

УДК 159.923:159.9.072

DOI <https://doi.org/10.30970/PS.2023.17.8>

## АДАПТАЦІЯ ШКАЛИ ЧАСОВОГО ФОКУСА УКРАЇНСЬКОЮ МОВОЮ (TEMPORAL FOCUS SCALE, E. SHIPP)

**Анастасія Чорна, Оксана Сенік**

*Український католицький університет*

*вул. Свенціцького, 17, м. Львів, Україна, 79011*

*e-mail: anastasiia.chorna@ucu.edu.ua*

*e-mail: osenyk@ucu.edu.ua*

**Софія Чолій**

*Львівський національний університет імені Івана Франка*

*вул. Університетська, 1, м. Львів, Україна, 79000*

*e-mail: sofya.choliy@lnu.edu.ua*

За останні 70 років можна побачити суттєвий розвиток теорій суб'єктивного сприймання часу та дослідження його впливу на психологічне благополуччя особистості. Існують різні підходи до пояснення суб'єктивного сприймання часу, зокрема теорія часового фокуса, яка акцентує на локусі уваги, що різною мірою розподіляється між минулим, теперішнім та майбутнім [27]. Для вимірювання часового фокуса (ЧФ) Еббі Шип розробила опитувальник [27], який складається з 12 питань, що рівномірно розподілені на 3 шкали – минулий часовий фокус, теперішній і майбутній. У цій статті описано результати адаптації опитувальника часового фокуса на українській вибірці. У дослідженні взяли участь 452 особи віком від 17 до 25 років, що навчаються в різних українських університетах та є носіями української мови. Емпіричні дані для дослідження збиралися з жовтня 2022 року по лютий 2023 року. Для підтвердження надійності опитувальника проведено: (1) перевірку гомогенності за допомогою обчислення коефіцієнта альфа-Кронбаха (для шкали минулого ЧФ показник  $\alpha$  становить 0.87, для шкали теперішнього ЧФ  $\alpha = 0.68$ , для шкали майбутнього ЧФ  $\alpha = 0.79$ ); (2) перевірку ретестової надійності, результати якої підтвердили відтворюваність шкал теперішнього і майбутнього ЧФ. Щоб перевірити валідність опитувальника, використано (1) експлораторний факторний аналіз, який підтвердив трифакторну структуру української версії шкали ЧФ; (2) кореляційний аналіз для перевірки конвергентної та дискримінантної валідності. Виявлено, що минулий ЧФ корелює негативним минулим, теперішній ЧФ – з гедоністичним теперішнім, і майбутній ЧФ – зі шкалою майбутнього методики на визначення часової перспективи Зімбардо [35]. Шкали ЧФ також корелювали з різними аспектами психологічного благополуччя особистості: минулий ЧФ прямо пов'язаний із тривогою, теперішній ЧФ – з рівнем оптимізму, задоволеності життям, самооцінкою та самооефективністю, та майбутній ЧФ – з тривогою та самооефективністю. Результати дослідження показали, що українську версію шкали ЧФ можна використовувати в подальших наукових дослідженнях. Надалі варто провести додаткову валідацію цього опитувальника на вибірці ширшого вікового діапазону та після завершення воєнних дій в Україні.

*Ключові слова:* часовий фокус, адаптація психологічного тесту, надійність, валідність.

**Постановка проблеми.** Незважаючи на те, що час вимірюється в об'єктивних одиницях, усі люди сприймають його суб'єктивно. Час поділяється на дві категорії: фізичний, який можна об'єктивно виміряти (секундами, хвилинами тощо), і психологічний, плинність якого кожна людина сприймає суб'єктивно [7]. Саме психологічний час тісно пов'язаний зі сприйняттям дійсності, її тестуванням та реагуванням на неї. На основі цього

сформувалися різні психологічні теорії, які пояснюють, як наше суб'єктивне сприйняття часового плину – а саме минулого, теперішнього та майбутнього – впливає на наші емоції, поведінку й інші когнітивні процеси.

На теренах української психології час розглядається як співвідношення внутрішніх та зовнішніх змін нашої психіки та є каменем, на якому будується концептуальна система, що впливає на сприйняття світу та регуляцію поведінки [1]. За кордоном теорія суб'єктивного сприйняття часу пройшла трансформацію від «сукупності суб'єктивних поглядів індивіда на його психологічне майбутнє і минуле в теперішньому часі» [21] до «когнітивного залучення в минуле, теперішнє чи майбутнє» [13] та «стабільних особистих відмінностей у часовій орієнтації (думки про минуле, теперішнє і майбутнє та емоції, пов'язані з ними)» [35]. Попередні теорії розглядають ставлення до часу як суміш афективного, когнітивного та поведінкового компонентів. Однак є ще теорія, яка виокремлює суто когнітивний компонент – часовий фокус, який є локусом уваги, що різною мірою скерований на минуле, теперішнє або майбутнє [27].

Сьогодні відомо про цілу низку психологічних тестів на вимірювання суб'єктивного сприймання часу: шкала ставлення до часу (TAS) [14], шкала часової орієнтації (TOS) [13], опитувальник часової перспективи Зімбардо (ZTPI) [35], опитувальник часового фокусу (TFS) [27], шкала врахування майбутніх наслідків (CFC-14) [22] та ін. Проте така різноманітність притаманна радше західним країнам, натомість у вітчизняній психології є нестача адаптованих методик, валідизованих згідно з міжнародними стандартами адаптації психологічних тестів.

Зараз вже є доступні кілька адаптованих українською мовою методик, які застосовуються для суб'єктивного вимірювання часу. Перша – опитувальник часової перспективи Зімбардо ZTPI [2]. Цей опитувальник є одним з найбільш поширених у західній психології, крім когнітивного аспекту часової перспективи – фокуса на минулому, теперішньому або майбутньому, – вимірює також емоційне ставлення до різних часових періодів (наприклад, негативне / позитивне минуле). Друга доступна методика – адаптація шкали врахування майбутніх наслідків CFC-14 [3, 17]. Вона є доброю для вимірювання глибини суб'єктивного сприймання майбутнього, адже містить дві шкали – врахування близьких і віддалених наслідків власної поведінки.

**Метою** цього дослідження є адаптація опитувальника часового фокуса TFS [27] українською мовою, зокрема переклад тесту згідно з міжнародними стандартами до перекладів психологічних тестів, а також перевірка українського варіанта опитувальника на надійність (гомогенність та відтворюваність) і валідність (конвергентну та дискримінанту валідність).

**Аналіз останніх досліджень.** Часовий фокус (надалі ЧФ) – це інтенсивність уваги, яку індивід приділяє своєму минулому, теперішньому або майбутньому [8]. Кожна людина надає перевагу певному часовому періодові, однак її увага може переключатися між ними залежно від життєвих обставин. Отже, фокусування на одному часовому періоді не обов'язково заперечує думки про інші два, та все ж ми можемо визначити, який часовий фокус є переважаючим [27]. Теорія ЧФ акцентує увагу дослідника виключно на когнітивному аспекті сприйняття часу – кількості уваги, яку ми приділяємо певному часовому періодові. Це дає змогу дослідити взаємозв'язок між конкретним ЧФ і різними психологічними конструктами, а також порівняти відмінності людей з різним ЧФ.

Поняття часового фокуса широко застосовується у психології для вивчення його зв'язку з різними аспектами психологічного благополуччя [11, 12, 13, 26, 31] і задоволення життям [9, 10, 27]. Також є дослідження, які вивчають вплив ЧФ на віднаходження сенсу життя [11, 18] і переживання травми [16]. Окрім того, ЧФ широко застосовується

в організаційній психології, зокрема його вплив на стратегічне планування [19], робочі досягнення [26] та зміну місця праці [20]. Особлива увага приділяється саме майбутньому ЧФ, адже він пов'язаний із рядом поведінкових характеристик, які позитивно впливають на життя. Наприклад, особи з майбутнім ЧФ більше дбають про своє здоров'я [12] і здоров'я інших людей [6].

Опитувальник часового фокуса TFS широко використовується для досліджень у різних країнах. Відомо, що він адаптований у Канаді [23], Італії [10], Північній Ірландії [30], Туреччині [5], Німеччині [28], Японії [9] та Австралії [33–34].

Для адаптації цього опитувальника українською мовою розроблено дизайн дослідження, який складався з таких етапів: (1) переклад шкали згідно з міжнародними стандартами до адаптації психологічних тестів, (2) підбір методик для перевірки конвергентної та дискримінантної валідності, (3) збір емпіричних даних за допомогою гугл-форм, включно з повторним тестуванням через місяць для перевірки відтворюваності української версії шкали, (4) статистичне опрацювання й аналіз психометричних показників українського варіанта шкали ЧФ.

**Методи дослідження.** На першому етапі дослідження виконано два незалежні переклади опитувальника ЧФ з англійської на українську мову, на основі яких був сформований український варіант тесту. Після цього проведено два незалежні зворотні переклади з української на англійську, щоб порівняти отримані переклади з оригіналом і проаналізувати, чи не втратився зміст питань.

Для перевірки надійності було проведено перевірку на внутрішню узгодженість опитувальника (за допомогою обчислення коефіцієнта альфа-Кронбаха) і його відтворюваність (учасники за бажанням проходили ретестове дослідження через місяць після першого заповнення гугл-форми).

З метою перевірки валідності використано експлораторний факторний аналіз для визначення факторної структури опитувальника. Окрім того, окремими етапами адаптації була перевірка українського варіанта опитувальника ЧФ на конвергентну та дискримінантну валідність.

Для перевірки конвергентної та дискримінантної валідності учасники проходили опитувальник часової перспективи Зімбардо ZTPI [35], опитувальник оптимізму Life-Oriented Test [24], шкалу рівня задоволення життям Satisfaction With Life Scale [29], опитувальник депресії Patient Health Questionnaire [15], опитувальник генералізованої тривоги General Anxiety Disorder [4], шкалу самоефективності General Self-Efficacy Scale [25] і шкалу самооцінки Розенберга Rosenberg Self-Esteem scale [32].

У дослідженні взяли участь 452 особи віком 17–25 років (статевий розподіл: 101 чоловік, 344 жінки, 7 осіб не вказали своєї статі). З них 101 особа взяла участь у ретестовому дослідженні. Більшість досліджуваних були студентами таких університетів: Український католицький університет (N = 209), Львівський національний університет імені Івана Франка (N = 88), Львівський національний медичний університет імені Данила Галицького (N = 72), Національний університет «Львівська політехніка» (N = 25), інші університети (N = 37). Частина досліджуваних (N = 21) на період збору даних ніде не навчалися.

Учасники були поділені на 3 групи, кожна з яких проходила опитувальник часового фокуса та різні опитувальники, які стосувалися пов'язаних із ЧФ психологічних конструктів.

*1 група* проходила опитувальники ЧФ [27] та часової перспективи Зімбардо [35], а саме шкали негативного минулого, гедоністичного теперішнього та майбутнього (N = 151).

*2 група* – опитувальники ЧФ, тест задоволення життям [29], а також шкали генералізованої тривоги [4] та депресії [15] (N = 146).

*3 група* – опитувальник ЧФ, шкали самооцінки [32] та самоефективності [25] (N = 155).

Опитувальники для другої та третьої групи були взяті з метою дослідити взаємозв'язок між часовим фокусом і різними конструктами психічного здоров'я та благополуччя, відтак перевірити конвергентну та дискримінантну валідність української версії тесту. Перелічені методики обрані з огляду на вимірювання конструктів, які використовувалися в процесі створення оригінальної версії шкали, а також у японській [9] та італійській [10] адаптаціях тесту.

Рішення про збір даних за допомогою трьох різних гугл-форм прийняте з метою залучення до дослідження більшої кількості учасників. Відомо, що учасники доволі неохоче проходять великі за обсягом тестування, тому всі додаткові опитувальники були рівномірно поділені на три гугл-форми.

**Результати дослідження.** Після обробки даних першим кроком був аналіз факторної структури опитувальника. Спочатку за допомогою експлораторного факторного аналізу було підтверджено, що опитувальник розподіляється у три фактори ( $p > 0.5$ ), які разом пояснюють 64.8% дисперсії даних. Результати також підтвердили, що питання української версії тесту розподіляються у фактори відповідно до ключа в оригінальному опитувальнику [27], а саме: 1, 6, 9 та 11 питання належать до фактора минулого ЧФ; 2, 4, 8 і 10 до фактора теперішнього ЧФ; а 3, 5, 7 та 12 – до фактора майбутнього ЧФ. Також виявлено, що майже всі питання мають високе навантаження відповідно до фактора (табл. 1).

Наступним кроком перевірено узгодженість питань усередині шкал. Виявлено, що узгодженість шкали минулого ЧФ становить  $\alpha = 0.87$ , узгодженість шкали теперішнього  $\alpha = 0.68$ , а шкали майбутнього  $\alpha = 0.79$ , однак аналіз показав, що цей показник може підвищитися до 0.8, якщо зі шкали видалити 7 питань («Я думаю про те, що мене очікує в майбутньому»). Проте показник узгодженості шкали все одно достатньо високий, також питання 7 має значуще факторне навантаження, тож було прийнято рішення залишити це твердження, щоб українська адаптація тесту відповідала авторському опитувальнику [27]. Варто також врахувати, що дослідження проводилося на території України в час повномасштабної війни, що вносить певні корективи у сприйняття часу. Протягом активної фази війни теперішнє стає дуже непередбачуваним, тож людям, імовірно, складно думати про майбутнє або вони зумисно уникають думок про нього.

Щоб перевірити конвергентну та дивергентну валідність опитувальника, було проведено кореляційний аналіз. Результати аналізу зв'язків між відповідними шкалами опитувальника часового фокуса [27] та опитувальника часової перспективи Зімбардо ZTPІ [35] (адаптація Сенік [2]) показали, що існує пряма кореляція між відповідними шкалами опитувальників, а саме між минулим ЧФ та негативним минулим ZTPІ ( $r = 0.66, p < 0.05$ ), теперішнім ЧФ та гедоністичним теперішнім ZTPІ ( $r = 0.31, p < 0.05$ ), майбутнім ЧФ і майбутнім ZTPІ ( $r = 0.33, p < 0.05$ ).

Далі було проаналізовано кореляції між шкалами опитувальника ЧФ та відповідними психологічними конструктами. У роботі було використано українські адаптації шкал депресії<sup>1</sup> та тривоги<sup>2</sup>. Оскільки решта опитувальників не мають українських адаптацій, то було здійснено їх авторський переклад. Спочатку всі перекладені опитувальники пройшли перевірку на внутрішню узгодженість. Результат показав, що всі шкали мають високі показники узгодженості: шкала депресії ( $\alpha = 0.82$ ), тривоги ( $\alpha = 0.88$ ), оптимізму ( $\alpha = 0.81$ ), рівня задоволення життям ( $\alpha = 0.78$ ), самооцінки ( $\alpha = 0.87$ ) та самоефективності ( $\alpha = 0.9$ ).

Після проведеного кореляційного аналізу виявлено, що:

Минулий ЧФ прямо корелює з тривогою ( $r = 0.17, p < 0.05$ ) та обернено з самооцінкою ( $r = -0.30, p < 0.05$ ) та самоефективністю ( $r = -0.16, p < 0.05$ )

<sup>1</sup> Переклад можна знайти за посиланням: <https://cbt-therapist.net/PHQ-9>

<sup>2</sup> Переклад можна знайти за посиланням: <https://cbt-therapist.net/GAD-7>

Таблиця 1

**Факторні навантаження та коефіцієнти кореляції між твердженнями української версії шкали ЧФ**

Item No	$\alpha$ if deleted	Factor loading	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	0.833	0.843	1											
2	0.667	0.654	-0.157**	1										
3	0.680	0.820	0.171**	-0.257*	1									
4	0.557	0.791	-0.089	0.325*	-0.024	1								
5	0.707	0.781	-0.0003	-0.097	0.541*	0.224*	1							
6	0.793	0.894	0.728*	-0.122***	0.194*	-0.080	0.020	1						
7	0.803	0.574	0.191*	-0.113***	0.310*	0.025	0.317*	0.185*	1					
8	0.537	0.815	-0.185*	0.398*	-0.107	0.565*	0.130***	-0.133***	0.027	1				
9	0.875	0.765	0.531*	-0.049	0.151**	0.011	0.097	0.604*	0.192*	-0.004	1			
10	0.689	0.577	0.146**	0.191*	0.224*	0.328*	0.188*	0.167**	0.270*	0.293*	0.296*	1		
11	0.830	0.857	0.643*	-0.083	0.107	-0.197*	-0.075	0.741*	0.135***	-0.217*	0.523*	0.136***	1	
12	0.650	0.858	0.095	-0.283*	0.658*	0.018	0.543*	0.141***	0.410*	-0.079	0.145**	0.234*	0.099	1

Теперішній ЧФ прямо корелює з рівнем оптимізму ( $r = 0.26, p < 0.05$ ) рівнем задоволення життям ( $r = 0.3, p < 0.05$ ) самооцінкою ( $r = 0.26, p < 0.05$ ) та самоефективністю ( $r = 0.29, p < 0.05$ )

Майбутній ЧФ прямо корелює з тривогою ( $r = 0.17, p < 0.05$ ) та самоефективністю ( $r = 0.17, p < 0.05$ )

Щоб перевірити відтворюваність опитувальника, був проведений повторний замір результатів, з інтервалом в 1 місяць. Для проведення ретестового заміру зіставлялися результати за шкалами минулого, теперішнього та майбутнього ЧФ з першого заміру та ретесту. За допомогою порівняльного аналізу для залежних змінних виявлено, що немає різниці між замірами в шкалах теперішнього та майбутнього ЧФ. Однак аналіз показав, що існує різниця у замірах по шкалі минулого ЧФ ( $p = 0.004$ ). Щоб знайти причину такого результату, було проаналізовано, чи немає додаткових факторів, які можуть впливати на повторний замір шкали минулого. Виявилось, що перший замір шкали минулого ЧФ прямо корелює з першим і повторним замірами майбутнього ЧФ:  $r = 0.24$  та  $r = 0.2$  відповідно ( $p < 0.05$ ). Після того, як показники першого і повторного замірів майбутнього ЧФ були внесені у модель як побічні змінні, результати дисперсійного аналізу показали, що немає відмінностей між першим і повторним заміром минулого ЧФ:  $F = 0.15, p = 0.7$ . Додатково було перевірено, чи результати ретесту минулого ЧФ не залежать від віку чи статі. Виявлено, що при контролі змінних віку і статі ефект повторного заміру незначущий:  $F = 0.04, p = 0.84$ .

**Дискусія результатів та перспективи дослідження.** Під час дослідження виявлено, що шкала майбутнього ЧФ є змінною, яка впливає на показник відтворюваності минулого ЧФ. В оригінальному опитувальнику [27] та в його адаптаціях [9, 10] не спостерігалось такої закономірності, тож можна припустити, що на результати впливає ситуація в країні. Дослідження проводилося під час повномасштабного вторгнення Росії на землі України, яке докорінно змінило повсякденне життя українців. У часі війни складно передбачати своє майбутнє, адже ситуація в країні дуже непередбачувана загалом. Тому рекомендується провести додаткову перевірку відтворюваності шкали після завершення воєнних подій в Україні, а також через кілька років після процесу соціально-економічного відновлення держави, у більш стабільній і прогнозованій ситуації.

Після проведення опитування стали помітні деякі закономірності між часовим фокусом та особистісними характеристиками учасників. Люди з минулим ЧФ характеризуються гіршими показниками психологічного благополуччя – у них вищий рівень тривоги, нижча самооцінка та самоефективність. Імовірно, що минулий ЧФ є ніби якорем, який тримає людей у румінативному стані щодо свого пережитого досвіду. Люди з майбутнім ЧФ теж мають тенденцію до підвищеної тривоги, однак фокус на майбутньому допомагає їм зберігати високий рівень самоефективності. Можна припустити, що майбутній ЧФ позитивно корелює з цілеспрямованістю та мотивацією досягнень, що може бути напрямом для подальших досліджень. Позитивні характеристики виявились і в людей з теперішнім ЧФ – у них висока самооцінка, самоефективність, оптимізм та рівень задоволення життям. Тому теперішній ЧФ може розглядатися як стан майндфулнесу, коли людина перебуває в моменті тут і зараз та справедливо оцінює свої можливості, себе й інших. Імовірно, зосередження на теперішньому вберігає особу від тривожних очікувань стосовно майбутнього та жалю за минулим, що відображується в найвищих показниках ментального здоров'я.

Перевірка валідності показала, що факторна структура української версії тесту відповідає трифакторній структурі оригіналу методики, а також збігається з результатами японської адаптації шкали [9]. В італійській адаптації трифакторна структура також підтвердилася, проте для цього автори видалили 5-те та 10-те питання, оскільки вони мали занадто низьке факторне навантаження [10]. Щодо гомогенності української версії

опитувальника ЧФ, то вона є нижчою у порівнянні з оригіналом методики. Проте порівняно з вищезгаданими адаптаціями, гомогенність української версії шкали минулого ЧФ є на одному рівні, шкали майбутнього ЧФ – вищою, а гомогенність теперішнього ЧФ – нижчою порівняно з японською й італійською версіями. Проте варто звернути увагу, що вищий показник гомогенності японської та італійської адаптацій був досягнутий завдяки видаленню 10-го питання, яке входить до цієї шкали. Натомість, якщо врахувати 10-те питання, то коефіцієнт  $\alpha$ -Кронбаха для теперішнього ЧФ в японській адаптації становить 0.66 (порівняно з 0.68 в українській версії), в італійській адаптації таких даних не вказано.

Отже, здійснене дослідження підтверджує, що українська версія шкали ЧФ має добрі показники гомогенності, відтворюваності та валідності і є прогностичною щодо ряду показників психічного здоров'я та психологічного благополуччя особистості. Водночас доцільно все ж провести повторну перевірку психометричних показників тесту після завершення воєнних дій на території України. Зокрема, це дасть нагоду перевірити припущення щодо проблематичності уявлення майбутнього в умовах невизначеності війни. Додатково варто валідизувати шкалу ЧФ на вибірках із ширшим віковим діапазоном. Окреслені перспективи, однак, не є обмеженням до використання адаптованого опитувальника часового фокуса в індивідуальній діагностиці і більш масштабних наукових дослідженнях на україномовних вибірках, що підтверджують результати проведеної адаптації.

#### Список використаної літератури:

1. Полунін О. В. Переживання людиною плину часу: експериментальне дослідження : монографія. – Київ : Гнозис, 2011. – 360 с.
2. Сенік О. Адаптація опитувальника часової перспективи особистості Ф. Зімбардо (ZTP1). *Соціальна психологія*. 2012. Т. 1-2 (51-52). С. 153–168.
3. Сенік О., Різник Р., Горбаль І. Щоб кинути курити, розвивайте часову орієнтацію на майбутнє. *Психологія і суспільство*. 2017. Т. 4 (70). С. 134–144.
4. A brief measure for assessing generalized anxiety disorder / R. L. Spitzer et al. *Archives of internal medicine*. 2006. Vol. 166, no. 10. P. 1092. URL: <https://doi.org/10.1001/archinte.166.10.1092>.
5. Arslan Ü., Bayraktar B. Focusing on the past, present, and future: psychometric properties of the temporal focus scale in turkish culture. *Dokuz eylül üniversitesi buca eğitim fakültesi dergisi*. 2021. URL: <https://doi.org/10.53444/deubefd.812331>.
6. Barnes S. J. Stuck in the past or living in the present? Temporal focus and the spread of COVID-19. *Social science & medicine*. 2021. Vol. 280. P. 114057. URL: <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2021.114057>.
7. Block R. A. Cognitive models of psychological time. Psychology Press, 2014. URL: <https://doi.org/10.4324/9781315807898>.
8. Bluedorn A. C. The human organization of time: temporal realities and experience. Stanford, Calif: Stanford University Press, 2002. 367 p.
9. Chishima Y., McKay M. T., Murakami T. The reliability and validity of the Temporal Focus Scale in young Japanese adults. *Personality and individual differences*. 2017. Vol. 119. P. 230–235. URL: <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.07.031>.
10. Diotaiuti P., Valente G., Mancone S. Validation study of the Italian version of Temporal Focus Scale: psychometric properties and convergent validity. *BMC psychology*. 2021. Vol. 9, no. 1. URL: <https://doi.org/10.1186/s40359-020-00510-5>.
11. Finding meaning from the present and future: the mediating role of meaning in life between temporal focus and mental health / Z. Zhou et al. *Journal of pacific rim psychology*. 2022. Vol. 16. P. 183449092211387. URL: <https://doi.org/10.1177/18344909221138710>.

12. Future time perspective: a systematic review and meta-analysis. / D. T. A. M. Kooij et al. *Journal of applied psychology*. 2018. Vol. 103, no. 8. P. 867–893. URL: <https://doi.org/10.1037/apl0000306>.
13. Holman E. A., Silver R. C. Getting "stuck" in the past: temporal orientation and coping with trauma. *Journal of personality and social psychology*. 1998. Vol. 74, no. 5. P. 1146–1163. URL: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.74.5.1146>.
14. Joseph N. Future time perspective and motivation: theory and research method. Leuven, Belgium : Leuven University Press, 1985. 235 p.
15. Kroenke K., Spitzer R. L., Williams J. B. W. The PHQ-9. *Journal of general internal medicine*. 2001. Vol. 16, no. 9. P. 606–613. URL: <https://doi.org/10.1046/j.1525-1497.2001.016009606.x>.
16. Li H. Time heals all wounds: analysis of changes in temporal focus and implicit space–time mappings among survivors of the 2019 China earthquake over time. *Language and cognition*. 2021. P. 1–18. URL: <https://doi.org/10.1017/langcog.2021.14>.
17. Measuring future perspective: consideration of future consequences scale revalidation / O. Senyk et al. *Bulletin of Taras Shevchenko National University of Kyiv. series "psychology"*. 2022. No. 1(15). P. 48–55. URL: [https://doi.org/10.17721/bsp.2022.1\(15\).8](https://doi.org/10.17721/bsp.2022.1(15).8).
18. Miao M., Zheng L., Gan Y. Future-oriented function of meaning in life: promoting hope via future temporal focus. *Personality and individual differences*. 2021. Vol. 179. P. 110897. URL: <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.110897>.
19. Nadkarni S., Chen J. Bridging yesterday, today, and tomorrow: CEO temporal focus, environmental dynamism, and rate of new product introduction. *Academy of management journal*. 2014. Vol. 57, no. 6. P. 1810–1833. URL: <https://doi.org/10.5465/amj.2011.0401>.
20. Peltokorpi V., Allen D. G., Shipp A. J. Time to leave? The interaction of temporal focus and turnover intentions in explaining voluntary turnover behaviour. *Applied psychology*. 2022. URL: <https://doi.org/10.1111/apps.12378>.
21. Price D. O., Lewin K., Cartwright D. Field theory in social science: selected theoretical papers. *American sociological review*. 1951. Vol. 16, no. 3. P. 404. URL: <https://doi.org/10.2307/2087618>.
22. Promotion orientation explains why future-oriented people exercise and eat healthy / J. Joireman et al. *Personality and social psychology bulletin*. 2012. Vol. 38, no. 10. P. 1272–1287. URL: <https://doi.org/10.1177/0146167212449362>
23. Rush J., Grouzet F. M. E. It is about time: daily relationships between temporal perspective and well-being. *The journal of positive psychology*. 2012. Vol. 7, no. 5. P. 427–442. URL: <https://doi.org/10.1080/17439760.2012.713504>.
24. Scheier M. F., Carver C. S., Bridges M. W. Distinguishing optimism from neuroticism (and trait anxiety, self-mastery, and self-esteem): a reevaluation of the life orientation test. *Journal of personality and social psychology*. 1994. Vol. 67, no. 6. P. 1063–1078. URL: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.67.6.1063>.
25. Schwarzer R., Jerusalem M. Generalized self-efficacy scale. *J. Weinman, S. Wright, & M. Johnston, Measures in health psychology: A user's portfolio*. Causal and control beliefs. 1995. Vol. 35, no. 37.
26. Shipp A. J., Aeon B. Temporal focus: thinking about the past, present, and future. *Current opinion in psychology*. 2019. Vol. 26. P. 37–43. URL: <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2018.04.005>.
27. Shipp A. J., Edwards J. R., Lambert L. S. Conceptualization and measurement of temporal focus: the subjective experience of the past, present, and future. *Organizational behavior and human decision processes*. 2009. Vol. 110, no. 1. P. 1–22. URL: <https://doi.org/10.1016/j.obhdp.2009.05.001>.

28. The future starts today, not tomorrow: how future focus promotes organizational citizenship behaviors / M. Strobel et al. *Human relations*. 2013. Vol. 66, no. 6. P. 829–856. URL: <https://doi.org/10.1177/0018726712470709>.
29. The satisfaction with life scale / E. Diener et al. *Journal of personality assessment*. 1985. Vol. 49, no. 1. P. 71–75. URL: [https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901\\_13](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13).
30. The Temporal Focus Scale: Factor structure and association with alcohol use in a sample of Northern Irish school children / M. T. McKay et al. *Journal of adolescence*. 2012. Vol. 35, no. 5. P. 1361–1368. URL: <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2012.05.006>.
31. Webster J. D., Bohlmeijer E. T., Westerhof G. J. Time to flourish: the relationship of temporal perspective to well-being and wisdom across adulthood. *Aging & mental health*. 2014. Vol. 18, no. 8. P. 1046–1056. URL: <https://doi.org/10.1080/13607863.2014.908458>.
32. Winch R. F., Rosenberg M. Society and the adolescent self-image. *Social forces*. 1965. Vol. 44, no. 2. P. 255. URL: <https://doi.org/10.2307/2575639>.
33. Zacher H. Individual difference predictors of change in career adaptability over time. *Journal of vocational behavior*. 2014. Vol. 84, no. 2. P. 188–198. URL: <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2014.01.001>.
34. Zacher H. Within-person relationships between daily individual and job characteristics and daily manifestations of career adaptability. *Journal of vocational behavior*. 2016. Vol. 92. P. 105–115. URL: <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2015.11.013>.
35. Zimbardo P. G., Boyd J. N. Putting time in perspective: a valid, reliable individual-differences metric. *Journal of personality and social psychology*. 1999. Vol. 77, no. 6. P. 1271–1288. URL: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.77.6.1271>.

## ДОДАТОК 1

Опитувальник часового фокуса TFS-UA

**Інструкція.** Ця шкала містить 12 запитань, які стосуються вашого часового фокуса. На них передбачено відповідь від 1 до 7 балів, де: 1 = ніколи, 3 = інколи, 5 = часто, 7 = завжди. 2, 5, 6 – проміжні значення. Відповідайте швидко, не задумуючись, адже тут немає правильних чи неправильних відповідей.

1. Я думаю про події в моєму минулому.
2. Я живу сьогоднішнім днем.
3. Я думаю про те, що мене очікує в майбутньому.
4. Я зосереджений/-а на тому, що зараз відбувається в моєму житті.
5. Я сфокусована/-ий на своєму майбутньому.
6. Я прокручую спогади з минулого у своїй голові.
7. Я думаю про те, що принесе мені завтрашній день.
8. Мої думки спрямовані на те, що відбувається тут і зараз.
9. Я роздумую про те, що сталося в моєму житті.
10. Я думаю про своє теперішнє становище.
11. Я подумки повертаюся до минулого.
12. Я думаю про те, що прийде в майбутньому.

Ключ. Минулий часовий фокус: 1 + 6 + 9 + 11; теперішній ЧФ: 2 + 4 + 8 + 10; майбутній ЧФ: 3 + 5 + 7 + 12

## ADAPTATION OF TEMPORAL FOCUS SCALE INTO UKRAINIAN

**Anastasiia Chorna, Oksana Senyk**

*Ukrainian Catholic University*

*17, Svetsitsky st., Lviv, Ukraine, 79011*

*e-mail: anastasiia.chorna@ucu.edu.ua*

*e-mail: osenyk@ucu.edu.ua*

**Sofiya Choliy**

*Ivan Franko National University of Lviv*

*1, Universytetska st., Lviv, Ukraine, 79000*

*e-mail: sofya.choliy@lnu.edu.ua*

Over the past 70 years, significant development can be observed in the theories of subjective time perception and research on its impact on the psychological well-being of individuals. There are different approaches to explaining the subjective perception of time, including the theory of temporal focus, which is the locus of attention that is distributed to varying degrees between the past, present, and future [27]. To measure temporal focus (TF), Abbie Shipp developed a questionnaire [27] consisting of 12 items that are evenly distributed across three scales – past, present, and future. In this article, the results of the adaptation of the Temporal Focus Scale into the Ukrainian language are described. The study involved 452 participants aged 17 to 25, native speakers of the Ukrainian language, most of whom at the moment of the study were students of different Ukrainian universities. The data collection took place from October 2022 to February 2023. To verify the reliability of the Ukrainian version of the TFS, the following procedures were carried out: (1) homogeneity testing by calculating the Cronbach's Alpha coefficient (for the past TF scale, the  $\alpha$  coefficient was 0.87, for the present TF scale  $\alpha=0.68$ , and for the future TF scale  $\alpha = 0.79$ ), (2) test-retest

reliability check, the results of which confirmed the reproducibility of the present and future TF scales. To check the validity of the questionnaire, the following methods were employed. Firstly, an exploratory factor analysis was conducted, confirming the three-factor structure of the TFS in its Ukrainian version. Additionally, correlation analysis was performed to determine convergent and discriminant validity. It has been found that the past TF correlates with the negative past, the present TF – with the hedonistic present, and the future TF – with the future time orientation scale of the Zimbardo Time Perspective Inventory [35]. The subscales of TFS also correlated with various aspects of psychological well-being: past TF was directly related to anxiety, present TF – to levels of optimism, life satisfaction, self-esteem, and self-efficacy, and future TF – to anxiety and self-efficacy. The results of the study showed that the Ukrainian version of the TFS can be used for further scientific researches. However, further validation of this questionnaire in a sample of participants of a wider age range and after the end of the war in Ukraine is recommended.

*Key words:* temporal focus, psychological test adaptation, reliability, validity.