

УДК 159.9.07

ДИАГНОСТИКА ЖИЗНЕННЫХ ЦЕЛЕЙ: КРАТКАЯ ВЕРСИЯ ОПРОСНИКА “ИНДЕКС СТРЕМЛЕНИЙ”

© 2023 г. Т. О. Гордеева^{1,2,*}, О. А. Сычев^{3,**}, В. А. Егоров^{4,***}

¹ФГБОУ ВО Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова;
125009, г. Москва, ул. Моховая, д. 11, стр. 9, Россия.

²ФГАОУ ВО Национальный исследовательский университет “Высшая школа экономики”;
101000, г. Москва, ул. Мясницкая, д. 20, Россия.

³ФГБОУ ВО Алтайский государственный гуманитарно-педагогический университет
имени В.М. Шукшина;
659333, Алтайский край, г. Бийск, ул. Владимира Короленко, д. 53, Россия.

⁴Некоммерческая организация “Целевой фонд будущих поколений Республики Саха (Якутия)”;
677018, Республика Саха (Якутия), г. Якутск, ул. Аммосова, д. 18, Россия.

* Доктор психологических наук, профессор факультета психологии МГУ им. М.В. Ломоносова,
научный сотрудник НИУ ВШЭ.

E-mail: tamgordeeva@gmail.com

** Кандидат психологических наук, доцент.

E-mail: osn1@mail.ru

*** Кандидат физико-математических наук, генеральный директор.

E-mail: vladimir_egorov@mail.ru

Поступила 03.02.2023

Аннотация. Целью данного исследования стала разработка краткой версии опросника “Индекс стремлений”, основанного на подтеории жизненных целей теории самодетерминации и предназначенного для измерения двух типов целей: внутренних (шкалы Самовыражение, Близкие отношения, Вклад в сообщество) и внешних (шкалы Внешность, Известность, Влиятельность). В исследовании приняли участие 5635 старшеклассников в возрасте от 16 до 18 лет ($M = 16.81$, $SD = 0.68$, 41% юношей). Конфирматорный факторный анализ структуры методики показал приемлемое соответствие данным как шестифакторной модели, так и иерархической модели с факторами внутренних и внешних стремлений. Подтверждено соответствие структуры опросника на уровне шкал круговой (циркумплекс) модели, отражающей ожидаемую упорядоченность шкал в соответствии с внутренним или внешним характером целей. О хорошей внутренней согласованности шкал говорит величина коэффициентов α Кронбаха (0.78–0.85 для шкал первого уровня, 0.84 — для внутренних стремлений и 0.89 — для внешних). В пользу валидности методики свидетельствуют корреляции шкал с показателями психологического благополучия, мотивации и успешности в учебе. Показано, что наличие стремлений в целом способствует благополучию, однако наиболее благоприятным является доминирование в них внутренних просоциальных стремлений.

Ключевые слова: внутренние цели, внешние цели, индекс стремлений, опросник, теория самодетерминации, благополучие, мотивация.

DOI: 10.31857/S020595920027085-9

В рамках одной из шести мини-теорий теории самодетерминации — теории содержания целей — утверждается, что присущие людям цели (или стремления) можно разделить на внутренние и внешние [10; 20]. Стремление к внутренним целям, таким как личностный рост, близкие отношения, участие в жизни сообщества и здоровье, создает условия для удовлетворения базовых психологических потребностей людей в автономии,

компетентности и связанности, укрепляя тем самым психологическое благополучие. Преследование внешних целей (например, финансового успеха, известности и привлекательной внешности) может лишь косвенно удовлетворить базовые психологические потребности, однако оно приводит к снижению удовлетворенности и благополучия при их доминировании над внутренними целями, когда последние из-за этого реализуются в меньшей

мере. Причиной того, что внешние стремления негативно сказываются на благополучии, также может быть их недостижимость, поскольку по мере улучшения своего благосостояния люди склонны сравнивать себя с новыми более успешными социальными моделями или группами, испытывая при этом неудовлетворенность достигнутым.

К настоящему времени накоплено множество свидетельств о связи жизненных целей с показателями психологического благополучия в различных культурах и странах. В недавнем метаанализе [8], обобщающем данные о 1808 эффектах на общей выборке $N = 70\,110$ (105 исследований), было показано, что внутренние стремления прямо связаны с благополучием ($r = 0.24$ [95%-й доверительный интервал: 0.22; 0.27]), представленным показателями счастья, витальности, самооценки, удовлетворенности и осмысленности жизни, и обратно — с показателями неблагополучия ($r = -0.11$ [–0.14; –0.08]), оцениваемого через показатели депрессии, тревоги и негативного аффекта. Связь внешних стремлений с благополучием зависела от способа обработки результатов: сырые оценки внешних стремлений демонстрировали отсутствие связи либо слабую прямую связь с благополучием, однако относительные, центрированные оценки внешних стремлений, характеризующие меру их доминирования, показывали обратную связь этих стремлений с благополучием и прямую — с показателями неблагополучия.

Среди результатов этого метаанализа интерес представляет тот факт, что регион мира является статистически значимым модератором таких связей: в странах Восточной Европы наблюдалась несвойственная другим народам слабая прямая связь сырых показателей внешних стремлений и благополучия ($r = 0.15$ [0.11; 0.19]) [8]. При этом основанные на центрированных показателях эффекты внешних стремлений в этом метаанализе носили схожий характер, не зависящий от региона и СЭС выборок. Вопрос о специфике и причинах связи внешних целей с психологическим благополучием в разных странах обсуждается в научной литературе [9; 23] и нуждается в дальнейших исследованиях.

Внутренние жизненные стремления поддерживают благополучие не только благодаря удовлетворению базовых психологических потребностей, но и за счет поддержки автономной мотивации [20]. Это положение было подтверждено в лонгитюдном исследовании, показавшем, что студенты с доминирующими внутренними стремлениями со временем демонстрируют более автономную мотивацию к их достижению и последующий рост благополучия [14]. В другом исследовании обнаружилось, что

внутренние жизненные стремления прямо предсказывают академические достижения студентов и обратно через автономную академическую мотивацию и воспринимаемую компетентность — намерение бросить учебу [15].

На подростковых выборках было также показано, что старшеклассники с доминирующими внешними стремлениями не только показывали сниженное благополучие, но и были более склонны вовлекаться в поведение, имеющее высокие риски для здоровья и благополучия, такие как курение, использование алкоголя и марихуаны [24]. Исследования источников такого рода паттернов стремлений, проведенные Г. Вильямсом с коллегами [Там же], показали важность фактора поддержки автономии родителями: подростки с выраженными внешними целями чувствовали, что родители не поддерживают их автономию.

ХАРАКТЕРИСТИКА МЕТОДИКИ “ИНДЕКС СТРЕМЛЕНИЙ”

В основанных на теории самодетерминации исследованиях жизненных стремлений основным инструментом их оценки является разработанный Т. Кассером и Р. Райаном опросник Индекс стремлений (Aspirations Index, AI) [6; 16–18]. Этот опросник позволяет оценить важность целей, вероятность их достижения, степень их реализации на текущий момент, однако основным ее предназначением является оценка их важности.

Рекомендуемая центром теории самодетерминации версия этого опросника [6] включает семь типов стремлений (шкалы Финансовый успех, Известность, Внешность, Личностный рост, Отношения, Сообщество, Здоровье), на каждую из которых приходится по пять конкретных целей. В описании этой версии авторы отмечают [6], что нередко используется только шесть из этих семи шкал, исключая шкалу Здоровье [23]. В некоторых исследованиях [22] факторный анализ показывал, что шкала Здоровье может быть отнесена как к числу внутренних, так и к числу внешних стремлений, вероятно, потому что для некоторых людей поддержание физической формы скорее выступает частью управления своим имиджем и близко к стремлению к привлекательной внешности.

Учитывая кросскультурную специфику данных, не вполне укладывается в дихотомию внешних и внутренних целей шкала Финансовый успех. Так, в исследовании жизненных стремлений на примере 15 стран было обнаружено, что в небогатых странах эта цель располагается ближе к внутренним

стремлениям [12]. По-видимому, если в богатых странах финансовый успех имеет в первую очередь инструментальный смысл (например, служит показателем достижений, дает возможность избыточного, демонстративного потребления), то в странах с невысоким уровнем материального благополучия он открывает больше возможностей для самовыражения, личностного роста и помощи другим людям [9] и поэтому приближается к внутренним стремлениям. Удачной альтернативой этой шкале представляется предложенная в исследовании Ф. Мартелы, Э. Брэдшоу и Р. Райана [19] шкала Влиятельность, измеряющая стремление к статусному, влиятельному положению в обществе.

В некоторых исследованиях были предприняты попытки к привычному набору стремлений добавить другие, например: безопасность, конформность, гедонизм, духовность [12], самовыражение, мастерство, социальная приверженность, влиятельность и безопасность [19]. При этом происходило уточнение названий шкал и формулировок конкретных целей. В частности, шкала Самовыражение, предложенная в исследовании Ф. Мартелы с соавторами [Там же], пересекается в своем содержании с использовавшейся ранее шкалой Личностный рост, однако содержит более ясные формулировки, так что замена последней на шкалу Самовыражение представляется вполне оправданной.

По мере расширения методики усложнялись представления о ее структуре, что нашло выражение, например, в попытках отобразить соотношение стремлений с помощью круговой (циркумплекс) модели [12; 19]. Введенное Д. Гуттманом [13] понятие циркумплекса используется для описания определенной структуры связей в упорядоченном наборе переменных, где каждая из них теснее связана с более близкими переменными, чем с отстоящими дальше. Применительно к диагностике жизненных целей круговая модель иллюстрирует близость друг к другу целей одного типа (например, внешних) и их удаленность от целей другого типа (внутренних).

Характерной тенденцией при работе с этой методикой является склонность давать более или менее высокие оценки по всем стремлениям. Для ее контроля в прошлых исследованиях использовались различные стратегии. Одна из них заключается в использовании регрессионного анализа, в котором в качестве предикторов используется не только интересующая жизненная цель, но и общая оценка: среднее по всем целям, исключая интересующую [16; 18]. Если в качестве предикторов интерес представляют лишь оценки внутренних и внешних целей в целом, то некоторые авторы вычисляют регрессионные модели отдельно для

внутренних и отдельно для внешних целей, включая в модель в качестве контролируемой переменной общую оценку [18], в то время как другие обходятся без контролируемых переменных, включая оба типа целей в анализ одновременно [19]. Последний вариант представляется более корректным, поскольку включение в регрессионный анализ слагаемого и включающей его суммы является типичной причиной мультиколлинеарности, вследствие которой результаты приобретают плохо поддающийся интерпретации вид [7].

Другая стратегия контроля состоит в использовании центрированных оценок, которые получаются в результате вычитания от каждой шкалы общего среднего значения по всем шкалам [17]. Наряду с центрированными оценками по шкалам используются также центрированные оценки внешних и внутренних стремлений в целом, для вычисления которых от средних значений по внешним и внутренним стремлениям отнимают среднее значение по всем шкалам [8]. Полезным показателем является также относительная выраженность внутренних стремлений (ОВВС), которая вычисляется путем вычитания из среднего по внутренним стремлениям среднего по внешним стремлениям. Разнообразие способов анализа результатов методики и применяемых показателей в некоторой мере объясняет различия в выводах исследований [8], поэтому необходимо осознанно относиться к их выбору: центрированные оценки нужны в тех случаях, когда интерес представляет *приоритетность* тех или иных целей, их *относительное преобладание* над другими. В остальных ситуациях достаточно сырых оценок.

Наряду с попытками расширения методики популярной тенденцией является также использование сокращенных версий, которые могут быть адаптированы для решения частных исследовательских задач [14; 15].

Хотя методика Индекс стремлений ранее использовалась в исследованиях на русскоязычных выборках [21], к настоящему времени отсутствуют публикации, посвященные русскоязычной версии, с анализом ее психометрических характеристик. Поэтому было принято решение о разработке краткой русскоязычной версии опросника Индекс стремлений, соответствующей современному состоянию исследований в этой области.

МЕТОДИКА

Участники исследования. В исследовании приняли участие 5635 старшеклассников (10–11-е классы) из 422 школ в возрасте от 16 до 18 лет ($M = 16.81$,

$SD = 0.68$), из них 41% юношей. 49% опрошенных проживают в сельской местности, 34% — в городе Якутске и 17% — в других городах Якутии. Опрос проводился в индивидуальном формате, обратной связи или вознаграждений за участие в исследовании не предоставлялось. Данное исследование — часть Всероссийского лонгитюдного проекта “Растем вместе”, к участию в котором приглашались учащиеся всех школ Республики Саха.

Методики. Краткая версия опросника “Индекс стремлений” (ИС-К) была разработана на основе соответствующего англоязычного опросника (AI) [16–18] с учетом результатов исследований, направленных на расширение и уточнение списка основных стремлений [12; 19]. Из семи традиционных шкал методики AI две шкалы (Здоровье и Финансовый успех) были исключены ввиду их неоднозначного положения в континууме внутренних-внешних целей. Вместо шкалы финансового успеха в данную версию была введена шкала Влиятельность [19] ввиду ее более явной согласованности по содержанию с внешними целями. Вслед за Ф. Мартелой с соавторами [19] вместо шкалы Личностный рост нами использовалась близкая к ней по содержанию шкала Самовыражение. В результате краткая версия опросника была образована из шести шкал, три из которых измеряют внутренние стремления (Самовыражение, Отношения, Сообщество) и еще три — внешние стремления (Внешность, Известность, Влиятельность). Каждая из шкал состоит из трех утверждений. Двумя экспертами был выполнен прямой и обратный перевод заданий, рассогласования в переводе были обсуждены и устранены.

Как и в большинстве прошлых исследований, при проведении опроса и анализе результатов учитывался только показатель важности стремлений. Дополнительные варианты использования методики (для оценки достижимости целей и степени их реализации) учтены в бланке опросника, приведенном в приложении.

В ходе обработки результатов анализ проводился по сырым, нецентрированным оценкам, а также по центрированным показателям. Кроме того, были вычислены оценки относительной выраженности внутренних стремлений (ОВВС), представляющие собой разность между средними оценками по трем внутренним и трем внешним стремлениям. Оценки ОВВС и центрированные оценки для внешних и внутренних стремлений являются независимыми, только если число шкал внешних и внутренних стремлений различается. При равном числе шкал (в нашем случае 3 внутренних и 3 внешних) центрированные оценки для внешних стремлений

равны аналогичным оценкам для внутренних стремлений с обратным знаком, в то время как ОВВС равно удвоенному значению центрированных оценок для внутренних стремлений (поскольку $x - (-x) = 2x$). Поэтому можно ограничиться использованием только одного показателя, среди которых наиболее удобным представляется ОВВС. Коэффициенты внутренней согласованности шкал (α Кронбаха) для этой и последующих методик приведены в табл. 2.

С целью анализа валидности использовался комплекс шкал, измеряющих проявления психологического благополучия (в том числе школьного), академической мотивации и демотивации, включающий:

— Шкалы удовлетворенности собой, школой и отношениями с учителями из шкалы удовлетворенности жизнью (ШУДЖИ) [4];

— Невербальную методику “Отношение к учебе и жизни” [5], представляющая собой две серии из семи символических изображений лиц с различными эмоциональными состояниями — от веселого, улыбающегося к грустному и очень печальному, из которых надо выбрать одно лицо, соответствующее отношению 1) к жизни и 2) к школе и учебе;

— Шкалы академической мотивации школьников и учащихся колледжей (ШАМ-Ш) [2], краткая версия, позволяющая оценить пять типов мотивации учебной деятельности (внутренней познавательной и мотивации саморазвития, внешней интроецированной и экстернальной, а также амотивации) и получить общий показатель, характеризующий соотношение автономных и контролируемых мотивов (индекс автономии академической мотивации, ИААМ);

— Шкалу отчуждения от учебы [3], измеряющую отчуждение как отказ личности от реализации собственных интересов и достижения индивидуальных целей в рамках учебной деятельности;

— Шкалу учебного обмана [1], предназначенную для оценки склонности к списыванию.

Для оценки академической успеваемости использовались самоотчетные данные, предоставленные участниками, в частности отметки за прошлую четверть по предметам: алгебра, геометрия, русский язык, литература, биология, география, химия, физика, иностранный язык, информатика и информационно-коммуникационные технологии, история, обществознание. На их основе для каждого участника были вычислены индивидуальные средние баллы успеваемости.

Методы анализа данных. Статистический анализ результатов проводился с помощью конфирматор-

ного факторного анализа (КФА) в программе Mplus 8 с использованием робастного алгоритма MLR и с учетом иерархического состава выборки (распределения учащихся по школам). Оценка соответствия структуры методики круговой модели (циркумплекса) проводилась в среде статистического анализа R с помощью пакета CircE [11], в этой же программе были вычислены описательные статистики, коэффициенты корреляции и регрессионные модели. В ходе корреляционного и регрессионного анализа использовалось попарное исключение пропущенных случаев, так что объем выборки для этих результатов составил от 5430 до 5635 учащихся. С учетом большого числа вычисленных статистических критериев и значительного объема выборки при интерпретации учитывались лишь результаты с уровнем значимости $p \leq 0.001$.

РЕЗУЛЬТАТЫ

Для анализа структуры опросника в ходе КФА была проверена шестифакторная модель, в которой каждый из пунктов опросника входит в один фактор, соответствующий ему по ключу, при этом все факторы свободно коррелируют между собой. Оценка этой модели указывала на удовлетворительное соответствие данным: $\chi^2 = 2229.18$; $df = 120$; $P < 0.001$; $CFI = 0.935$; $TLI = 0.917$; $SRMR = 0.045$; $RMSEA = 0.056$; 90%-й доверительный интервал для $RMSEA$: 0.054–0.058; $PCLOSE \leq 0.001$. Вместе с тем анализ индексов модификации показал, что добавление ковариации между пунктами 5 и 11, входящими в шкалу “Известность”, приводит к существенному улучшению показателей, которые теперь указывают на отличное соответствие модели данным: $\chi^2 = 1192.58$; $df = 119$; $P < 0.001$; $CFI = 0.967$; $TLI = 0.958$; $SRMR = 0.032$; $RMSEA = 0.040$; 90%-й ДИ для $RMSEA$: 0.038–0.042; $PCLOSE = 1$. Добавление этой ковариации (величина которой в стандартизованном виде составила 0.60) оправдано значительным сходством содержания этих пунктов при их принадлежности к одной шкале. Факторные нагрузки и стандартизованные ковариации между латентными факторами (табл. 1) свидетельствуют о внутренней согласованности каждого фактора (величина всех нагрузок — более 0.60) и наличии тесных связей между факторами внешних стремлений при менее выраженных связях между факторами внутренних стремлений. Хорошая внутренняя согласованность шкал подтверждается также коэффициентами α Кронбаха, лежащими в пределах 0.78–0.89 (табл. 2).

Оценка иерархической модели, в которой исходные факторы объединяются в два фактора второго

уровня (внутренних и внешних стремлений), также учитывающая ковариацию между пунктами 5 и 11, показала ее приемлемое (хотя и несколько худшее в сравнении предыдущей моделью) соответствие данным: $\chi^2 = 2667.66$; $df = 127$; $P < 0.001$; $CFI = 0.922$; $TLI = 0.906$; $SRMR = 0.078$; $RMSEA = 0.060$; 90%-й ДИ для $RMSEA$: 0.058–0.062; $PCLOSE \leq 0.001$.

Для анализа соответствия структуры опросника круговой модели на уровне шкал была проверена наиболее общая модель циркумплекса, в которой не накладывалось никаких ограничений. Результаты анализа свидетельствуют о хорошем соответствии такой модели данным: $\chi^2 = 23.2$; $df = 1$; $p < 0.001$; $CFI = 0.998$; $TLI = 0.97$; $RMSEA = 0.063$; 90%-й ДИ для $RMSEA$: 0.042–0.086. В данной круговой модели (рис. 1) горизонтальная ось соответствует континууму от внешних (слева) к внутренним (справа) стремлениям, в то время как вторая ось может отражать преимущественную ориентацию на индивидуальные (Самовыражение) или социальные (Сообщество, Известность) цели.

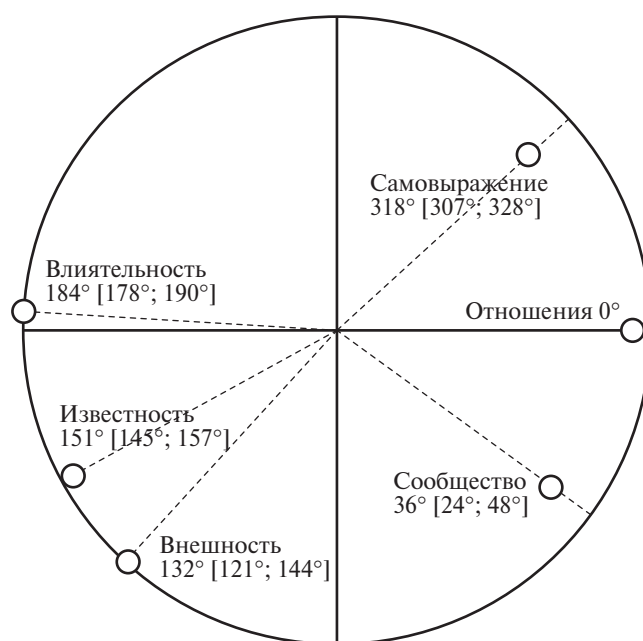


Рис. 1. Круговая модель структуры краткой версии опросника Индекс стремлений. В скобках приведены границы 95%-го доверительного интервала для полярных координат

Для анализа валидности были вычислены коэффициенты корреляции опросника шкал друг с другом и другими шкалами, измеряющими релевантные конструкты (см. табл. 2). Прямые и статистически значимые интеркорреляции всех стремлений подтверждают наличие общей тенденции в их оценке.

Таблица 1. Результаты конфирматорного факторного анализа по утверждениям опросника ИС-К

	Самовыра- жение	Отно- шения	Сооб- щество	Внеш- ность	Извест- ность	Влиятель- ность
<i>Факторные нагрузки</i>						
1. Жить в согласии с собой, своими ценностями и интересами	0.78					
7. Выбирать, что мне делать, а не быть вынужденным что-то делать	0.69					
13. Заниматься тем, что имеет для меня важный смысл	0.80					
2. Иметь хороших друзей, на которых я могу рассчитывать		0.68				
8. Иметь надежные близкие отношения		0.76				
14. Чувствовать, что есть люди, которые действительно любят меня и которых люблю я		0.79				
3. Работать ради улучшения общества			0.68			
9. Помогать людям, которые в этом нуждаются, ничего не прося взамен			0.73			
15. Помогать другим улучшать их жизнь			0.84			
4. Добиться того, чтобы люди отмечали, как привлекательно я выгляжу				0.78		
10. Следовать моде в причёске и одежде				0.70		
16. Иметь внешний вид, который другие находят привлекательным				0.85		
5. Быть знаменитым (знаменитой)					0.67	
11. Быть известным(ой), видеть, что мое имя часто появляется в средствах массовой информации					0.72	
17. Видеть, что мной восхищаются многие люди					0.83	
6. Быть влиятельным человеком						0.78
12. Занимать важное положение в обществе						0.82
18. Стать тем, кому подчиняются другие люди						0.63
<i>Стандартизованные ковариации латентных факторов</i>						
Отношения	0.58					
Сообщество	0.42	0.61				
Внешность	0.27	0.46	0.41			
Известность	0.32	0.42	0.46	0.89		
Влиятельность	0.42	0.36	0.40	0.66	0.81	

Примечания. Факторные нагрузки, зафиксированные равными нулю, и коэффициенты, повторяющиеся в силу симметрии корреляционной матрицы, опущены.

Относительная выраженность внутренних стремлений предсказуемо показала прямые связи с показателями удовлетворенности школой и учителями, положительным отношением к жизни и школе и успеваемостью, а также обратные — с отчуждением от учебы и списыванием. При этом все шкалы стремлений показали прямые связи со всеми показателями удовлетворенности жизнью и школой. Наиболее тесные связи с показателями благополучия демонстрирует шкала Сообщество, в то время как довольно слабые связи характерны для шкалы Самовыражения и всех внешних стремлений. Также все стремления показали прямые связи с большинством шкал академической мотивации, хотя с амотивацией положительно коррелируют лишь

внешние стремления, в то время как внутренние стремления коррелируют отрицательно. Напротив, индекс автономии академической мотивации прямо связан лишь с внутренними стремлениями, в то время как с внешними стремлениями (за исключением стремления к влиятельности) не коррелирует.

Отчуждение от учебы прямо связано только с внешними стремлениями и обратно — со шкалой Сообщество при отсутствии связей с другими шкалами. Обратную связь со шкалой Сообщество показала и склонность к списыванию, в то время как связь со всеми другими стремлениями оказалась прямой. Прямую связь с успеваемостью в школе показали все стремления, за исключением стремления

Таблица 2. Описательная статистика и корреляции шкал краткой версии опросника Индекс стремлений по сырым показателям

Шкалы и показатели (методики)	Крон- баха	Показатели по ИС-К										Внутренние стремления	Внешние стремления	ОВВС
		Самовы- ражение	Отноше- ния	Сообще- ство	Внеш- ность	Извест- ность	Влиятель- ность							
Самовыражение (ИС-К)	0.80	1	0.45*	0.34*	0.21*	0.22*	0.32*	0.72*	0.29*	0.22*	0.29*	0.22*		
Отношения (ИС-К)	0.79	0.45*	1	0.49*	0.37*	0.29*	0.25*	0.83*	0.36*	0.29*	0.36*	0.23*		
Сообщество (ИС-К)	0.79	0.34*	0.49*	1	0.34*	0.35*	0.29*	0.81*	0.38*	0.35*	0.38*	0.19*		
Внешность (ИС-К)	0.82	0.21*	0.37*	0.34*	1	0.68*	0.53*	0.40*	0.86*	0.68*	0.86*	-0.63*		
Известность (ИС-К)	0.85	0.22*	0.29*	0.35*	0.68*	1	0.62*	0.37*	0.90*	1	0.90*	-0.69*		
Влиятельность (ИС-К)	0.78	0.32*	0.25*	0.29*	0.53*	0.62*	1	0.36*	0.82*	0.62*	0.82*	-0.61*		
Внутренние стремления (ИС-К)	0.84	0.72*	0.83*	0.81*	0.40*	0.37*	0.36*	1	0.44*	1	0.44*	0.27*		
Внешние стремления (ИС-К)	0.89	0.29*	0.36*	0.38*	0.86*	0.90*	0.82*	0.44*	1	0.36*	0.44*	0.27*		
ОВВС (ИС-К)	—	0.22*	0.23*	0.19*	-0.63*	-0.69*	-0.61*	0.27*	-0.75*	0.27*	-0.75*	1		
Удовлетворенность собой (ШУДЖИ)	0.89	0.24*	0.28*	0.33*	0.22*	0.24*	0.27*	0.36*	0.28*	0.24*	0.28*	-0.03		
Удовлетворенность школой (ШУДЖИ)	0.81	0.09*	0.17*	0.36*	0.09*	0.09*	0.09*	0.28*	0.11*	0.09*	0.11*	0.09*		
Удовлетворенность учителями (ШУДЖИ)	0.90	0.15*	0.21*	0.37*	0.10*	0.10*	0.09*	0.32*	0.11*	0.10*	0.11*	0.11*		
Позитивное отношение к жизни	—	0.11*	0.21*	0.25*	0.08*	0.09*	0.09*	0.25*	0.10*	0.09*	0.10*	0.08*		
Позитивное отношение к школе	—	0.05*	0.15*	0.31*	0.10*	0.10*	0.08*	0.23*	0.11*	0.10*	0.11*	0.05*		
Познавательная мотивация (ШАМ-Ш)	0.89	0.14*	0.19*	0.40*	0.14*	0.14*	0.15*	0.32*	0.17*	0.14*	0.17*	0.06*		
Мотивация саморазвития (ШАМ-Ш)	0.91	0.10*	0.12*	0.34*	0.12*	0.16*	0.18*	0.25*	0.18*	0.16*	0.18*	-0.01		
Интроецированная мотивация (ШАМ-Ш)	0.68	0.12*	0.18*	0.18*	0.23*	0.15*	0.15*	0.21*	0.21*	0.15*	0.21*	-0.07*		
Экстернализованная мотивация (ШАМ-Ш)	0.75	0.05*	0.06*	-0.03	0.18*	0.10*	0.10*	0.03	0.14*	0.10*	0.14*	-0.13*		
Амотивация (ШАМ-Ш)	0.85	-0.07*	-0.08*	-0.13*	0.11*	0.11*	0.09*	-0.12*	0.12*	0.11*	0.12*	-0.22*		
ИААМ (ШАМ-Ш)	—	0.07*	0.08*	0.29*	-0.03	0.03	0.05*	0.20*	0.02	0.03	0.02	0.13*		
Отчуждение от учебы	0.92	-0.01	-0.04	-0.19*	0.12*	0.11*	0.12*	-0.11*	0.13*	0.11*	0.13*	-0.22*		
Списывание	0.85	0.06*	0.05*	-0.10*	0.13*	0.08*	0.12*	-0.01	0.12*	0.08*	0.12*	-0.14*		
Успеваемость	—	0.22*	0.13*	0.09*	0.06*	0.03	0.09*	0.18*	0.07*	0.03	0.18*	0.06*		
Возраст	—	0.02	-0.01	-0.02	-0.01	-0.01	0.02	-0.01	0	-0.01	0	0		
Пол (0 — м, 1 — ж)	—	0.14*	0.05*	0.03	0.13*	0.05*	0.04	0.09*	0.08*	0.05*	0.08*	-0.03		
Среднее	—	6.12	6.04	5.05	4.38	3.88	4.66	5.74	4.30	3.88	4.30	1.44		
Стандартное отклонение	—	0.99	1.15	1.28	1.52	1.61	1.42	0.90	1.31	1.61	1.31	1.22		
Асимметрия	—	-1.36	-1.60	-0.50	-0.24	0.09	-0.29	-1.07	-0.10	0.09	-0.10	0.32		

Примечания. ОВВС — относительная выраженность внутренних стремлений; ИААМ — индекс автономии академической мотивации. Значимость. * — $p \leq 0.001$.

к известности, при этом наиболее тесную корреляцию продемонстрировало стремление к самовыражению.

Связи между жизненными стремлениями и полом указывают на то, что стремления к самовыражению, отношениям, а также привлекательной внешности и известности в большей мере характерны для девушек. Статистически значимых корреляций жизненных стремлений с возрастом не обнаружилось, вероятно, ввиду незначительного разброса по возрасту внутри выборки.

Приведенные в табл. 2 средние значения по шкалам позволяют сделать вывод о том, что наиболее сильными являются стремление к самовыражению и отношениям, несколько слабее — стремление к участию в жизни сообщества, еще слабее — стремления к влиятельности и привлекательной внешности и самым слабым является стремление к известности. Оценки по всем шкалам, кроме стремления к известности, показывают левостороннюю асимметрию, причем для шкал Самовыражение и Отношения эта асимметрия является довольно сильной, в то время как для остальных шкал — умеренной или слабой.

Далее для оценки вклада в благополучие и мотивацию внешних и внутренних стремлений с учетом их взаимной связи был проведен регрессионный анализ, в ходе которого проверено 15 регрессионных моделей (табл. 3), каждая из которых оказалась статистически значима при $p \leq 0.001$. Об отсутствии мультиколлинеарности в наборе предикторов свидетельствует значение фактора инфляции дисперсии (VIF), составившее 1.24 для внутренних

и внешних стремлений. Стандартизованные коэффициенты регрессии (табл. 4) демонстрируют, что внутренние стремления прямо связаны со шкалами автономной мотивации и одной из шкал контролируемой мотивации (интроецированной), индексом автономии, удовлетворенностью собой, школой, отношениями с учителями, позитивным отношением к школе и жизни и успеваемостью. Также обнаружилась обратная связь внутренних стремлений с амотивацией, отчуждением от учебы и списыванием. Внешние стремления показали прямую связь с одной из шкал автономной мотивации, всеми шкалами контролируемой мотивации и амотивации, удовлетворенностью собой, отчуждением от учебы и списыванием. При этом обнаружилась также обратная связь внешних стремлений с индексом автономии.

Для анализа связи приоритетности различных жизненных целей с показателями психологического благополучия, мотивации и успеваемости был проведен корреляционный анализ на основе центрированных показателей шкал ИС-К (см. табл. 4).

Полученные корреляции свидетельствуют о прямых связях шкалы Сообщество со всеми показателями удовлетворенности, в то время как шкалы внешних стремлений и шкала Самовыражение показывают обратные связи. Стремление к близким отношениям прямо и слабо связано лишь с позитивным отношением к жизни.

Корреляции с академической мотивацией демонстрируют, что прямую связь с внутренними мотивами и индексом автономии показывает шкала Сообщество, в то время как другие внутренние

Таблица 3. Результаты регрессионного анализа зависимости показателей благополучия и мотивации от внутренних и внешних стремлений

Зависимые переменные	Стандартизованные коэффициенты регрессии β для предикторов		R^2 модели
	Внутренние стремления	Внешние стремления	
Удовлетворенность собой (ШУДЖИ)	0.30*	0.15*	0.15
Удовлетворенность школой (ШУДЖИ)	0.29*	-0.02	0.08
Удовлетворенность учителями (ШУДЖИ)	0.33*	-0.03	0.10
Позитивное отношение к жизни	0.26*	-0.01	0.06
Позитивное отношение к школе	0.22*	0.01	0.05
Познавательная мотивация (ШАМ-Ш)	0.31*	0.03	0.10
Мотивация саморазвития (ШАМ-Ш)	0.21*	0.09*	0.07
Интроецированная мотивация (ШАМ-Ш)	0.14*	0.14*	0.06
Экстернальная мотивация (ШАМ-Ш)	-0.04	0.16*	0.02
Амотивация (ШАМ-Ш)	-0.22*	0.22*	0.05
ИААМ (ШАМ-Ш)	0.24*	-0.09*	0.05
Отчуждение от учебы	-0.21*	0.22*	0.05
Списывание	-0.07*	0.16*	0.02
Успеваемость	0.18*	-0.01	0.03

Примечания. Значимость коэффициентов: * — $p \leq 0.001$.

Таблица 4. Корреляции центрированных показателей по шкалам ИС-К с показателями психологического благополучия, мотивации и успеваемости

Методики, шкалы и показатели	Шкалы ИС-К					
	Самовыражение	Отношения	Сообщество	Внешность	Известность	Влиятельность
Удовлетворенность собой (ШУДЖИ)	-0.12*	-0.02	0.07*	-0.01	0.04	0.03
Удовлетворенность школой (ШУДЖИ)	-0.11*	0.01	0.27*	-0.06*	-0.05*	-0.07*
Удовлетворенность учителями (ШУДЖИ)	-0.07*	0.02	0.26*	-0.07*	-0.05*	-0.09*
Позитивное отношение к жизни	-0.13*	0	0.23*	-0.02	-0.02	-0.06*
Позитивное отношение к школе	-0.07*	0.07*	0.14*	-0.06*	-0.03	-0.05*
Познавательная мотивация (ШАМ-Ш)	-0.13*	-0.05*	0.27*	-0.05*	-0.02	-0.04
Мотивация саморазвития (ШАМ-Ш)	-0.14*	-0.10*	0.21*	-0.04	0.02	0.03
Интроецированная мотивация (ШАМ-Ш)	-0.11*	-0.02	0	0.13*	0.02	-0.02
Экстернальная мотивация (ШАМ-Ш)	-0.07*	-0.04	-0.15*	0.16*	0.05*	0.03
Амотивация (ШАМ-Ш)	-0.10*	-0.13*	-0.20*	0.15*	0.15*	0.11*
ИААМ (ШАМ-Ш)	-0.04	-0.01	0.28*	-0.15*	-0.06*	-0.03
Отчуждение от учебы	-0.05*	-0.09*	-0.28*	0.14*	0.13*	0.13*
Списывание	-0.02	-0.03	-0.21*	0.12*	0.05*	0.09*
Успеваемость	0.09*	0.02	0	-0.03	-0.08*	0
Возраст	0.02	-0.01	-0.02	-0.01	-0.01	0.03
Пол (0 — м, 1 — ж)	0.05*	-0.04	-0.06*	0.10*	-0.02	-0.04

Примечания. ИААМ — индекс автономии академической мотивации. Значимость: * — $p \leq 0.001$.

и внешние стремления связаны с ними обратно либо не связаны вовсе. Шкала Сообщество показала также обратную связь со склонностью к списыванию. В соответствии с ожиданиями внутренние жизненные стремления обратно коррелируют с экстернальной мотивацией и амотивацией, в то время как внешние показывают прямые связи с этими шкалами. Также внешние стремления показали прямую связь с показателями демотивации и школьного неблагополучия: отчуждением от учебы и склонностью к списыванию, в то время как внутренние стремления связаны с отчуждением обратно. Академическая успеваемость прямо связана со стремлением к самовыражению и обратно — со стремлением к известности.

Центрированные показатели не связаны с возрастом, в то время как корреляции с полом говорят о том, что девушкам свойственна большая относительная важность стремлений к самовыражению и привлекательной внешности и меньшая приоритетность стремления внести вклад в жизнь сообщества.

ОБСУЖДЕНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ

Предложенная краткая версия опросника Индекс стремлений продемонстрировала хорошую внутреннюю согласованность шкал и приемлемое соответствие ожидаемой структуре, в том числе иерархической двухфакторной и круговой. Достоинствами этой версии являются четкое разделение

внешних и внутренних стремлений на два фактора, краткость, простота и удобство обработки благодаря небольшому числу пунктов на шкалу и симметричному составу (по три шкалы на внутренние и внешние стремления).

Результаты анализа валидности продемонстрировали наличие ожидаемых связей общих показателей по внешним и внутренним стремлениям, а также относительной выраженности внутренних стремлений с показателями благополучия, мотивации и академических достижений, в целом аналогичные тем, что наблюдались в прошлых зарубежных исследованиях [8; 14; 15; 19]. Подтверждая выводы недавнего метаанализа [8], наши результаты свидетельствуют о связи внутренних стремлений с показателями благополучия. Корреляция внутренних стремлений с индексом автономии академической мотивации подтверждает полученные ранее выводы о связи стремлений и мотивации [14; 15].

Также в соответствии с результатами этого метаанализа [8] в нашем исследовании обнаружилась слабая, но статистически значимая положительная корреляция внешних стремлений с показателями благополучия. В ходе регрессионного анализа, учитывающего одновременно и внутренние, и внешние стремления, связь последних с большинством показателей благополучия потеряла значимость, хотя их вклад в удовлетворенность собой остался прямым и статистически значимым. Вместе с тем и парные корреляции, и регрессии демонстрируют

наличие прямой связи внешних стремлений с показателями неблагополучия, что также согласуется с выводами из метаанализа [8]. Таким образом, результаты нашего исследования подкрепляют полученный авторами метаанализа [8] вывод о наличии парадоксальных прямых связей между внешними стремлениями и психологическим благополучием в странах Восточной Европы, убеждая в необходимости дальнейших исследований, направленных на объяснение этого факта.

Анализ валидности на основе центрированных оценок, рекомендуемых в теории самодетерминации, продемонстрировал важное позитивное значение доминирования целей, связанных с вкладом в жизнь сообщества. Приоритетность таких просоциальных целей сочетается с благополучием и более автономной академической мотивацией у старшеклассников. Другие внутренние цели, согласно полученным данным, имеют меньшее и порой даже негативное значение. В частности, не связанная по данным прошлых исследований [19] с показателями психологического благополучия шкала самовыражения в нашей выборке продемонстрировала с ними слабую обратную связь по центрированным оценкам. Это значит, что доминирование целей самовыражения сочетается с некоторым снижением благополучия (при наличии прямой связи таких целей с успеваемостью). Приоритетность целей отношений довольно слабо связана лишь с некоторыми показателями благополучия. Таким образом, полученные результаты указывают на то, что для психологического благополучия имеет значение не только наличие внутренних целей, но и их просоциальный характер. Обнаруженные в нашем исследовании различия в последствиях социальных и индивидуальных целей указывают на необходимость более глубокого анализа роли конкретных целей в функционировании личности, что составляет перспективу данного исследования.

Ограничением исследования является тот факт, что выборка образована только из старшеклассников. Хотя формулировки пунктов опросника не включают специфического для подростков содержания, требует дополнительного исследования релевантность полученных конкретных закономерностей в других возрастных категориях на российских выборках. При этом стоит учитывать, что выборка старшеклассников является более репрезентативной и разнородной, чем, например, традиционные выборки студентов из одного вуза. К ограничениям относится и отсутствие среди критериев валидности в нашем исследовании непосредственных показателей позитивного и негативного аффекта, обычно используемых для

демонстрации последствий внутренних и внешних целей.

ВЫВОДЫ

Предложенная краткая версия опросника Индекс стремлений представляет собой удобный инструмент оценки выраженности трех внешних (Внешность, Известность, Влиятельность) и трех внутренних (Самовыражение, Отношения, Сообщество) стремлений. О хороших психометрических характеристиках свидетельствуют данные о внутренней согласованности и валидности шкал. Факторная структура, хорошо соответствующая предсказаниям теории самодетерминации, и корреляции с показателями психологического благополучия, академической мотивации подтверждают конструктивную валидность методики. Учитывая важность проблематики жизненных целей для исследователей мотивации и благополучия, опросник может стать востребованным инструментом оценки внутренних и внешних стремлений на русскоязычных выборках.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. *Гижицкий В.В.* Учебный обман как стратегия псевдоадаптивного поведения у старшеклассников // Ученые записки Орловского государственного университета. Серия: Гуманитарные и социальные науки. 2014. Т. 58. № 2. С. 293–299.
2. *Гордеева Т.О., Сычев О.А., Гижицкий В.В., Гавриченко Т.К.* Шкалы внутренней и внешней академической мотивации школьников // Психологическая наука и образование. 2017. Т. 22. № 2. С. 65–74.
3. *Осин Е.Н.* Отчуждение от учебы как предиктор выгорания у студентов вузов: роль характеристик образовательной среды // Психологическая наука и образование. 2015. Т. 20. № 4. С. 57–74.
4. *Сычев О.А. и др.* Многомерная шкала удовлетворенности жизнью школьников // Психологическая наука и образование. 2018. № 6. С. 5–15.
5. *Andrews F.M., Withey S.B.* Social indicators of well-being: Americans' perceptions of life quality. N.Y.: Plenum Press, 1976. 455 p.
6. Aspirations Index [Electronic resource]. Center for Self-Determination Theory. URL: https://selfdeterminationtheory.org/wp-content/uploads/2022/01/AI_Complete.pdf (date of access: 10.01.2023).
7. *Bolin J.E.* Regression analysis in R: A comprehensive view for the social sciences. N.Y., L.: CRC Press, 2023. 134 p.

8. *Bradshaw E.L. et al.* A meta-analysis of the dark side of the American dream: Evidence for the universal wellness costs of prioritizing extrinsic over intrinsic goals // *Journal of Personality and Social Psychology*. 2022.
9. *Brdar I., Majda R., Dubravka M.* Life goals and well-being: Are extrinsic aspirations always detrimental to well-being? // *Psihologijske Teme*. 2009. V. 18. № 2. P. 317–334.
10. *Deci E.L., Ryan R.M.* The “What” and “Why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior // *Psychological Inquiry*. 2000. V. 11. № 4. P. 227–268.
11. *Grassi M., Luccio R., Di Blas L.* CircE: An R implementation of Browne’s circular stochastic process model // *Behavior Research Methods*. 2010. V. 42. № 1. P. 55–73.
12. *Grouzet F. et al.* The structure of goal contents across 15 cultures // *Journal of Personality and Social Psychology*. 2005. V. 89. № 5. P. 800–816.
13. *Guttman L.* A new approach to factor analysis: The Radox // *Mathematical thinking in the social sciences* / Ed. P. Lazarfeld. N.Y., US: Free Press, 1954. P. 258–348.
14. *Hope N.H. et al.* The path from intrinsic aspirations to subjective well-being is mediated by changes in basic psychological need satisfaction and autonomous motivation: A large prospective test // *Motivation and Emotion*. 2019. V. 43. № 2. P. 232–241.
15. *Jeno L.M., Danielsen A.G., Raaheim A.* A prospective investigation of students’ academic achievement and drop-out in higher education: A Self-Determination Theory approach // *Educational Psychology*. 2018. V. 38. № 9. P. 1163–1184.
16. *Kasser T., Ryan R.M.* A dark side of the American dream: Correlates of financial success as a central life aspiration // *Journal of Personality and Social Psychology*. 1993. V. 65. № 2. P. 410–422.
17. *Kasser T., Ryan R.M.* Be careful what you wish for: Optimal functioning and the relative attainment of intrinsic and extrinsic goals // *Life goals and well-being: Towards a positive psychology of human striving* / Eds. P. Schmuck, K.M. Sheldon. Hogrefe & Huber Publishers, 2001. P. 116–131.
18. *Kasser T., Ryan R.M.* Further examining the american dream: Differential correlates of intrinsic and extrinsic goals // *Personality and Social Psychology Bulletin*. 1996. V. 22. № 3. P. 280–287.
19. *Martela F., Bradshaw E.L., Ryan R.M.* Expanding the map of intrinsic and extrinsic aspirations using network analysis and multidimensional scaling: Examining four new aspirations // *Frontiers in Psychology*. 2019. V. 10. P. 2174.
20. *Ryan R.M., Deci E.L.* Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness. N.Y., NY: Guilford Publications, 2017. 756 p.
21. *Ryan R.M. et al.* The American dream in Russia: Extrinsic aspirations and well-being in two cultures // *Personality and Social Psychology Bulletin*. 1999. V. 25. № 12. P. 1509–1524.
22. *Schmuck P., Kasser T., Ryan R.M.* Intrinsic and extrinsic goals: Their structure and relationship to well-being in German and U.S. college students // *Social Indicators Research*. 2000. V. 50. № 2. P. 225–241.
23. *Spasovski O.* The relation of basic psychological needs, intrinsic and extrinsic life goals, and collectivism with subjective well-being: A case in Macedonia // *Well-Being and cultures: Perspectives from positive psychology: Cross-Cultural Advancements in Positive Psychology* / Eds. H.H. Knoop, A. Delle Fave. Dordrecht: Springer Netherlands, 2013. P. 71–81.
24. *Williams G.C. et al.* Extrinsic life goals and health-risk behaviors in adolescents // *Journal of Applied Social Psychology*. 2000. V. 30. № 8. P. 1756–1771.

ПРИЛОЖЕНИЕ

Краткая версия опросника “Индекс стремлений”

У каждого человека есть долговременные стремления или цели, которые он надеется достичь в течение жизни. Ниже мы перечислили некоторые жизненные цели и просим Вас ответить на три вопроса о каждой из них:

а) Насколько важна эта цель для Вас?

Совсем не (важна и т.д.)

Умеренно

б) Насколько вероятно, что Вы достигнете этой цели в будущем?

в) Насколько Вы уже достигли этой цели?

Отвечая на каждый из трех вопросов о каждой (в соответствующих колонках “а”, “б” или “в”) цели используйте следующую шкалу:

Очень (важна и т.д.)

1

2

3

4

5

6

7

Жизненная цель	а	б	в
1. Жить в согласии с собой, своими ценностями и интересами			
2. Иметь хороших друзей, на которых я могу рассчитывать			
3. Работать ради улучшения общества			

Жизненная цель	а	б	в
4. Добиться того, чтобы люди отмечали, как привлекательно я выгляжу			
5. Быть знаменитым (знаменитой)			
6. Быть влиятельным человеком			
7. Выбирать, что мне делать, а не быть вынужденным что-то делать			
8. Иметь надежные близкие отношения			
9. Помогать людям, которые в этом нуждаются, ничего не прося взамен			
10. Следовать моде в причёске и одежде			
11. Быть известным(ой), видеть, что мое имя часто появляется в средствах массовой информации			
12. Занимать важное положение в обществе			
13. Заниматься тем, что имеет для меня важный смысл			
14. Чувствовать, что есть люди, которые действительно любят меня и которых люблю я			
15. Помогать другим улучшать их жизнь			
16. Иметь внешний вид, который другие находят привлекательным			
17. Видеть, что мной восхищаются многие люди			
18. Стать тем, кому подчиняются другие люди			

Примечание. При использовании методики для оценки только относительной важности стремлений необходимо убрать пункты “б” и “в” из инструкции и удалить соответствующие столбцы из таблицы для ответов.

Ключ:

Внутренние стремления	Внешние стремления
Самовыражение: 1, 7, 13	Внешность: 4, 10, 16
Отношения: 2, 8, 14	Известность: 5, 11, 17
Сообщество: 3, 9, 15	Влиятельность: 6, 12, 18

LIFE GOALS DIAGNOSTICS: SHORT VERSION OF “ASPIRATIONS INDEX” QUESTIONNAIRE

T. O. Gordeeva^{1,2,*}, O. A. Sychev^{3,}, V. A. Egorov^{4,***}**

¹*Lomonosov Moscow State University;
125009, Moscow, Mokhovaya str., 11, bldn. 9, Russia.*

²*National Research University “Higher School of Economics”;
101000, Moscow, Myasnitskaya str., 20, Russia.*

³*Shukshin Altai State University for Humanities and Pedagogy;
659333, Biysk, Altai Territory, Vladimir Korolenko str., 53, Russia.*

⁴*Non-Profit Organization “Trust Fund for Future Generations of Sakha (Yakutia) Republic”;
677018, Republic of Sakha (Yakutia), Yakutsk, Ammosova str., 18, Russia.*

^{*}*ScD (Psychology), Professor, Faculty of Psychology, Lomonosov Moscow State University,
Researcher at the National Research University “Higher School of Economics”.*

E-mail: tamgordeeva@gmail.com

^{**}*PhD (Psychology), Associate Professor.*

E-mail: osn1@mail.ru

^{***}*PhD (Physical and Mathematical Sciences), General Director.*

E-mail: vladimir_egorov@mail.ru

Received 03.02.2023

Abstract. The purpose of the study was to develop a short version of the “Aspirations Index” questionnaire, based on the life goals sub-theory of self-determination theory and designed to measure two types of goals: intrinsic (Self-Expression, Relationships, Community contribution scales) and extrinsic (Image, Fame, Power

scales). A total of 5635 high school students between the ages of 16 and 18 participated in the study ($M = 16.81$, $SD = 0.68$, 41% male). Confirmatory factor analysis of questionnaire's structure demonstrated an acceptable fit to the data from both the six-factor model and the hierarchical model with the factors of intrinsic and extrinsic aspirations. The structure of the questionnaire at the scale level was confirmed to be consistent with a circular (circumplex) model, reflecting the expected ordering of the scales according to the intrinsic or extrinsic nature of the goals. The good internal consistency of the scales is evidenced by the magnitude of the Cronbach's α coefficients (0.78–0.85 for the first-level scales, 0.84 for intrinsic aspirations, and 0.89 for extrinsic aspirations). Correlations of the scales with the indicators of psychological well-being, motivation, and academic achievement testify to the validity of the questionnaire. The presence of aspirations has been shown to be generally conducive to well-being, but it is the dominance of intrinsic prosocial aspirations that is most favorable.

Keywords: intrinsic goals, extrinsic goals, aspiration index, questionnaire, self-determination theory, well-being, motivation.

REFERENCES

1. *Gizhickij V.V.* Uchebnyj obman kak strategija psevdoadaptivnogo povedenija u starsheklassnikov. Uchenye zapiski Orlovskogo gosudarstvennogo universiteta. Serija: Gumanitarnye i social'nye nauki. 2014. V. 58. № 2. P. 293–299.
2. *Gordeeva T.O., Sychev O.A., Gizhickij V.V., Gavrichenkova T.K.* Shkaly vnutrennej i vneshnej akademicheskoi motivacii shkol'nikov. Psihologicheskaja nauka i obrazovanie. 2017. V. 22. № 2. P. 65–74.
3. *Osin E.N.* Otchuzhdenie ot ucheby kak prediktor vygoraniya u studentov vuzov: rol' harakteristik obrazovatel'noj sredy. Psihologicheskaja nauka i obrazovanie. 2015. V. 20. № 4. P. 57–74.
4. *Sychev O.A. et al.* Mnogomernaja shkala udovletvorenosti zhizn'ju shkol'nikov. Psihologicheskaja nauka i obrazovanie. 2018. № 6. P. 5–15.
5. *Andrews F.M., Withey S.B.* Social indicators of well-being: Americans' perceptions of life quality. New York: Plenum Press, 1976. 455 p.
6. Aspirations Index [Elektronnyj resurs]. Center for Self-Determination Theory. URL: https://selfdeterminationtheory.org/wp-content/uploads/2022/01/AI_Complete.pdf (date of access: 10.01.2023).
7. *Bolin J.E.* Regression analysis in R: A comprehensive view for the social sciences. New York, London: CRC Press, 2023. 134 p.
8. *Bradshaw E.L. et al.* A meta-analysis of the dark side of the American dream: Evidence for the universal wellness costs of prioritizing extrinsic over intrinsic goals. Journal of Personality and Social Psychology. 2022.
9. *Brdar I., Majda R., Dubravka M.* Life goals and well-being: Are extrinsic aspirations always detrimental to well-being? Psihologijske Teme. 2009. V. 18. № 2. P. 317–334.
10. *Deci E.L., Ryan R.M.* The “What” and “Why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. Psychological Inquiry. 2000. V. 11. № 4. P. 227–268.
11. *Grassi M., Luccio R., Di Blas L.* CircE: An R implementation of Browne's circular stochastic process model. Behavior Research Methods. 2010. V. 42. № 1. P. 55–73.
12. *Grouzet F. et al.* The structure of goal contents across 15 cultures. Journal of Personality and Social Psychology. 2005. V. 89. № 5. P. 800–816.
13. *Guttman L.* A new approach to factor analysis: The Radex. Mathematical thinking in the social sciences. Ed. P. Lazarfeld. New York, US: Free Press, 1954. P. 258–348.
14. *Hope N.H. et al.* The path from intrinsic aspirations to subjective well-being is mediated by changes in basic psychological need satisfaction and autonomous motivation: A large prospective test. Motivation and Emotion. 2019. V. 43. № 2. P. 232–241.
15. *Jeno L.M., Danielsen A.G., Raaheim A.* A prospective investigation of students' academic achievement and dropout in higher education: A Self-Determination Theory approach. Educational Psychology. 2018. V. 38. № 9. P. 1163–1184.
16. *Kasser T., Ryan R.M.* A dark side of the American dream: Correlates of financial success as a central life aspiration. Journal of Personality and Social Psychology. 1993. V. 65. № 2. P. 410–422.
17. *Kasser T., Ryan R.M.* Be careful what you wish for: Optimal functioning and the relative attainment of intrinsic and extrinsic goals. Life goals and well-being: Towards a positive psychology of human striving. Eds. P. Schmuck, K.M. Sheldon. Hogrefe & Huber Publishers, 2001. P. 116–131.
18. *Kasser T., Ryan R.M.* Further examining the American dream: Differential correlates of intrinsic and extrinsic goals. Personality and Social Psychology Bulletin. 1996. V. 22. № 3. P. 280–287.
19. *Martela F., Bradshaw E.L., Ryan R.M.* Expanding the map of intrinsic and extrinsic aspirations using network analysis and multidimensional scaling: Examining four new aspirations. Frontiers in Psychology. 2019. V. 10. P. 2174.
20. *Ryan R.M., Deci E.L.* Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and

- wellness. New York, NY: Guilford Publications, 2017. 756 p.
21. *Ryan R.M. et al.* The American dream in Russia: Extrinsic aspirations and well-being in two cultures. *Personality and Social Psychology Bulletin*. 1999. V. 25. № 12. P. 1509–1524.
 22. *Schmuck P., Kasser T., Ryan R.M.* Intrinsic and extrinsic goals: Their structure and relationship to well-being in German and U.S. college students. *Social Indicators Research*. 2000. V. 50. № 2. P. 225–241.
 23. *Spasovski O.* The relation of basic psychological needs, intrinsic and extrinsic life goals, and collectivism with subjective well-being: A case in Macedonia. *Well-Being and cultures: Perspectives from positive psychology: Cross-Cultural Advancements in Positive Psychology*. Eds. H.H. Knoop, A. Delle Fave. Dordrecht: Springer Netherlands, 2013. P. 71–81.
 24. *Williams G.C. et al.* Extrinsic life goals and health-risk behaviors in adolescents. *Journal of Applied Social Psychology*. 2000. V. 30. № 8. P. 1756–1771.