

КРАТКИЕ СООБЩЕНИЯ

УДК 159.9

СУБЪЕКТИВНОЕ КАЧЕСТВО ВРЕМЕНИ КАК ОБЪЕКТ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ДИАГНОСТИКИ¹

Д.А. Леонтьев¹, Е.Н. Осин¹

¹ *Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики, Россия, 101000, Москва, ул. Мясницкая, д.20*

Резюме

Статья посвящена разработке и валидизации психометрической шкалы субъективного качества времени. Под субъективным качеством времени мы понимаем ту меру полноты, с которой может субъективно проживаться тот или иной отрезок времени, или время, связанное с той или иной деятельностью. Отталкиваясь от этого, мы поставили задачу разработки шкалы для измерения субъективного качества времени.

Первоначальный вариант шкалы включал 15 биполярных оценочных шкал, в процессе проверки и улучшения психометрических характеристик методики число шкал было сокращено до пяти. Однофакторная модель для пяти утверждений показала приемлемое соответствие данным (мультигрупповая модель в Mplus 8.4, статистика MLR: $\chi^2(20) = 36,10$, $p = 0,015$, CFI = 0,963, RMSEA = 0,089, 90% CI [0,039; 0,134], SRMR = 0,036). Надежность шкалы (α -Кронбаха) составила от 0,79 до 0,87 на разных выборках.

Несколько исследований было посвящено конструктивной валидности новой методики. В одном из них, в контексте исследования особенностей саморегуляции практикующих хатха-йогу, оценка качества времени занятий йогой была значимо выше, чем оценка качества времени заполнения опросников (критерий Стьюдента: $p < 0,001$; $d = 1,22$). В исследовании психологических и поведенческих реакций на пандемию Covid-19, проведенном в апреле 2020 г., методика ШКВ предлагалась выборке студентов в составе батареи методик. Как мы и предполагали, на фоне разворачивающейся пандемии оценки качества времени за последний месяц были значимо ниже, чем за прошлый год. Они также значимо коррелировали с другими индикаторами субъективного благополучия. Не было зафиксировано значимых связей оценки качества времени за последний месяц и за прошлый год с эмоциями и опасениями, вызываемыми коронавирусной пандемией. Таким образом, разработанная нами шкала качества времени обладает хорошими психометрическими характеристиками и пригодна в том числе для массовых мониторинговых опросов.

Ключевые слова: время; субъективное качество времени; семантический дифференциал; кластерный анализ; конструктивная валидность; субъективное благополучие; переживание в деятельности

¹ Работа выполнена при поддержке РНФ, проект № 18-18-00480 «Субъективные индикаторы и психологические предикторы качества жизни».

Время – одна из главных экзистенциальных ценностей, это главный ресурс жизни, без которого не происходит ничего, и одновременно метрика человеческой жизни, ведь жизнь состоит из времени, которое заполняется тем или иным способом. В этом смысле потерянное время равнозначно потере части жизни, убийство времени есть разновидность медленного суицида, а отсутствие свободного времени эквивалентно несвободе жизни (см. подробнее: Леонтьев, 2008).

Подобно тому как жизнь в целом характеризуется не только своей длительностью, но и качеством, конкретные отрезки времени, по-разному заполняемые, могут характеризоваться разным экзистенциальным качеством. Впервые проблему качества времени поставил известный специалист по экономике культурной сферы А.М. Долгин, для которого главный аспект проблемы культурного потребления сводится к тому, как наилучшим образом распорядиться ресурсом свободного времени (Долгин, 2006, с. 102). Говоря о том, что «часть жизни может быть прожита с большей или меньшей полнотой» (там же, с. 215), А.М. Долгин различает по этому параметру произведение подлинного искусства, с одной стороны, и эрзац-культуры, с другой. Первое порождает качественное время жизни и тем самым служит ее «экзистенциальной пролонгации», а второе предполагает время менее высокого качества и тем самым жизнь сокращает. «Качественное время может рассматриваться как фундаментальный показатель благосостояния на том основании, что его приращение эквивалентно субъективно ощущаемому приращению жизни – эффекту, который позволяет иначе взглянуть на сам факт существования культуры» (там же, с. 365). Следствия, вытекающие из этого разведения для понимания человека и психологических механизмов его становления и развития, отчасти раскрыты в специальной публикации (Леонтьев, 2010).

Отталкиваясь от этой идеи А.М. Долгина, мы поставили задачу разработки психометрически обоснованной шкалы для измерения субъективного качества времени.

В процессе построения такой шкалы мы опирались на психосемантическую методологию, наиболее адекватную для диагностики субъективной оценки человеком тех или иных объектов и явлений.

Шкала качества времени: психометрические характеристики

Первоначальный вариант шкалы качества времени (ШКВ) включал 15 биполярных утверждений, оцениваемых по 7-балльной шкале по типу семантического дифференциала. Вводная фраза задает отрезок времени, подлежащий оценке. Это может быть время, заполненное каким-то конкретным занятием (например, занятиями спортом или просмотром телевизора), или время, определяемое хронологическими границами (последняя неделя, прошлый год).

Анализ психометрических характеристик ШКВ проводился на трех выборках респондентов, заполнявших шкалу, общим объемом $N = 292$ (доля

женщин 85,9%, возраст от 14 до 49 лет (медиана 18 лет)). Поскольку разные выборки заполняли шкалу применительно к различным отрезкам времени, для изучения структуры методики баллы были стандартизированы внутри каждой выборки. Для анализа структуры применялся иерархический кластерный анализ – метод Уорда, квадратическая Евклидова метрика, расстояния на основе матрицы корреляций Пирсона (рис. 1).

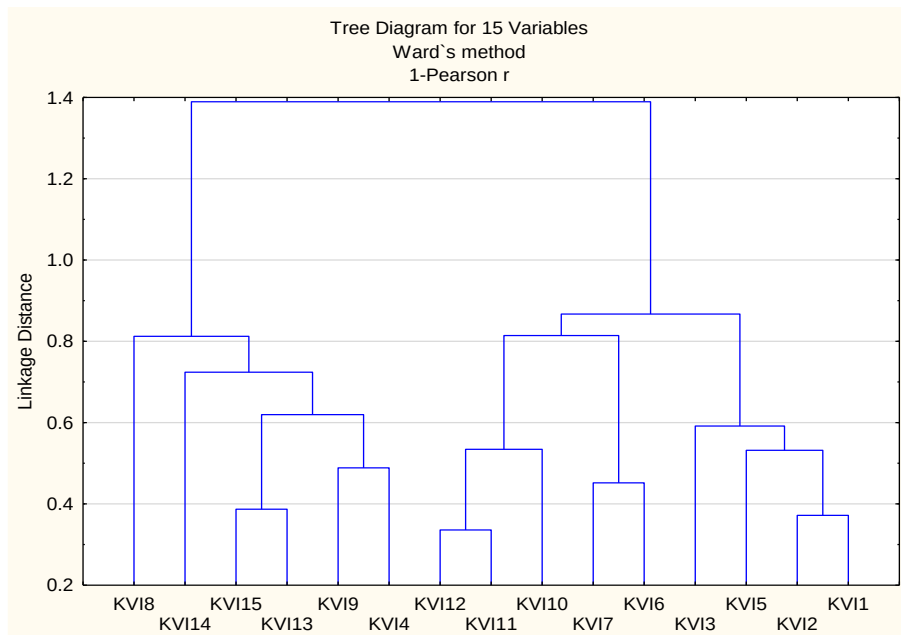


Рис. 1. Результаты кластерного анализа 15 утверждений шкалы качества времени

Кластерный анализ использовался с целью выделения и балансирования состава пунктов, образующих общую оценку качества времени. Он позволил выделить группы утверждений, отражающих общую оценку отрезка времени (4, 8, 9, 13, 14, 15), ощущение его ценности (10, 11, 12), его уникальность (6, 7) и насыщенность (1, 2, 3, 5). В наши задачи, однако, не входило выделение дробных конструкторов и субшкал методики, поскольку у нас нет теоретических оснований рассматривать качество времени как составной конструктор. Поэтому на основании теоретического анализа конструктора утверждения, отражающие общую оценку, были исключены, а из оставшихся было выбраны 5 утверждений, сбалансированно отражающих насыщенность, уникальность и ценность времени:

KV1	–	Насыщенным	3	2	1	0	1	2	3	пустым
KV2	+	Бесцветным	3	2	1	0	1	2	3	ярким
KV6	+	Незапоминающимся	3	2	1	0	1	2	3	незабываемым
KV10	–	Полным жизни	3	2	1	0	1	2	3	лишенным жизни
KV12	–	Обогащающим	3	2	1	0	1	2	3	бесполезным

Однофакторная модель для пяти утверждений показала приемлемое соответствие данным (мультигрупповая модель в Mplus 8.4, статистика MLR: $\chi^2(20) = 36,10$, $p = 0,015$, CFI = 0,963, RMSEA = 0,089, 90% CI [0,039; 0,134], SRMR = 0,036). Факторные нагрузки составили 0,83, –0,82, –0,62, 0,73 и 0,63 для утверждений 1, 2, 6, 10 и 12 соответственно. Надежность шкалы (α -Кронбаха) составила от 0,79 до 0,87 на разных выборках.

Таким образом, окончательная версия методики включает в себя пять пунктов. Ответы на прямые пункты (2, 6) кодируются как 1 2 3 4 5 6 7. Ответы на обратные пункты (1, 10, 12) – как 7 6 5 4 3 2 1. Затем общий балл по шкале рассчитывается как среднее по входящим в неё пунктам.

Конструктивная валидность методики

Первая попытка оценки конструктивной валидности была выполнена в контексте исследования особенностей саморегуляции практикующих хатхайогу ($N = 51$) (Архипова, Леонтьев, Рассказова, 2011). Сравнивались качество времени занятий йогой и качество времени заполнения опросников. Как и ожидалось, первая оценка ($M = 5,51$, $SD = 0,87$) была значительно выше, чем вторая ($M = 4,45$; $SD = 0,87$) (критерий Стьюдента: $p < 0,001$; $d = 1,22$).

В исследовании, проведенном в апреле 2020 г., методика ШКВ предлагалась выборке студентов 1-го курса ($N = 117$) в составе батареи личностных методик, включавшей также вопросы, относящиеся к психологическим и поведенческим реакциям на пандемию Covid-19. Предлагалось оценить время за последний месяц и за прошлый год. Мы предполагали, что на фоне разворачивающейся пандемии оценки качества времени за последний месяц будут существенно ниже, чем за прошлый год. Мы также предполагали, что эти оценки будут коррелировать с другими индикаторами субъективного благополучия, а также ожидали, что они выступают как предикторы эмоций и опасений, связанных с различными аспектами пандемии.

Первая гипотеза подтвердилась. Качество времени за последний месяц ($M = 4,47$; $SD = 1,46$) было оценено значительно ниже, чем за прошлый год ($M = 5,99$; $SD = 0,96$) ($p < 0,001$; $d = 1,26$). Вторая гипотеза также подтвердилась. Оба показателя качества времени значимо коррелировали с переменной «оптимизм» по тесту личностных ориентаций LOT (Гордеева, Сычев, Осин, 2010) ($p < 0,000$ и $p < 0,001$ соответственно), со шкалами субъектности ($p < 0,009$ и $p < 0,000$ соответственно) и гармонии ($p < 0,000$) опросника жизненной позиции личности ЖПЛ (Леонтьев, Шильманская, 2019), с уровнем субъективного контроля УСК (Бажин, Голынкина, Эткинд, 1993) ($p < 0,000$ и $p < 0,014$ соответственно), со шкалой осмысленности (и отрицательно – со шкалой кризиса смысла) опросника источников смысла ОИС Т. Шнелл (Болотова, Леонтьев, 2016) ($p < 0,000$). Третья гипотеза не подтвердилась: не было зафиксировано никаких значимых связей оценки качества времени за последний месяц и за прошлый год с эмоциями и опасениями, вызываемыми коронавирусной пандемией.

Из различий в оценках качества времени за последний месяц и за прошлый год обращает на себя внимание наличие целого ряда значимых корреляций первой оценки с результатами методики диагностики переживаний в деятельности (Леонтьев, Осин, Досумова, Рзаева, Бобров, 2018), а именно с переживаниями удовольствия ($p < 0,003$) и смысла ($p < 0,038$) в учебной деятельности, смысла при ничегонеделании у себя дома ($p < 0,023$), а также с обратным знаком – с переживанием пустоты в учебе ($p < 0,000$) и при ничегонеделании ($p < 0,007$). Оценка качества времени за прошлый год не коррелировала значимо ни с какими переживаниями, за исключением усилия в учебной деятельности ($p < 0,019$). Возможно, это связано с тем, что, поскольку респонденты были студентами 1-го курса, поступившими в университет в середине прошлого года, их оценки времени прошлого года уже не связаны с переживаниями, сопровождающими актуальную деятельность.

Таким образом, разработанная нами шкала качества времени обладает хорошими психометрическими характеристиками и пригодна в том числе для массовых мониторинговых опросов. Имеющиеся данные говорят в пользу конструктивной валидности шкалы, однако недостаточны для того, чтобы утверждать это с определенностью.

Литература

- Архипова, Е. Ю., Леонтьев, Д. А., Рассказова, Е. И. (2011). Специфика личностной саморегуляции у лиц, практикующих хатха-йогу. В кн. А. А. Бочавер (ред.), *Материалы Всероссийской научно-практической конференции 26–29 сентября 2011 г. «Психология здоровья: спорт, профилактика, образ жизни»* (с. 40–43). М.: МГППУ.
- Бажин, Е. Ф., Голынкина, Е. М., Эткинд, А. М. (1993). *Опросник уровня субъективного контроля (УСК)*. М.: Смысл.
- Болотова, А. В., Леонтьев, Д. А. (2016). Русскоязычная адаптация опросника источников смысла Т. Шнелл. В. кн.: *Материалы Шестой всероссийской научно-практической конференции по экзистенциальной психологии* (с. 77–82). М.: Смысл.
- Гордеева, Т. О., Сычев, О. А., Осин, Е. Н. (2010). Разработка русскоязычной версии теста диспозиционного оптимизма (LOT). *Психологическая диагностика*, 2, 36–64.
- Долгин, А. Б. (2006). *Экономика символического обмена*. М.: Инфра-М.
- Леонтьев, Д. А., Осин, Е. Н., Досумова, С. Ш., Рзаева, Ф. Р., Бобров, В. В. (2018). Переживания в учебной деятельности и их связь с психологическим благополучием. *Психологическая наука и образование*, 23(6), 55–66.
- Леонтьев, Д. А., Шильманская, А. Е. (2019). Жизненная позиция личности: от теории к операционализации. *Вопросы психологии*, 1, 90–100.
- Леонтьев, Д. А. (2008). Время как измерение человеческой жизни. В кн. Р. А. Ахмеров, Е. И. Головаха, Е. Г. Злобина и др. (ред.), *Время пути: исследования и размышления* (с. 8–36). Киев: Изд-во Ин-та социологии НАН Украины.
- Леонтьев, Д. А. (2010). Культурное потребление в антропологическом и психологическом контексте. В кн. И. М. Быховская (ред.), *Культурология: фундаментальные основания прикладных исследований* (с. 217–241). М.: Смысл.

Поступила в редакцию 07.12.2020 г.; принята 22.12.2021 г.

Леонтьев Дмитрий Алексеевич – главный научный сотрудник, заведующий Международной лабораторией позитивной психологии личности и мотивации НИУ ВШЭ, доктор психологических наук, профессор.

E-mail: dleontiev@hse.ru

Осин Евгений Николаевич – заместитель заведующего Международной лабораторией позитивной психологии личности и мотивации НИУ ВШЭ, кандидат психологических наук, доцент.

E-mail: eosin@hse.ru

For citation: Leontiev, D. A., Osin, E. N. (2022). The Subjective Quality of Time as an Object of Psychological Assessment. *Sibirskiy Psikhologicheskii Zhurnal – Siberian journal of psychology*, 83, 223–229. In Russian. English Summary. doi: 10.17223/17267080/83/12

The Subjective Quality of Time as an Object of Psychological Assessment¹

D.A. Leontiev¹, E.N. Osin¹

¹ HSE University, 20, Myasnikskaya Str., Moscow, 101000, Russian Federation

Abstract

The paper is focused at the development and validation of a psychometric scale of the subjective quality of time. The subjective quality of time is the measure of fullness with which one can experience a certain period of time, or the time associated with certain activity. Based on this, we aimed to develop a scale for measuring the subjective quality of time. The original version of the scale included 15 bipolar rating scales. In the process of testing and improving the psychometric characteristics of the inventory, the number of scales was reduced to 5. The one-factor model for 5 statements showed an acceptable fit to the data (multigroup model in Mplus 8.4, MLR statistic: $\chi^2(20) = 36.10$, $p = 0.015$, CFI = 0.963, RMSEA = 0.089, 90% CI [0.039; 0.134], SRMR = 0.036). The reliability of the scale (Cronbach's alpha) ranged from 0.79 to 0.87 in different samples. Several studies have focused on the construct validity of the new measure. In the study about the characteristics of self-regulation of hatha yoga practitioners, the assessment of the quality of time of yoga practice was significantly higher than the assessment of the quality of time for filling out questionnaires (Student's t-test: $p < 0.001$; $d = 1.22$). In another study of psychological and behavioral responses to the Covid-19 pandemic, the scale of the subjective quality of time was offered to a sample of students as part of a set of measures. As we expected, against the background of the unfolding pandemic, assessment of the quality of time for the last month was significantly lower than for the previous year. It also significantly correlated with other indicators of subjective well-being. There were no significant links between the assessment of the quality of time over the past month and over the past year with emotions and fears caused by the coronavirus pandemic.

Thus, the developed time quality scale has good psychometric characteristics and is suitable, among other things, for mass monitoring surveys.

Keywords: time; subjective quality of time; semantic differential; cluster analysis; construct validity; subjective well-being; experience in activity.

¹ The study was supported by the Russian Science Foundation, project № 18-18-00480 “Subjective indicators and psychological predictors of quality of life”.

References

- Arkhipova, E. Yu., Leontiev, D. A., & Rasskazova, E. I. (2011, September). Spetsifika lichnostnoy samoregulyatsii u lits, praktikuyushchikh khatkha-yogu [The specifics of personal self-regulation in people practicing hatha yoga]. *Psikhologiya zdorov'ya: sport, profilaktika, obraz zhizni* [Psychology of health: sports, prevention, lifestyle]. Proceedings of the All-Russian Scientific and Practical Conference September 26–29, 2011. Moscow: MSPPU.
- Bazhin, E. F., Golynkina, E. M., & Etkind, A. M. (1993). *Oprosnik urovnya sub"ektivnogo kontrolya (USK)* [Questionnaire of the level of subjective control (USK)]. Moscow: Smysl.
- Bolotova, A. V., & Leontiev, D. A. (2016, May). Russkoyazychnaya adaptatsiya oprosnika istochnikov smysla T. Shnell [Russian-language adaptation of the T. Schnell questionnaire of sources of meaning]. *Proceedings of the Sixth All-Russian Scientific and Practical Conference on Existential Psychology*.
- Gordeeva, T. O., Sychev, O. A., & Osin, E. N. (2010). Razrabotka russkoyazychnoy versii testa dispozitsionnogo optimizma (LOT) [Development of a Russian version of the dispositional optimism test (LOT)]. *Psikhologicheskaya diagnostika*, 2, 36–64.
- Dolgin, A. B. (2006). *Ekonomika simvolicheskogo obmena* [The economy of symbolic exchange]. Moscow: Infra-M.
- Leontiev, D. A., Osin, E. N., Dosumova, S. Sh., Rzaeva, F. R., & Bobrov, V. V. (2018). Perekhvativaniya v uchebnoy deyatel'nosti i ikh svyaz' s psikhologicheskim blagopoluchiem [Experiences in learning activities and their connection with psychological well-being]. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie*, 23(6), 55–66.
- Leontiev, D. A., & Shil'manskaya, A. E. (2019). Zhiznennaya pozitsiya lichnosti: ot teorii k operatsionalizatsii [Personal position in life: from theory to operationalization]. *Voprosy psikhologii*, 1, 90–100.
- Leontiev, D. A. (2008). Vremya kak izmerenie chelovecheskoy zhizni [Time as a dimension of human life]. In R. A. Akhmerov, E. I. Golovakha, E. G. Zlobina. (Eds.), *Vremya puti: issledovaniya i razmyshleniya* [Travel time: research and reflection] (pp. 8–36). Kyiv: Institute of Sociology of the National Academy of Sciences of Ukraine.
- Leontiev, D. A. (2010). Kul'turnoe potreblenie v antropologicheskom i psikhologicheskom kontekste [Cultural consumption in the anthropological and psychological context]. In I. M. Bykhovskaya. (Ed.), *Kul'turologiya: fundamental'nye osnovaniya prikladnykh issledovaniy* [Culturology: Fundamental Foundations of Applied Research] (pp. 217–241). Moscow: Smysl.

Received 07.12.2020; Accepted 22.12.2021

Dmitry A. Leontiev – Chief Researcher, Head of International Laboratory of Positive Psychology of Personality and Motivation, HSE University. PhD, D. Sc. (Psychol.), Professor.
E-mail: dleontiev@hse.ru

Evgeny N. Osin – Deputy Head of International Laboratory of Positive Psychology of Personality and Motivation, HSE University, PhD in Psychology, Associate Professor.
E-mail: eosin@hse.ru