

УДК: 159.9.072

doi: 10.11621/vsp.2021.01.10

## ПРОВЕРКА НАДЕЖНОСТИ И ВАЛИДНОСТИ ДИАГНОСТИЧЕСКОЙ МОДЕЛИ ПЕРФЕКЦИОНИЗМА В СПОРТЕ

А.А. Якушина\*<sup>1</sup>, С.В. Леонов<sup>1</sup>, М.С. Асланова<sup>2</sup>

<sup>1</sup> МГУ имени М.В. Ломоносова, Москва, Россия.

<sup>2</sup> Первый МГМУ имени И.М. Сеченова Минздрава России (Сеченовский Университет), Москва, Россия.

Для контактов\*. E-mail: anastasia.ya.au@yandex.ru

**Актуальность:** проблема диагностики перфекционизма спортивной деятельности актуальна для решения большого количества исследовательских вопросов, связанных с изучением эмоциональных состояний и факторов успешности спортсменов, а также практических задач, связанных с повышением эффективности и результативности спортсменов. В связи с этим появление методики для диагностики перфекционизма в спортивной деятельности представляется нам необходимым и актуальным.

**Цель работы:** апробация методики «Многомерная шкала перфекционизма в спорте», в частности проверка надежности и конструктивной валидности данной методики.

**Методики и выборка:** апробация проводилась на выборке (N = 323) российских спортсменов различных видов спорта. В процессе адаптации опросника выполнен прямой и обратный перевод опросника, проведены проверки факторной структуры опросника с помощью эксплораторного факторного анализа, внутренней согласованности шкал опросника и конвергентной валидности с помощью корреляционного анализа.

**Результаты:** была выделена пятифакторная модель методики, в которую вошли следующие шкалы: «Организация режима и высокие личностные стандарты», «Высокие родительские ожидания», «Сомнения в собственных действиях», «Озабоченность ошибками» и «Высокие тренерские ожидания». Анализ надежности шкал показал значительную внутреннюю согласованность каждой из них. Для оценки конвергентной валидности был проведен корреляционный анализ шкал апробируемой методики и «Трехфакторного опросника перфекционизма» Н.Г. Гаранян и А.Б. Холмогоровой. В результате проведенного анализа было продемонстрировано, что методика «Много-

мерная шкала перфекционизма в спорте» обладает достаточно высокой конвергентной валидностью, что говорит прогностической ценности данного инструмента.

**Выводы:** впервые в области российской психологии спорта представлена апробация инструмента для измерения перфекционизма у спортсменов, который показал высокую структурную валидность и надежность. В связи с этим методика «Многомерная шкала перфекционизма в спорте» может быть использована в практических целях для решения диагностических и психотерапевтических задач в области профессионального спорта.

**Ключевые слова:** апробация методики; перфекционизм; психология спорта; перфекционизм в спорте; личность спортсмена.

**Благодарности.** Исследование выполнено при поддержке Российского научного фонда, проект РНФ 19-78-10134.

**Для цитирования:** Якушина А.А., Леонов С.В., Асланова М.С. Проверка надежности и валидности диагностической модели перфекционизма в спорте // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. 2021. № 1. С. 241–264. doi: 10.11621/vsp.2021.01.10

Поступила в редакцию: 31.10.2020 / Принята к публикации: 30.11.2020

## ESTABLISHING THE RELIABILITY AND VALIDITY OF THE DIAGNOSTICS MODEL OF PERFECTIONISM IN SPORT

**Anastasia A. Yakushina<sup>\*1</sup>, Sergey V. Leonov<sup>1</sup>, Margarita S. Aslanova<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Lomonosov Moscow State University, Moscow, Russia.

<sup>2</sup>I.M. Sechenov First Moscow State Medical University, Moscow, Russia.

Corresponding author\*. E-mail: anastasia.ya.au@yandex.ru

**Relevance:** the problem of diagnosing perfectionism in sports activities is relevant for solving a large number of research issues related to the study of emotional states and factors of success in athletes, as well as practical tasks related to improving the efficiency and effectiveness of athletes. In this regard, seems to us the design of a method for diagnosing perfectionism in sports activities necessary and relevant.

**Objective:** to test the method “Sport Multidimensional Perfectionism Scale”, and to check the reliability and structural validity of this method.

**Methods:** testing was carried out on a sample (N = 323) of Russian athletes of different kinds of sports. In the process of adapting the questionnaire, a direct and reverse translation of the questionnaire was performed, the factor structure of the questionnaire was checked using exploratory factor analysis, the internal consistency of the questionnaire scales and convergent validity using correlation analysis.

**Results:** a five-factor model of the method was identified. It include the following scales: “Organization and high personal standards“, “High parental expectations“, “Doubts about actions“, “ Concern over mistakes” and “High coaching expectations”. Analysis of the reliability of the scales showed significant internal consistency of each of them. To assess convergent validity, a correlation analysis of the scales of the tested method and the “Three-factor perfectionism questionnaire” by N. G. Garanyan and A. B. Kholmogorova was performed. The results of the analysis showed that the method “Multidimensional perfectionism scale in sports” has the high convergent validity, which indicates a fairly predictive value of this tool.

**Conclusions:** for the first time in the field of Russian sports psychology, a tool for measuring perfectionism in athletes has been tested, which has shown high structural validity and reliability. In this regard, the method “Multidimensional perfectionism scale in sports” can be used for practical purposes to solve diagnostic and psychotherapeutic problems in the field of professional sports.

**Keywords:** perfectionism; sport psychology; perfectionism; perfectionism in athletes; personality of athletes.

**For citation:** Yakushina, A.A., Leonov, S.V., Aslanova, M.S. (2021). Establishing the reliability and validity of the diagnostics model of perfectionism in sport. *Vestnik Moskovskogo Universiteta. Seriya 14. Psikhologiya [Moscow University Psychology Bulletin]*, 1, P. 241–264. doi: 10.11621/vsp.2021.01.10

Received: October 31, 2020 / Accepted: November 30, 2020

## Введение

Перфекционизм определяется как многомерная конструкция, которая характеризуется сочетанием стремления достичь безупречного результата с негативными переживаниями и постоянными сомнениями в своих действиях (Frost et al., 1990; Frost, Henderson, 1991). Перфекционизм как многомерная черта личности является одной

из наиболее важных характеристик в спортивной деятельности, так как она связана с результативностью и высокой эффективностью атлетов (Dunn et al., 2002; Flett, Hewitt, 2005; Hill et al., 2018; Stoeber, Otto, 2006). В связи с этим нам представляется актуальным изучение особенностей перфекционизма в сфере российского спорта. Отмечается, что для более корректного и детального изучения перфекционизма в различных сферах, необходимо использовать специфические для этой области методики для его измерения (Stoeber J., Stoeber F., 2009). Следовательно, оценка уровня перфекционизма с помощью специфического для спорта инструмента является определяющим фактором в его изучении.

Изначально Р. Фрост и коллеги (Frost et al., 1990) разработали «Шкалу многомерного перфекционизма» (Frost-MPS) для оценки общего уровня перфекционизма. Они предложили шесть факторов, представляющих центральные аспекты перфекционистского мышления и особенностей поведения, проявляющихся в различных сферах жизни: высокие личностные стандарты (связан с уровнем притязаний и самооценкой личности); организация (уделение особого внимания правилам и важность соблюдения четко прописанных инструкций); озабоченность ошибками (негативная реакция на ошибки и тенденция к рассмотрению ошибки как полной неудачи); родительская критика (склонность воспринимать родителей слишком критичными или оказывающими большое давление); сомнения в собственных действиях (склонность беспокоиться о качестве выполнения работы) и родительские ожидания (склонность воспринимать родителей, как тех, кто ставит перед человеком высокие цели).

На основе упомянутого выше опросника Р. Фроста и коллег Дж. Данн (J. Dunn) и Дж. Гутвалс (J. Gotwals) разработали методику «Шкала многомерного перфекционизма в спорте» (Sport-MPS) для изучения особенностей перфекционизма в спорте (Dunn et al., 2005). Данная методика показала достаточную валидность ее параметров. Она включала в себя следующие шкалы: «высокие стандарты», «озабоченность ошибками», «воспринимаемое родительское давление» и «воспринимаемое давление тренера». Конструкт «воспринимаемое родительское давление» был определен как тенденция воспринимать родителей как ставящих высокие цели, слишком критичных и оказывающих большое давление для достижения этих целей; а конструкт «воспринимаемое давление со стороны тренера» был разработан для того, чтобы отобразить особенности спортивной деятельности и среды, в которой находится спортсмен (Anshel, Eom, 2003; Gotwals

et al., 2014). Стоит отметить, что Sport-MPS не включал в себя такие параметры, как «организация режима» и «сомнения в собственных действиях».

В дальнейшем для исправления недостатков методики Sport-MPS была разработана Шкала многомерного перфекционизма в спорте-2 (Sport-MPS-2), включающая в себя 42 вопроса (Gotwals et al., 2009). В этот инструмент, помимо шкал «высокие личностные стандарты» (personal standards), «воспринимаемое родительское давление» (perceived parental pressure), «воспринимаемое тренерское давление» (perceived coach pressure) и «озабоченность ошибками» (concern over mistakes) были добавлены такие шкалы, как «сомнения в собственных действиях» (doubts about actions that), отражающая неуверенность и недовольство спортсменами своей подготовкой, и «организация режима» (organization), отражающая тенденции спортсменов к разработке и осуществлению планов или распорядка дня, которые определяют их поведение до и во время соревнований.

Стоит отметить, что уникальность методики, разработанной Дж. Данном и Дж. Гутвалсом на основе методики Frost-MPS заключается в том, что в нее была добавлена шкала «воспринимаемое давление тренера» (perceived coach pressure). Также шкала «организация режима» была полностью изменена и подстроена под особенности спортивной деятельности. Несмотря на значительные изменения и добавления, многие исследования показали высокую надежность методики Sport-MPS-2 (Gotwals et al., 2010; Gotwals et al., 2011). В то же время шестифакторная структура методики Sport-MPS-2 была подтверждена не во всех исследованиях (Dunn et al., 2014).

Помимо канадских исследователей, данную методику применяют исследователи в области спорта из других стран. Например, в Великобритании С. Мэллисон с коллегами использовали данную методику для исследования перфекционизма у спортсменов-юниоров (Mallinson et al., 2014), П. Крокер с соавторами также применял методику для оценки половых различий перфекционизма у британских спортсменов различной категории (Crocker et al., 2018). Спортивные психологи из Новой Зеландии П. Ларкин с коллегами (2015), применяя методику Sport-Multidimensional Perfectionism Scale-2 на выборке из 419 футболистов-юниоров, оценивали вовлеченность спортсменов в соревнования в зависимости от уровня проявления перфекционизма (Larkin et al., 2015). Помимо этого, методика SMPS-2 была переведена на португальский язык и адаптирована на 395 бразильских спортсменах различных видов спорта (Andrade

et al., 2015). Также в 2017 году данная методика была переведена на мексиканский испанский язык и адаптирована на 420 спортсменах в Мексике (Pineda-Espeje et al., 2017).

На данный момент в сфере российского спорта применяются различные методики для оценки уровня общего перфекционизма (Распопова, 2012; Сорокина, 2013). Данные методики обладают хорошими показателями надежности и валидности, но не отражают специфичных проявлений перфекционизма в спортивной деятельности. Ввиду отсутствия русскоязычного метода оценки перфекционизма непосредственно в спорте, мы сочли актуальным провести апробацию методики SMPS-2 на российской выборке. Цель этого исследования состояла в том, чтобы утвердить факторную структуру русскоязычной версии Многомерной шкалы перфекционизма в спорте (Sport-MPS-2) и проверить надежность и валидность данной методики.

### **Метод**

Для проведения апробации нами были использованы следующие методики:

1. Переведенная и адаптированная на русский язык методика «Многомерная шкала перфекционизма в спорте», которая является адаптированным на российской выборке вариантом методики Sport — Multidimensional Perfectionism Scale-2 (SMPS-2). Методика состоит из 42 вопросов, которые объединяются в 6 шкал, рассматривающих следующие параметры перфекционизма:

- высокие личные стандарты (7 пунктов, пример «Я чувствую, что мои требования к себе в спорте выше, чем у других спортсменов»);
- озабоченность ошибками (8 пунктов, пример «Даже легкую неудачу на соревнованиях я воспринимаю как полный проигрыш»);
- высокие родительские ожидания (9 пунктов, пример «Я не чувствую, что оправдываю ожидания родителей на соревнованиях»);
- высокие тренерские ожидания (6 пунктов, пример «Тренер ждет от меня безупречных результатов не только на соревнованиях, но и на тренировках»);
- сомнения в собственных действиях (6 пунктов, пример «Я редко чувствую, что тренировки полностью подготавливают меня к соревнованиям»);

- организация режима (6 пунктов, пример «Я следую заранее запланированному плану, чтобы подготовиться к соревнованиям»).

2. Методика «Трехфакторный опросник перфекционизма» (Гаранян и соавт., 2018). Данная методика состоит из 18 вопросов. Шкалы методики:

- Озабоченность оценками со стороны других при неблагоприятных сравнениях с ними.
- Высокие стандарты и требования к себе.
- Негативное селектирование и фиксация на собственном несовершенстве.

### **Выборка**

В исследовании приняли участие 323 спортсмена из Москвы, Московской области, Томска и Якутии в возрасте от 16 до 26 лет ( $M = 20,7$ ;  $SD = 3,6$ ): 210 мужчин и 113 женщин. Они являются представителями следующих видов спорта: баскетбол (10), биатлон (3) футбол (32), волейбол (15), спортивное ориентирование (17), бокс (10), вольная борьба (39), греко-римская борьба (9), настольный теннис (13), спортивная гимнастика (1), лыжный спорт (7), гандбол (5), легкая атлетика (23), тхэквондо (16), гребля (5), дзюдо (8), кикбоксинг (15), конный спорт (6), пауэрлифтинг (10), плавание (8), полиатлон (4), регби (14), карате (1), стрельба (25), фехтование (1), фигурное катание (2), хоккей (13), художественная гимнастика (3), мас-рестлинг (2), мотокросс (1), рукопашный бой (1), гиревой спорт (1). Также еще три спортсмена не указали вид спорта, которым они занимаются. Звания и разряды участников исследования варьируются от 3-го юношеского до мастера спорта России международного класса. У троих спортсменов разряд отсутствовал. Стаж занятия основным видом спорта в данной работе не учитывался.

### **Процедура перевода и проведения**

Для адаптации методики Sport-MPS-2 на русский язык были использованы стратегия обратного перевода и методические рекомендации по переводу и адаптации тестов на русский язык. Для этого процесса шкала на английском языке была переведена на русский язык двумя переводчиками. После этого данная версия методики была переведена на английский язык для сопоставления с оригинальной. Перед началом использования методики был сделан анализ полученной версии для подтверждения возможности ее использования на группе спортсменов.

Данное исследование проводилось в соответствии с этическими принципами, предложенными Российским психологическим обществом (РПО). После договоренности с тренером и получения устного согласия спортсмена на прохождение данной методики, каждый из них в индивидуальном порядке участвовал в тестировании. Применение вопросников осуществлялось в присутствии интервьюера для ответа на вопросы участников исследования. Дополнительно было сообщено об анонимности собранных данных и представлении их в обобщенном виде. Примерное время заполнения анкеты составляло 20–25 минут.

## **Результаты исследования**

### ***Анализ факторной структуры методики***

С целью осуществления проверки конвергентной валидности русскоязычной адаптации методики «Многомерная шкала перфекционизма в спорте», в настоящей работе был проведен эксплораторный факторный анализ, позволяющий определить степень репрезентативности вопросов методики, а также проверка степени надежности шкал и корреляционный анализ связей. Апробация проводилась на выборке спортсменов. Результаты были обработаны в IBM SPSS Statistics 22 [rus] и Microsoft Excel 2010.

Опорой для проведения факторного анализа служило первичное предположение о шестифакторной структуре опросника: высокие личностные стандарты, озабоченность ошибками, высокие родительские ожидания, высокие тренерские ожидания, сомнения в собственных действиях и организация режима.

По итогам проведения эксплораторного факторного анализа (вращение методом «главных осей») данная шестифакторная модель была трансформирована в пользу пятифакторной (49,9% описываемой дисперсии). Также было принято решение отказаться от ряда вопросов из-за их низкого факторного веса ( $<0,3$ ) или неоднозначного распределения по факторам. Четыре из пяти факторов по содержанию согласуются с исходными, однако обладают меньшей степенью консистентности, пятый фактор образован путем объединения ряда вопросов, входящих изначально в шкалы «Высокие личностные стандарты» и «Организация режима». В табл. 1 приведено распределение факторных нагрузок пунктов методики, однозначно образующих шкалы.

Таблица 1

**Распределение факторных нагрузок шкал методики  
«Многомерная шкала перфекционизма в спорте»**

Вопрос	Шкала	Факторный вес
18. Я следую заранее запланированному плану, чтобы подготовиться к соревнованиям	Организация режима и высокие личные стандарты	0,815
27. Я следую специальному режиму, чтобы настроиться к соревнованиям		0,810
9. У меня есть предсоревновательный режим, которому я следую		0,763
41. Я составляю четкие стратегии, которым буду следовать во время соревнований		0,738
5. В день соревнования я стараюсь следовать определенному режиму		0,708
34. Я разрабатываю планы, в которых предписано, как именно я хочу выступить во время соревнований		0,636
33. У меня в высшей степени высокие ожидания по отношению к себе в спорте		0,580
21. На мой взгляд, я ожидаю от себя более высоких результатов и лучшего мастерства в спорте, чем большинство других спортсменов		0,531
30. Тренер ожидает от меня идеальных показателей, как во время соревнований, так и во время тренировок		0,515
17. Для меня важно быть компетентным абсолютно во всем, что я делаю в спорте		0,453
4. Мои родители требуют от меня очень высоких спортивных результатов	Высокие родительские ожидания	0,757
29. Мои родители ожидают от меня безупречных результатов в спортивной деятельности		0,733
11. В моей семье только самое выдающееся выступление на соревнованиях считается приемлемым		0,705
15. Ожидания родителей по поводу моей спортивной карьеры были всегда выше, чем мои собственные		0,667
19. Я чувствую, что мои родители недовольны мной, если я выступил/ла недостаточно идеально на соревнованиях		0,665
40. Мои родители хотят, чтобы я был лучше, чем другие в моем виде спорта		0,556

25. Я никогда не чувствую, что мои родители удовлетворены моим выступлением во время соревнований		0,518
7. Я никогда не чувствую, что оправдываю ожидания родителей на соревнованиях		0,424
12. Обычно я не очень уверен/на в качестве своих предсоревновательных тренировок	Сомнения в собственных действиях	0,704
20. Перед соревнованиями я редко бываю удовлетворен/на своими тренировками		0,698
14. Я редко чувствую, что тренировки полностью подготавливают меня к соревнованиям		0,667
37. Обычно мне сложно решить, достаточно ли я тренировался/лась, чтобы подготовиться к соревнованиям		0,570
31. Я редко чувствую, что тренировался/лась достаточно, чтобы подготовиться к соревнованиям		0,569
3. Обычно я не уверен/на в том, достаточно ли эффективно мои тренировки подготавливают меня к соревнованиям.		0,270
2. Даже легкую неудачу на соревнованиях я воспринимаю как полный проигрыш		Озабоченность ошибками
10. Если я проиграл/а на соревнованиях, я чувствую себя несостоявшейся личностью	0,648	
42. Если я играю хорошо, но совершил одну простую ошибку на протяжении всей игры, я все равно чувствую, что разочарован своим выступлением	0,597	
28. Если член моей команды или противник играет лучше меня, я чувствую, что в некоторой степени провалился	0,541	
24. Если я совершу ошибку во время соревнований, я расстроюсь	0,505	
39. Мне кажется, что люди будут думать обо мне хуже, если я совершу ошибки во время соревнований	0,414	
16. Чем меньше ошибок я совершаю на соревнованиях, тем большее количество людей хорошо ко мне относится	0,401	
13. Мой тренер приемлет только безупречные выступления на соревнованиях	Высокие тренерские ожидания	0,706
26. Тренер предъявляет ко мне очень высокие требования на соревнованиях		0,691
6. Я чувствую, что тренер критикует меня, если на соревнованиях я не выполнил/ла всё идеально		0,494

Table 1

**Factorial structure of the “Sport Multidimensional Perfectionism Scale”**

Questions	Scale	Factor loading
18. I follow pre-planned steps to prepare myself for competition	Organization and high personal standards	0,815
27. I follow a routine to get myself into a good mindset going into competition		0,810
9. I have and follow a pre-competitive routine		0,763
41. I set plans that highlight the strategies I want to use when I compete		0,738
5. On the day of competition I have a routine that I try to follow		0,708
34. I develop plans that dictate how I want to perform during competition		0,636
33. I have extremely high goals for myself in my sport		0,580
21. I think I expect higher performance and greater results in my daily sport-training than most players		0,531
30. My coach expects excellence from me at all times: both in training and competition		0,515
17. It is important to me that I am thoroughly competent in everything I do in my sport		0,453
4. My parents set very high standards for me in my sport	High parental expectations	0,757
29. My parents expect excellence from me in my sport		0,733
11. Only outstanding performance during competition is good enough in my family		0,705
15. My parents have always had higher expectations for my future in sport than I have		0,667
19. I feel like I am criticized by my parents for doing things less than perfectly in competition		0,665
40. My parents want me to be better than all other players who play my sport		0,556
25. In competition, I never feel like I can quite live up to my parents' standards		0,518
7. In competition, I never feel like I can quite meet my parents' expectations	0,424	
12. I usually feel unsure about the adequacy of my pre-competition practices	Doubts about actions	0,704
20. Prior to competition, I rarely feel satisfied with my training		0,698

14. I rarely feel that my training fully prepares me for competition		0,667
37. I usually have trouble deciding when I have practiced enough heading into a competition		0,570
31. I rarely feel that I have trained enough in preparation for a competition		0,569
3. I usually feel uncertain as to whether or not my training effectively prepares me for competition		0,270
2. Even if I fail slightly in competition, for me it is as bad as being a complete failure	Concern over mistakes	0,715
10. If I fail in competition, I feel like a failure as a person		0,648
42. If I play well but only make one obvious mistake in the entire game, I still feel disappointed with my performance		0,597
28. If a team-mate or opponent (who plays a similar position to me) plays better than me during competition, then I feel like I failed to some degree		0,541
24. I should be upset if I make a mistake in competition		0,505
39. People will probably think less of me if I make mistakes in competition		0,414
16. The fewer mistakes I make in competition, the more people will like me.		0,401
13. Only outstanding performance in competition is good enough for my coach	High coaching expectations	0,706
26. My coach sets very high standards for me in competition		0,691
6. I feel like my coach criticizes me for doing things less than perfectly in competition		0,494

Структура методики, приведенная в табл. 1 является наиболее репрезентативной. Для ее достижения мы отказались от следующих вопросов:

1. Если я не достигну высоких результатов в спорте, то я стану второсортным игроком. (Вошел в шкалу «Озабоченность ошибками» с высокой нагрузкой.)

8. Я ненавижу быть не самым лучшим в своем виде спорта. (Вошел в шкалу «Озабоченность ошибками» с высокой нагрузкой.)

22. Я чувствую, что никогда не смогу достигнуть уровня высоких стандартов моего тренера. (Вошел в шкалу «Сомнения в собственных действиях» с высокой нагрузкой.)

23. Я чувствую, что мои требования к себе в спорте выше, чем у других спортсменов. (Вошел в шкалу «Высокие тренерские ожидания» с высокой нагрузкой.)

32. Если я не выполню все идеально во время соревнований, я чувствую, что люди перестанут уважать меня как спортсмена. (Нагрузка по факторам <0,3.)

35. Я чувствую, что мой тренер никогда не пытается детально разобрать ошибки, которые я иногда совершаю. (Вошел в шкалу «Сомнения в собственных действиях» с высокой нагрузкой.)

36. Я ставлю перед собой более высокие цели, чем большинство спортсменов в моем виде спорта. (Вошел в шкалу «Высокие тренерские ожидания» с высокой нагрузкой.)

38. Я чувствую, что мои родители никогда не пытаются детально разобрать ошибки, которые я совершаю во время соревнований. (Вошел в шкалу «Озабоченность ошибками» с высокой нагрузкой.)

Причинами для отказа от данных вопросов служит их концептуальное несоответствие тем шкалам, к которым они относятся по результатам проведенного эксплораторного факторного анализа. Так, например, вопросы 1, 8, 23, 36 изначально входили в шкалу «Высокие личностные стандарты» и описывали ситуации, связанные с высокими требованиями спортсмена по отношению к себе и своим достижениям. Вхождение данных вопросов в шкалы «Озабоченность ошибками», «Сомнения в собственных действиях» и «Высокие тренерские ожидания» не отражают их специфику. В оригинальной версии методики вопросы 22 и 35 входили в шкалу «Высокие тренерские ожидания» и демонстрировали отношение тренера к неудачам спортсмена и ощущения спортсмена от взаимодействия с тренером. Вхождение данных вопросов в другие шкалы не раскрывает особенностей данных шкал. Аналогичным образом вопрос 38, изначально входивший в шкалу «Высокие родительские ожидания», не отражает специфику шкалы «Озабоченность ошибками», куда он вошел по результатам нашего исследования. Вопрос 32 в целом не вносит вклад ни в одну из возможных шкал.

Распределение по шкалам является нормальным или близким к нормальному виду ( $Z$ -Колмогорова–Смирнова лежит в диапазоне от 1,189 до 1,689,  $p > 0,040$ ). Значения асимметрии лежат в диапазоне от  $-0,482$  до  $0,710$ , эксцесса от  $-0,816$  до  $2,464$ .

### **Анализ надежности**

Анализ надежности показал, что внутренняя согласованность пунктов методики по шкалам является приемлемой (табл. 2). Кроме того, в результате проведенного корреляционного анализа обнаружены слабые положительные корреляции ( $r$  Пирсона) на высоком уровне значимости ( $p < 0,01$ ) между шкалами методики. Наличие данных устойчивых взаимосвязей между шкалами методики объясняется спецификой перфекционизма как многомерного конструкта, в который включается несколько элементов, которые могут системно взаимодействовать между собой. В то же время невысокие значения данных корреляций определяют специфику каждого из факторов перфекционизма (Frost et al., 1990).

Таблица 2

**Внутренние корреляции и описательные статистики  
по шкалам методики**

Шкала	Организация режима и высокие личные стандарты	Высокие родительские ожидания	Сомнения в собственных действиях	Озабоченность ошибками	Высокие тренерские ожидания
Организация режима и высокие личные стандарты	1	0,277**	0,097	0,328**	0,381**
Высокие родительские ожидания		1	0,345**	0,488**	0,348**
Сомнения в собственных действиях			1	0,394**	0,219**
Озабоченность ошибками				1	0,357**
Высокие тренерские ожидания					1
Среднее значение по шкале	35,8	18,1	15	18,8	8,3
Стандартное отклонение	8,53	6,7	4,9	5,6	3,1
$\alpha$ -Кронбаха	0,880	0,832	0,639	0,763	0,700

Примечание: \*\* Корреляция значима на уровне 0,01 (2-сторонняя).

Table 2

**Bivariate correlations and descriptive statistics of the scales**

Scales	Organization and high personal standards	High parental expectations	Doubts about actions	Concern over mistakes	High coaching expectations
Organization and high personal standards	1	0,277**	0,097	0,328**	0,381**
High parental expectations		1	0,345**	0,488**	0,348**
Doubts about actions			1	0,394**	0,219**
Concern over mistakes				1	0,357**
High coaching expectations					1
Mean	35,8	18,1	15	18,8	8,3
SD	8,53	6,7	4,9	5,6	3,1
Cronbach's alpha	0,880	0,832	0,639	0,763	0,700

\*\* $p < 0,01$ 

Таким образом, по сравнению с оригинальной версией методики Sport-MPS-2, включающей 42 вопроса, в русскоязычную адаптацию методики «Многомерная шкала перфекционизма в спорте» входит 34 вопроса. Данные вопросы образуют 5 шкал, которые не нуждаются в дальнейшей корректировке.

**Оценка конвергентной валидности**

В качестве основного критерия валидизации использованы показатели методики «Трехфакторный опросник перфекционизма» Н.Г. Гаранян и А.Б. Холмогоровой. В ходе валидизации проверялись следующие гипотезы о наличии прямых взаимосвязей между следующими шкалами:

- 1) шкала «Организация режима и высокие личностные стандарты» методики «Многомерная шкала перфекционизма в спорте» со шкалой «Высокие стандарты и требования к себе» методики «Трехфакторный опросник перфекционизма»;

- 2) шкалы «Высокие родительские ожидания» и «Высокие тренерские ожидания» методики «Многомерная шкала перфекционизма в спорте» со шкалой «Озабоченность оценками со стороны других при неблагоприятных сравнениях с ними» методики «Трехфакторный опросник перфекционизма»;
- 3) шкалы «Озабоченность ошибками» и «Сомнения в собственных действиях» методики «Многомерная шкала перфекционизма в спорте» со шкалой «Негативное селективное фиксация на собственном несовершенстве» методики «Трехфакторный опросник перфекционизма».

Для проверки данных гипотез был посчитан коэффициент корреляции  $r$  Спирмена. Результаты анализа представлены в табл. 3.

Таблица 3

**Корреляционный анализ связей шкал методик «Многомерная шкала перфекционизма в спорте» и «Трехфакторный опросник перфекционизма»**

Шкала	Озабоченность оценками со стороны других при неблагоприятных сравнениях с ними	Высокие стандарты и требования к себе	Негативное селективное фиксация на собственном несовершенстве
Организация режима и высокие личные стандарты		0,359**	
Высокие родительские ожидания	0,296**		0,282**
Сомнения в собственных действиях	0,395**		0,363**
Озабоченность ошибками	0,368**		0,391**
Высокие тренерские ожидания	0,141*	0,121*	0,143**

*Примечание:* \*\* Корреляция значима на уровне 0,01 (2-сторонняя). Корреляция значима на уровне 0,05 (2-сторонняя).

Table 3

**Scale correlations of “Sport Multidimensional Perfectionism Scale”  
and “Three-factor Perfectionism Inventory”**

Scale	Perceived evaluations concerns along with unfavorable social comparisons	High personal standards	Negative selectivity and imperfection concentration
Organization and high personal standards		0,359**	
High parental expectations	0,296**		0,282**
Doubts about actions	0,395**		0,363**
Concern over mistakes	0,368**		0,391**
High coaching expectations	0,141*	0,121*	0,143**

\*\* $p < 0,01$ , \* $p < 0,05$ 

В результате проведенного корреляционного анализа обнаружены следующие положительные корреляции между шкалами методик (табл. 3):

Шкала «Организация режима и высокие личностные стандарты» методики «Многомерная шкала перфекционизма в спорте» имеет значимые положительные связи со шкалой «Высокий стандарты и требования к себе» методики «Трехфакторный опросник перфекционизма»;

Шкалы «Высокие родительские ожидания», «Сомнения в собственных действиях» и «Озабоченность ошибками» методики «Многомерная шкала перфекционизма в спорте» положительно связана со шкалами «Озабоченность оценками со стороны других при неблагоприятных сравнениях с ними» и «Негативное селектирование и фиксация на собственном несовершенстве» методики «Трехфакторный опросник перфекционизма»;

Шкала «Высокие тренерские ожидания» методики «Многомерная шкала перфекционизма в спорте» положительно коррелирует со всеми шкалами методики «Трехфакторный опросник перфекционизма».

## **Обсуждение результатов**

В результате проведённого анализа можно сделать вывод, что представленная пятифакторная модель методики обладает высокой степенью надёжности. Показатели  $\alpha$ -Кронбаха шкал методики «Многомерная шкала перфекционизма в спорте» достаточно высоки ( $>0,6$ ), что демонстрирует наличие общего основания у вопросов каждой из шкал и их внутренней согласованности.

В то же время стоит отметить, что шкала «Организация режима и высокие личностные стандарты» объединяет вопросы, которые в оригинальной версии методики представляли собой 2 отдельные шкалы «Организация режима» и «Высокие личностные стандарты». Стоит подчеркнуть, что «Высокие личностные стандарты» и «Организация режима» являются параметрами, которые относят к адаптивным проявлениям перфекционизма (Stoeber, Otto, 2006). Таким образом, мы можем предположить, что вопросы шкалы «Организация режима и высокие личностные стандарты» в полной мере отражают стремление к достижению высоких результатов в сочетании с тщательной подготовкой к выполнению действий и организацией предсоревновательной рутины, которая способствует лучшей эффективности деятельности (Frost et al., 1993).

При проверке конвергентной валидности методики «Многомерная шкала перфекционизма в спорте» было выдвинуто несколько гипотез о взаимосвязи различных показателей перфекционизма.

Первая гипотеза о взаимосвязи шкал «Организация режима и высокие личностные стандарты» методики «Многомерная шкала перфекционизма в спорте» со шкалой «Высокие стандарты и требования к себе» методики «Трёхфакторный опросник перфекционизма» была подтверждена ( $r = 0,359, p < 0,01$ ). Значимых корреляций шкалы «Организация режима и высокие личностные стандарты» с другими шкалами методики «Трёхфакторный опросник перфекционизма» обнаружено не было.

Вторая гипотеза о взаимосвязи шкал «Высокие родительские ожидания» и «Высокие тренерские ожидания» методики «Многомерная шкала перфекционизма в спорте» со шкалой «Озабоченность оценками со стороны других при неблагоприятных сравнениях с ними» методики «Трёхфакторный опросник перфекционизма» была подтверждена ( $r = 0,296, p < 0,01$  и  $r = 0,141, p < 0,05$  соответственно). При этом стоит отметить, что наблюдается более устойчивая и значи-

мая взаимосвязь между показателями шкал «Высокие родительские ожидания» и «Озабоченность оценками со стороны других при неблагоприятных сравнениях с ними», чем показателя «Высокие тренерские ожидания» с тем же показателем. Мы можем предположить, что может быть связано со спецификой шкалы «Высокие тренерские ожидания», так как она предназначена непосредственно для спортсменов, с другой стороны, это может означать, что спортсмены в большей степени склонны сравнивать себя с достижениями своих родителей и теми требованиями, что они предъявляют (Madigan et al., 2019). Значительное влияние родительских установок на поведение юных спортсменов в их профессиональной деятельности было продемонстрировано многими исследованиями (Appleton et al., 2003; Madigan et al., 2019)

Третья гипотеза о взаимосвязи шкал «Озабоченность ошибками» и «Сомнения в собственных действиях» методики «Многомерная шкала перфекционизма в спорте» со шкалой «Негативное селектирование и фиксация на собственном несовершенстве» методики «Трехфакторный опросник перфекционизма» также была подтверждена ( $r = 0,391$ ,  $p < 0,01$  и  $r = 0,363$ ,  $p < 0,01$  соответственно). Кроме того, данные шкалы значимо связаны со шкалой «Озабоченность оценками со стороны других при неблагоприятных сравнениях с ними» ( $r = 0,368$ ,  $p < 0,01$  и  $r = 0,395$ ,  $p < 0,01$  соответственно). Анализируя полученные данные, можно предположить, что если спортсмен тяжело переживает совершенные ошибки и сомневается в правильности совершаемых действий (как на тренировках, так и во время соревнований), то он будет в целом фиксироваться на недочетах и сравнивать себя с другими людьми не только в спортивной деятельности, но и в обычной жизни (Stoeber, 2018).

### **Заключение**

Таким образом, была проведена апробация методики «Многомерная шкала перфекционизма в спорте» на выборке российских спортсменов ( $N = 323$ ). В ходе адаптации исходная шестифакторная модель методики была модифицирована в пятифакторную, которая оказалась статистически более надежной. Итоговые шкалы методики таковы: «Организация режима и высокие личностные стандарты», «Высокие родительские ожидания», «Сомнения в собственных действиях», «Озабоченность ошибками» и «Высокие тренерские ожидания». Данная версия методики представлена 34 вопросами.

В результате проведенного исследования мы можем говорить о том, что полученные нами данные свидетельствуют о достаточно высокой надежности и конвергентной валидности русскоязычной адаптации методики «Многомерная шкала перфекционизма в спорте».

Практическая ценность данной работы заключается в том, что апробированная методика позволит использовать полученные с помощью нее результаты для анализа позитивных и негативных последствий перфекционизма в профессиональной деятельности спортсменов, а также организации различных психотерапевтических и профилактических мероприятий для работы с ярко выраженными неадаптивными проявлениями перфекционизма.

#### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

*Гаранян Н.Г., Холмогорова А. Б., Юдеева Т.Ю.* Факторная структура и психометрические показатели опросника перфекционизма: разработка трехфакторной версии // Консультативная психология и психотерапия. 2018. Т. 26. № 3. С. 8–32. doi:10.17759/cpp.2018260302\

*Распопова А.С.* Формирование конструктивного проявления перфекционизма в спорте посредством психологического тренинга. Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 3: Педагогика и психология. 2012. № 2. С. 165–169.

*Сорокина Л.В.* Связь перфекционизма и эмоционального благополучия спортсменов. Вестник российских университетов. Математика. 2013. № 18 (1). С. 365–366.

Andrade J.R., Nickenig J. R, Lavalée D., Fiorese L. (2015). Adaptation and validation of the Sport Multidimensional Perfectionism Scale-2 (SMPS-2) for the Brazilian sport context. *Motriz: Revista de Educação Física*, 21, 125–136.

Anshel M.H., Eom H.J. (2003). Exploring the dimensions of perfectionism in sport. *International Journal of Sport Psychology*, 34, 255–271.

Appleton P.R., Hall H.K., Hill A.P. (2011). Examining the influence of the parent initiated and coach-created motivational climate upon athletes' perfectionistic cognitions // *Journal of Sports Sciences*, 29 (7), 661–671.

Crocker P.R.E., García I. P., Mosewich A.D. Sabiston C.M. (2018). Examining gender invariance of the Sport-Multidimensional Perfectionism Scale-2 in intercollegiate athletes // *Psychology of Sport and Exercise*, 34, 57–60. doi:10.1016/j.psychsport.2017.09.005

Dunn J.G.H., Causgrove Dunn J., Syrotiuk D.G. (2002). Relationship between multidimensional perfectionism and goal orientation in sport. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 24, 376–395.

Dunn J.G.H., Gotwals J.K., Causgrove Dunn J. (2005). An examination of the domain specificity of perfectionism among intercollegiate student-athletes. *Personality and Individual Differences*, 38, 1439–1448.

Dunn J.G.H., Causgrove Dunn J., Gamache V., Holt N.L. (2014). A person-oriented examination of perfectionism and slump-related coping in female intercollegiate volleyball players. *International Journal of Sport Psychology*, 45, 298–324.

Flett G.L., Hewitt P.L. (2005). The perils of perfectionism in sports and exercise. *Current Directions in Psychological Science*, 14, 14–18.

Frost R.O., Marten P., Lahart C., Rosenblate R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14, 449–468.

Frost R.O., Heimberg R., Holt C., Mattia J., Neubauer A. (1993). A comparison of two measures of perfectionism. *Personality and Individual Differences*, 14, 119–126, doi:10.1016/0191-8869(93)90181-2

Frost R.O., Henderson K.J. (1991). Perfectionism and reactions to athletic competition // *Journal Sport Exercise Psychology*, 13, 323–335.

Gotwals J.K. (2011). Perfectionism and burnout within intercollegiate sport: A person-oriented approach. *The Sport Psychologist*, 25 (4), 489–510.

Gotwals J.K., Dunn J.G. (2009). A multi-method multi-analytic approach to establishing internal construct validity evidence: The Sport Multidimensional Perfectionism Scale 2. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 13, 71–92.

Gotwals J.K., Dunn J.G., Causgrove Dunn J., Gamache V. (2010). Establishing validity evidence for the Sport Multidimensional Perfectionism Scale-2 in intercollegiate sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 11, 423–432.

Gotwals J.K., Spencer-Cavaliere N. (2014). Intercollegiate perfectionistic athletes' perspectives on achievement: Contributions to the understanding and assessment of perfectionism in sport. *International Journal of Sport Psychology*, 45 (4), 271–297.

Hill, A.P., Mallinson-Howard, S.H., Jowett G.E. (2018). Multidimensional Perfectionism in Sport: A Meta-Analytical Review // *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 7 (3), 235–270, doi: <https://doi.org/10.1037/spy0000125>

Larkin, P., O'Connor, D., & Williams, A.M. (2015). Perfectionism and sport-specific engagement in elite youth soccer players. *Journal of Sports Sciences*, 34 (14), 1305–1310 doi:10.1080/02640414.2015.1126673

Madigan D.J., Curran T., Stoeber J., Hill A.P., Smith M.M., Passfield L. (2019). Development of perfectionism in junior athletes: A three-sample study of coach and parental pressure // *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 41 (3), 167–175. doi: 10.1123/jsep.2018-0287

Mallinson S.H., Hill A.P., Hall H.K., Gotwals J.K. (2014). The 2 × 2 model of perfectionism and school- and community-based sport participation // *Psychology in the Schools*, 51 (9), 972–985, doi: 10.1002/pits.21796

Pineda-Espeje A., Arrayales E., Raquel Morquecho-Sánchez R., Marina Trejo M. (2017). Validation of the Sport Multidimensional Perfectionism Scale-2 for the Mexican Sport Context *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*, 5 (2), 27–32, doi: 10.13189/saj.2017.050202

Stoeber J, Otto K. (2006). Positive conceptions of perfectionism: Approaches, evidence, challenges. *Personality and Social Psychology Review*, 10, 295–319.

Stoeber, J. (2018). *The Psychology of Perfectionism*. London: Routledge, <https://doi.org/10.4324/9781315536255>

Stoeber J., Stoeber F.S. (2009). Domains of perfectionism: Prevalence and relationships with perfectionism, gender, age, and satisfaction with life. *Personality and Individual Differences*, 46 (4), 530–535.

## REFERENCES

Andrade J.R., Nickenig J R, Lavallee D., Fiorese L. (2015). Adaptation and validation of the Sport Multidimensional Perfectionism Scale-2 (SMPS-2) for the Brazilian sport context. *Motriz: Revista de Educação Física*, 21, 125–136.

Anshel M.H., Eom H.J. (2003). Exploring the dimensions of perfectionism in sport. *International Journal of Sport Psychology*, 34, 255–271.

Appleton P.R., Hall H.K., Hill A.P. (2011). Examining the influence of the parent initiated and coach-created motivational climate upon athletes' perfectionistic cognitions // *Journal of Sports Sciences*, 29 (7), 661–671.

Crocker P.R.E., García I.P., Mosewich A.D., Sabiston C.M. (2018). Examining gender invariance of the Sport-Multidimensional Perfectionism Scale-2 in intercollegiate athletes// *Psychology of Sport and Exercise*, 34, 57–60, doi:10.1016/j.psychsport.2017.09.005

Dunn J.G.H., Causgrove Dunn J., Syrotiuk D.G. (2002). Relationship between multidimensional perfectionism and goal orientation in sport. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 24, 376–395.

Dunn J.G.H., Gotwals J.K., Causgrove Dunn J. (2005). An examination of the domain specificity of perfectionism among intercollegiate student-athletes. *Personality and Individual Differences*, 38, 1439–1448.

Dunn J.G.H., Causgrove Dunn J., Gamache V., Holt N.L. (2014). A person-oriented examination of perfectionism and slump-related coping in female intercollegiate volleyball players. *International Journal of Sport Psychology*, 45, 298–324.

Flett G.L., Hewitt P.L. (2005). The perils of perfectionism in sports and exercise. *Current Directions in Psychological Science*, 14, 14–18.

Frost R.O., Marten P., Lahart C., Rosenblate R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14, 449–468.

Frost R.O., Heimberg R., Holt C., Mattia J., Neubauer A.A. (1993). Comparison of two measures of perfectionism // *Personality and Individual Differences*, 14, 119–126. doi:10.1016/0191-8869(93)90181-2

Frost R.O., Henderson K.J. (1991). Perfectionism and reactions to athletic competition // *Journal Sport Exercise Psychology*, 13, 323–335.

Garanian N.G., Kholmogorova A.B., Yudeeva T.Yu. (2018). Factor Structure and Psychometric Properties of Perfectionism Inventory: Developing 3-Factor Version. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya (Counseling Psychology and Psychotherapy)*, 26, 3, 8–32. doi:10.17759/cpp.2018260302.

Gotwals J.K. (2011). Perfectionism and burnout within intercollegiate sport: A person-oriented approach. *The Sport Psychologist*, 25, (4), 489–510.

Gotwals J.K., Dunn J.G. (2009). A multi-method multi-analytic approach to establishing internal construct validity evidence: The Sport Multidimensional Perfectionism Scale 2. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 13, 71–92.

Gotwals J.K., Dunn J.G., Causgrove Dunn J., Gamache V. (2010). Establishing validity evidence for the Sport Multidimensional Perfectionism Scale-2 in intercollegiate sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 11, 423–432.

Gotwals J. K., Spencer-Cavaliere N. (2014). Intercollegiate perfectionistic athletes' perspectives on achievement: Contributions to the understanding and assessment of perfectionism in sport. *International Journal of Sport Psychology*, 45 (4), 271–297.

Hill A.P., Mallinson-Howard, S.H., Jowett G.E. (2018). Multidimensional Perfectionism in Sport: A Meta-Analytical Review // *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 7 (3), 235–270, doi: <https://doi.org/10.1037/spy0000125>

Larkin, P., O'Connor, D., & Williams, A. M. (2015). Perfectionism and sport-specific engagement in elite youth soccer players. *Journal of Sports Sciences*, 34 (14), 1305–1310 doi:10.1080/02640414.2015.1126673

Madigan D.J., Curran T., Stoeber J., Hill A.P., Smith M.M., Passfield L. (2019). Development of perfectionism in junior athletes: A three-sample study of coach and parental pressure//*Journal of Sport & Exercise Psychology*, 41 (3), 167–175. doi: 10.1123/jsep.2018-0287

Mallinson S.H., Hill A.P., Hall H.K., Gotwals J.K. (2014). The 2 × 2 model of perfectionism and school- and community-based sport participation// *Psychology in the Schools*, 51 (9), 972–985, doi: 10.1002/pits.21796

Pineda-Espeje A., Arrayales E., Raquel Morquecho-Sánchez R., Marina Trejo M. (2017). Validation of the Sport Multidimensional Perfectionism Scale-2 for the Mexican Sport Context *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*, 5 (2), 27–32, doi: 10.13189/saj.2017.050202

Raspopova A.S. (2012). Formation of constructive manifestation of perfectionism in sports through psychological training. *Bulletin of Adygeya State University. Series 3: Pedagogy and Psychology (Vestnik Adygeyskogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya 3: Pedagogika i psikhologiya)*, 2, 165–169.

Sorokina L.V. (2013). Connection of perfectionism and emotional well-being of athletes. *Bulletin of Russian universities. Mathematics (Vestnik rossiyskikh universitetov. Matematika)*, 8 (1), 365–366.

Stoeber J, Otto K. (2006). Positive conceptions of perfectionism: Approaches, evidence, challenges. *Personality and Social Psychology Review*, 10, 295–319.

Stoeber J., Stoeber F.S. (2009). Domains of perfectionism: Prevalence and relationships with perfectionism, gender, age, and satisfaction with life. *Personality and Individual Differences*, 46 (4), 530–535.

Stoeber, J. (2018). *The Psychology of Perfectionism*. London: Routledge, <https://doi.org/10.4324/9781315536255>

## ИНФОРМАЦИЯ ОБ АВТОРАХ

**Якушина Анастасия Александровна** — аспирант, сотрудник кафедры психологии образования и педагогики факультета психологии МГУ имени М.В. Ломоносова, Москва, Россия. ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4968-336X>. E-mail: [anastasia.ya.au@yandex.ru](mailto:anastasia.ya.au@yandex.ru)

**Леонов Сергей Владимирович** — кандидат психологических наук, доцент кафедры методологии психологии факультета психологии МГУ имени М.В. Ломоносова, Москва, Россия. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8883-9649>. E-mail: [svleonov@gmail.com](mailto:svleonov@gmail.com)

**Асланова Маргарита Сергеевна** — ассистент кафедры педагогики и медицинской психологии института психолого-социальной работы Сеченовского Университета, Москва, Россия. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3150-221X>. E-mail: [simomargarita@ya.ru](mailto:simomargarita@ya.ru)

## ABOUT THE AUTHORS

**Anastasia A. Yakushina** — PhD student, fellow worker, Department of psychology of education and pedagogy, Faculty of Psychology, Lomonosov Moscow State University, Moscow, Russia. ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4968-336X>. E-mail: [anastasia.ya.au@yandex.ru](mailto:anastasia.ya.au@yandex.ru)

**Sergey V. Leonov** — PhD in psychology, associate professor, Faculty of Psychology, Lomonosov Moscow State University, Moscow, Russia. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8883-9649>. E-mail: [svleonov@gmail.com](mailto:svleonov@gmail.com)

**Margarita S. Aslanova** — Assistant, Department of Pedagogy and Medical Psychology, Institute of Psychological and Social Work, I.M. Sechenov First Moscow State Medical University, Moscow, Russia. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3150-221X>. E-mail: [simomargarita@ya.ru](mailto:simomargarita@ya.ru)