

**Бажаєте кинути курити? Розвивайте часову орієнтацію на майбутнє! –  
Результати адаптації «Шкали врахування майбутніх наслідків»  
українською мовою**

**Постановка проблеми.** Результати багатьох емпіричних досліджень доводять зв'язок перспективи майбутнього із поведінкою особистості, її мотивацією і процесом прийняття рішень. Зокрема, виявлено, що орієнтовані на майбутнє особи мають вищий матеріальний статус та 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'єорієнтованої поведінки: орієнтовані 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). Таким чином, вимірявши часову орієнтацію на майбутнє, можна у значній мірі передбачити ті чи інші поведінкові стратегії особистості. Це може стати у нагоді фахівцям різних галузей – медикам, психологам, психотерапевтам, соціальним працівникам, педагогам.

Здійснення такого вимірювання є можливим лише за наявності валідного і надійного психологічного інструменту для вимірювання 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 українською мовою для її подальшого використання фахівцями різних галузей.

**Метою дослідження** є адаптація шкали врахування майбутніх наслідків (CFC-14) українською мовою.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Від часу створення методики CFC у 1994 році, із її використанням було проведено чимало досліджень. Зокрема, було доведено, що врахування майбутніх наслідків позитивно корелює зі здоров'єорієнтованою поведінкою / намірами / настановленнями: готовністю регулярно виконувати фізичні тренування (Дж. Адамс і Д. Нетл, 2009; Дж. Оулет та ін., 2005), слідкувати 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 CFC 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), менш схильні курити та вживати алкоголь (Дж. Адамс і Д. Нетл, 2009; Дж. Догерті і Дж. Брейз, 2010; А. Стратман та ін., 1994) та більш схильні кинути курити (В. Ковач, 2007). С. Орбел з колегами також встановили, що за умови довгострокових позитивних наслідків здійсненої поведінки, особи із вищими балами за шкалою CFC більш схильні проходити профілактичні перевірки на діабет (С. Орбел і М. Гетгер, 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 CFC більш схильні здійснювати перелічену поведінку за умови її короткострокових / безпосередніх позитивних наслідків. Дж. Джореман з колегами (2012) також показали, що особи із вищими балами за субшкалою «CFC-Віддалене майбутнє» мають більш виражені позитивні настановлення щодо фізичних тренувань і здорового харчування, та більш виражені наміри тренуватися та дотримуватися здорового харчування впродовж найближчого часу [17]. Дж. Джореман у співавторстві з Р. Лю (2014) також виявили, що жінки із високими балами за шкалою «CFC-Віддалене майбутнє» частіше є прихильниками ліберальних політичних поглядів, більше турбуються про довкілля, вірять у глобальне потепління і готові вкладати кошти для його зменшення, у порівнянні із чоловіками [16]. Т. Кулідж з колегами (2014), досліджуючи за допомогою методики CFC молодь-безхатченків, виявили, що вищі бали за шкалою «CFC-Близьке майбутнє» були пов'язані із більшою кількістю сигарет, які особа викурює в день, довшим «стажем» куріння і меншим бажанням кинути курити. Вищі бали за шкалою «CFC-Близьке майбутнє» також були пов'язані з наміром відвідати дантиста, однак не заради профілактики, але внаслідок вже існуючих проблем із зубами [7]. Досліджуючи за допомогою CFC підлітків, які відбувають випробувальний термін за скоєні злочини, К. Естевез із колегами (2014) показали, що вони не відрізняються за шкалами CFC (Віддалене майбутнє і Близьке майбутнє) у порівнянні зі своїми однолітками із контрольної групи. Натомість їм характерна менш виражена орієнтація на віддалені наслідки своєї поведінки у порівнянні із ув'язненими дорослими [13].

Отже, шкала CFC має високий ступінь прогностичності стосовно цілого ряду поведінкових патернів та інших психологічних конструктів.

Від моменту розробки шкала CFC використовувалася, як одновимірна: високі значення за шкалою свідчили про схильність особи враховувати віддалені наслідки власної поведінки. Із запропонованих 12 тверджень 5 були прямими і 7 – оберненими. Однак згодом почали накопичуватися дані про те, що шкала CFC добре працює, як двофакторна: 5 прямих тверджень вимірюють схильність особи враховувати віддалені наслідки власної поведінки, а решта 7 – схильність особи враховувати близькі наслідки власної поведінки (Дж. Петрочеллі, 2003; Дж. Джореман та ін., 2008; Д. Раппанж 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: отримані два фактори, хоч і корелюють між собою, проте незалежно пов'язані з іншими психологічними конструктами. Наприклад, показано, що фактор врахування 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 риси самоконтролю є лише фактор врахування близьких наслідків (обернена кореляція): низький рівень самоконтролю є радше наслідком високого рівня зосередженості на найближчих наслідках власної поведінки, ніж недостатнього врахування її майбутніх наслідків (Р. Баумейстер та ін., 2000; Дж. Джореман та ін., 2008). Натомість фактор врахування віддалених наслідків власної поведінки є кращим предиктором щодо здоров'єорієнтованої поведінки та настановлень (Д. Раппанж та ін., 2009).

Таким чином, з точки зору 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. Наприклад, у випадку дослідження зв'язку рівня самоконтролю із врахуванням майбутніх наслідків за умови використання однофакторної моделі шкали було би зроблено висновок, що саме низький рівень 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).

Таким чином, двофакторна модель передбачає, що особа може враховувати віддалені наслідки власної поведінки, близькі наслідки власної поведінки, або ж і те, й інше (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 наступні результати: 1) аналіз надійності показав, що коефіцієнт  $\alpha$ -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  $\alpha$ -Кронбаха оригінальної шкали «CFC-Віддалене майбутнє», що складалася із 5 пунктів, був нижчим – 0,70 / 0,74; 2) в 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 та виконанням фізичних тренувань: шкала CFC-Близьке\_майбутнє виявилася пов'язаною із превентивною орієнтацією, натомість CFC-Віддалене\_майбутнє – із промоційною орієнтацією та настановленнями і намірами щодо здорового харчування та виконання фізичних тренувань [17]. Таким чином, Дж. Джореман з колегами підтвердили перевагу двофакторного рішення шкали CFC.

Мета цього дослідження – здійснити адаптацію шкали CFC-14 українською мовою та перевірити, яке рішення – дво- чи однофакторне – є кращим для українського варіанту.

**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: здійснено два незалежні прямі переклади оригіналу шкали з англійської на українську мову носіями української мови із вільним володінням англійської; 2) отримані дві версії перекладу українською мовою зведено до єдиної тест-версії шкали; 3) здійснено два незалежні зворотні переклади тест-версії шкали з української на англійську мову носіями англійської мови із вільним володінням української; 4) створено узгоджений варіант двох отриманих перекладів тест-версії і проаналізовано його еквівалентність оригіналу; 5) на основі аналізу еквівалентності внесено корективи в тест-версію шкали, в результаті чого створено кінцеву версію шкали українською мовою; 6) здійснено оцінку надійності та валідності отриманого інструменту.

На етапі перекладу над методикою працювали: 1) незалежні переклади оригіналу на українську мову здійснили 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) узгодження незалежних прямих перекладів і розробку тест-версії шкали провели Оксана Сеник (асистент кафедри психології філософського факультету ЛНУ ім. І. Франка, кандидат психологічних наук) та Роман Різник (магістр психології : ЛНУ ім. І. Франка); 3) незалежні зворотні переклади тест-версії англійською мовою здійснили Andrew Lewis (BA Philosophy and Politics : University of Warwick, UK) та James F. Joeriman (BS Psychology / BA Russian : University of Florida; MA Russian & East European Studies / MPA Public Policy : Indiana University); 4) узгодження перекладів тест-версії шкали, експертизу та створення кінцевої версії інструменту здійснили Оксана Сеник, Роман Різник та Наталя Дейнека (викладач англійської мови у мовній школі International House-Lviv, магістр англійської філології : ЛНУ ім. І. Франка).

Оцінка надійності інструменту здійснювалася за допомогою визначення коефіцієнту  $\alpha$ -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 досліджуваних 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 у порівнянні з особами із орієнтацією на близьке майбутнє. Відповідно, перевірялася гіпотеза про те, чи справді курці є менш орієнтованими на віддалене майбутнє у порівнянні з особами, які не курять.

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

**Характеристика групи досліджуваних.** Дослідження проводилося з жовтня 2014 року по травень 2015 року. Всього у дослідженні взяли участь 514 осіб, з них 202 чоловіків і 230 жінок, 82 особи не вказали своєї статі. Середній вік досліджуваних становить 22,62 роки (Min = 16, Max = 57, SD = 6,02).

**Оцінка надійності.** Для перевірки надійності опитувальника оцінювалася внутрішня консистентність шкали та її відтворюваність. Внутрішню консистентність визначали розрахунком коефіцієнта  $\alpha$ -Кронбаха, відтворюваність – методом повторних тестів.

Коефіцієнт  $\alpha$ -Кронбаха розраховувався як для окремих субшкал – Близьке майбутнє та Віддалене майбутнє, так і для шкали в цілому (загальний показник врахування майбутніх наслідків). Для субшкали Близьке майбутнє коефіцієнт  $\alpha$ -Кронбаха склав 0,73, для субшкали Віддалене майбутнє – 0,68 та для шкали в цілому – 0,76. На основі порівняння отриманих значень коефіцієнта  $\alpha$ -Кронбаха з результатами інших мовних версій шкали [40; 41] та з оригіналом [17] (табл. 1) можемо зробити висновок про гомогенність як шкали в цілому, так і окремих її субшкал.

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
----------------	------	-------------	-------------	-------------

Перевірка відтворюваності шкали методом тест-ретест проводилася з інтервалом у два і чотири тижні. У дослідженні із двотижневим інтервалом взяли участь 80 осіб, у дослідженні з інтервалом в чотири тижні – 107 осіб. В ході дослідження кожен досліджуваний вказував своє прізвище, ім'я або нікнейм, які замінювалися на порядковий номер по завершенню дослідження. Оскільки розподіл дисперсій змінних у кожному замірі відповідав нормальному, 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 вказувала на високий рівень відтворюваності), які представлені в таблиці 2.

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

Як видно з Таблиці 2, коефіцієнт кореляції між вихідним балом досліджуваних та балом, набраним при ретесті, коливається від 0,70 до 0,86 (p < 0,001), що свідчить про високий ступінь відтворюваності українського варіанту 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 змогу зробити висновок про високий рівень надійності отриманого інструмента.

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

У відповідності з авторською концепцією Шкали врахування майбутніх наслідків [17], експлораторний факторний аналіз проводився для факторної моделі, що складається з двох факторів. Виявлено, що виділені два фактори в сумі описують 38,03% сукупної дисперсії даних у порівнянні 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 усі 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 (таблиця 3). Водночас, одне твердження, а саме № 3 характеризується крос-навантаженням: його навантаження у протилежному факторі вище 0,30. Однак виключення цього твердження із загального переліку сприяє зниженню значення  $\alpha$ -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  $\alpha$ -Кронбаха для цієї субшкали лише на 0,019. Такі результати дають можливість стверджувати, що твердження № 3 працює добре як на субшкалу Близьке майбутнє, так і на шкалу в цілому. (В оригінальній

версії шкали, а також в її іспанській та португальській версіях таке крос-навантаження притаманне для твердження № 5. Причому виключення цього твердження із загального переліку в іспанській і португальській версіях сприяло підвищенню значення  $\alpha$ -Кронбаха для цих мовних версій шкали.)

Таблиця 3

Факторні навантаження тверджень Шкали врахування майбутніх наслідків, отримані в результаті застосування експлораторного факторного аналізу

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

Таким чином, отримано початкову факторну структуру української версії Шкали врахування майбутніх наслідків.

Для її перевірки було застосовано конфірмаційний факторний аналіз. В результаті його застосування отримано наступні факторні навантаження для тверджень шкали, які представлені в таблиці 4.

Таблиця 4

Факторні навантаження тверджень Шкали врахування майбутніх наслідків, отримані в результаті застосування конфірмаційного факторного аналізу

№ твердження	Факторне навантаження	Рівень значущості p
1	0,530	0,000
2	0,417	0,000
3	0,519	0,000
4	0,507	0,000
5	0,372	0,000
6	0,329	0,000
7	0,471	0,000
8	0,396	0,000
9	0,460	0,000
10	0,590	0,000
11	0,753	0,000
12	0,541	0,000
13	0,629	0,000
14	0,565	0,000

Як видно з таблиці 4, факторні навантаження усіх тверджень достовірно вищі за 0,3. Отже, можемо зробити висновок, що кожне твердження шкали вагомо працює на свій фактор.

Результати перевірки початкової двофакторної структури за допомогою КФА також показали, що вона має достатній рівень відповідності зібраним даним:  $\chi^2 = 119,637$ ;  $df = 50$ ;  $\chi^2 / (df) = 2,39$ ;  $p = 0,000$ ,  $GFI = 0,932$ ;  $CFI = 0,944$ ;  $NFI = 0,910$ ;  $SRMR = 0,043$ ;  $RMSEA = 0,052$  ( $LL = 0,041$ ,  $UL = 0,064$ ). Як видно з моделі, майже усі показники знаходяться в межах достатнього рівня відповідності, а показник  $SRMR$  – в межах доброго 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 – добрими. Для доброї відповідності моделі значення  $SRMR$

(standardized root mean square residual / стандартизований середньоквадратичний залишок) і RMSEA (root mean square error of approximation / середньоквадратична помилка апроксимації) повинні 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:  $\chi^2 = 484,14$ ;  $df = 77$ ;  $\chi^2 / (df) = 6,29$ ;  $p = 0,000$ ,  $GFI = 0,857$ ;  $CFI = 0,672$ ;  $NFI = 0,637$ ;  $SRMR = 0,085$ ;  $RMSEA = 0,115$  (LL = 0,106, UL = 0,124).

Отже, за допомогою КФА було підтверджено двофакторну структуру української версії Шкали врахування майбутніх налідків, яка збігається із факторною структурою оригіналу. Натомість використання цієї шкали, як однофакторної, не задовільняє статистичні критерії відповідності, а отже, не є коректним.

Наступним кроком у перевірці валідності шкали стала оцінка її критеріальної валідності. В якості критерію було вибрано відповіді досліджуваних 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). Відповідно, була поставлена гіпотеза про те, що особи, які не курять, матимуть вищий рівень за шкалою Віддалене майбутнє у порівнянні з особами, які курять.

Для перевірки поставленої гіпотези частині досліджуваних пропонувалося дати відповідь на запитання: «Ви курите? Так / Ні (підкресліть).» Всього таку анкету заповнили 342 особи, з них 57 осіб вказали, що курять, і 285 осіб, – що не курять. За статевим розподілом у цій групі досліджуваних було 220 жінок і 40 чоловіків, 82 особи не вказали своєї статі. Середній вік досліджуваних – 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 Віддалене майбутнє і Близьке майбутнє відповідає нормальному. Висновок про відповідність нормальному розподілу робився на основі статистики  $\chi^2$ -квадрат, яка для шкали Близьке майбутнє була наступною:  $\chi^2 = 37,434$ ;  $df = 11$ ,  $p = 0,000$ ; для Віддаленого майбутнього:  $\chi^2 = 12,241$ ;  $df = 4$ ,  $p = 0,016$ . Отримані результати дали змогу використати параметричний метод оцінки відмінностей за цими шкалами, в якості якого було обрано t-критерій Ст'юдента. З його допомогою виявлено, що особи, які курять, мають нижчий рівень розвитку Віддаленого майбутнього у порівнянні з особами, які не курять:  $M_{\text{курці}} = 30,61$ ,  $M_{\text{некурці}} = 33,12$ ,  $t = -2,73$ ,  $p = 0,007$ ,  $N_{\text{курці}} = 57$ ,  $N_{\text{некурці}} = 285$ . Отримані результати також підтверджені за допомогою кореляційного аналізу (параметричного методу оцінки взаємозв'язку на основі коефіцієнта  $r$ -Пірсона), в результаті якого виявлено обернений зв'язок рівня Віддаленого майбутнього із імовірністю куріння:  $r = -0,15$ ,  $p < 0,01$ . За шкалою Близьке майбутнє відмінностей між особами, які курять, та тими, які не курять, не було виявлено. Отже, гіпотеза про те, що особи, які не курять, матимуть вищий рівень за шкалою Віддалене майбутнє у порівнянні з особами, які курять, підтвердилася. Отримані результати узгоджуються із дослідженнями Дж. Сансона з колегами про переважання часової орієнтації на майбутнє у не-курців в 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.** В результаті проведеної адаптації Шкали врахування майбутніх наслідків отримано надійний і валідний інструмент, який дає змогу вимірювати орієнтацію на віддалене майбутнє й орієнтацію на близьке

майбутнє українською мовою. За допомогою експлораторного і конфірматорного факторного аналізу, а також зовнішнього незалежного критерію, підтверджено двофакторну структуру української версії Шкали. Перевірено та підтверджено надійність отриманого інструменту. Коефіцієнт  $\alpha$ -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 досліджуваних та балом, набраним при ретесті з інтервалом у два або чотири тижні, коливається від 0,70 до 0,75 ( $p < 0,001$ ).

В результаті перевірки валідності української версії Шкали врахування майбутніх наслідків виявлено, що особам, які не курять, притаманний вищий рівень за шкалою Віддалене майбутнє у порівнянні з особами, які курять – таким чином, було підтверджено критеріальну валідність Шкали. Отримані результати добре узгоджуються із дослідженнями інших авторів щодо зв'язку перспективи майбутнього та здоров'єорієнтованої поведінки.

## Додаток

### Шкала врахування майбутніх наслідків

Будь ласка, уважно прочитайте кожне твердження і визначте міру, у якій воно характеризує чи не характеризує Вас. Якщо твердження зовсім не характеризує Вас (зовсім не про Вас), будь ласка, обведіть «1» у відповідній клітинці навпроти твердження; якщо твердження дуже сильно Вас характеризує (абсолютно про Вас), обведіть у відповідній клітинці навпроти твердження «7». І, звичайно, використовуйте проміжні числа, якщо твердження не можуть бути оцінені крайніми значеннями.

1. Я задумуюся над тим, як можуть розгортатися події у 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	1	2	3	4	5	6	7

проявлятися ще протягом багатьох років.							
3. Я дію лише для задоволення безпосередніх потреб, бо 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 проявляються протягом декількох днів чи тижнів).	1	2	3	4	5	6	7
5. Відчуття власного комфорту значно впливає на рішення, які я приймаю, і 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 важливо 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 зараз, 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 у 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. Bagsby, 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. Ortuño, 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. Klicperová-Baker M. Time Perspective in Consumer Behavior / M. Klicperová-Baker, J. Košťál, 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. (2008). 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. Vázquez Echeverría A. Portuguese Validation of the Consideration of Future Consequences Scale / A. Vázquez Echeverría, C. Esteves, C. Vilares Gomes, V. E. C. Ortuño // Spanish Journal of Psychology. – 2015. – Vol. 18, e7. – P. 1-11.
41. Vázquez Echeverría A. Adaptación al español de la Escala de Consideración de las Consecuencias Futuras / A. Vázquez Echeverría, A. Martín, V. E. Ortuño and oth. // Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación Psicológica. – 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

*Сеник Оксана Мирославівна, Різник Роман Михайлович, Горбаль Ірина Степанівна*

**Бажаєте кинути курити? Розвивайте часову орієнтацію на майбутнє!  
– Результати адаптації «Шкали врахування майбутніх наслідків»  
українською мовою**

У статті наведено результати адаптації Шкали врахування майбутніх наслідків (CFC-14) українською мовою. 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 з факторною структурою оригіналу. Перевірка надійності за допомогою методу тест-ретест показала, що обидві субшкали – «Віддалене майбутнє» та «Близьке майбутнє» – мають високий рівень відтворюваності. Коефіцієнт  $\alpha$ -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» у порівнянні з особами, які курять. Отримані результати дають змогу рекомендувати українську версію Шкали врахування майбутніх наслідків як надійний і валідний психологічний інструмент для дослідження часових орієнтацій особистості.

**Ключові слова:** врахування майбутніх наслідків, куріння, конфірматорний факторний аналіз, адаптація шкали.

## АННОТАЦІЯ

*Сеник Оксана Мирославовна, Ризник Роман Михайлович, Горбаль Ирина Степановна*

**Желаєте бросить курить? Развивайте временную ориентацию на будущее! – Результаты адаптации «Шкалы учёта будущих последствий» на украинский язык**

В статье представлены результаты адаптации Шкалы учёта будущих последствий (CFC-14) на украинский язык. В исследовании приняли участие 514 человек в возрасте от 16 до 57 лет ( $M = 22,62$ ,  $SD = 6,02$ ). С помощью конфирматорного 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 – «Отдалённое будущее» и «Близкое будущее» – имеют высокий уровень воспроизводимости. Коэффициент  $\alpha$ -Кронбаха составляет 0,69 и 0,73 для шкал «Отдалённое будущее» и «Близкое будущее» соответственно. С помощью внешнего независимого критерия подтверждено критериальную валидность Шкалы: обнаружено, что некурящие имеют более высокий показатель по шкале «Отдалённое будущее» по сравнению с курящими. Полученные результаты дают возможность рекомендовать украинскую версию Шкалы учёта будущих последствий как надёжный и валідный психологический инструмент для исследования временных

ориентаций личности.

**Ключевые слова:** учёт будущих последствий, курение, конфирматорный факторный анализ, адаптация шкалы.

## ANNOTATION

*Oksana Senyk, Roman Riznyk, Iryna Horbal*

**Want to quit smoking? Develop the future time orientation! – The Ukrainian version adaptation of the «Consideration of future consequences scale»**

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.