

АВГУСТИЮК Марія – доктор психологічних наук, доцент, професор кафедри міжнародних відносин, Національний університет «Острозька академія», вул. Семінарська, 2, Острог, Україна, індекс 35800 (mariia.avgustiuk@oa.edu.ua)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9510-5715>

УКРАЇНСЬКОМОВНА АДАПТАЦІЯ ОПИТУВАЛЬНИКА MCQ-30

Анотація. Метою дослідження була адаптація та перевірка психометричних характеристик українськомовної версії опитувальника занепокоєння MCQ-30 (автори оригінальної версії англійською мовою – А. Уеллс (A. Wells) і С. Картпрайт-Хемтн (S. Cartwright-Hatton)).

Методологія. Адаптація українськомовної версії опитувальника MCQ-30 здійснювалася за стандартами подвійного перекладу з експертним оцінюванням, що забезпечило високий рівень еквівалентності з оригіналом. У дослідженні взяли участь 297 військовослужбовців. Дані збиралися за допомогою онлайн-опитувальника, розміщеного на платформі Google Forms. Вибірка охоплювала респондентів віком від 20 до 58 років ($M = 40,1$; $SD = 6,38$) і представляла єдину досліджувану групу з внутрішньогруповими змінними. Обробку й аналіз отриманих емпіричних даних здійснено за допомогою статистичного пакета IBM SPSS Statistics 20.0.

Наукова новизна. Результати комплексної перевірки психометричних характеристик українськомовної версії опитувальника MCQ-30 підтверджують його загальну придатність як валідного й надійного інструменту для оцінювання метакогнітивних переконань, зокрема у військовому середовищі. Опитувальник демонструє високу змістову валідність, що підтверджено експертною оцінкою і відповідністю теоретичній моделі. Експлораторний факторний аналіз виявив чітку п'ятифакторну структуру, яка відображає ключові когнітивно-емоційні аспекти занепокоєння. Показники внутрішньої узгодженості підтверджують консистентність більшості субшкал. Водночас певні субшкали (зокрема, «когнітивна самосвідомість» і «позитивні переконання щодо занепокоєння») демонструють недостатню надійність або диференційність, що вказує на потребу в їх перегляді. Конфірматорний факторний аналіз засвідчив обмежену відповідність гіпотетичної моделі, що потребує корекції та подальших емпіричних перевірок. При цьому ретестова надійність виявила прийнятний, але не високий рівень стабільності результатів.

Висновки. Загалом українськомовна версія опитувальника MCQ-30 може ефективно використовуватися в наукових і практичних цілях, зокрема у сфері військової психології, за умови подальшого вдосконалення окремих шкал та тверджень. Це забезпечить підвищення точності, надійності й адаптивності інструменту до особливостей цільової вибірки.

Ключові слова: валідність, військовослужбовці, занепокоєння, когнітивна (не)впевненість, когнітивна самосвідомість, негативні переконання щодо неконтрольованості та небезпеки занепокоєння, необхідність контролю думок, позитивні переконання щодо занепокоєння, психометрична надійність, факторний аналіз.

AVHUSTIUK Mariia – Doctor of Psychological Sciences, Associate Professor, Professor at the Department of International Relations, The National University of Ostroh Academy, 2, Seminarska Str., Ostroh, Ukraine, postal code 35800 (mariia.avgustiuk@oa.edu.ua)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9510-5715>

UKRAINIAN ADAPTATION OF THE “MCQ-30” QUESTIONNAIRE

Abstract. The study aimed to adapt and verify the psychometric properties of the Ukrainian version of the “MCQ-30” worry questionnaire (originally developed by A. Wells and S. Cartwright-Hatton).

Methodology. The adaptation process adhered to the standard procedure of double translation accompanied by expert evaluation, ensuring a high degree of equivalence with the original version.

A total of 297 military personnel participated in the study. Data were collected via an online questionnaire hosted on the Google Forms platform. The sample comprised individuals aged between 20 and 58 years ($M = 40.1$; $SD = 6.38$), representing a single study group with within-group variability. The empirical data were processed and analysed using the IBM SPSS Statistics 20.0 software package.

Scientific novelty. *The findings of a comprehensive psychometric evaluation support the Ukrainian version of the “MCQ-30” as a generally valid and reliable tool for assessing metacognitive beliefs, particularly within a military context. The instrument demonstrated strong content validity, confirmed through expert assessment and alignment with the theoretical model. Exploratory factor analysis revealed a distinct five-factor structure corresponding to the principal cognitive-emotional components of worry. Internal consistency measures affirmed the reliability of most subscales. However, the subscales “cognitive self-consciousness” and “positive beliefs about worry” exhibited inadequate reliability or differentiation, suggesting the need for revision. Confirmatory factor analysis indicated limited congruence with the hypothesised model, underscoring the necessity for model refinement and further empirical validation. Test-retest reliability was acceptable, albeit not optimal, indicating a moderate level of temporal stability.*

Conclusions. *Overall, the Ukrainian version of the “MCQ-30” questionnaire appears suitable for both research and practical applications, particularly within military psychology. Nevertheless, further refinement of specific scales and items is recommended to enhance the instrument’s accuracy, reliability, and adaptability to the characteristics of the target population.*

Key words: *validity, military personnel, worry, (lack of) cognitive confidence, cognitive self-consciousness, negative beliefs about uncontrollability and danger of worry, need to control thoughts, positive beliefs about worry, psychometric reliability, factor analysis.*

Постановка проблеми. Адаптація опитувальника MCQ-30 до українських військовослужбовців є важливим етапом його застосування, оскільки особливості служби, бойовий досвід і вплив стресових ситуацій можуть суттєво змінювати метакогнітивні процеси в цієї категорії респондентів. Військовослужбовці часто стикаються з підвищеним рівнем тривожності, когнітивного навантаження та необхідністю швидко ухвалювати рішення в екстремальних умовах, що може впливати на їхні переконання щодо процесів мислення. Адаптація передбачає не лише переклад і культурне узгодження тверджень, а й урахування специфічних когнітивних стратегій, які використовують військові для контролю думок, занепокоєння й обробки інформації. Важливим є оцінювання того, як переконання про контроль думок і небезпеку втрати контролю проявляються в контексті військової служби, де оперативність і дисципліна можуть формувати унікальні метакогнітивні патерни. Дослідження адаптованої версії опитувальника дасть можливість визначити, чи відображають його субшкали специфічні аспекти метакогнітивних переконань військовослужбовців, а також чи корелюють вони з показниками психологічного благополуччя та стресостійкості. Це сприятиме розробці цільових інтервенцій для покращення когнітивної регуляції та психічного здоров’я військовослужбовців.

Аналіз досліджень. Занепокоєння визначають як орієнтовані на майбутнє негативні думки й образи, які є відносно неконтрольованими (Naman, 2018; Stout et al., 2022). Занепокоєння проявляється у вигляді послідовності думок, спрямованих на розв’язання потенційних проблем із невизначеним, але переважно негативним результатом (Nolen-Hoeksema, Wisco, & Lyubomirsky, 2008). Постійне занепокоєння активує стресові реакції організму, утримуючи його у стані підвищеної уваги, що може призвести до тривожних розладів та емоційного вигорання (Gieselman, 2024). Занепокоєння важко концептуалізувати, а його основною характеристикою є футуристична спрямованість; водночас воно може бути як корисним у підготовці до майбутніх подій, так і шкідливим у разі надмірного чи хронічного прояву, що негативно впливає на психічне / фізичне здоров’я, сприяючи розвитку тривожних розладів і зниженню якості життя (Naman, 2018).

Фахівці в галузі метакогнітивної терапії А. Уеллс (A. Wells) і С. Картрайт-Хеттн (S. Cartwright-Hatton) розробили метакогнітивний самоопитувальник The Metacognitive Questionnaire, скорочена версія якого – Metacognitions Questionnaire-30 (MCQ-30) – здобула особливу популярність серед практиків. MCQ-30 є інструментом для оцінювання метакогнітивних переконань, які впливають на процеси мислення та регуляцію когніцій. Опитувальник використовують

у дослідженнях і клінічній практиці для оцінювання чинників розвитку та підтримки психологічних розладів тривожності, депресії, obsесивно-компульсивного розладу (Wells & Cartwright-Hatton, 2004; Крупельницька, 2023).

Опитувальник містить 30 тверджень, згрупованих у п'ять субшкал, кожна з яких оцінює різні аспекти метакогнітивних процесів: когнітивна (не)впевненість – рівень впевненості в пам'яті та мисленневих процесах (твердження 8, 14, 17, 24, 26 і 29); позитивні переконання щодо занепокоєння – уявлення про те, що занепокоєння може бути корисним (твердження 1, 7, 10, 19, 23 і 28); когнітивна самосвідомість – схильність до надмірного самоспостереження й аналізу власного мислення (твердження 3, 5, 12, 16, 18 і 30); негативні переконання щодо неконтрольованості та небезпеки занепокоєння – страх перед втратою контролю над думками та їх негативними наслідками (твердження 2, 4, 9, 11, 15 і 21); необхідність контролю думок – переконання, що певні думки потрібно жорстко контролювати або уникати (твердження 6, 13, 20, 22, 25 і 27). Респонденти оцінюють кожне твердження за 4-бальною шкалою Likert від 1 – «не погоджуюсь» до 4 – «повністю погоджуюсь». Загальний бал варіюється від 30 до 120, де 30 балів вважають нормою, а показники понад 100 свідчать про високий рівень дисфункціонального метапізнання та можливу потребу в психологічній допомозі. Вищі показники знаменують вищі рівні метапізнання, за яких реципієнту важко допомогти. Відповідно до кожної окремої субшкали межі балів становлять від 6 до 24 (Wells & Cartwright-Hatton, 2004; Крупельницька, 2023).

Опитувальник демонструє високу надійність і валідність, підтверджену дослідженнями, і широко використовується в клінічній психології та когнітивно-поведінковій терапії для оцінювання метакогнітивних процесів. Його адаптовано в різних мовних і культурних контекстах, що підтверджує універсальність MCQ-30 для оцінювання метакогнітивних переконань у різних популяціях.

Метою дослідження є адаптація українськомовної версії опитувальника MCQ-30 та перевірка його психометричних характеристик у вибірці військовослужбовців ЗСУ.

Виклад основного матеріалу. Учасники. У дослідженні добровільну й анонімну участь взяли участь 297 українських військовослужбовців ЗСУ. Віковий діапазон респондентів становив від 20 до 58 років ($M = 40.1$, $SD = 65.38$). Усі учасники були розподілені в одну досліджувану групу, внутрішньогрупові змінні визначені за допомогою випадкового відбору.

Організація дослідження. Дослідження було проведене у 2024 р. в онлайн-форматі за допомогою платформи Google Forms. У тексті інформованої згоди респонденти отримували інформацію про умови дослідження. Кожному учаснику присвоювали індивідуальний шифр для забезпечення анонімності опитування. Після схвалення інформованої згоди учасники оцінювали запропоновані твердження. Результати опитування респондентам не повідомляли.

Методологія перекладу. В процесі створення українськомовної версії опитувальника для оцінювання занепокоєння MCQ-30 було застосовано метод подвійного (прямого та зворотного) перекладу, а також процедуру узгодження альтернатив із метою забезпечення еквівалентності перекладу. Адаптація складалась із декількох етапів: 1) паралельний переклад інструкції та тексту опитувальника з англійської на українську мову, здійснений двома психологами-білінгвами, які на подальшому етапі досягли консенсусу щодо остаточного варіанта; 2) перевірка узгодженого перекладу на відповідність оригінальному тексту, проведена двома незалежними експертами; 3) зворотний переклад узгодженого варіанта з української на англійську мову, виконаний двома незалежними перекладачами, яким не повідомляли назву опитувальника для зменшення ймовірності когнітивної упередженості; оцінювання зворотного перекладу філологом-експертом на предмет відповідності двох мовних версій; формування остаточного українськомовного варіанта на основі отриманих даних; експертне оцінювання фінального варіанта українським філологом. Згідно з оцінкою першого експерта, відповідність між оригінальним текстом і перекладом становила 4,7 за п'ятибальною шкалою, а відповідність перекладу кожного окремого твердження – 1,73 за двобальною шкалою. Відповідні оцінки другого експерта – 4,6 та 1,6. Експерт з української мови оцінив остаточний варіант адаптації на 1,7 бала за двобальною шкалою. Зауваження експертів були враховані проєктною групою під час узгодження фінальної версії опитувальника. Крім того, кожен варіант зворотного перекладу оцінювали за п'ятибальною шкалою щодо відповідності оригінальному тексту. Оцінка першого зворотного перекладу становила 4,4, другого – 4,3. Отримані результати дають змогу зробити висновок

про високий рівень відповідності (еквівалентності) всіх складових опитувальника, що підтверджує якість його адаптації для використання в українськомовному контексті. Фінальний варіант перекладу опитувальника представлено в додатку А.

Процедура й інструменти. У рамках дослідження військовослужбовці заповнювали Google-форму, яка містила два основні елементи: а) бланк інформованої згоди та б) українськомовну версію опитувальника MCQ-30. Респонденти оцінювали кожне з 30 тверджень опитувальника за 4-бальною шкалою Likert, де 1 означає «не погоджуюсь», а 4 – «повністю погоджуюсь». Опитувальник MCQ-30 призначений для вимірювання метакогнітивних переконань, які впливають на процеси мислення та регуляцію когніцій. Інструмент складається з п'яти субшкाल, що оцінюють різні аспекти метакогнітивних процесів: когнітивну (не)впевненість, позитивні переконання щодо занепокоєння, когнітивну самосвідомість, негативні переконання щодо неконтрольованості та небезпеки занепокоєння, а також необхідність контролю думок. Оцінка загального рівня занепокоєння є сумою балів за всі 30 тверджень, тоді як оцінки для кожної з субшкाल визначаються як сума балів відповідних шести тверджень. Загальний бал занепокоєння варіюється від 30 до 120, тоді як кожна субшкала має діапазон від 6 до 24 балів. Вищі показники вказують на більший ступінь симптомів занепокоєння, що дає змогу оцінити рівень метакогнітивних переконань та пов'язану з ними регуляцію когніцій у досліджуваній популяції.

Змінні. У дослідженні використано такі типи змінних: занепокоєння та п'ять субшкाल – когнітивна (не)впевненість, позитивні переконання щодо занепокоєння, когнітивна самосвідомість, негативні переконання щодо неконтрольованості та небезпеки занепокоєння, необхідність контролю думок.

Статистичний аналіз. Апробація українськомовної версії опитувальника MCQ-30 передбачала емпіричне дослідження серед військовослужбовців із використанням IBM SPSS Statistics 20.0 для оцінювання його валідності, надійності та дискримінативності. Перевірка надійності охоплювала внутрішню узгодженість (метод розщеплення за Спірменом (r) та Спірменом – Брауном (r_s), коефіцієнти Кронбаха (α), омега МакДональда (ω) та Гуттмана (λ)) і ретестову надійність (кореляція Пірсона (r_{xy}) між первинними та повторними вимірюваннями). Дискримінативну здатність оцінювали за допомогою коефіцієнта Фергюсона (δ), узгодженість між твердженнями – за середніми значеннями кореляцій (MICs). Конструкту валідність визначали шляхом експертного оцінювання змістової відповідності тверджень (за участі психологів із досвідом роботи з військовослужбовцями) та факторного аналізу, що складався з експлораторного (EFA) для ідентифікації латентної структури та конфірматорного (CFA) аналізів для перевірки гіпотетичної моделі. Відповідність CFA оцінювали за CFI, TLI, RMSEA і SRMR.

Результати перевірки українськомовної версії опитувальника MCQ-30 на надійність. Надійність внутрішньої узгодженості методики вимірювали за допомогою коефіцієнта Кронбаха (α). Отримані результати, наведені в таблиці 1, свідчать про хорошу надійність опитувальника. Усі твердження добре корелюють між собою та вимірюють відповідну психологічну конструкцію, усі значення α вказують на високу та прийнятну внутрішню узгодженість більшості шкал опитувальника, за винятком шкали «когнітивна самосвідомість», яка має низький рівень внутрішньої узгодженості (0,59). Зокрема, висока надійність шкал «когнітивна (не)впевненість» (0,89) та «позитивні переконання щодо занепокоєння» (0,86) вказує на їхню консистентність і відповідність теоретичному конструкту. Прийнятна надійність шкал «негативні переконання щодо неконтрольованості та небезпеки занепокоєння» (0,75) та «необхідність контролю думок» (0,70) свідчить про їхню задовільну внутрішню узгодженість, однак доцільно розглянути можливість оптимізації тверджень для подальшого підвищення надійності. Низька надійність шкали «когнітивна самосвідомість» може бути наслідком невідповідності окремих тверджень загальному конструкту, неоднозначності формулювань або потенційної необхідності її поділу на субшкали, що можна виправити доопрацюванням шкали для забезпечення її відповідності психометричним критеріям і підвищення точності вимірювання.

Перевірку внутрішньої узгодженості опитувальника провели за допомогою методу розщеплення (автономних частин) та здійснили перевірку надійності на узгодженість тверджень опитувальника (внутрішньої надійності). 30 тверджень були розділені на дві випадкові половини, їхня кореляція обчислена за допомогою кореляції Спірмена (r), а оцінювання надійності методу розщеплення здійснено за формулою Спірмена – Брауна (r_s). Коефіцієнт кореляції між

двома половинами тесту (парні та непарні твердження) за Спірменом (r_s) та скоригований коефіцієнт надійності Спірмена-Брауна (r_s) між двома частинами тесту вказують на високу внутрішню узгодженість і високу надійність субшкал опитувальника. Ці результати узгоджуються з обчисленнями коефіцієнта Кронбаха (α) і підтверджують необхідність подальшого аналізу шкали «когнітивна самосвідомість». Результати наведено в таблиці 1.

Коефіцієнт надійності МакДональда (ω), що оцінює внутрішню узгодженість шкали та точність вимірювання латентної конструкції, є більш точним інструментом оцінювання надійності порівняно з коефіцієнтом Кронбаха (α), оскільки враховує факторну структуру. Результати розрахунку коефіцієнтів омега для різних шкал опитувальника варіюються від $\omega = 0,38$ до $\omega = 0,66$, що свідчить про певні проблеми з внутрішньою узгодженістю, оскільки значення ω нижче за 0,7 зазвичай вважаються незадовільними для надійних вимірювань, а для практичних досліджень бажано мати значення $\omega \geq 0,8$. Зокрема, коефіцієнт омега для шкали «когнітивна (не)впевненість» становить 0,66, що вказує на помірну надійність. Шкала «позитивні переконання щодо занепокоєння» має значення 0,58, що є прийнятною надійністю, однак потребує вдосконалення. Найнижчі коефіцієнти зафіксовані для шкал «когнітивна самосвідомість» (0,38), «негативні переконання щодо неконтрольованості та небезпеки занепокоєння» (0,49) та «необхідність контролю думок» (0,42), що свідчить про порівняно низьку надійність цих шкал. Загальний коефіцієнт для всього опитувальника становить 0,25, що вказує на низьку загальну надійність. Низька надійність окремих шкал і загальний коефіцієнт омега вказують на необхідність корекції та вдосконалення адаптації опитувальника. Для покращення внутрішньої узгодженості шкал і загальної надійності інструменту корисним є перегляд формулювання тверджень, зокрема в шкалах із низькими коефіцієнтами омега, а також проведення повторного тестування після корекцій, що на рівні припущення допоможе досягти більш високої надійності та точності вимірювання з огляду на специфіку українськомовного контексту.

Для оцінювання надійності адаптованого тесту ми використали коефіцієнт Гуттмана (λ_6), що дає змогу виявити можливі аномалії в даних. Результати аналізу для кожної зі субшкал є такими: когнітивна (не)впевненість: $\lambda_6 = 1,49$, позитивні переконання щодо занепокоєння: $\lambda_6 = 1,43$, когнітивна самосвідомість: $\lambda_6 = 0,98$, негативні переконання щодо неконтрольованості та небезпеки занепокоєння: $\lambda_6 = 1,26$, необхідність контролю думок: $\lambda_6 = 1,17$. Результати наведено в таблиці 1. Значення коефіцієнта Гуттмана (λ_6) більше за 1 можуть вказувати на можливі аномалії в даних, зокрема на наявність сильної колінеарності між окремими пунктами шкал. Високі значення λ_6 можуть бути зумовлені подібністю тверджень, які дублюють одне одного, що потребує уточнення або видалення деяких із них для підвищення точності вимірювань. Також слід враховувати специфіку вибірки, оскільки робота з військовослужбовцями може породжувати особливі закономірності у відповідях, які відрізняються від характерних для загальної популяції. Ці особливості можуть впливати на структуру шкал та їхню внутрішню узгодженість. Таким чином, результати коефіцієнта Гуттмана (λ_6) надають важливу інформацію для подальшої адаптації опитувальника та виявлення потенційних проблем.

Для оцінювання внутрішньої узгодженості шкал опитувальника та їх дискримінативності використали коефіцієнт Фергюсона (δ), модифікований для шкал Likert. Вищі значення (більше за 0,7) свідчать про гарне розподілення відповідей, що забезпечує здатність шкали розрізняти респондентів; нижчі значення (менше за 0,6) можуть вказувати на скупчення відповідей в окремих категоріях, що зменшує здатність шкали до диференціації. Розрахунок цього коефіцієнта для всього опитувальника показав значення 0,98, що свідчить про високу дискримінативність методики загалом, а також вказує на хорошу якість більшості шкал. Розраховані коефіцієнти Фергюсона (δ) для кожної субшкали опитувальника мають такі значення: когнітивна (не)впевненість: $\delta = 0,68$ (досить хороша диференціація); позитивні переконання щодо занепокоєння: $\delta = 0,56$ (найнижче значення серед усіх субшкал, що може вказувати на тенденцію респондентів часто вибирати схожі варіанти відповідей і є свідченням того, що шкала може бути менш ефективною в розрізненні індивідуальних відмінностей); когнітивна самосвідомість: $\delta = 0,72$ (хороша диференційна здатність із рівномірним розподілом відповідей респондентів); негативні переконання щодо неконтрольованості та небезпеки занепокоєння: $\delta = 0,71$ (хороша диференційна здатність із рівномірним розподілом відповідей респондентів); необхідність контролю думок: $\delta = 0,70$ (хороша диференційна здатність із рівномірним розподілом відповідей респондентів). Результати наведено в таблиці 1. Можливим покращенням опитувальника

може бути перевірка шкали «позитивні переконання щодо занепокоєння», чи всі твердження однаково добре диференціюють респондентів, із перефразуванням деяких тверджень або розширенням діапазону можливих відповідей.

Перевірка узгодженості між окремими твердженнями опитувальника, здійснена за допомогою вимірювання середніх значень кореляцій MICs, показала, що всі значення перебувають в оптимальному діапазоні від 0,19 до 0,58, що підтверджує належну узгодженість шкал. У жодній із субшкал не виявили надмірно корельованих тверджень, що свідчить на користь їхньої достатньої варіативності та відсутності дублювання. Значення кореляцій MICs для кожної субшкали опитувальника наведено в таблиці 1. Отримані результати свідчать про: 1) високий рівень внутрішньої узгодженості шкал опитувальника (оптимальний діапазон MICs зазвичай становить від 0,15 до 0,50, де низькі значення (менше за 0,15) можуть свідчити про слабку взаємозв'язність тверджень або їхню належність до різних аспектів вимірюваного конструкта, тоді як високі значення (більше за 0,50) можуть означати надмірну подібність тверджень, що призводить до їхнього дублювання); 2) необхідність аналізу результатів: шкала «когнітивна (не)впевненість» демонструє високе значення кореляції, що може вказувати на надмірну подібність тверджень, і потребує перевірки на дублювання або занадто вузьку спрямованість; шкала «позитивні переконання щодо занепокоєння» також має високий коефіцієнт кореляції, що вказує на необхідність перегляду окремих тверджень для підвищення варіативності; шкала «когнітивна самосвідомість» має значення кореляції, яке є нижчим порівняно з іншими шкалами, що свідчить про слабкий зв'язок між твердженнями і потребує подальшого оцінювання того, чи всі твердження справді вимірюють один конструкт; шкали «негативні переконання щодо неконтрольованості та небезпеки занепокоєння» і «необхідність контролю думок» мають значення в межах допустимого діапазону, що вказує на помірну узгодженість. Загалом результати аналізу MICs свідчать про хорошу узгодженість шкал опитувальника, хоча деякі шкали потребують додаткового аналізу й коригування для досягнення оптимальної варіативності та покращення точності вимірювання.

Ще одним важливим психометричним етапом адаптації було оцінювання стабільності діагностованих характеристик, що здійснювали за допомогою визначення ретестової надійності. Для цього було проведено повторне тестування через чотири тижні, а стабільність результатів оцінювали за допомогою коефіцієнта лінійної кореляції Пірсона (r_{xy}) між балами першого та повторного вимірювання.

Значення коефіцієнтів ретестової надійності для п'яти підшкал варіювалися в межах від $r_{xy} = 0,34$ до $r_{xy} = 0,53$, що відповідає помірному рівню стабільності. Загальний коефіцієнт ретестової надійності для всього опитувальника становив $r_{xy} = 0,49$. Результати наведено в таблиці 1.

Відповідно до загальноприйнятих інтерпретацій, значення $r_{xy} > 0,70$ свідчать про високу стабільність, $r_{xy} = 0,50$ – $0,69$ – про помірну, а $r_{xy} < 0,50$ – про низьку або недостатню стабільність. Таким чином, загальне значення $r_{xy} = 0,49$ вказує на низько-помірну узагальнену стабільність опитувальника. Серед окремих субшкал найвищу ретестову надійність показала «когнітивна (не)впевненість», що може свідчити про відносну сталість переконань, пов'язаних із функціонуванням пам'яті та впевненістю у власному мисленні. Задовільну стабільність також продемонструвала шкала «негативні переконання щодо неконтрольованості та небезпеки занепокоєння». Натомість нижчі, хоча й статистично значущі, коефіцієнти були отримані для шкал «позитивні переконання щодо занепокоєння», «когнітивна самосвідомість» та «необхідність контролю думок». Такі результати можуть бути зумовлені варіативністю суб'єктивного досвіду респондентів, семантичною неоднозначністю окремих тверджень в українському перекладі, а також культурними особливостями сприйняття метакогнітивних установок. Крім того, вони можуть вказувати на потребу в додатковому уточненні формулювань деяких тверджень. Загалом отримані дані свідчать про задовільну ретестову надійність українськомовної версії опитувальника MCQ-30, що дає підстави рекомендувати його для використання в наукових дослідженнях з урахуванням перспектив удосконалення.

Результати перевірки українськомовної версії опитувальника MCQ-30 на валідність. Змістовий метод перевірки передбачав експертне оцінювання репрезентативності тверджень опитувальника оцінювання занепокоєння MCQ-30 відповідно до вимірюваних психічних властивостей. Експертизу проводили фахівці, серед яких 2 доктори психологічних наук, 1 кандидат психологічних наук, 2 доктори філософії з психології та 3 магістри психології, усі з досвідом

Таблиця 1

Результати оцінювання надійності українськомовної версії опитувальника MCQ-30

Складові	α	r / r_s	ω	λ_6	δ	MICs	r_{xy}
Когнітивна (не)впевненість	0,89	0,76 / 0,86	0,66	1,49	0,68	0,58	0,53
Позитивні переконання щодо занепокоєння	0,86	0,71 / 0,83	0,58	1,43	0,56	0,50	0,41
Когнітивна самосвідомість	0,59	0,57 / 0,72	0,38	0,98	0,72	0,19	0,34
Негативні переконання щодо неконтрольованості та небезпеки занепокоєння	0,75	0,59 / 0,74	0,49	1,26	0,71	0,34	0,50
Необхідність контролю думок	0,70	0,56 / 0,72	0,42	1,17	0,70	0,28	0,46
Занепокоєння	0,86	0,64 / 0,77	0,25	1,27	0,98	0,37	0,49

роботи з військовослужбовцями. Критеріальний метод оцінювання передбачав три основні критерії: відповідність твердження досліджуваних психічній властивості, точність і доступність твердження для розуміння, а також ступінь вимірювання психічної властивості й адекватність лінгвістичного вираження. Оцінки експертів інтерпретували відповідно до показників достатньої валідності (1–1,5), недостатньої валідності (1,5–2) та невалідності тверджень (2). Результати експертного оцінювання засвідчили високу змістову валідність тверджень опитувальника за шкалою занепокоєння (1,2) та її субшкалами: «когнітивна (не)впевненість» – 1,3, «позитивні переконання щодо занепокоєння» – 1,33, «когнітивна самосвідомість» – 1,12, «негативні переконання щодо неконтрольованості та небезпеки занепокоєння» – 1,4, «необхідність контролю думок» – 1,26. Результати підтверджують високий рівень змістової валідності опитувальника та його відповідність теоретичним конструктам, що дає змогу вважати його надійним інструментом для вимірювання метакогнітивних аспектів занепокоєння.

Для визначення структури групування тверджень у латентні змінні було застосовано експлораторний факторний аналіз (EFA). Результати підтвердили, що опитувальник має чітко визначену багатофакторну структуру з п'ятьма чинниками, що разом пояснюють 57,54 % загальної дисперсії. Оцінка придатності даних для аналізу (КМО = 0,880) свідчить про високу придатність для факторного аналізу, а тест Бартлетта ($p < 0,001$) підтверджує значущі кореляції між змінними. Зокрема, аналіз показав, що всі п'ять чинників відповідають певним когнітивно-емоційним процесам: чинник «когнітивна (не)впевненість» пов'язаний з інтенсивними думками й емоціями, чинник «позитивні переконання щодо занепокоєння» стосується рефлексії, чинник «негативні переконання щодо неконтрольованості та небезпеки занепокоєння» стосується повторюваних і нав'язливих думок, чинник «когнітивна самосвідомість» пов'язаний із самокритикою та негативними інтерпретаціями, а чинник «необхідність контролю думок» відображає емоційні реакції на різні ситуації. Загалом, структура опитувальника має внутрішню логіку, що дає змогу успішно адаптувати його до нових умов, зберігаючи важливі когнітивно-емоційні конструкції. Для адаптації опитувальника важливо зберегти багатофакторну структуру, враховувати зміст тверджень у кожному чиннику та забезпечити культурно-мовну релевантність для нової цільової аудиторії, зокрема для військовослужбовців.

Для перевірки гіпотетичної факторної структури опитувальника ми використали конфірмаційний факторний аналіз CFA. Перевірку здійснили за допомогою методів обчислення дисперсії CFI, TLI, RMSEA і SRMR. Результати аналізу продемонстрували низький рівень відповідності моделі: $\chi^2(405) = 245$, $p < .001$, CFI = 0,451, TLI = 0,411, RMSEA = 0,131, SRMR = 0,142. Усі основні індекси відповідності вказують на багатофакторну модель опитувальника. Аналіз факторних навантажень виявив, що значна частина тверджень продемонструвала високі і статистично значущі навантаження (наприклад, твердження 3, 4, 6, 11, 14, 15, 17, 21, 24, 26 і 29), що свідчить про їхній тісний зв'язок з латентною конструкцією. Водночас деякі твердження (зокрема, 5, 7, 9 і 18) виявили низькі або незначущі навантаження, що ставить під сумнів їхню діагностичну цінність. Особливу увагу слід звернути на твердження 12 та 16, які виявили

негативні факторні навантаження (відповідно $-0,45$ та $-0,40$), що може свідчити про помилки у формулюванні (наприклад, інверсія смислу) або іншу семантичну специфіку. Загалом опитувальник показав високу внутрішню узгодженість (α Кронбаха = $0,858$), що підтверджує його загальну надійність. Таким чином, адаптація опитувальника потребує модифікації на основі емпіричних даних, аналізу формулювань тверджень і повторної перевірки психометричних характеристик. Це дасть можливість забезпечити валідність і надійність адаптованої версії інструменту для подальших досліджень чи практичного застосування.

Висновки та перспективи подальшого дослідження. Отже, результати дослідження засвідчили, що українськомовна версія опитувальника MCQ-30 є загалом валідним і надійним психодіагностичним інструментом для оцінювання метакогнітивних переконань, зокрема у військовому контексті. Опитувальник має чітку факторну структуру та високу змістову валідність, підтверджену експертним аналізом. Основні показники внутрішньої узгодженості вказують на консистентність більшості шкал. Водночас деякі шкали потребують доопрацювання через виявлені проблеми з надійністю та структурною цілісністю. Подальше вдосконалення формулювань тверджень та повторна перевірка психометричних показників дадуть можливість підвищити ефективність і релевантність опитувальника в українськомовному культурно-психологічному контексті.

Література

- Крупельницька Л.** Психотерапія у постнекласичній парадигмі : посібник. Київ : ГО «МНГ», 2023. 176 с.
- Gieselman D.** From rumination to resilience: Your key to overcoming anxiety and finding peace. 2024. Retrieved from: <https://www.linkedin.com/pulse/breaking-free-from-rumination-power-present-moment-dave-gieselman-6yvkc>.
- Naman K.** Worry and rumination: A rationale for a transdiagnostic approach to treatment. *Theses and Dissertations*, 2018. 101 p.
- Nolen-Hoeksema S., Wisco B.E., Lyubomirsky S.** Rethinking rumination. *Perspectives on Psychological Science*, 2008. Vol. 3. P. 400–424.
- Stout Z.E., Fletcher S., Sanderson W.C., Van Dam N.T.** Development and validation of the Repetitive Negative Thoughts Questionnaire (RNTQ). 2022. P. 1–62.
- Wells A., Cartwright-Hatton S.** A short form of the metacognitions questionnaire: Properties of the MCQ-30. *Behaviour Research and Therapy*, 2004. Vol. 42, No. 4. P. 385–396.

References

- Krupelnyska, L.** (2023). *Psykhoterapiia u postneklasychnii paradyhmi: posibnyk* [Psychotherapy in the post-nonclassical paradigm: a manual]. Kyiv: NGO “MNG”. 176 p. [in Ukrainian].
- Gieselman, D.** (2024). From rumination to resilience: Your key to overcoming anxiety and finding peace. Retrieved from: <https://www.linkedin.com/pulse/breaking-free-from-rumination-power-present-moment-dave-gieselman-6yvkc> [in English].
- Naman, K.** (2018). Worry and rumination: A rationale for a transdiagnostic approach to treatment. *Theses and Dissertations*, 101 p. [in English].
- Nolen-Hoeksema, S., Wisco, B.E., & Lyubomirsky, S.** (2008). Rethinking rumination. *Perspectives on Psychological Science*, 3, pp. 400–424 [in English].
- Stout, Z.E., Fletcher, S., Sanderson, W.C., & Van Dam, N.T.** (2022). Development and validation of the Repetitive Negative Thoughts Questionnaire (RNTQ). P. 1–62 [in English].
- Wells, A., & Cartwright-Hatton, S.** (2004). A short form of the metacognitions questionnaire: Properties of the MCQ-30. *Behaviour Research and Therapy*, 42 (4), pp. 385–396 [in English].

Додаток А

Українськомовна версія опитувальника MCQ-30

	Опитувальник занепокоєння	Metacognitions Questionnaire-30 (MCQ-30)	
	Будь ласка, прочитайте всі твердження і зазначте, як Ви розмірковуєте відповідно до ситуації. На кожне із тверджень потрібно вибрати один із чотирьох варіантів відповіді: 1 – не погоджуюсь, 2 – частково погоджуюсь, 3 – швидше погоджуюсь, 4 – повністю погоджуюсь	This questionnaire is concerned with beliefs people have about their thinking. Listed below are a number of beliefs that people have expressed. Please read each item and indicate how much you generally agree with it: 1 – do not agree, 2 – agree slightly, 3 – agree moderately, 4 – agree very much. Please respond to all the items, there are no right or wrong answers	Субшкала занепокоєння
1	Занепокоєння дає мені змогу уникнути проблем у майбутньому	Worrying helps me to avoid problems in the future	Позитивні переконання щодо занепокоєння
2	Моє занепокоєння небезпечне для мене	My worrying is dangerous for me	Негативні переконання щодо небезпеки занепокоєння
3	Я занадто багато розмірковую про власні думки	I think a lot about my thoughts	Когнітивна самосвідомість
4	Занепокоєнням я можу довести себе до хвороби, поганого самопочуття	I could make myself sick with worrying	Негативні переконання щодо небезпеки занепокоєння
5	Я усвідомлюю, як саме я думаю, коли розмірковую над вирішенням проблеми	I am aware of the way my mind works when I am thinking through a problem	Когнітивна самосвідомість
6	Якщо я дозволю собі відволіктись від тривожних думок, і раптом відбудеться те, чого я боюсь, у цьому буде моя вина	If I did not control a worrying thought, and then it happened, it would be my fault	Необхідність здійснення контролю думок
7	Занепокоєння дає мені змогу залишатися зібраним/-ою	I need to worry in order to remain organised	Позитивні переконання щодо занепокоєння
8	Я не впевнений/-а у своїй здатності запам'ятовувати слова та назви/імена	I have little confidence in my memory for words and names	Когнітивна (не) впевненість
9	Я маю завжди контролювати свої думки	My worrying thoughts persist, no matter how I try to stop them	Негативні переконання щодо небезпеки занепокоєння
10	Занепокоєння допомагає мені «розкласти все на свої місця»	Worrying helps me to get things sorted out in my mind	Позитивні переконання щодо занепокоєння
11	Я не можу ігнорувати свої тривожні думки	I cannot ignore my worrying thoughts	Негативні переконання щодо небезпеки занепокоєння
12	Я аналізую свої думки	I monitor my thoughts	Когнітивна самосвідомість
13	Мені потрібно постійно контролювати свої думки	I should be in control of my thoughts all of the time	Необхідність здійснення контролю думок

14	Моя пам'ять не дуже гарна. Інколи вона може мене ввести в оману, я часто щось забуваю	My memory can mislead me at times	Когнітивна (не) впевненість
15	Занепокоєння може довести мене до божевілля	My worrying could make me go mad	Негативні переконання щодо небезпеки занепокоєння
16	Я завжди усвідомлюю хід своїх думок	I am constantly aware of my thinking	Когнітивна самосвідомість
17	У мене погана пам'ять	I have a poor memory	Когнітивна (не) впевненість
18	Я звертаю пильну увагу на те, як працює мій розум	I pay close attention to the way my mind works	Когнітивна самосвідомість
19	Занепокоєння допомагає мені справлятися із важкими життєвими ситуаціями	Worrying helps me cope	Позитивні переконання щодо занепокоєння
20	Невміння контролювати свої думки є ознакою слабкості	Not being able to control my thoughts is a sign of weakness	Необхідність здійснення контролю думок
21	Якщо я починаю непокоїтись, то вже не можу зупинитись	When I start worrying I cannot stop	Негативні переконання щодо небезпеки занепокоєння
22	Я отримаю покарання за те, що не контролюю певні думки	I will be punished for not controlling certain thoughts	Необхідність здійснення контролю думок
23	Занепокоєння допомагає мені вирішувати проблеми	Worrying helps me to solve problems	Позитивні переконання щодо занепокоєння
24	У мене погана пам'ять на місця	I have little confidence in my memory for places	Когнітивна (не) впевненість
25	Деякі думки надто погані, щоб тримати їх у голові	It is bad to think certain thoughts	Необхідність здійснення контролю думок
26	Я не довіряю своїй пам'яті	I do not trust my memory	Когнітивна (не) впевненість
27	Якщо я не зможу контролювати свої думки, я не буду нормально функціонувати (жити)	If I could not control my thoughts, I would not be able to function	Необхідність здійснення контролю думок
28	Занепокоєння потрібне мені для того, щоб мати змогу справлятися із труднощами	I need to worry, in order to work well	Позитивні переконання щодо занепокоєння
29	У мене погана пам'ять на події	I have little confidence in my memory for actions	Когнітивна (не) впевненість
30	Я постійно аналізую свої думки	I constantly examine my thoughts	Когнітивна самосвідомість