгоистической мотивации, то есть отражается движение от «Я» эгоцентрического в сторону «Я» духовного. Выбор мотивации относится к каждой из вышеуказанных семи сфер жизнедеятельности. Таким образом, шкала 2 тоже включает семь пунктов.

Методика оформлена в виде семи блоков заданий в соответствии с семью сферами жизнедеятельности. Каждый из блоков содержит три задания: «А», «Б» и «В». Первые два задания «А» и «Б» связаны с количественным анализом. Задание «А» отражает продуктивность жизнедеятельности; задание «Б» — мотивацию этой жизнедеятельности (духовно-нравственную просоциальную или недуховную эгоистическую). Задание «В» представляет собой свободное и подробное описание того, в чем конкретно проявляется продуктивность жизнедеятельности; это описание имеет отношение к качественному анализу. В этой статье задание «В», связанное с качественным анализом, не рассматривается.

Результаты методики показывают: чем выше балл по шкале 1, тем выше продуктивность жизнедеятельности, и чем выше балл по шкале 2 (отражающей духовно-нравственную просоциальную мотивацию), тем больше мера выраженности способности к самотрансценденции (тем выше стремление к проявлению духовного Я — бытие для других, служение людям). Чем ниже балл духовно-нравственной мотивации, тем выше проявление недуховной эгоистической мотивации.

Психометрические характеристики методики

Для обработки данных использовались программы IBM SPSS Statistics Base 22.0 для Windows и STATISTICA для Windows 10 (64 bit).

Факторная структура и надежность

Этап 1. Первоначально был проведен анализ основных психометрических показателей по каждой из трех возрастных групп отдельно: 1) старшие школьники (15-18 лет); 2) студенты (18-24 года); 3) взрослые (24-60 лет).

Выборка Группа 1. Старшие школьники — 140 человек, из них 79 человек — мужского пола (56,4 %); 61 человек — женского пола (43,6 %); возраст 15-18 лет ($M = 16,38$; $SD = 0,877$); учащиеся старших классов; г. Москва и г. Воронеж.

Группа 2. Студенты — 165 человек, из них 127 человек — женского пола (77 %); 38 человек — мужского пола (33 %); возраст 18-24 года ($M = 19,41$; $SD = 1,16$); студенты вузов; г. Москва и г. Уфа.

Группа 3. Взрослые — 282 человека, из них 244 — женского пола (86,5 %) и 38 — мужского

пола (13,5 %); возраст 24-60 лет ($M = 40,28$; $SD = 11,03$); служащие, проживающие в Москве, Калуге и других городах России.

Проверка факторной структуры методики проводилась с помощью конфирматорного факторного анализа (использовалась программа Statistica, версия 10 (64 bit)). Необходимо было проверить соответствие теоретически выделенной структуры методики, включающей две шкалы, эмпирической модели. Модель задавалась следующим образом: в каждый фактор, соответствующий латентной переменной, включалось по семь вопросов из первой и второй шкал, сами факторы определялись как некоррелирующие, а остатки — как коррелирующие. Анализ проводился для трех возрастных групп отдельно. Были получены результаты, позволяющие говорить о двухфакторной структуре методики (Табл. 1).

Таблица 1

Результаты конфирматорного факторного анализа для трех возрастных групп отдельно

Группа	RMSEA	Нижний доверительный интервал	Верхний доверительный интервал	GFI
Школьники	0,070	0,042	0,096	0,922
Студенты	0,072	0,048	0,095	0,927
Взрослые	0,077	0,062	0,094	0,937

Результаты GFI соответствуют требованиям $> 0,90$. Значения показателя RMSEA приемлемые. Исследователи пишут о допустимости использования $RMSEA < 0,08$. В литературе отмечается, что значения $RMSEA < 0,08$ указывают на разумную (Brown, Cudec, 1993; Steiger, 1989) или посредственную, но допустимую (MacCallum, 1996) ошибку аппроксимации. Также подчеркивается относительность предлагаемых для демаркации интерпретаций о «хорошем» или «плохом» соответствии данных модели значений RMSEA вроде 0,05; 0,08 или 0,1 (Hayduk and Glaser 2000, Steiger 2000).

Таким образом, результаты конфирматорного факторного анализа, связанные с выявлением

двухфакторной структуры методики, свидетельствуют о соответствии эмпирической и теоретической моделей.

Проверка надежности обеих шкал показала, что полученные результаты могут рассматриваться в качестве допустимых показателей надежности шкал методики. Во всех трех выделенных группах альфа Кронбаха установлена в пределах от 0,60 до 0,70 (Табл. 2). Согласно мнению ряда ученых, $\alpha = 0,60-0,70$ означает приемлемый уровень надежности, а 0,80 и выше — очень хороший [Hulin, 2001]. Другие авторы также считают, что приемлемый уровень надежности начинается от 0,60 [Hair, 2014; Hayes and Coutts, 2020].

Таблица 2

*Значения альфы Кронбаха для двух шкал методики**«Продуктивность жизнедеятельности и самотрансценденция» в трех группах респондентов*

Показатели	Значения альфы Кронбаха		
	Школьники	Студенты	Взрослые
Продуктивность жизнедеятельности	0,603	0,614	0,611
Способность самотрансценденции	0,673	0,600	0,683
Количество респондентов	140	165	282

Этап 2. Было проведено исследование при объединении в одну группу трех возрастных групп: 1) старших школьников, 2) студентов, 3) взрослых.

Выборка. 587 человек. 432 человека — лица женского пола (73,6 %); 155 человек — лица мужского пола (26,4 %). Возраст 15-60 лет. ($M = 28,83$; $SD = 13,628$). Ученики старших классов

(140 человек), студенты (165 человек) и работающие (282 человека); респонденты из Москвы, Воронежа, Калуги, Уфы и других городов России.

Надежность-согласованность по шкале 1 «Продуктивность жизнедеятельности» составила α Кронбаха — 0,602; по шкале 2 «Способность к самотрансценденции» α Кронбаха — 0,683. Это свидетельствует о приемлемой надежности методики.

Проверка факторной структуры

Двухфакторная модель получила подтверждение в результате конфирматорного факторного анализа. GFI — 0,939; RMSEA — 0,079 (программа Statistica, версия 10 (64 bit)).

Конвергентная валидность

Выборка 1. Участники исследования — 453 человека; из них — 400 человек (88,3 %) — женского пола; 53 человека (11,7 %) — мужского пола. Возраст: 17-60 лет ($M = 30,00$; $SD = 10,99$); респонденты из разных городов России.

Выборка 2. Участники исследования — 177 человек; из них 140 человек — женского пола (79,1 %); 37 человек — мужского пола (20,9 %). Возраст 17-23 года ($M = 19,28$; $SD = 0,98$); г. Москва.

Шкала 1. «Продуктивность жизнедеятельности»

Для проверки конвергентной валидности шкалы 1 «Продуктивность жизнедеятельности» использовались следующие методики:

Шкала направленности на саморазвитие в различных жизненных сферах [Голованова, 2018].

В методике отражается интерес и важность саморазвития в таких сферах жизнедеятельности, как 1) самообразование; 2) профессиональная сфера; 3) социальная сфера; 4) семейная сфера; 5) сфера увлечений; 6) сфера нравственности; 7) эстетическая сфера; 8) физическая сфера; 9) волевая сфера (характер); 10) духовная сфера, которые в определенной мере пересекаются со сферами жизнедеятельности, выделенными в нашей методике. Мы исходили из того, что выражение человеком интереса (стремления) к саморазвитию в указанных сферах жизнедеятельности соотносимо с его продуктивностью в этих сферах.

Тест смысложизненных ориентаций (СЖО) Д. А. Леонтьева (2006)

Методика показывает осмысленность жизни; содержит 20 утверждений и пять шкал: 1) цель в жизни; 2) процесс жизни; 3) результативность жизни (продуктивность прожитой части жизни; удовлетворенность самореализацией); 4) локус контроля Я (Я — хозяин жизни); 5) локус контроля — жизнь. В опроснике, помимо показателей по шкалам, высчитывается суммарный балл.

Были получены следующие результаты:

– Установлена значимая положительная связь суммарного балла продуктивности жизнедеятельности с суммарным баллом стремления (интереса) к саморазвитию ($r_s = 0,343$; $p = 0,000$; корреляция значима на уровне 0,001).

– Продуктивность жизнедеятельности в сфере саморазвития показала значимые положительные связи с интересом к саморазвитию в области самообразования, а также в профессиональной, социальной, семейной, эстетической и волевой сферах (Табл. 3).

Таблица 3

Корреляции продуктивности жизнедеятельности в области саморазвития с интересом к саморазвитию в разных сферах (методика «Шкала направленности на саморазвитие в различных жизненных сферах») (коэффициент корреляции Спирмена)

Показатели	Саморазвитие (интерес)					
	Самообразование	Профессиональная	Социальная	Семейная	Эстетическая	Волевая
Продуктивность жизнедеятельности в сфере саморазвития	0,453***	0,422***	0,358***	0,361***	0,324***	0,324***
<i>p</i> значения	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000
Кол-во респондентов	453	453	453	453	453	453

Примечание. *** — $p < 0,001$

Получены значимые положительные связи суммарного показателя шкалы «Продуктивность жизнедеятельности» со стремлением к осмыс-

ленности собственной жизни (смысложизненными ориентациями) по всем показателям методики СЖО (Табл. 4).

Таблица 4

Корреляции продуктивности жизнедеятельности со смысложизненными ориентациями (суммарным баллом и всеми шкалами СЖО) (коэффициент корреляции Спирмена)

Показатели	Смысложизненные ориентации					
	Суммарный балл	Цели в жизни	Процесс жизни	Результативность жизни	Локус контроля — Я	Локус контроля — жизнь
Продуктивность жизнедеятельности (суммарный балл)	0,632***	0,531***	0,612***	0,576***	0,548***	0,528***
<i>r</i> значения	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000
Количество респондентов	453	453	453	453	453	453

Примечание. *** — $p < 0,001$

Исследование конвергентной валидности шкалы «Продуктивность жизнедеятельности» представляет собой непростую задачу, так как данный конструкт крайне слабо разработан в психологии и методик, позволяющих изучать его напрямую и использовать для сопоставления, подобрать не удалось. Поэтому шкала сопоставлялась с методиками, косвенно имеющими отношение к продуктивности жизнедеятельности, но тем не менее создающими возможность исследования конвергентной валидности.

Полученные значимые положительные корреляции суммарного показателя шкалы «Продуктивность жизнедеятельности» со всеми показателями СЖО и особенно со шкалой «Результативность жизни», а также значимые положительные корреляции со стремлением (интересом) к саморазвитию (методика «Шкала направленности на саморазвитие в различных жизненных сферах») свидетельствуют о хорошей конвергентной валидности шкалы 1 «Продуктивность жизнедеятельности».

Шкала 2. Способность к самотрансценденции

Для проверки конвергентной валидности этой шкалы, отражающей самотрансценденцию как выход за пределы «Я» в служении людям и обществу как движение от Я эгоцентрического к Я духовному, использовались следующие методики: 1) методика «Измерение альтруистических установок» М. И. Ясина (2020); 2) тест смысложизненных ориентаций (СЖО) Д. А. Леонтьева (2006); 3) опросник «Духовная личность» А. Хусейна, М. Анаса (адаптация Г. В. Ожигановой, 2019), показывающий степень выраженности духовно-нравственных качеств.

На выборке 1, включающей 453 человека, выявлены значимые положительные связи шкалы 2: «Способность к самотрансценденции» с альтруизмом, а также со стремлением к осмысленности собственной жизни (смысложизненными ориентациями) по всем показателям методики СЖО (Табл. 5).

Таблица 5

Корреляции показателя шкалы «Способность к самотрансценденции» с показателями альтруизма и смысложизненных ориентаций (суммарный балл и все шкалы) (коэффициент корреляции Спирмена)

Показатели	Альтруизм	Смысложизненные ориентации					
		Суммарный балл	Цели в жизни	Процесс жизни	Результативность жизни	Локус контроля — Я	Локус контроля — жизнь
Способность к самотрансценденции	,410***	,436***	,422***	,378***	,418***	,383***	,356***
<i>r</i> значения	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000
Количество респондентов	453	453	453	453	453	453	453

Примечание. ***- $p < 0,001$

Было также проведено исследование связи шкалы «Способность к самотрансценденции» с духовно-нравственными качествами личности (методика «Духовная личность») на выборке 2, включающей 177 человек. Установлены значи-

мые положительные корреляции с суммарным баллом методики «Духовная личность» и такими ее шкалами, как «Высокая нравственность и мудрость» и «Духовность отношений» (Табл. 6).

Таблица 6

Корреляции шкалы «Способность к самотрансценденции» с показателями духовно-нравственных качеств по методике «Духовная личность» (коэффициент корреляции Спирмена)

Показатели	Духовно-нравственные качества		
	Суммарный балл	Высокая нравственность и мудрость	Духовность отношений
Способность к самотрансценденции	,336***	,301***	,387***
r значения	,000	,000	,000
Кол-во респондентов	177	177	177

Примечание. *** — $p < 0,001$

Таким образом, результаты конвергентной валидности шкалы 2 «Способность к самотрансценденции», отражающей выход за пределы «Я» в служении людям и обществу, движение от «Я» эгоцентрического к «Я» духовному, то есть духовно-нравственную просоциальную мотивацию, показывают связь с осмысленностью собственной жизни, духовно-нравственными качествами, альтруистическими установками, что соответствует содержательным характеристикам конструкта «способность к самотрансценденции».

Ретест

Был проведен тест-ретест на выборке 59 респондентов; из них 15 респондентов мужского пола (25,4 %) и 44 — женского пола (74,6 %). Возраст — 17-61 год ($M = 27,14$; $SD = 10,26$). Студенты и служащие г. Москвы.

Ретест проводился через четыре недели после выполнения теста. Было установлено, что между показателями теста и ретеста существует высокая значимая корреляция для обеих шкал методики. Для шкалы 1 «Продуктивность жизнедеятельности» ($r_s = 0,786$; $p = 0,000$; корреляция значима на уровне 0,001). Для шкалы 2 «Способность к самотрансценденции» ($r_s = 0,905$; $p = 0,000$; корреляция значима на уровне 0,001).

Это свидетельствует о большой устойчивости во времени методики «Продуктивная жизнедеятельность и самотрансценденция» и показывает ее высокую ретестовую надежность.

Заключение

Полученные в нашем исследовании результаты позволяют говорить о достаточной надежности, валидности и хорошей пригодности нового

№ 1

А. Я достиг/ла высоких результатов в учебе	3	2	1	0	1	2	3	Я не достиг/ла высоких результатов в учебе
Б. Я достиг/ла или хотел/а бы достигнуть высоких результатов в учебе, потому что желаю быть первым/ой и превосходить других во всем или потому что родители будут мною довольны и дадут больше денег на развлечения	3	2	1	0	1	2	3	Я достиг/ла или хотел/а бы достигнуть высоких результатов в учебе, потому что мое главное желание — приобрести глубокие знания и использовать их для блага общества

психодиагностического инструмента «Продуктивная жизнедеятельность и самотрансценденция».

Методика может быть рекомендована для выявления продуктивности жизнедеятельности и ее мотивации (духовно-нравственной просоциальной или недуховной эгоистически-ориентированной) в научных исследованиях, а также в психологическом консультировании.

Текст методики и ключи представлены в приложении.

Описание методики «Продуктивная жизнедеятельность и самотрансценденция»

1. Бланк методики (версия для старших школьников — 10-11 классы)

Общая инструкция. Пожалуйста, опишите свою жизнедеятельность в разных областях. Вам необходимо выполнить задание «А», затем «Б», потом «В». Для задания «В» указана отдельная инструкция.

Инструкция для заданий А и Б. Вам предлагается пара утверждений. Ваша задача — выбрать только одно из двух утверждений, которое, по Вашему мнению, больше соответствует Вашей реальной жизни, и отметить одну из цифр в зависимости от того, насколько Вы согласны с утверждением. Выбрав одно из двух утверждений в задании «А» и отметив цифру, переходите к заданию «Б»; в нем также выберите одно из двух утверждений и отметьте цифру.

3 — Полностью согласен; 2 — Согласен; 1 — Скорее согласен; 0 — Затрудняюсь ответить. Постарайтесь использовать «0» — Затрудняюсь ответить» как можно реже.

В. Перечислите подробно Ваши реальные достижения, если они есть (например: написал/а лучше всех контрольную работу; закончил/а полугодие на отлично; получил/а высокую

оценку при защите проекта; победил/а на школьной олимпиаде и т. д.).

- 1.
- 2.
- ...

№ 2

А. В своей будущей профессиональной деятельности я не склонен/на стремиться к высоким профессиональным достижениям	3	2	1	0	1	2	3	В своей будущей профессиональной деятельности я буду стремиться к высоким достижениям
Б. Я достигну успехов в будущей профессиональной деятельности, так как буду стараться выполнять работу как можно, лучше, чтобы ее результаты приносили пользу людям	3	2	1	0	1	2	3	Я достигну успехов в будущей профессиональной деятельности, потому что для меня главное в жизни — это сделать хорошую карьеру и получать высокую заработную плату

В. Укажите ваши предполагаемые достижения в будущей профессиональной деятельности (например: успешно выполнять все задания на работе (можно уточнить, какие задания); предлагать новые проекты, выдвигать идеи, способствующие развитию области, в которой буду

работать, и пр.). Если у вас уже есть опыт работы в каникулярный период, напишите о ваших достижениях подробно.

- 1.
- 2.

№ 3

А. Я принимаю активное участие в общественной деятельности и достиг/ла в этом успехов	3	2	1	0	1	2	3	Я не принимаю активное участие в общественной деятельности
Б. Я достиг/ла или хотел/а бы достичь успехов в общественной работе, потому что эти успехи позволят мне быть лидером, дадут власть над людьми, приведут меня к известности	3	2	1	0	1	2	3	Я достиг/ла или хотел/а бы достичь успехов в общественной работе, потому что мне нравится, когда моя деятельность приносит пользу людям и ее высокие результаты делают людей счастливыми

В. Укажите ваши реальные достижения в общественной работе, если они есть (например: организовал/а группу волонтеров, принимаю участие в волонтерской деятельности, в сборе макулатуры; создал/а бесплатный кружок рисования для детей, учу их рисовать; активно участ-

вую в школьных концертах, общественных мероприятиях, движениях, например «Бессмертный полк» и пр.).

- 1.
- 2.
- ...

№ 4

А. Я мало расположен к творчеству	3	2	1	0	1	2	3	Я творческий человек и люблю создавать творческие продукты
Б. Я создаю творческие продукты или, если бы захотел/а их создавать, то потому, что меня привлекает сам процесс творчества и мне доставляет удовольствие то, что мои творческие продукты будут радовать людей и приносить им пользу	3	2	1	0	1	2	3	Я создаю или создавал/а бы творческие продукты, потому что хочу прославиться и получать большие деньги

В. Укажите ваши творческие достижения, если они есть; перечислите творческие продукты (например: рисунки, сочиненные песни, стихи, рассказы и пр.); **обязательно укажите их**

примерное количество.

- 1.
- 2.
- ...

№ 5

А. Я помогаю своей семье	3	2	1	0	1	2	3	Я слишком занят/а своими делами, и у меня нет времени, чтобы помогать семье
Б. Я помогаю семье или хотел/а бы помогать, для того, чтобы родители были мною довольны, тогда они будут давать мне больше денег на мои развлечения	3	2	1	0	1	2	3	Я помогаю семье или хотел/а бы помогать, потому что люблю ее; я хочу, чтобы все ее члены были счастливы и с ними все было хорошо

В. Укажите, как Вы помогаете своей семье, перечислите Ваши поступки (например: помогаю делать уроки младшим братьям и сестрам; помогаю родителям обрабатывать дачный участок; помогаю по хозяйству; провожу время в

общении с семьей, поддерживаю членов семьи добрым словом и делом и пр.)

- 1.
- 2.
- ...

№ 6

А. Я не уделяю время самосовершенствованию	3	2	1	0	1	2	3	Я уделяю время самосовершенствованию
Б. Я занимаюсь или хотел/а бы заниматься самосовершенствованием, потому что желаю избавиться от слабостей, которые мешают мне устанавливать теплые дружеские отношения, быть полезным/ой людям	3	2	1	0	1	2	3	Я занимаюсь или хотел/а бы заниматься самосовершенствованием, потому что хочу избавиться от слабостей, которые мешают мне быть главным/ой и командовать в группе, эти слабости в будущем могут препятствовать успешной карьере, связанной с высоким материальным вознаграждением.

В. Укажите, что Вы пытаетесь улучшить в себе; перечислите, что Вы для этого делаете и что это Вам дает. Например: 1. Я был физически очень слабым и надо мной посмеивались сверстники. Я стал ходить в секцию «Карате». Теперь я обрел физическую силу и психологическое равновесие. 2. Я страдала от застенчивости и реши-

ла от нее избавиться. Я стала искать соответствующую литературу, прочла ее; ходила на консультации к психологу. Теперь больше не стесняюсь и активно общаюсь с людьми.

- 1.
- 2.
- ...

№ 7

А. В свободное время я люблю делать что-то интересное и полезное для себя и других	3	2	1	0	1	2	3	Я провожу свободное время бесцельно и непродуктивно
Б. То, что я узнал/а или создал/а на досуге, я использую (или использовал/а бы, если бы захотел/а проводить досуг продуктивно), чтобы показать другим людям, какой я необыкновенный, особенный человек, и подчеркнуть свою значимость	3	2	1	0	1	2	3	Я делюсь (или если бы захотел/а проводить досуг продуктивно, то делился/ась бы) с другими тем, что я узнал/а или создал/а на досуге; мне радостно, когда моя информация или продукция оказывается полезной и интересной не только для меня, но и для других людей

В. Укажите, что Вы делаете на досуге, и какие получают результаты (например: выращиваю красивые цветы, шью модную одежду, вяжу, готовлю особые вкусные блюда по своему рецепту, делаю познавательные посты в интернете; прочитав интересную книгу сходя в театр, музей, на выставку, я использую полученную информацию и впечатления для того, чтобы обогатить ими других людей, и т. д.)

надо выполнить задание «А», затем «Б» и «В». Для задания «В» указана отдельная инструкция.

- 1.
- 2.
-

Инструкция для заданий А и Б. Вам предлагается пара утверждений. Ваша задача — выбрать только одно из двух утверждений, которое, по Вашему мнению, больше соответствует Вашей реальной жизни, и отметить одну из цифр в зависимости от того, насколько Вы согласны с утверждением. Выбрав одно из двух утверждений в задании «А» и отметив цифру, переходите к заданию «Б»; в нем также выберите одно из двух утверждений и отметьте цифру.

2. Бланк методики (версия для студентов)
Общая инструкция. Пожалуйста, опишите свою жизнедеятельность в разных областях. Вам

3 — Полностью согласен; 2 — Согласен; 1 — Скорее согласен; 0 — Затрудняюсь ответить. Постарайтесь использовать «0» — Затрудняюсь ответить» как можно реже.

№ 1

А. Я достиг/ла высоких результатов в учебе	3	2	1	0	1	2	3	Я не достиг/ла высоких результатов в учебе
Б. Я достиг/ла или хотел/а бы достигнуть высоких результатов в учебе, потому что желаю быть первым/ой и превосходить других во всем или потому что родители будут мною довольны и дадут больше денег на развлечения	3	2	1	0	1	2	3	Я достиг/ла или хотел/а бы достигнуть высоких результатов в учебе, потому что мое главное желание — приобрести глубокие знания и использовать их для блага общества

В. Перечислите подробно Ваши реальные достижения, если они есть (например: написал/а лучше всех контрольную работу, курсовую

работу; отлично ответил/а на семинаре; имею высокий рейтинг успеваемости и пр.).

- 1.
- 2.
- ...

№ 2

А. В своей будущей профессиональной деятельности я не склонен/на стремиться к высоким профессиональным достижениям	3	2	1	0	1	2	3	В своей будущей профессиональной деятельности я буду стремиться к высоким достижениям
Б. Я достигну успехов в будущей профессиональной деятельности, так как буду стараться выполнять работу, как можно, лучше, чтобы ее результаты приносили пользу людям	3	2	1	0	1	2	3	Я достигну успехов в будущей профессиональной деятельности, потому что для меня главное в жизни — это сделать хорошую карьеру и получать высокую заработную плату

В. Укажите ваши предполагаемые достижения в будущей профессиональной деятельности (например: успешно выполнять все задания на работе (можно уточнить, какие задания); предлагать новые проекты, выдвигать идеи, способствующие развитию области, в которой буду

работать, и пр.). Если у вас уже есть опыт работы, то напишите о ваших достижениях подробно.

- 1.
- 2.
- ...

№ 3

А. Я принимаю активное участие в общественной деятельности и достиг/ла в этом успехов	3	2	1	0	1	2	3	Я не принимаю активное участие в общественной деятельности
Б. Я достиг/ла или хотел/а бы достичь успехов в общественной работе, потому что эти успехи позволят мне быть лидером, дадут власть над людьми, приведут меня к известности	3	2	1	0	1	2	3	Я достиг/ла или хотел/а бы достичь успехов в общественной работе, потому что мне нравится, когда моя деятельность приносит пользу людям и ее высокие результаты делают людей счастливыми

В. Укажите ваши реальные достижения в общественной работе, если они есть (например: организовал/а группу волонтеров, принимаю участие в волонтерской деятельности, в сборе макулатуры, создал/а бесплатный кружок рисования для детей или взрослых и учу их рисовать;

активно участвую в общественных мероприятиях, движениях, например «Бессмертный полк» и пр.).

- 1.
- 2.
- ...

№ 4

А. Я мало расположен к творчеству	3	2	1	0	1	2	3	Я творческий человек и люблю создавать творческие продукты
Б. Я создаю творческие продукты или, если бы захотел/а их создавать, то потому, что меня привлекает сам процесс творчества и мне доставляет удовольствие то, что мои творческие продукты будут радовать людей и приносить им пользу	3	2	1	0	1	2	3	Я создаю или создавал/а бы творческие продукты, потому что хочу прославиться и получать большие деньги

В. Укажите ваши творческие достижения, если они есть; перечислите творческие продукты (например: рисунки, сочиненные песни, стихи, рассказы и пр.); **обязательно укажите их**

примерное количество.

- 1.
- 2.
- ...

№ 5

А. Я помогаю своей семье	3	2	1	0	1	2	3	Я слишком занят/а своими делами, и у меня нет времени, чтобы помогать семье
Б. Я помогаю семье или хотел/а бы помогать, для того, чтобы родители были мною довольны, тогда они будут давать мне больше денег на мои развлечения	3	2	1	0	1	2	3	Я помогаю семье или хотел/а бы помогать, потому что люблю ее; я хочу, чтобы все ее члены были счастливы и с ними все было хорошо

В. Укажите, как Вы помогаете своей семье, перечислите Ваши поступки (например: помогаю делать уроки младшим братьям и сестрам; помогаю родителям обрабатывать дачный участок; помогаю по хозяйству; провожу время в

общении с семьей, поддерживаю членов семьи добрым словом и делом и пр.)

- 1.
- 2.
- ...

№ 6

А. Я не уделяю время самосовершенствованию	3	2	1	0	1	2	3	Я уделяю время самосовершенствованию
Б. Я занимаюсь или хотел/а бы заниматься самосовершенствованием, потому что желаю избавиться от слабостей, которые мешают мне устанавливать теплые дружеские отношения, быть полезным/ой людям	3	2	1	0	1	2	3	Я занимаюсь или хотел/а бы заниматься самосовершенствованием, потому что хочу избавиться от слабостей, которые мешают мне быть главным/ой и командовать в группе, эти слабости в будущем могут препятствовать успешной карьере, связанной с высоким материальным вознаграждением

В. Укажите, что Вы пытаетесь улучшить в себе, перечислите, что Вы для этого делаете и что это Вам дает. Например: 1. Я был физически очень слабым, и надо мной посмеивались сверстники. Я стал ходить в секцию «Карате». Теперь я обрел физическую силу и психологическое равновесие. 2. Я страдала от застенчивости

и решила от нее избавиться. Стала искать соответствующую литературу, прочла ее, ходила на консультации к психологу. Теперь больше не стесняюсь и активно общаюсь с людьми.

- 1.
- 2.
- ...

№ 7

А. В свободное время я люблю делать что-то интересное и полезное для себя и других		3	2	1	0	1	2	3	Я провожу свободное время бесцельно и непродуктивно
Б. То, что я узнал/а или создал/а на досуге, я использую (или использовал/а бы, если бы захотел/а проводить досуг продуктивно), чтобы показать другим людям, какой я необыкновенный, особенный человек, и подчеркнуть свою значимость		3	2	1	0	1	2	3	Я делюсь (или если бы захотел/а проводить досуг продуктивно, то делился/ась бы) с другими тем, что я узнал/а или создал/а на досуге; мне радостно, когда моя информация или продукция оказывается полезной и интересной не только для меня, но и для других людей

В. Укажите, что Вы делаете на досуге, и какие получают результаты (например: выращиваю красивые цветы, шью модную одежду, вяжу, готовлю особые вкусные блюда по своему рецепту, делаю познавательные посты в интернете, прочитав интересную книгу, сходя в театр, музей, на выставку, я использую полученную информацию и впечатления для того, чтобы обогатить ими других людей и т. д.)

«В». Для задания «В» указана отдельная инструкция.

- 1.
- 2.
- ...

Инструкция для заданий А и Б. Вам предлагается пара утверждений. Ваша задача — выбрать только одно из двух утверждений, которое, по Вашему мнению, больше соответствует Вашей реальной жизни, и отметить одну из цифр в зависимости от того, насколько Вы согласны с утверждением. Выбрав одно из двух утверждений в задании «А» и отметив цифру, переходите к заданию «Б»; в нем также выберите одно из двух утверждений и отметьте цифру.

Бланк методики (версия для взрослых)
Общая инструкция. Пожалуйста, опишите свою жизнедеятельность в разных областях. Вам надо выполнить задание «А», затем «Б», потом

3 — Полностью согласен; 2 — Согласен; 1 — Скорее согласен; 0 — Затрудняюсь ответить. Постарайтесь использовать «0» — Затрудняюсь ответить» как можно реже.

№ 1

А. Я достиг/ла высоких результатов в учебе	3	2	1	0	1	2	3	Я не достиг/ла высоких результатов в учебе
Б. Я достиг/ла или хотел/а бы достигнуть высоких результатов в учебе, потому что мне нравится быть первым/ой и превосходить других во всем или потому что полученные глубокие знания дают возможность устроиться на хорошую работу и зарабатывать много денег	3	2	1	0	1	2	3	Я достиг/ла или хотел бы достигнуть высоких результатов в учебе, потому что мое главное желание — приобрести глубокие знания и использовать их для блага общества

В. Перечислите подробно Ваши реальные достижения в учебе, если они есть (например: написал/а лучше всех проверочную работу на курсах повышения квалификации; закончил/а учебу с оценками «отлично»; защитил/а диплом

на отлично; получил/а высокую оценку при защите проекта и т. д.).

- 1.
- 2.
- ...

№ 2

А. В своей профессиональной деятельности я не склонен/на стремиться к высоким профессиональным достижениям	3	2	1	0	1	2	3	В своей профессиональной деятельности я стремлюсь к высоким достижениям
Б. Я достигну успехов в профессиональной деятельности, так как буду стараться выполнять работу, как можно, лучше, чтобы ее результаты приносили пользу людям.	3	2	1	0	1	2	3	Я достигну успехов в профессиональной деятельности, потому что для меня главное в жизни — это сделать хорошую карьеру и получать высокую заработную плату

В. Укажите ваши достижения в профессиональной деятельности, если они есть (например: успешно выполняете все задания на работе (можно уточнить, какие задания); предлагаете новые проекты, выдвигаете идеи, способствующие

развитию области, в которой работаете и пр.).

- 1.
- 2.
- ...

№ 3

А. Я принимаю активное участие в общественной деятельности и достиг/ла в этом успехов	3	2	1	0	1	2	3	Я не принимаю активное участие в общественной деятельности
Б. Я достиг/ла или хотел/а бы достичь успехов в общественной работе, потому что эти успехи позволят мне быть лидером, дадут власть над людьми, приведут меня к известности	3	2	1	0	1	2	3	Я достиг/ла или хотел/а бы достичь успехов в общественной работе, потому что мне нравится, когда моя деятельность приносит пользу людям и ее высокие результаты делают людей счастливыми

В. Укажите ваши реальные достижения в общественной работе, если они есть (например: организовал/а группу волонтеров, принимаю участие в волонтерской деятельности, создал/а бесплатный кружок рисования для детей и/или взрослых, учу их рисовать; участвую в благотворительной деятельности; в концертах, конкурсах,

проводимых на работе; общественных мероприятиях, движениях, например «Бессмертный полк» и пр.).

- 1.
- 2.
- ...

№ 4

А. Я мало расположен к творчеству	3	2	1	0	1	2	3	Я творческий человек и люблю создавать творческие продукты
Б. Я создаю творческие продукты или, если бы захотел/а их создавать, то потому, что меня привлекает сам процесс творчества и мне доставляет удовольствие то, что мои творческие продукты будут радовать людей и приносить им пользу	3	2	1	0	1	2	3	Я создаю или создавал/а бы творческие продукты, потому что хочу прославиться и получать большие деньги

В. Укажите ваши творческие достижения, если они есть; перечислите творческие продукты (например: рисунки, сочиненные песни, стихи, рассказы и пр.; творческие продукты, имеющие отношение к научному или техническому творчеству; к обыденной жизни — придум-

мал новое блюдо, новый тип стрижки волос, новую модель свитера и связал его и пр.); **обязательно укажите их примерное количество.**

- 1.
- 2.
- ...

№ 5

А. Я забочусь о своей семье	3	2	1	0	1	2	3	Я слишком занят/а своими делами, и у меня не остается времени, чтобы помочь семье
Б. Я занимаюсь семейными делами и помогаю семье или хотел/а бы помогать для того, чтобы увеличить материальное благосостояние и престиж моей семьи. Если моя семья будет богата и знаменита, то это придаст мне большую значимость в обществе	3	2	1	0	1	2	3	Я занимаюсь семейными делами и помогаю семье или хотел/а бы помогать, потому что люблю ее; я хочу, чтобы все ее члены были счастливы и с ними все было хорошо

В. Укажите, как Вы помогаете своей семье, перечислите Ваши поступки (например: помогаю деньгами младшим братьям и сестрам, родителям, престарелым родственникам (бабушке, дедушке); помогаю родителям обрабатывать дачный участок; занимаюсь хозяйством, провожу

время в общении с семьей, поддерживаю членов семьи добрым словом и делом и пр.)

- 1.
- 2.
- ...

№ 6

А. Я не уделяю время самосовершенствованию	3	2	1	0	1	2	3	Я уделяю время самосовершенствованию
Б. Я занимаюсь или хотел/а бы заниматься самосовершенствованием, потому что желаю избавиться от слабостей, которые мешают мне устанавливать теплые дружеские отношения, быть полезным/ой людям	3	2	1	0	1	2	3	Я занимаюсь или хотел/а бы заниматься самосовершенствованием, потому что желаю избавиться от слабостей, которые мешают мне быть главным/ой и командовать в группе, эти слабости препятствуют моей успешной карьере, связанной с высоким материальным вознаграждением

В. Укажите, что Вы пытаетесь улучшить в себе, перечислите, что Вы для этого делаете и что это Вам дает. Например: 1. Я был физически очень слабым и болезненным, ощущал неуверенность в себе, надо мной посмеивались друзья. Я решил измениться и стал ходить в секцию «Карате». Теперь я обрел физическую силу, здоровье и веру в себя. 2. Я страдала от застенчивости и ре-

шила от нее избавиться. Стала искать соответствующую литературу, прочла ее, ходила на консультации к психологу. Теперь больше не стесняюсь и активно общаюсь с людьми.

- 1.
- 2.
- ...

№ 7

А. В свободное время я люблю делать что-то интересное и полезное для себя и других	3	2	1	0	1	2	3	Я провожу свободное время бесцельно и непродуктивно
Б. То, что я узнал/а или создал/а на досуге, я использую (или использовал/а бы, если бы захотел/а проводить досуг продуктивно), чтобы показать другим людям, какой я необыкновенный, особенный человек, и подчеркнуть свою значимость	3	2	1	0	1	2	3	Я делюсь (или если бы захотел/а проводить досуг продуктивно, то делился/ась бы) с другими тем, что я узнал/а или создал/а на досуге; мне радостно, когда моя информация или продукция оказывается полезной и интересной не только для меня, но и для других людей

В. Укажите, что Вы делаете на досуге, какие получают результаты (например: выращиваю красивые цветы, шью модную одежду, вяжу, готовлю особые вкусные блюда по своему рецепту, делаю познавательные посты в интернете, прочитав интересную книгу сходя в театр, музей, на выставку, я использую полученную информацию и впечатления для того, чтобы обогатить ими других людей, и т. д.)

- 1.
- 2.
-

Подсчет баллов

Для того чтобы подсчитать баллы, необходимо перевести отмеченные респондентом цифры на симметричной шкале (3210123) в оценки по восходящей (1234567) или нисходящей (7654321) ассиметричной шкале.

Блок 1

Задание А — нисходящая шкала (7654321)

Задание Б — восходящая шкала (1234567)

Блок 2

Задание А — восходящая шкала (1234567)

Задание Б — нисходящая шкала (7654321)

Блок 3

Задание А — нисходящая шкала (7654321)

Задание Б — восходящая шкала (1234567)

Блок 4

Задание А — восходящая шкала (1234567)

Задание Б — нисходящая шкала (7654321)

Блок 5

Задание А — нисходящая шкала (7654321)

Задание Б — восходящая шкала (1234567)

Блок 6

Задание А — восходящая шкала (1234567)

Задание Б — нисходящая шкала (7654321)

Блок 7

Задание А — нисходящая шкала (7654321)

Задание Б — восходящая шкала (1234567)

Результаты

После преобразования шкал суммируются баллы ассиметричных шкал, соответствующие позициям, отмеченным респондентом.

Шкала 1. Продуктивность жизнедеятельности

Необходимо суммировать баллы задания «А» по всем семи блокам (то есть вычислить суммарный показатель, сложив результаты респондентов, касающиеся семи пунктов «А»).

Шкала 2. Способность к самотрансценденции (духовно-нравственная просоциальная мотивация)

Необходимо суммировать баллы задания «Б» по всем семи блокам (то есть вычислить суммарный показатель, сложив результаты респондентов, касающиеся семи пунктов «Б»).

Библиографический список

1. Брессо Т. И. Социокультурные детерминанты просоциальной мотивации // Теория и практика общественного развития. 2013. № 2. С. 70-72.
2. Голованова Н. Ф. Шкала направленности личности на саморазвитие в различных жизненных сферах / Н. Ф. Голованова, И. Б. Дерманова // Вестник ТвГУ. Серия «Педагогика и психология». 2018. Выпуск 3. С. 52-65.
3. Леонтьев Д. А. Тест смысложизненных ориентаций (СЖО). Москва : Смысл, 2006. 18 с.
4. Мазиллов В. А. Проблема взаимосвязи мотивации и способностей субъекта деятельности / В. А. Мазиллов, Т. В. Бугайчук // Вестник Вятского государственного университета. 2020. № 2. С. 107-114.
5. Ожиганова Г. В. Адаптация опросника «Духовная личность» на русскоязычной выборке // Экспериментальная психология. 2019. Т. 12. № 4. С. 160-176.
6. Ожиганова Г. В. Духовная личность. Москва : Институт психологии РАН, 2020. 288 с.
7. Ожиганова Г. В. Понятие «духовные способности» // Разработка понятий современной психологии. Т. 3 / отв. ред. А. Л. Журавлев, Е. А. Сергиенко,

Н. Е. Харламенкова, Г. А. Виленская. Москва : Институт психологии РАН, 2021. С. 424-425.

8. Шадриков В. Д. Способности и одаренность человека. Москва : Институт психологии РАН, 2019. 274 с.

9. Шарин В. И. Проблемы общественного служения российских чиновников // Вестник университета. 2020. № 3. С. 38-44.

10. Франкл В. Человек в поисках смысла. Москва : Прогресс, 1990. 368 с.

11. Ясин М. И. Методика измерения альтруистических установок // Психологический журнал. 2020. Т. 41. № 1. С. 77-85.

12. Browne M. W., Cudeck, R. Alternative ways of assessing model fit. In K. A. Bollen and J. S. Long (Eds.), Testing structural equation models (pp. 136-162). Newbury Park, CA: Sage. 1993.

13. Hair J. F., Black W. C., Babin B. J., Anderson R. E. Multivariate Data Analysis. 7th Edition, Pearson Education, Upper Saddle River. 2014.

14. Hayduk L. A., & Glaser, D. N. Jiving the four-step, waltzing around factor analysis, and other serious fun // Structural Equation Modeling. 2000. № 7 (1). P. 1-35.

15. Hayes A. F., Coutts J. J. Use Omega Rather than Cronbach's Alpha for Estimating Reliability. But... // Communication Methods and Measures. 2020. Vol. 14. № 1. P. 1-24. <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/19312458.2020.1718629?journalCode=hcms2>

16. Hosseini M., Marei, S. P. Relationship between spiritual intelligence and spiritual leadership with the performance of directors of Bank of Tehran and the effect of spirituality mediation in the workplace // Journal of Accounting and Management. 2017. Vol. 3. № 1. P. 41-51.

17. Hulin C., Netemeyer, R., Cudeck, R. Can a Reliability Coefficient Be Too High // Journal of Consumer Psychology. 2001. Vol. 10. P. 55-58.

18. MacCallum R. C., Browne M. W., Sugawara, H. M. Power analysis and determination of sample size for covariance structure modeling // Psychological Methods. 1996. Vol. 1 (2). P. 130-149.

19. Rani A. A., Abidin M., Ab Hamid M. R. The impact of Spiritual Intelligence on work performance: Case studies in Government Hospitals of East Coast of Malaysia // The Macrotheme Review. 2013. Vol. 2. № 3. P. 46-59.

20. Steiger J. H. EzPATH: A Supplementary Module for SYSTAT and SYSGRAPH [Computer Program]. SYSTAT. 1989.

21. Steiger J. H. Point Estimation, Hypothesis Testing, and Interval Estimation Using RMSEA: Some Comments and a Reply to Hayduk and Glaser // Structure Equation Modeling. 2000. № 7. P. 149-162.

Reference list

1. Bresso T. I. Sociokul'turnye determinanty prosozial'noj motivacii = Sociocultural determinants of prosozial motivation // Teorija i praktika obshhestvennogo razvitiya. 2013. № 2. S. 70-72.

2. Golovanova N. F. Shkala napravlenosti lichnosti na samorazvitie v razlichnyh zhiznennyh sferah = Scale of personality focus on self-development in various life spheres / N. F. Golovanova, I. B. Dermanova // Vestnik TvGU. Serija «Pedagogika i psihologija». 2018. Vypusk 3. S. 52-65.
3. Leont'ev D. A. Test smyslozhiznennyh orientacij (SZhO) = Meaning orientation test (MOT). Moskva : Smysl, 2006. 18 s.
4. Mazilov V. A. Problema vzaimosvjazi motivacii i sposobnostej sub#ekta dejatel'nosti = The problem of relationship of motivation and abilities of the activity subject / V. A. Mazilov, T. V. Bugajchuk // Vestnik Vjatskogo gosudarstvennogo universiteta. 2020. № 2. S. 107-114.
5. Ozhiganova G. V. Adaptacija oprosnika «Duhovnaja lichnost'» na russkojazychnoj vyborke = Adaptation of the «Spiritual Personality» questionnaire on the Russian-language sample // Jeksperimental'naja psihologija. 2019. T. 12. № 4. S. 160-176.
6. Ozhiganova G. V. Duhovnaja lichnost' = Spiritual personality. Moskva : Institut psihologii RAN, 2020. 288 s.
7. Ozhiganova G. V. Ponjatie «duhovnye sposobnosti» = The concept of «spiritual abilities» // Razrabotka ponjatij sovremennoj psihologii. T. 3 / otv. red. A. L. Zhuravlev, E. A. Sergienko, N. E. Harlamenkova, G. A. Vilenskaja. Moskva : Institut psihologii RAN, 2021. S. 424-425.
8. Frankl V. Chelovek v poiskah smysla = Man in search of meaning Moskva : Progress, 1990. 368 s.
9. Shadrikov V. D. Sposobnosti i odarennost' cheloveka = Human abilities and giftedness. Moskva : Institut psihologii RAN, 2019. 274 s.
10. Sharin V. I. Problemy obshhestvennogo sluzhenija rossijskich chinovnikov = Problems of public service of Russian officials // Vestnik universiteta. 2020. № 3. S. 38-44.
11. Jasin M. I. Metodika izmerenija al'truisticheskikh ustanovok = Procedure for measuring altruistic plants // Psihologicheskij zhurnal. 2020. T. 41. № 1. S. 77-85.
12. Browne M. W., Cudeck R. Alternative ways of assessing model fit. In K. A. Bollen and J. S. Long (Eds.), Testing structural equation models (pp. 136-162). Newbury Park, CA: Sage. 1993.
13. Hair J. F., Black W. C., Babin B. J., Anderson R. E. Multivariate Data Analysis. 7th Edition, Pearson Education, Upper Saddle River. 2014.
14. Hayduk L. A., Glaser D. N. Jiving the four-step, waltzing around factor analysis, and other serious fun // Structural Equation Modeling. 2000. № 7 (1). P. 1-35.
15. Hayes A. F., Coutts J. J. Use Omega Rather than Cronbach's Alpha for Estimating Reliability. But... // Communication Methods and Measures. 2020. Vol. 14. № 1. P. 1-24. URL: <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/19312458.2020.1718629?journalCode=hcms2>
16. Hosseini M., Marei S. P. Relationship between spiritual intelligence and spiritual leadership with the performance of directors of Bank of Tehran and the effect of spirituality mediation in the workplace // Journal of Accounting and Management. 2017. Vol. 3. № 1. P. 41-51.
17. Hulin C., Netemeyer R., Cudeck R. Can a Reliability Coefficient Be Too High // Journal of Consumer Psychology. 2001. Vol. 10. P. 55-58.
18. MacCallum R. C., Browne M. W., Sugawara H. M. Power analysis and determination of sample size for covariance structure modeling // Psychological Methods. 1996. Vol. 1 (2). P. 130-149.
19. Rani A. A., Abidin M., Ab Hamid M. R. The impact of Spiritual Intelligence on work performance: Case studies in Government Hospitals of East Coast of Malaysia // The Macrotheme Review. 2013. Vol. 2. № 3. P. 46-59.
20. Steiger J. H. EzPATH: A Supplementary Module for SYSTAT and SYSGRAPH [Computer Program]. SYSTAT. 1989.
21. Steiger J. H. Point Estimation, Hypothesis Testing, and Interval Estimation Using RMSEA: Some Comments and a Reply to Hayduk and Glaser // Structure Equation Modeling. 2000. № 7. P. 149-162.

Статья поступила в редакцию 22.03.2023; одобрена после рецензирования 21.04.2023; принята к публикации 19.05.2023.

The article was submitted 22.03.2023; approved after reviewing 21.04.2023; accepted for publication 19.05.2023.