

ЩОБ КИНУТИ КУРИТИ, РОЗВИВАЙТЕ ЧАСОВУ ОРІЄНТАЦІЮ НА МАЙБУТНЄ

Оксана СЕНИК, Роман РІЗНИК, Ірина ГОРБАЛЬ

УДК 159.923 : 159.9.072

Oksana Senyk, Roman Riznyk, Iryna Horbal
TO QUIT SMOKING, DEVELOP A TIME ORIENTATION FOR THE FUTURE

Постановка проблеми. Результати багатьох емпіричних досліджень доводять наявність зв'язку перспективи майбутнього із поведінкою особистості, її мотивацією і процесом прийняття рішень. Зокрема, виявлено, що зорієнтовані на майбутнє особи мають вищий матеріальний статус і вищий рівень фінансової грамотності: вони вміють відкладати гроші на майбутнє та вчасно сплачують грошові внески (М. Кліцперова-Бейкер, 2015). Розвинута часова перспектива майбутнього також пов'язана із вищою академічною успішністю студентів (Л. Барбер, 2009; Ф. Зімбардо, 2010; Ж. Нюттен, 1985; Т. Пітсма, 2011) та здійсненням здоров'язберігаючої поведінки: спрямовані на майбутнє особи вчасно проходять профілактичні медичні огляди, дотримуються дієти та слідкують за індексом маси тіла, використовують контрацептиви та більш регулярно перевіряються на ВІЛ (Ф. Зімбардо, 2010; Дж. Адамс і Д. Нетл, 2009; Дж. Адамс і М. Уайт, 2009; Б. Піко і Л. Брассай, 2009; П. Еплбі та ін., 2005; Н. Дор та ін., 1999). Їхня поведінка також частіше спрямована на захист і збереження навколишнього середовища (В. Коррал-Вердуго та ін., 2006, Т. Мілфонт, 2006, 2012, 2015). У будь-якому разі, вимірявши часову орієнтацію на майбутнє, можна значною мірою передбачити ті чи інші поведінкові стратегії особистості, що стане в нагоді фахівцям різних соціальних сфер – медикам, психологам, психотерапевтам, соціальним працівникам, педагогам.

Здійснення такого вимірювання можливе лише за наявності валідного і надійного психологічного інструментарію для діагностики часової орієнтації на майбутнє. Одним із таких інструментів є CFC-14 – (Consideration of future consequences scale) – методика, розроблена колективом американських психологів на чолі із Аланом Стратманом, яка характеризується високим ступенем надійності і валідності, зокрема прогностичної критеріальної валідності, та дозволяє виміряти дві складові часової перспективи майбутнього: близьке майбутнє і віддалене майбутнє [17]. Тому актуальним постає питання про здійснення адаптації цієї методики на українську вибірку з її ментальними та етнокультурними особливостями для подальшого використання фахівцями різних спеціалізацій у соціогуманітарній сфері суспільного життя.

Метою дослідження є адаптація “Шкали врахування майбутніх наслідків” (CFC-14) до українських соціокультурних умов сьогочасного суспільного повсякдення.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Від часу створення методики CFC у 1994 році та від моменту її використання і донині було проведено чимало досліджень. Зокрема, доведено, що врахування майбутніх наслідків позитивно корелює зі здоров'єорієнтованою поведінкою, намірами чи настановленнями: готовністю регулярно виконувати фізичні тренування (Дж. Адамс і Д. Нетл, 2009; Дж. Оулет та ін., 2005), стежити за індексом маси тіла

(Дж. Адамс і Д. Нетл, 2009; Дж. Адамс і М. Уайт, 2009), лімітовано приймати сонячні ванни (К. Гекман, Д. Вілсон і Л. Інгерсол, 2009), використовувати контрацептиви та регулярно перевірятися на ВІЛ і діабет (П. Еплбі та ін., 2005; Н. Дор та ін., 1999; Р. Крокет та ін., 2009). Особи із вищими значеннями за шкалою СФС також більш схильні вакцинувати своїх доньок проти раку шийки матки (Л. Морісон, П. Кодзоліно і С. Орбел, 2010), здійснювати профілактичну поведінку для попередження рецидивів хвороб (Ф. Сіроа, 2004), натомість менш схильні курити і вживати алкоголь (Дж. Адамс і Д. Нетл, 2009; Дж. Догерті і Дж. Брейз, 2010; А. Стратман та ін., 1994) та одночасно більш схильні кинути курити (В. Ковач, 2007).

С. Орбел з колегами також встановили, що за умови довготермінових позитивних наслідків здійсненої поведінки, особи із вищими балами за шкалою СФС більше налаштовані проходити профілактичні перевірки на діабет (С. Орбел і М. Геггер, 2006) і колоректальний рак (С. Орбел, М. Перуджіні і Т. Раков, 2004) та використовувати сонцезахисні креми (С. Орбел і М. Кирякакі, 2008). Натомість особи із нижчими балами за шкалою СФС більш придатні здійснювати перелічену поведінку за умови її короткотермінових / безпосередніх позитивних наслідків. Дж. Джореман з колегами (2012) також показали, що особи із вищими балами за субшкалою “СФС-віддалене майбутнє” мають більш виражені позитивні настановлення відносно фізичних тренувань і здорового харчування та більш виражені наміри тренуватися й дотримуватися здорового харчування впродовж найближчого часу [17]. Дж. Джореман у співавторстві з Р. Лю (2014) виявили, що жінки із високими балами за вказаною шкалою частіше є прихильниками ліберальних політичних поглядів, більше турбуються про довкілля, вірять у глобальне потепління і готові вкладати кошти для його зменшення порівняно із чоловіками [16].

Т. Кулідж з колегами (2014), досліджуючи за допомогою методики СФС молодь-безхатченків, виявили, що вищі бали за шкалою “СФС-близьке майбутнє” були пов’язані із більшою кількістю сигарет, які особа викурює щодень, довшим “стажем” куріння і меншим бажанням кинути курити. Вищі бали за цією шкалою також були пов’язані з наміром відвідати дантиста, однак не заради профілактики, але внаслідок вже існуючих проблем із зубами [7]. Досліджуючи за допомогою СФС підліт-

ків, які відбувають випробувальний термін за скоєні злочини, К. Естевез із колегами (2014) показали, що вони не відрізняються за шкалами СФС (“віддалене майбутнє” і “близьке майбутнє”) порівняно зі своїми однолітками із контрольної групи. Натомість їм характерна менш виражена орієнтація на віддалені наслідки своєї поведінки на протипагу ув’язненим дорослим [13].

Отже, шкала СФС має високий ступінь прогностичності стосовно цілої низки поведінкових патернів та інших конструктів на рівні психологічного вивчення особистості.

Від моменту розробки шкала СФС використовувалася як одновимірна: отримані високі значення вказували на схильність особи враховувати віддалені наслідки власної поведінки. Із запропонованих 12 тверджень п’ять були прямими і сім – оберненими. Однак згодом почали накопичуватися дані про те, що шкала СФС добре працює як двофакторна: п’ять прямих тверджень вимірюють схильність особи враховувати віддалені наслідки власної поведінки, а решта сім – близькі наслідки власної поведінки (Дж. Петрочеллі, 2003; Дж. Джореман та ін., 2008; Д. Рапанж та ін., 2009; В. Тоупол, 2010; Дж. Адамс, 2012; Дж. Джореман та ін., 2012). На користь двофакторної моделі шкали, окрім статистичного аналізу її факторної структури, свідчила також логіка психологічної інтерпретації: обґрунтовані два фактори, хоч і корелюють між собою, проте незалежно пов’язані з іншими психологічними конструктами. Наприклад, показано, що фактор урахування близьких наслідків власної поведінки пов’язаний зі здійсненням компульсивних покупок за допомогою платіжної / кредитної картки у борг, натомість результати за фактором врахування віддалених наслідків не є прогностичними щодо такого типу поведінки (Дж. Джореман та ін., 2008). Так само встановлено, що прогностичним для параметра самоконтролю є лише фактор зважання на близькі наслідки (обернена кореляція): низький рівень самоконтролю – це радше наслідок високого рівня зосередженості на найближчих наслідках власної поведінки, ніж показник недостатнього врахування її майбутніх наслідків (Р. Баумейстер та ін., 2000; Дж. Джореман та ін., 2008). Натомість фактор урахування віддалених наслідків власної поведінки є кращим предиктором стосовно здоров’єорієнтованої поведінки та її настановлень (Д. Рапанж та ін., 2009).

Таким чином, із позицій логіки психологічної інтерпретації, двофакторна модель є кращою, адже її використання сприяє попередженню спотворення результатів, що може зумовити аналіз кореляцій одного фактора із досліджуваним психологічним конструктом. Скажімо, у випадку вивчення зв'язку повноти самоконтролю із врахуванням майбутніх наслідків за умови використання однофакторної моделі шкали було б сформульовано висновок, що саме низький показник врахування віддалених наслідків власної поведінки сприяє зниженню рівня самоконтролю, що не відповідає результатам проведеного дослідження із використанням двофакторної моделі шкали (Р. Баумейстер та ін., 2000; Дж. Джореман та ін., 2008; див. вище). Отож, саме двофакторна модель передбачає, що особа може зважати або на віддалені наслідки власної життєвості, або на близькі наслідки своєї поведінки, або ж і на ті, й на інші (Дж. Джореман та ін., 2012).

Беручи до уваги накопичені дані на користь двофакторної моделі CFC, Дж. Джореман з колегами у 2012 році додали ще два твердження до загального переліку тверджень шкали, які працювали б на користь фактору врахування віддалених наслідків. Так було отримано інструмент із двох факторів, кожен з яких вимірюється сімома твердженнями. Емпірична перевірка нової версії шкали CFC із 14 тверджень дала такі результати: 1) аналіз надійності показав, що коефіцієнт α -Кронбаха для шкали "CFC-віддалене майбутнє" становить 0,80 (у першому замірі) / 0,82 (у другому замірі), для шкали "CFC-близьке майбутнє" 0,84 / 0,80; коефіцієнт α -Кронбаха оригінальної шкали "CFC-віддалене майбутнє", що складалася із п'яти пунктів, був нижчим – 0,70 / 0,74; 2) у результаті застосування конфірматорного факторного аналізу було отримано добрі показники моделі: $\chi^2 = 97,69$; $df = 69$; $\chi^2 / (df) = 1,42$; $p = 0,013$, GFI = 0,943; CFI = 0,965; RMSEA = 0,043 (нижня межа (lower limit, LL) = 0,020, верхня межа (upper limit, UL) = 0,062), натомість показники моделі для однофакторного рішення виявилися незадовільними [17]; 3) перевірка критеріальної валідності нової версії CFC показала, що дві шкали – "CFC-віддалене майбутнє" і "CFC-близьке майбутнє" – є незалежно прогностичними щодо регуляторної орієнтації (П. Локвуд та ін., 2002) та настановлень і намірів, пов'язаних зі здоровим харчуванням і виконанням фізичних тренувань: шкала CFC-близьке майбутнє виявилася пов'язаною із пре-

вентивною орієнтацією, натомість CFC-віддалене майбутнє – із промоційною орієнтацією та настановленнями і намірами дотримуватися здорового харчування та регулярно проводити фізичні тренування [17]. Таким чином, Дж. Джореман з колегами підтвердили перевагу двофакторного рішення шкали CFC.

Мета дослідження – здійснити адаптацію шкали CFC-14 до українських соціокультурних реалій та перевірити, яка версія – дво- чи однофакторна – є кращою для українського варіанту названої методики.

Основний матеріал і результати дослідження. Щоб отримати еквівалентну оригіналу шкалу українською мовою, яка вимірює орієнтацію на близьке і віддалене майбутнє, були здійснені наступні кроки: 1) виконано послідовні переклади шкали згідно із міжнародними стандартами – два незалежні прямі переклади оригіналу шкали з англійської на українську мову носіями української, котрі вільно володіють англійською; 2) отримані дві версії перекладу українською мовою зведено до єдиної тест-версії шкали; 3) виконано два незалежні зворотні переклади тест-версії шкали з української на англійську мову носіями англійської, котрі вільно володіють українською; 4) створено узгоджений варіант двох отриманих перекладів тест-версії і проаналізовано його еквівалентність оригіналу; 5) на основі аналізу еквівалентності внесено корективи до тесту-версії шкали, у результаті чого створено кінцеву версію шкали українською мовою; 6) здійснено оцінку надійності та валідності отриманого діагностичного інструменту.

На етапі перекладу над методикою працювали: 1) Ольга Кік (викладач англійської мови у мовній школі International House-Lviv, магістр англійської мови і літератури : Львівський національний університет імені Івана Франка) та Ірина Горбаль (викладач кафедри психології та психотерапії Українського Католицького Університету, кандидат психологічних наук); 2) Оксана Сенік (асистент кафедри психології філософського факультету ЛНУ ім. І. Франка, кандидат психологічних наук) та Роман Різник (магістр психології, ЛНУ ім. І. Франка), котрі виконали процедуру узгодження незалежних прямих перекладів і розробку тест-версії шкали; 3) Andrew Lewis (BA Philosophy and Politics : University of Warwick, UK) та James F. Joeriman (BS Psychology / BA Russian : University of Florida);

Таблиця 1

Порівняльна таблиця коефіцієнтів Кронбаха, отриманих для різних мовних версій Шкали

Шкала	Українська версія	Оригінал	Іспанська версія (CFC-12)	Португальська версія (CFC-12)
Віддалене майбутнє (7 тверджень)	0,68	0,80 / 0,82	Немає даних	Немає даних
Близьке майбутнє (7 тверджень)	0,73	0,84 / 0,80	0,74	0,82
Віддалене майбутнє (5 тверджень)	0,56	0,70 / 0,74	0,60	0,58
Шкала в цілому	0,76	Немає даних	Немає даних	Немає даних

MA Russian & East European Studies / MPA Public Policy : Indiana University), які здійснили незалежні зворотні переклади тест-версії англійською мовою; 4) Оксана Сенник, Роман Різник та Наталя Дейнека (викладач англійської мови у мовній школі International House-Lviv, магістр англійської філології : ЛНУ ім. І. Франка), котрі узгодили переклади тест-версії шкали, результати експертизи і створили кінцеву версію інструменту.

Оцінка надійності інструменту здійснювалася за допомогою визначення коефіцієнту α -Кронбаха (оцінка внутрішньої консистентності) та на основі результатів повторного тестування (метод тест-ретест, оцінка відтворюваності).

Валідність шкали перевірялася за допомогою кореляційного аналізу (оцінка критеріальної валідності) на основі зв'язків результатів шкали із відповідями обстежуваних на запитання анкети про те, чи вони курять, і наскільки вони вважають куріння шкідливим для здоров'я (оскільки, згідно з результатами багатьох досліджень (див. вище), особи з орієнтацією на віддалене майбутнє ведуть більш здоровий спосіб життя порівняно з особами із орієнтацією на близьке майбутнє). Відповідно, перевірялася гіпотеза про те, чи справді курці є менш орієнтованими на віддалене майбутнє на противагу особам, які не курять.

Оцінка факторної структури тесту здійснювалася на матеріалі результатів експлораторного (ЕФА) та конфірматорного (КФА) факторного аналізу.

Характеристика групи обстежуваних.

Дослідження проводилося з жовтня 2014 року по травень 2015 року. Всього в ньому взяли участь 514 осіб, з них 202 чоловіків і 230 жінок, 82 особи не вказали своєї статі. Середній вік обстежуваних становить 22,62 роки (min = 16, max = 57, SD = 6,02).

Оцінка надійності. Для перевірки надійності опитувальника оцінювалась внутрішня консистентність шкали та її відтворюваність. Внутрішню консистентність визначали розрахунком коефіцієнта α -Кронбаха, відтворюваність – методом повторних тестів.

Коефіцієнт α -Кронбаха розраховувався як для окремих субшкал – “близьке майбутнє” та “віддалене майбутнє”, так і для шкали в цілому (загальний показник урахування майбутніх наслідків). Для субшкали “близьке майбутнє” коефіцієнт α -Кронбаха склав 0,73, для субшкали “віддалене майбутнє” – 0,68 та для шкали в цілому – 0,76. На основі порівняння отриманих значень коефіцієнта α -Кронбаха з результатами інших мовних версій шкали [40; 41] та з оригіналом [17] (*табл. 1*) доходимо висновку: гомогенність властива як шкалі в цілому, так і окремим її субшкалам.

Перевірка відтворюваності шкали методом тест-ретест проводилася з інтервалом у два і чотири тижні. В дослідженні із двотижневим інтервалом взяли участь 80 осіб, у діагностуванні з інтервалом в чотири тижні – 107 осіб. В ході обстеження кожен учасник вказував своє прізвище, ім'я або нікнейм, які замінялися на порядковий номер після завершення

Таблиця 2

Показники ретестової надійності української версії
“Шкали врахування майбутніх наслідків”

Інтервал	Статистичні критерії	Близьке майбутнє	Віддалене майбутнє	Шкала в цілому
2 тижні	Коефіцієнт кореляції r-Пірсона	0,72 p < 0,001	0,71 p < 0,001	0,73 p < 0,001
	Значення t-критерію Ст'юдента	0,012 p = 0,991	-0,334 p = 0,739	-0,204 p = 0,838
4 тижні	Коефіцієнт кореляції r-Пірсона	0,75 p < 0,001	0,70 p < 0,001	0,86 p < 0,001
	Значення t-критерію Ст'юдента	-0,942 p = 0,347	-0,157 p = 0,875	0,561 p = 0,575

обстеження. Оскільки розподіл дисперсій змінних у кожному замірі відповідав нормальному, то якість відтворюваності визначалася за допомогою розрахунку коефіцієнта кореляції r-Пірсона (чим ближчий до одиниці, тим вища відтворюваність) та значення t-критерію Ст'юдента (відсутність відмінностей указувала на високий рівень відтворюваності), які подані в **таблиці 2**.

Як видно із **табл. 2**, коефіцієнт кореляції між вихідним балом обстежуваних та балом, набраним ними при ретестуванні, коливається від 0,70 до 0,86 (p < 0,001), що свідчить про високий ступінь відтворюваності у ситуації з українською версією методики “Шкали врахування майбутніх наслідків”. Отримані результати підтверджуються також розрахунком значень t-критерію Ст'юдента, які вказують на відсутність відмінностей між першим та повторними замірами.

Отже, результати визначення внутрішньої консистентності “Шкали врахування майбутніх наслідків” та її відтворюваності дають підстави висновувати про наявність високого рівня надійності отриманого психодіагностичного інструменту.

Оцінка валідності. Першим кроком стала перевірка факторної структури шкали, яка здійснювалася за допомогою експлораторного (ЕФА) та конфірматорного (КФА) факторного аналізу.

Відповідно до авторської концепції “Шкали врахування майбутніх наслідків” [17] експло-

раторний факторний аналіз проводився для факторної моделі, що охоплює два фактори. Виявлено, що виділені фактори сумарно описують 38,03% сукупної дисперсії даних порівняно з 51,2% в оригінальній версії Шкали. Водночас коефіцієнт кореляції між факторами такий самий, як і в оригінальній версії – -0,37.

Результати експлораторного факторного аналізу також показали, що всі твердження за навантаженнями відповідають тим факторам, до яких вони мають належати згідно з концепцією авторів методики, а саме твердження № 3, 4, 5, 9, 10, 11 і 12 – до фактору “близьке майбутнє”, твердження № 1, 2, 6, 7, 8, 13, 14 – до фактору “віддалене майбутнє” (**табл. 3**). Водночас одне твердження, а саме №3 характеризується крос-навантаженням: його навантаження у протилежному факторі вище і становить 0,30. Однак виключення цього твердження із загального переліку сприяє зниженню значення α -Кронбаха як для субшкали “близьке майбутнє”, так і для Шкали в цілому; включення ж його оберненого значення для розрахунку коефіцієнту Кронбаха для субшкали “віддалене майбутнє” підвищує значення α -Кронбаха для цієї субшкали лише на 0,019. Такі результати дають підстави стверджувати, що твердження № 3 працює добре як на субшкалу “близьке майбутнє”, так і на Шкалу діагностування в цілому. (В оригінальній версії Шкали, а також у її іспанській та португальській версіях таке крос-навантаження притаманне для твердження №5.

Таблиця 3

Факторні навантаження тверджень “Шкали врахування майбутніх наслідків”, отримані у результаті застосування експлораторного факторного аналізу

№ твердження	Близьке майбутнє	Віддалене майбутнє
1	-0,170	0,621
2	-0,119	0,470
3	0,497	-0,375
4	0,656	-0,008
5	0,591	0,225
6	-0,044	0,450
7	-0,132	0,578
8	-0,129	0,443
9	0,458	-0,265
10	0,637	-0,233
11	0,738	-0,225
12	0,624	-0,089
13	-0,040	0,712
14	0,025	0,668

Таблиця 4

Факторні навантаження тверджень “Шкали врахування майбутніх наслідків”, отримані у результаті застосування конфірмаційного факторного аналізу

№ твердження	Факторне навантаження	Рівень значущості p
1	0,530	0,00001
2	0,417	0,00001
3	0,519	0,00001
4	0,507	0,00001
5	0,372	0,00005
6	0,329	0,00007
7	0,471	0,00001
8	0,396	0,00002
9	0,460	0,00001
10	0,590	0,00001
11	0,753	0,00001
12	0,541	0,00001
13	0,629	0,00001
14	0,565	0,00001

Причому виключення цього твердження із загального переліку в іспанській і португальській версіях сприяло підвищенню значення α -Кронбаха для цих мовних версій вказаної шкали.)

Таким чином отримано початкову факторну структуру української версії “Шкали врахування майбутніх наслідків”. Для її перевірки було застосовано конфірмаційний факторний аналіз. У результаті його застосування отримано низку факторних навантажень для тверджень Шкали, які подані у **таблиці 4**.

Як впливає з **табл. 4**, факторні навантаження усіх тверджень достовірно вищі за 0,3. Отже, висновуємо, що кожне твердження Шкали вагомо працює на свій фактор. Крім того, результати перевірки початкової двофакторної структури за допомогою КФА також показали, що вона має достатній рівень відповідності зібраним даним: $\chi^2 = 119,637$; $df = 50$; $\chi^2 / (df) = 2,39$; $p = 0,00001$, $GFI = 0,932$; $CFI = 0,944$; $NFI = 0,910$; $SRMR = 0,043$; $RMSEA = 0,052$ ($LL = 0,041$, $UL = 0,064$). До того ж з моделі слідує, що майже всі показники знахо-

дяться в межах достатнього рівня відповідності, а показник SRMR – у рамках добротного рівня відповідності моделі. Для прийняття такого рішення значення GFI (goodness of fit index / якість індексу відповідності), CFI (comparative fit index / порівняльний індекс відповідності) і NFI (normed fit index / нормований індекс відповідності) повинні бути вищі за 0,90. Значення від 0,90 до 0,95 вважаються прийнятними і вищі за 0,95 – добротними. Для ґрунтовної відповідності моделі значення SRMR (standardized root mean square residual / стандартизований середньоквадратичний залишок) і RMSEA (root mean square error of approximation / середньоквадратична помилка апроксимації) мають бути нижчими за 0,05, а значення від 0,05 до 0,08 вказують на задовільний рівень відповідності [35; 39].

Показники моделі для однофакторного рішення шкали, як і в оригінальній версії, виявилася незадовільними: $\chi^2 = 484,14$; $df = 77$; $\chi^2 / (df) = 6,29$; $p = 0,00001$, $GFI = 0,857$; $CFI = 0,672$; $NFI = 0,637$; $SRMR = 0,085$; $RMSEA = 0,115$ ($LL = 0,106$, $UL = 0,124$).

Отже, за допомогою КФА було підтверджено двофакторну структуру української версії “Шкали врахування майбутніх наслідків”, яка збігається із факторною структурою оригіналу. Натомість використання цієї Шкали як однофакторної, не задовільняє статистичні критерії відповідності, а отже не може бути прийнята як коректна.

Наступним кроком у перевірці валідності названої Шкали стала оцінка її критеріальної валідності. За критерій було вибрано відповіді обстежуваних на запитання анкети про те, чи вони курять, оскільки відомо, що особи з більш віддаленою орієнтацією на майбутнє ведуть більш здоровий спосіб життя (*див. вище*). Отож була поставлена гіпотеза про те, що особи, які не курять, матимуть вищий рівень за шкалою “віддалене майбутнє” порівняно з особами, котрі курять цигарки.

Для перевірки поставленої гіпотези частині обстежуваних пропонувалося дати відповідь на запитання: “Ви курите? Так / Ні (підкресліть).” Усього таку анкету заповнили 342 особи, з них 57 осіб вказали, що курять, і 285 осіб, – що не курять. За статевим розподілом у цій групі обстежуваних було 220 жінок і 40 чоловіків, 82 особи не вказали своєї статі. Середній вік учасників експерименту – 23,64 роки (min = 16, max = 57, SD = 7,3).

Для перевірки гіпотези було застосовано порівняльний аналіз. Для вибору критерію оцінки відмінностей було перевірено, чи розподіл дисперсій змінних за шкалами “віддалене майбутнє” і “близьке майбутнє” відповідає нормальному. Висновок про відповідність нормальному розподілу робився на основі статистики χ^2 -квадрат, яка для шкали “близьке майбутнє” була такою: $\chi^2 = 37,434$; $df = 11$, $p = 0,00001$; для “віддаленого майбутнього”: $\chi^2 = 12,241$; $df = 4$, $p = 0,016$. Отримані результати дали змогу використати параметричний метод оцінки відмінностей за цими шкалами, яким було обрано t-критерій Ст’юдента. З його допомогою виявлено, що особи, які курять, мають нижчий рівень розвитку “віддаленого майбутнього” порівняно з особами, котрі не курять: курці = 30,61, некурці = 33,12, $t = -2,73$, $p = 0,007$, курці = 57, некурці = 285.

Отримані результати також підтверджені за допомогою кореляційного аналізу (параметричного методу оцінки взаємозв’язку на основі коефіцієнта r-Пірсона), у результаті якого виявлено обернений зв’язок рівня “від-

даленого майбутнього” із імовірністю куріння: $r = -0,15$, $p < 0,01$. За шкалою “близьке майбутнє” відмінностей між особами, які курять, та тими, котрі не курять, не було виявлено. Тому гіпотеза про те, що особи, які не курять, матимуть вищий рівень за шкалою “віддалене майбутнє” порівняно з особами, які курять, підтвердилася. Отримані результати узгоджуються із дослідженнями Дж. Сансона з колегами про переважання часової орієнтації на майбутнє у не-курців у різних країнах [34], а також підтверджують коректність використання шкали саме як двофакторної, оскільки показано, що субшкали “віддалене майбутнє” і “близьке майбутнє” незалежно пов’язані із таким зовнішнім психологічним конструктом, як поведінка-куріння.

ВИСНОВКИ

1. У результаті здійсненої адаптації “Шкали врахування майбутніх наслідків” отримано надійний і валідний діагностичний інструмент, який дає змогу вимірювати орієнтацію на віддалене майбутнє й орієнтацію на близьке майбутнє в українських ментальних та етнокультурних реаліях сьогодення. За допомогою експлораторного і конфірматорного факторного аналізу, а також зовнішнього незалежного критерію, підтверджена евристичність двофакторної структури української версії Шкали.

2. Перевірено та підтверджено надійність отриманого інструменту. Коефіцієнт α -Кронбаха для шкали “віддалене майбутнє” становить 0,68, для шкали “близьке майбутнє” – 0,73. Визначення надійності шляхом методу повторного тестування показало, що обидві субшкали мають високий рівень відтворюваності: коефіцієнт кореляції r-Пірсона між вихідним балом обстежуваних та балом, набраним при ретесті з інтервалом у два або чотири тижні, коливається від 0,70 до 0,75 ($p < 0,001$).

3. У результаті перевірки валідності української версії “Шкали врахування майбутніх наслідків” виявлено, що особам, які не курять, притаманний вищий рівень за шкалою “віддалене майбутнє” порівняно з особами, які курять: у такий спосіб підтверджено критеріальну валідність названої Шкали. Загалом отримані емпіричні дані добре узгоджуються із дослідженнями інших авторів щодо зв’язку перспективи майбутнього та здоров’єорієнтованої поведінки особистості.

ДОДАТОК Шкала врахування майбутніх наслідків

Будь ласка, уважно прочитайте кожне твердження і визначте повноту того, якою мірою воно характеризує чи не характеризує Вас. Якщо твердження зовсім не характеризує Вас (зовсім не про Вас), то обведіть цифру “1” у відповідній клітинці навпроти твердження; якщо твердження дуже сильно Вас характеризує (абсолютно про Вас), обведіть у відповідній клітинці навпроти твердження цифру “7”. І, звичайно, використовуйте проміжні числа, якщо твердження не можуть бути оцінені крайніми значеннями.

1. Я задумуюся над тим, як можуть розгортатися події в майбутньому, і намагаюся вплинути на них своїми щоденними діями	1	2	3	4	5	6	7
2. Я часто займаюся певною діяльністю для того, щоб досягнути результатів, які можуть не виявитися ще протягом багатьох років	1	2	3	4	5	6	7
3. Я дію лише для задоволення безпосередніх потреб, тому що вважаю, що майбутнє саме за себе подбає	1	2	3	4	5	6	7
4. На мою поведінку впливають лише найближчі наслідки моїх дій (ті, що унаслідуються протягом декількох днів чи тижнів)	1	2	3	4	5	6	7
5. Відчуття власного комфорту значно впливає на рішення, які я приймаю, і на вчинки, які я здійснюю	1	2	3	4	5	6	7
6. Я готовий(-а) пожертвувати своїм теперішнім щастям чи благополуччям заради того, щоб досягнути результатів у майбутньому	1	2	3	4	5	6	7
7. Я вважаю, що треба серйозно ставитися до застережень про негативні наслідки, навіть якщо вони не будуть виникати ще багато років	1	2	3	4	5	6	7
8. На мою думку, важливіше поводитися, орієнтуючись на значні віддалені наслідки, ніж на менш важливі миттєві результати	1	2	3	4	5	6	7
9. Зазвичай я ігнорую попередження про можливі проблеми у майбутньому, оскільки вважаю, що вони вирішаться до того, як досягнуть критичного рівня	1	2	3	4	5	6	7
10. Я вважаю, що зазвичай не потрібно нічим жертвувати саме тепер, оскільки з майбутніми наслідками можна справитися пізніше	1	2	3	4	5	6	7
11. Я дію лише для задоволення безпосередніх потреб, оскільки вважаю, що пізніше буду вирішувати майбутні проблеми, які можуть виникнути	1	2	3	4	5	6	7
12. Допоки моя щоденна праця приносить конкретні результати, вона для мене важливіша, ніж діяльність, спрямована на віддалені результати	1	2	3	4	5	6	7
13. Коли я приймаю рішення, я думаю про те, як воно може вплинути на мене в майбутньому	1	2	3	4	5	6	7
14. Загалом мою поведінку визначають її майбутні наслідки	1	2	3	4	5	6	7

Ключ:

Близьке майбутнє: сума балів на питання № 3, 4, 5, 9, 10, 11, 12.

Віддалене майбутнє: сума балів на питання № 1, 2, 6, 7, 8, 13, 14.

ЛІТЕРАТУРА / REFERENCES

1. *Adams J.* Consideration of immediate and future consequences, smoking status, and body mass index / J. Adams // *Health Psychology*. – 2012. – № 31. – P. 260-263.
2. *Adams J.* Time perspective in socioeconomic inequalities in smoking and body mass index / J. Adams, M. White // *Health Psychology*. – 2009. – № 28. – P. 83–90.
3. *Adams J.* Time perspective, personality and smoking, body mass and physical activity: An empirical study / J. Adams, D. Nettle // *British Journal of Health Psychology*. – 2009. – № 14. – P. 83–105.
4. *Appleby P. R.* Consideration of future consequences and anal intercourse among men who have sex with men / P. R. Appleby, G. Marks, A. Ayala and oth. // *Journal of Homosexuality*. – 2005. – № 50. – P. 119–133.
5. *Barber L. K.* When does time perspective matter? Self-control as a moderator between time perspective and academic achievement / L. K. Barber, D. C. Munz, P. G. Bagnsby, M. J. Grawitch // *Personality and Individual Differences*. – 2009. – Vol. 46. – Issue 2. – P. 250-253.
6. *Baumeister R. F.* Ego depletion: A resource model of volition, self-regulation, and controlled processing / R. F. Baumeister, M. Muraven, D. M. Tice // *Social Cognition*. – 2000. – № 18. – P. 130-150.
7. *Coolidge T.* Smoking, Dental Attendance, and the CFC-14 in Homeless Youth / T. Coolidge, J. Pickrell, M. Raykhman and oth. // 2nd International Conference on Time Perspective: Book of Abstracts (Poland, Warsaw, 29th July-1st August 2014). – Warsaw, 2014. – P. 82–83.
8. *Corral-Verdugo V.* Sustainability, future orientation and water conservation / V. Corral-Verdugo, J. Q. Pinheiro // *European Review of Applied Psychology*. – 2006. – № 56. – P. 191–198.
9. *Corral-Verdugo V.* Sustainable behavior and time perspective: Present, past, and future orientations and their relationship with water conservation behavior / V. Corral-Verdugo, B. Fraijo-Sing, J. Q. Pinheiro // *Interamerican Journal of Psychology*. – 2006. – № 40. – P. 139–147.
10. *Crockett R. A.* Time orientation and health-related behavior: Measurement in general population samples / R. A. Crockett, J. Weinman, M. Hankins, T. Marteau // *Psychology and Health*. – 2009. – № 24. – P. 333–350.
11. *Daugherty J. R.* Taking time to be healthy: Predicting health behaviors with delay discounting and time perspective / J. R. Daugherty, G. L. Brase // *Personality and Individual Differences*. – 2010. – № 48. – P. 202–207.
12. *Dorr N.* Psychosocial correlates of voluntary HIV antibody testing in college students / N. Dorr, S. Krueckeberg, A. Strathman, M. D. Wood // *AIDS Education and Prevention*. – 1999. – № 11. – P. 14–27.
13. *Esteves C.* Consideration of future consequences and crime / C. Esteves, V. Ortuco, A. Vásquez Echeverría // 2nd International Conference on Time Perspective: Book of Abstracts (Poland, Warsaw, 29th July-1st August 2014). – Warsaw, 2014. – P. 86–87.
14. *Heckman C. J.* The influence of appearance, health and future orientations on tanning behavior / C. J. Heckman, D. B. Wilson, K. S. Ingersoll // *American Journal of Health Behavior*. – 2009. – № 33. – P. 238–243.
15. *Joireman J.* Consideration of future consequences, ego-depletion, and self-control: Support for distinguishing between CFC-Immediate and CFC-Future sub-scales / J. Joireman, D. Balliet, D. Sprott and oth. // *Personality and Individual Differences*. – 2008. – № 45. – P. 15-21.
16. *Joireman J.* Future-Oriented Women will Pay to Reduce Global Warming / J. Joireman, R. Liu // 2nd International Conference on Time Perspective: Book of Abstracts (Poland, Warsaw, 29th July-1st August 2014). – Warsaw, 2014. – P. 84–85.
17. *Joireman J.* Promotion Orientation Explains Why Future-Oriented People Exercise and Eat Healthy: Evidence From the Two-Factor Consideration of Future Consequences-14 Scale / J. Joireman, M. J. Shaffer, D. Balliet, A. Strathman // *Personality and Social Psychology Bulletin*. – 2012. – Vol. 38(10). – P. 1272-1287.
18. *Klicperova-Baker M.* Time Perspective in Consumer Behavior / M. Klicperova-Baker, J. Kostal, J. Vinopal // *Time Perspective Theory; Review, Research and Application*. – Springer International Publishing Switzerland, 2015. – P. 353-370.
19. *Kovač V. B.* The relation between past behavior, intention, planning, and quitting smoking: The moderating effect of future orientation / V. B. Kovač, J. Rise // *Journal of Applied Biobehavioral Research*. – 2007. – Vol. 12. – P. 82-100.
20. *Lockwood P.* Motivation by positive or negative role models: Regulatory focus determines who will best inspire us / P. Lockwood, C. H. Jordan, Z. Kunda // *Journal of Personality and Social Psychology*. – 2002. – Vol. 83. – P. 854-864.
21. *Milfont T. L.* Time perspective and environmental engagement: A meta-analysis / T. L. Milfont, J. Wilson, P. Diniz // *International Journal of Psychology*. – 2012. – Vol. 1. – P. 1-10.
22. *Milfont T.* Understanding Environmental Issues with Temporal Lenses: Issues of Temporality and Individual Differences / T. Milfont, Ch. Demarque // *Time Perspective Theory; Review, Research and Application*. – Springer International Publishing Switzerland, 2015. – P. 371-384.
23. *Milfont T. L.* Time perspective and values: An exploratory study of their relations to environmental attitudes / T. L. Milfont, V. V. Gouveia // *Journal of Environmental Psychology*. – 2006. – № 26. – P. 72-82.
24. *Morison L. A.* Temporal perspective and parental intention to accept the human papilloma-virus vaccination for their daughter / L. A. Morison, P. J. Cozzolino, S. Orbell // *British Journal of Health Psychology*. – 2010. – № 15. – P. 151-165.
25. *Nuttin J.* Future time perspective and motivation: Theory and research method / J. Nuttin, W. Lens. – Leuven, Belgium: Leuven University Press and Lawrence Erlbaum Associates, 1985.
26. *Orbell S.* Individual differences in sensitivity to health communications: Consideration of future consequences / S. Orbell, M. Perugini, T. Rakow // *Health Psychology*. – 2004. – Vol. 23. – P. 388-39.
27. *Orbell S.* Temporal framing and persuasion to adopt preventive health behavior: Moderating effects of individual differences in consideration of future consequences on sunscreen use / S. Orbell, M. Kyriakaki // *Health Psychology*. – 2008. – Vol. 27. – P. 770-779.
28. *Orbell S.* Temporal framing and the decision to take part in type 2 diabetes screening: Effects of individual

differences in consideration of future consequences / S. Orbell, M. Hagger // *Health Psychology*. – 2006. – Vol. 25. – P. 537-548.

29. Ouellette J. A. Using images to increase exercise behavior: Prototypes versus possible selves / J. A. Ouellette, R. Hessling, F. X. Gibbons and oth. // *Personality and Social Psychology Bulletin*. – 2012. – Vol. 31. – P. 610-620.

30. Peetsma T. Relations between the development of future time perspective in three life domains, investment in learning, and academic achievement / T. Peetsma, I. van der Veen // *Learning and Instruction*. – 2011. – Vol. 21. – P. 481-494.

31. Petrocelli J. V. Factor validation of the consideration of future consequences scale: Evidence for a short version / J. V. Petrocelli // *Journal of Social Psychology*. – 2003. – № 143. – P. 405-413.

32. Piko B. F. The role of individual and familial protective factors in adolescents' diet control / B. F. Piko, L. Brassai // *Journal of Health Psychology*. – 2009. – № 14. – P. 810-819.

33. Rappange D. R. Back to the consideration of the future consequences scale: Time to reconsider? / D. R. Rappange, W. B. F. Brouwer, N. J. A. Van Exel // *Journal of Social Psychology*. – 2009. – Vol. 149. – P. 562- 584.

34. Sansone G. Time perspective as a predictor of smoking status: Findings from the International Tobacco Control (ITC) Surveys in Scotland, France, Germany, China, and Malaysia / G. Sansone, G. T. Fong, P. A. Hall and oth. // *BMC Public Health*. – 2012. – № 313 – P. 346.

35. Schumacker R. E. A Beginner's Guide to Structural Equation Modeling / Randall E. Schumacker, Richard G. Lomax. – N. Y. : Routledge Taylor & Francis Group, 2010. – P. 74-88.

36. Sirois F. M. Procrastination and intentions to perform health behaviors / F. M. Sirois // *Personality and Individual Differences*. – 2004. – № 37. – P. 115-128.

37. Strathman A. The consideration of future consequences: Weighing immediate and distant outcomes of behavior / A. Strathman, F. Gleicher, D. S. Boninger, C. S. Edwards // *Journal of Personality and Social Psychology*. – 1994. – № 66. – P. 742-752.

38. Toepoel V. Is consideration of future consequences a changeable construct? / V. Toepoel // *Personality and Individual Differences*. – 2010. – Vol. 48. – P. 951-956.

39. Vandenberg R. J. A Review and Synthesis of the Measurement Invariance Literature: Suggestions, Practices and Recommendations for Organizational Research / R. J. Vandenberg, C. E. Lance // *Organizational Methods Research*. – 2000. – № 3 (1). – P. 4-70.

40. Vásquez Echeverría A. Portuguese Validation of the Consideration of Future Consequences Scale / A. Vásquez Echeverría, C. Esteves, C. Vilares Gomes, V. E. C. Ortuco // *Spanish Journal of Psychology*. – 2015. – Vol. 18, e7. – P. 1-11.

41. Vásquez Echeverría A. Adaptaciyn al español de la Escala de Consideraciyn de las Consecuencias Futuras / A. Vásquez Echeverría, A. Martin, V. E. Ortuco and oth. // *Revista Iberoamericana de Diagnostico y Evaluaciyn Psicologica*. – 2014. – in press.

42. Zimbardo P. The Time Paradox: The New Psychology of Time That Can Change Your Life / P. Zimbardo, J. Boyd. – NY.: Atria Books, 2009. – 400 p.

АНОТАЦІЯ

Сенік Оксана Мирославівна, Різник Роман Михайлович, Горбаль Ірина Степанівна.

Щоб кинути курити, розвивайте часову орієнтацію на майбутнє.

У статті подано результати адаптації “Шкали врахування майбутніх наслідків” (CFC-14) на українській вибірці з її ментальними та етнокультурними особливостями. У дослідженні взяли участь 514 осіб віком від 16 до 57 років ($M = 22,62$, $SD = 6,02$). За допомогою конфірматорного факторного аналізу та незалежного зовнішнього критерію підтверджено двофакторну структуру Шкали, яка повністю співпадає із факторною структурою оригіналу. Перевірка надійності за допомогою методу тест-ретест показала, що обидві субшкали мають високий рівень відтворюваності. Так, коефіцієнт α -Кронбаха становить 0,68 та 0,73 для шкал “віддалене майбутнє” та “близьке майбутнє” відповідно. За допомогою зовнішнього незалежного критерію підтверджено критеріальну валідність Шкали: виявлено, що особи, які не курять, мають вищий показник за шкалою “віддалене майбутнє” порівняно з особами, які курять. Отримані результати дають змогу рекомендувати українську версію названої Шкали як надійний і валідний психологічний інструмент для дослідження часових орієнтацій особистості.

Ключові слова: особистість, психодіагностичний інструмент, врахування майбутніх наслідків, часова орієнтація, куріння, конфірматорний факторний аналіз, адаптація шкали.

АННОТАЦИЯ

Сенік Оксана Мирославовна, Різник Роман Михайлович, Горбаль Ирина Степановна.

Чтобы бросить курить, развивайте временную ориентацию на будущее.

В статье представлены результаты адаптации “Шкалы учёта будущих последствий” (CFC-14) на украинской выборке с её ментальными и этнокультурными особенностями. В исследовании приняли участие 514 человек в возрасте от 16 до 57 лет ($M = 22,62$, $SD = 6,02$). С помощью конфірматорного факторного анализа и внешнего независимого критерия подтверждено двухфакторную структуру Шкалы, которая полностью совпадает с факторной структурой оригинала. Проверка надёжности с помощью метода тест-ретест показала, что обе субшкалы имеют высокий уровень воспроизводимости. Коэффициент α -Кронбаха составляет 0,69 и 0,73 для шкал “отдалённое будущее” и “близкое будущее” соответственно. С помощью внешнего независимого критерия подтверждено критеріальную валідность Шкалы: обнаружено, что некурящие имеют более высокий показатель по шкале “отдалённое будущее” по сравнению с курящими. Полученные результаты дают возможность рекомендовать украинскую версию указанной Шкалы как надёжный и валідный психологический инструмент для исследования временных ориентаций личности.

Ключевые слова: личность, психодіагностический инструмент, учёт будущих последствий, временная

орієнтація, курення, конфірматорний факторний аналіз, адаптація шкали.

ANNOTATION

Oksana Senyk, Roman Riznyk, Iryna Horbal.

To quit smoking, develop a time orientation for the future.

The article focuses on the results of adaptation of the Consideration of Future Consequences Scale (CFC-14) into Ukrainian. The study was held in the sample of 514 respondents aged from 16 to 57 ($M = 22,62$, $SD = 6,02$), 202 men and 230 women among them (82 people didn't mention their sex).

With the help of confirmatory factor analysis and independent external criteria the two-factor solution of the scale was confirmed, which has fully reflected the factor structure of the original. The received statistical figures for the two-factor model were the following: $\chi^2 = 119,637$; $df = 50$; $\chi^2 / (df) = 2,39$; $p = 0,000$, $GFI = 0,932$; $CFI = 0,944$; $NFI = 0,910$; $SRMR = 0,043$; $RMSEA = 0,052$ ($LL = 0,041$, $UL = 0,064$), this testifying to sufficient correspondence of the theoretical model to the empirical data. The statistical figures for the one-factor model didn't meet the correspondence criteria.

In order to check reliability of the tool the internal consistence of each scale and their reproducibility were assessed. Internal consistence was determined by the calculation of Cronbach's alpha coefficient, while reproducibility

– by using the test-retest method. The Cronbach's alpha coefficient was 0,68 and 0,73 for CFC-Future and CFC-Immediate respectively, which allows to draw a conclusion about the homogenic structure of the Ukrainian version of CFC-14. The group of interviewees for checking reproducibility included 80 people for the 2-weeks interval and 107 people for the 4-weeks interval. The coefficient of correlation between the initial point and the point obtained in retest varied from 0.70 to 0.86 ($p < 0.001$), this testifying to high degree of the tool's reproducibility.

With the help of the external independent criteria – the answer to the question “Do you smoke? Yes / No (underline)” – the criterion validity of the scale was confirmed: it was found that those who don't smoke have a higher level of CFC-Future as compared to those who smoke ($M(\text{smokers}) = 30,61$, $M(\text{non-smokers}) = 33,12$, $t = -2,73$, $p = 0,007$, $N(\text{smokers}) = 57$, $N(\text{non-smokers}) = 285$).

Thus the results show that the Ukrainian version of CFC-14 is a reliable and valid psychological evaluation instrument for measuring time orientations of personality.

Key words: *consideration of future consequences, smoking, confirmatory factor analysis, scale adaptation.*

Рецензенти:

**д. психол. н., проф. Максименко Ю.Б.,
д. психол. н., проф. Фурман А.В.**

**Надійшла до редакції 29.12.2016.
Підписана до друку 12.09.2017.**

Бібліографічний опис для цитування:

Сеник О., Різник Р., Горбаль І. Щоб кинути курити, розвивайте часову орієнтацію на майбутнє / Оксана Сеник, Роман Різник, Ірина Горбаль // Психологія і суспільство. – 2017. – №4. – С. 134–144.