

Шепельова Марія

*кандидат психологічних наук,
старший науковий співробітник лабораторії психології творчості
Інституту психології імені Г.С. Костюка
Національної академії педагогічних наук України;
доцент кафедри соціальної та практичної психології
Житомирського державного університету імені Івана Франка;
доцент кафедри гуманітарних дисциплін
Національного університету харчових технологій
<https://orcid.org/0000-0002-3293-4997>*

АДАПТАЦІЯ ТА ПСИХОМЕТРИЧНА ВАЛІДИЗАЦІЯ УКРАЇНСЬКОЇ ВЕРСІЇ ОПИТУВАЛЬНИКА КОГНІТИВНИХ ПОМИЛОК (CFQ) Д. БРОДБЕНТА

Анотація. У статті представлено результати адаптації та психометричної перевірки української версії «Опитувальника когнітивних помилок» (Cognitive Failures Questionnaire, CFQ) Д. Бродбента. Актуальність дослідження зумовлена необхідністю надійного інструментарію для оцінки суб'єктивної когнітивної надійності особистості в умовах високого інформаційного навантаження та стресу. Вибірку дослідження склали 200 осіб (35 чоловіків та 165 жінок) віком від 16 до 57 років ($M = 25,1$; $Me = 19$). Для перевірки валідності використано шкалу сприйманого стресу (PSS-10) та П'ятифакторний опитувальник усвідомленості (FFMQ). За результатами експлораторного факторного аналізу (метод факторизації головної осі з Oblimin-обертанням) виявлено стійку чотирьохфакторну структуру конструкту: загальна забудькуватість, відволікання, моторні промахи та дефіцит виконавчого контролю. Встановлено високу внутрішню узгодженість методики (альфа Кронбаха = 0,96) при оцінці когнітивних збоїв за останній місяць. Аналіз дескриптивних статистик виявив значну позитивну асиметрію й ексцес ($As = 2,64$; $Ex = 17,9$) для фактора моторних промахів, що вказує на його специфічну роль у структурі когнітивної вразливості. Підтверджено конвергентну валідність інструменту: загальний бал когнітивних помилок прямо корелює зі стресом ($r = 0,39$) та має обернений зв'язок із рівнем усвідомленості ($r = -0,51$). Виявлено, що стать не має статистично значущого впливу на частоту помилок (в усіх випадках $p > 0,05$), тоді як вік демонструє обернену кореляцію ($r = -0,19$), що свідчить про вищу схильність молоді до фіксації власних когнітивних збоїв. Отримані результати дозволяють рекомендувати українську версію CFQ для використання у наукових розвідках, професійному відборі та прикладній діагностиці когнітивної надійності фахівців у стресогенних умовах діяльності, а також для моніторингу когнітивного навантаження студентів.

Ключові слова: когнітивні помилки, CFQ, адаптація методики, факторна структура, надійність, стрес, усвідомленість, когнітивна надійність.

Shepelova Mariia

*Candidate of Psychological Sciences,
Acting Head of the Laboratory of Psychology of Creativity
G.S. Kostiuk Institute of Psychology
of the National Academy of Educational Sciences of Ukraine;
Associate Professor at the Department of Social and Practical Psychology
Zhytomyr Ivan Franko State University;
Associate Professor at the Department of Humanitarian Disciplines
National University of Food Technologies
<https://orcid.org/0000-0002-3293-4997>*

ADAPTATION AND PSYCHOMETRIC VALIDATION OF THE UKRAINIAN VERSION OF BROADBENT'S COGNITIVE FAILURES QUESTIONNAIRE (CFQ)

Abstract. The article presents the results of the adaptation and psychometric validation of the Ukrainian version of the Cognitive Failures Questionnaire (CFQ) by D. Broadbent. The relevance of the study is driven by the need for reliable instrumentation to assess an individual's subjective cognitive reliability under conditions of high information load and stress. The study sample consisted of 200 participants (35 men and 165 women) aged 16 to 57 years ($M = 25.1$; $Me = 19$). To verify validity, the Perceived Stress Scale (PSS-10) and the Five Facet Mindfulness Questionnaire (FFMQ) were employed. Based on the results of exploratory factor analysis (principal axis factoring with Oblimin rotation), a stable four-factor structure of the construct was identified: general forgetfulness and attention deficits, distractibility, motor blunders, and executive control deficits. High internal consistency of the scale was established (Cronbach's $\alpha = 0.96$) for assessing cognitive failures over the past month. Descriptive statistics analysis revealed significant positive skewness and kurtosis ($As = 2.64$; $Ex = 17.9$) for the motor blunders factor, indicating its specific role in the structure of cognitive vulnerability. The convergent validity of the instrument was confirmed: the total score of cognitive failures positively correlates with stress ($r = 0.39$) and has an inverse relationship with the level of mindfulness ($r = -0.51$). It was found that gender has no statistically significant impact on the frequency of errors (all $p > 0.05$), while age demonstrates an inverse correlation ($r = -0.19$), suggesting a higher tendency among young people to report their own cognitive lapses. The results obtained allow for the recommendation of the Ukrainian version of the CFQ for use in scientific research, professional selection, and the applied diagnostics of the cognitive reliability of specialists in stressful environments, as well as for monitoring the cognitive load of students.

Keywords: cognitive failures, CFQ, scale adaptation, factor structure, reliability, stress, mindfulness, cognitive reliability.

Постановка проблеми та аналіз досліджень.

У сучасних умовах життєдіяльності людини, що характеризуються високою інтенсивністю інформаційних потоків, станом хронічної багато-задачності та зростаючим рівнем психоемоційного напруження, проблема когнітивної надійності набуває особливої гостроти. Когнітивні помилки – це повсякденні збої у процесах сприймання, пам'яті, уваги та моторного контролю, які трапляються у ситуаціях, де особа зазвичай демонструє успішне виконання дій [4]. Попри їхню нібито незначущість, такі промахи можуть слугувати індикаторами когнітивного перевантаження та призводити до помилок у навчальній, професійній діяльності, побутового травматизму та зниження загальної якості життя.

Вивчення феноменології когнітивних помилок розпочалося з праці Д. Бродбента та співавторів [4], які запропонували опитувальник CFQ

як інструмент для оцінки загальної когнітивної вразливості. Автори припускали, що схильність до помилок у сприйманні, пам'яті та моторному контролі відбиває єдину рису особистості. Проте подальший розвиток когнітивної психології й удосконалення методів статистичного аналізу поставили під сумнів однофакторну модель.

Значний внесок у розуміння багатомірності когнітивних помилок зробили Дж. Уоллес, С. Касс та К. Стенні [11], які на основі експлораторного факторного аналізу виокремили чотири стабільні чинники: загальну забудькуватість та дефіцит уваги, відволікання, моторні промахи та помилки пам'яті. Ця модель стала еталонною для багатьох наступних адаптацій [3; 9], оскільки вона дозволяє диференціювати збої на різних рівнях обробки інформації – від сенсомоторного до виконавчого.

Окремим напрямом досліджень є вивчення зв'язку когнітивної надійності з емоційним ста-

ном особистості. Дослідження О. Робінсона та співавторів [10] підтверджують, що високий рівень сприйманого стресу виснажує ресурси робочої пам'яті, що корелює зі зростанням кількості помилок за CFQ. Водночас сучасні розвідки у сфері позитивної психології та когнітивної терапії [6] вказують на захисну роль усвідомленості, яка стає регуляторним механізмом, що знижує частоту когнітивних збоїв через покращення концентрації уваги.

В українському науковому просторі проблема когнітивних помилок залишається недостатньо розробленою. Більшість вітчизняних праць зосереджені на вивченні окремих когнітивних функцій (уваги, пам'яті) у клінічному контексті, тоді як валідація комплексних інструментів для оцінки повсякденної когнітивної надійності на широких вибірках здорових респондентів є актуальним і малодослідженим завданням.

Мета роботи – адаптація та психометрична перевірка української версії методики CFQ, аналіз її факторної структури на вітчизняній вибірці та дослідження взаємозв'язків когнітивних помилок із віком, статтю, рівнем сприйманого стресу та усвідомленістю респондентів.

Виклад основного матеріалу. У дослідженні взяли участь 200 осіб (35 чоловіків та 165 жінок) у віці від 16 до 57 років ($M = 25,1$; $SD = 11,8$). Вибірку склали здобувачі вищої освіти різних спеціальностей денної (переважно вікова група пізньої юності, $Me = 19$) та заочної форми навчання (респонденти зрілого віку, що поєднують навчання з професійною діяльністю). Така структура вибірки дозволила забезпечити необхідну варіативність даних: близько 75% учасників належать до вікової категорії 16–25 років, тоді як решта 25% охоплюють діапазон від 26 до 57 років. Залучення студентів заочної форми навчання дало змогу проаналізувати динаміку когнітивних помилок в осіб із різним життєвим і професійним досвідом, що підвищує зовнішню валідність отриманих результатів.

Основним інструментом дослідження виступала адаптована україномовна версія «Опитувальника когнітивних помилок» (CFQ) [4]. Згідно з процедурою адаптації, респондентам пропонувалося оцінити частоту виникнення 25 типів помилок у повсякденному житті протягом останнього місяця. Для оцінки відповідей використовувалася 5-бальна шкала у діапазоні від 0 до 4, де: 0 – ніколи; 1 – дуже рідко; 2 – іноді; 3 – часто; 4 – дуже часто.

Такий підхід до кодування даних дозволяє інтерпретувати загальний бал у межах від 0 до 100,

де вищі показники свідчать про вищу суб'єктивну когнітивну вразливість. Вибір часового інтервалу в один місяць (замість традиційних шести) дозволив мінімізувати помилки пам'яті респондентів при самозвіті та забезпечити вищу кореляцію результатів із показниками поточного сприйманого стресу.

Для перевірки конвергентної валідності та вивчення чинників когнітивної надійності використано такий інструментарій:

1. Шкала сприйманого стресу (PSS-10) [1]. Методика призначена для оцінки ступеня, в якому ситуації у житті людини сприймаються як стресові протягом останнього місяця. Високі бали за цією шкалою вказують на виснаження адаптаційних ресурсів особистості.

2. П'ятифакторний опитувальник усвідомленості (FFMQ) [2]. Методика дозволяє оцінити загальний рівень усвідомленості через інтеграцію п'яти специфічних навичок: спостереження, опису, усвідомлених дій, відсутності суджень та відсутності реактивності щодо внутрішнього досвіду. У цьому дослідженні аналізувався інтегральний показник (загальний бал) усвідомленості, що відбиває загальну здатність респондента підтримувати нереактивну увагу до поточного моменту.

Адаптація україномовної версії CFQ здійснювалася за протоколом подвійного зворотного перекладу. Процес включав: 1) створення двох незалежних україномовних варіантів фахівцями у галузі психології та лінгвістики; 2) узгодження фінального тексту та його переклад на мову оригіналу для перевірки семантичної еквівалентності; 3) апробація на фокус-групі ($n = 10$) для уточнення зрозумілості інструкцій та пунктів.

Для оцінки надійності української версії опитувальника CFQ розраховано коефіцієнт внутрішньої узгодженості α Кронбаха. Результати аналізу продемонстрували високий ступінь надійності інструменту: для загальної шкали (25 пунктів) коефіцієнт становить $\alpha = 0,96$. Згідно з загальноприйнятими критеріями психометричної перевірки [7], отримане значення свідчить про відмінну внутрішню консистентність методики та її високу точність у вимірюванні когнітивних помилок.

Високий показник надійності підтверджує, що пункти опитувальника тісно корелюють між собою та надійно відтворюють структуру досліджуваного феномену на українській вибірці. Це дозволяє використовувати сумарний бал методики як стабільний індикатор індивідуальної

схильності до когнітивних збоїв у наукових та прикладних цілях.

Для перевірки внутрішньої структури україномовної версії CFQ проведено експлораторний факторний аналіз (метод виділення – факторизація головної осі; обертання – Oblimin, оскільки передбачалася кореляція між компонентами конструкту). Результати перевірки відповідності моделі підтвердили її адекватність: значення RMSEA = 0,047 (90% CI [0,035; 0,059]) та TLI = 0,936 знаходяться у межах рекомендованих значень. Високе абсолютне значення від'ємного індексу BIC (-792) свідчить на користь обраної чотирьохфакторної структури порівняно з альтернативними моделями.

У ході експлораторного факторного аналізу виявлено чотирикомпонентну структуру методики CFQ (див. Табл. 1). Кожен фактор відбиває специфічну сферу когнітивного дефіциту.

Фактор 1. Загальна забудькуватість та дефіцит уваги.

Сюди увійшли пункти: 10, 11, 13, 16, 19, 20, 22, 23, 25.

Об'єднання пунктів, що стосуються як соціальної взаємодії (забування імен, зустрічей), так і роботи з інформацією (читання, документи), в один фактор свідчить про те, що у досліджуваній вибірці когнітивна надійність має цілісний характер. Це може вказувати на спільний механізм контролю уваги, який відповідає як за міжособистісні зв'язки, так і за точність виконання інтелектуальних завдань.

Фактор 2. Відволікання та когнітивний шум.

Об'єднує пункти: 5, 6, 7, 8, 9, 14, 21.

Включає помилки, що виникають внаслідок дезорганізації процесів селекції й утримання інформації. Сюди увійшли як перцептивні збої (нездатність почути чітко мовлення або запам'ятати зміст прочитаного), так і виконавчі помилки (використання невідповідних предметів, мовленнєві обмовки). Це свідчить про те, що для цієї вибірки високий рівень «внутрішнього шуму» (наприклад, через втому або тривожність) є ключовим механізмом переривання цілеспрямованої діяльності.

Фактор 3. Моторні промахи та оперативна пам'ять.

Об'єднує пункти: 1, 2, 4, 12, 15, 24.

Він об'єднує помилки, що виникають у процесі виконання звичних, автоматизованих дій і збої у короткотривалому збереженні інформації. Специфічною характеристикою цього фактору є його відносна автономність від рівнів стресу

й усвідомленості, що може свідчити про те, що такі збої мають, радше, нейродинамічну або суто технічну природу (дефіцит ресурсу робочої пам'яті в момент виконання маніпуляцій).

Фактор 4. Дефіцит виконавчого контролю.

Об'єднує пункти: 3, 17, 18. Вказує на порушення вищих регуляторних функцій мозку, які відповідають за контроль над поведінкою у динамічних ситуаціях.

Результати експлораторного факторного аналізу україномовної версії CFQ вказують на чотирьохфакторну структуру конструкту, що є вагомим внеском у тривалу наукову дискусію щодо розмірності цієї методики. Хоча Д. Бродбент [4] первинно постулював однофакторну модель, наше дослідження підтверджує висновки [9; 11] щодо багатокомпонентної природи когнітивної вразливості.

Отримана структура продемонструвала високу конвергентність із класичними міжнародними моделями:

Фактор «Моторні промахи та оперативна пам'ять» концептуально ідентичний факторам «Помилки» («Blunders») [11] та «Хибне тригерування» («False Triggering») [9], описуючи збої на рівні автоматизованих програм поведінки.

Фактор «Загальна забудькуватість та дефіцит уваги» чітко виокремлює помилки у міжособистісній взаємодії (імена, зустрічі, обличчя), що перегукується з результатами [8].

Фактори «Відволікання» та «Дефіцит виконавчого контролю» відбивають різні рівні порушення уваги – від легкого «ментального туману» до серйозних збоїв у регуляції поведінки під час виконання складних завдань.

На відміну від двофакторних рішень (напр., [5]), виявлена 4-факторна модель дозволяє здійснювати більш диференційовану діагностику. Вона демонструє, що когнітивні помилки на українській вибірці не є монолітним явищем, а розпадаються на специфічні кластери, кожен з яких може мати унікальні зв'язки із зовнішніми чинниками, такими як стрес чи рівень усвідомленості.

Після встановлення чотирьохфакторної структури опитувальника розраховано описові статистики для кожної з виділених субшкал і перевірено відповідність розподілу отриманих даних закону нормальності (табл. 2).

Показник загального бала когнітивних помилок ($M = 34,55$) свідчить про помірну частоту виникнення когнітивних помилок у вибірці, що відповідає нормативним даним для популяції здорових дорослих. Водночас виражена варіативність

Матриця факторних навантажень 4-факторної моделі CFQ (N = 200)

№ пункту	Текст твердження	Ф1	Ф2	Ф3	Ф4	Унікальність
19	Забуваєте про заплановану зустріч або домовленість.	0.718				0.453
11	Виконуєте етапи певної справи у неправильному порядку.	0.601				0.478
20	Випадково залишаєте відчиненими двері чи вікно.	0.542				0.689
10	Забуваєте ім'я знайомої людини.	0.525				0.593
16	Пропускаєте важливі деталі у документах чи повідомленнях.	0.515				0.483
25	Забуваєте номер телефону, який зазвичай набираєте часто.	0.472				0.671
23	Не помічаєте знайому людину, зустрівши її на вулиці.	0.469				0.772
22	Пропускаєте рядок або цілий абзац під час читання	0.446				0.637
13	Плутаєте день тижня або час призначеної зустрічі.	0.433				0.455
9	Перечитуєте сторінку, але не можете згадати зміст щойно прочитаного.		0.504			0.488
5	Починаєте щось робити, але раптом забуваєте, що саме планували.		0.444			0.424
8	Забуваєте, що хотіли сказати прямо посеред розмови.		0.432			0.394
6	Не чуєте, що вам кажуть, хоча співрозмовник говорить чітко й виразно.		0.360			0.541
21	Кажете зовсім не те, що насправді мали намір сказати.		0.334			0.543
7	Використовуєте не той предмет (наприклад, помилково берете зубну щітку замість ручки).		0.345			0.580
1	Не можете згадати, чи виконали певну дію (наприклад, чи замкнули двері або чи вимкнули світло).			0.753		0.452
4	Не можете згадати, куди поклали певну річ.			0.680		0.332
2	Робите помилку під час звичної дії (наприклад, наливаєте окріп у чашку без заварки або кладете цукор не туди).			0.568		0.388
12	Виходячи з дому, забуваєте взяти з собою потрібну річ.			0.511		0.422
15	Поміляєтеся у простих обчисленнях або рахунках.			0.506		0.513
24	Забуваєте, про що саме хотіли запитати.			0.417		0.466
17	Раптом усвідомлюєте, що під час виконання завдання думками були «десь далеко».				0.752	0.373
18	Припускаєтеся помилки через надмірний поспіх.				0.666	0.461
3	Не помічаєте дорожніх знаків або орієнтирів під час водіння чи прогулянки знайомим маршрутом.				0.442	0.673

Примітки: Жирним шрифтом виділено основні факторні навантаження пункту. Для пунктів із перехресним навантаженням приналежність визначена за найбільшим показником

Таблиця 2

Дескриптивні статистики та показники розподілу шкал CFQ (N = 200)

Шкала	M	Me	SD	As	Ex	W (Шapiro-Уїлка)
Ф1 (Забудькуватість)	9,38	9,00	6,20	0,680	0,102	0,954*
Ф2 (Відволікання)	10,2	10,0	5,49	0,392	-0,717	0,963*
Ф3 (Моторні)	10,0	9,00	6,10	2,64	17,9	0,835*
Ф4 (Вик. Контроль)	5,20	5,00	2,56	0,015	-0,816	0,967*
Загальний бал	34,5	33,0	17,1	0,377	-0,453	0,978*

Примітка: M – середнє арифметичне; SD – стандартне відхилення; As – асиметрія; Ex – ексцес; W – статистика критерію Шapiro-Уїлка. Значущість відхилень від нормальності: * $p < 0,05$

(від мінімальних до максимальних значень) вказує на значні індивідуальні відмінності у сприйнятті власної когнітивної надійності серед опитаних.

Більшість шкал продемонстрували показники асиметрії (As) й ексцесу (Ex) у межах +/- 1, що свідчить про наближеність розподілу даних до нормального та дозволяє використовувати методи параметричної статистики для подальшого аналізу.

Окрему увагу слід приділити Фактору 3 (Моторні промахи), де зафіксовано виражену позитивну асиметрію (As = 2,64) та високий показник ексцесу (Ex = 17,90). Такий «гостровершинний» розподіл вказує на те, що переважна більшість респондентів фіксує у себе мінімальну кількість моторних збоїв, а високі бали є рідкісними винятками. Специфіка цього розподілу пояснює виявлену автономність Ф3 у загальній структурі кореляційних зв'язків.

Статистична значущість критерію Шапіро-Уїлка ($p < 0,05$) для всіх шкал вказує на наявність певних відхилень від теоретичної нормальності. Проте, враховуючи достатній обсяг вибірки ($n = 200$) та візуальний аналіз гістограм, такі відхилення не є критичними, що підтверджує можливість проведення кореляційного та факторного аналізу.

Аналіз взаємозв'язків між специфічними факторами когнітивних помилок, рівнем усвідомленості та стресом виявив низку важливих закономірностей (див. Таблицю 3).

Більшість факторів демонструють сильні прямі зв'язки (r від 0,60 до 0,72), що підтверджує їхню приналежність до єдиного конструкту. Проте Фактор 3 (Моторні промахи) стоїть окремо: він не виявив значущих кореляцій з іншими факторами (r близьке до нуля). Це свідчить про те, що на українській вибірці помилки дії є автономним когнітивним феноменом, який не залежить від соціальної уваги чи виконавчого контролю.

Усі показники, окрім Ф3, мають значущий обернений зв'язок із рівнем усвідомленості. Найсильніша обернена кореляція спостерігається з Фактором 2 (Відволікання) ($r = -0,518$; $p < 0,001$). Це підтверджує, що «ментальний шум» та забудькуватість у розмові є прямими наслідками низької усвідомленості. Чим вища здатність особи бути у моменті, тим рідше вона відволікається.

Стрес прямо корелює з основними показниками когнітивних помилок. Найтісніший зв'язок зафіксовано із загальним балом ($r = 0,389$; $p < 0,001$) та Фактором 2 ($r = 0,375$; $p < 0,001$). Стан емоційної напруги суттєво підвищує загальну когнітивну вразливість, передусім провокуючи стан відволікання та труднощі з концентрацією уваги.

Окремої уваги заслуговує специфіка Фактора 3 (Моторні промахи), який продемонстрував статистичну автономність у структурі кореляційних зв'язків. На відміну від інших субшкал, показники за цим фактором не виявили значущих кореляцій ані з рівнем сприйманого стресу, ані з показниками загальної усвідомленості. Такі результати дозволяють припустити, що моторні промахи (наприклад, помилки при виконанні звичних маніпуляцій чи автоматизованих дій) на цій вибірці мають іншу природу, ніж когнітивні збої, пов'язані з увагою чи пам'яттю.

Ми припускаємо, що цей тип помилок відбиває суто механічні або нейродинамічні збої у реалізації автоматизованих поведінкових програм, які є малочутливими до поточного психоемоційного стану особистості. Якщо відволікання (Ф2) або загальна забудькуватість та дефіцит уваги (Ф1) безпосередньо пов'язані з ресурсом когнітивного контролю та рівнем напруження, то моторні промахи виступають як стабільна індивідуальна характеристика «пропускнуї здатності» сенсомоторної системи. Така автономність Фактора 3 є унікальною особливістю отриманих даних і вказує на доцільність

Таблиця 3

Кореляційні зв'язки між специфічними факторами когнітивних помилок, рівнем усвідомленості та стресом

Показники	Ф1	Ф2	Ф3	Ф4	Загальний бал	Усвідомл.	Стрес
Ф1	–						
Ф2	0,714***	–					
Ф3	-0,116	-0,006	–				
Ф4	0,603***	0,724***	-0,044	–			
Загальний бал	0,882***	0,928***	-0,071	0,786***	–		
Усвідомленість	-0,396***	-0,518***	0,029	-0,393***	-0,506***	–	
Стрес	0,342***	0,375***	-0,040	0,316***	0,389***	-0,226**	–

Примітка. ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$

окремого розцінювання сенсомоторних збоїв як незалежного діагностичного показника у межах української адаптації методики CFQ.

Результати кореляційного аналізу продемонстрували наявність статистично значущих обернених зв'язків між віком респондентів і показниками когнітивних помилок. Виявлено обернений зв'язок між віком і загальним балом за методикою CFQ ($r = -0,187$; $p < 0,01$). Це вказує на те, що зі збільшенням віку респонденти схильні звітувати про меншу кількість когнітивних збоїв у повсякденному житті.

Найбільш виражений обернений зв'язок зафіксовано за Фактором 2 (Відволікання): $r = -0,269$ при $p < 0,001$. Також значущі кореляції виявлено для Фактора 3 (Моторні промахи): $r = -0,164$ ($p < 0,05$). Зв'язок із Фактором 1 та Фактором 4 виявився статистично незначущим.

Отримані дані узгоджуються з результатами низки закордонних досліджень (наприклад, [9]), які вказують на те, що молодь частіше фіксує у себе когнітивні збої. Це може бути зумовлено кількома факторами: 1) молодь частіше перебуває у ситуаціях багатозадачності й інтенсивного використання гаджетів, що провокує стан відволікання (Фактор 2); 2) молодші респонденти можуть бути більш прискіпливими до власної неухважності; 3) особи старшого віку часто виробляють компенсаторні механізми (записи, перевірки), що знижує частоту помилок автоматизмів і моторних промахів.

Для перевірки гіпотези про вплив статі на частоту когнітивних помилок застосовано t-критерій Стьюдента для незалежних вибірок ($N = 200$). Статистично значущих відмінностей між чоловіками ($n = 35$) та жінками ($n = 165$) не виявлено за жодним із показників.

Зокрема, за загальним балом методики середня частота помилок у чоловіків ($M = 33,06$) та жінок ($M = 34,79$) є практично ідентичною ($p = 0,588$). Найбільша подібність спостерігається за Фактором 1 (Загальна забудькуватість), де t-значення наближається до нуля ($-0,004$, $p = 0,997$). Отримані результати підтверджують стабільність української адаптації CFQ та вказують на те, що схильність до когнітивних збоїв у повсякденному житті є статеву нейтральною психологічною характеристикою.

Важливо зауважити, що результати за методикою CFQ відбивають суб'єктивну оцінку респондентом власної когнітивної ефективності. Низка дослідників [12] вказують на те, що самозвітні методики когнітивних помилок можуть

бути зміщені у бік метакогнітивних переконань особистості. Виявлені кореляції зі сприйнятим стресом і рівнем усвідомленості підтверджують, що показник CFQ є чутливим до поточного психоемоційного стану респондента, що дозволяє розглядати його не лише як міру об'єктивного дефіциту, а й як індикатор суб'єктивного відчуття когнітивної надійності.

Проведене дослідження з адаптації та психометричної перевірки україномовної версії «Опитувальника когнітивних помилок» (CFQ) дозволяє зробити такі **висновки**:

Результати аналізу продемонстрували відмінну внутрішню узгодженість методики (коефіцієнт Кронбаха $\alpha = 0,96$). Підтверджено конвергентну валідність інструменту через статистично значущі кореляції із показниками сприйнятого стресу ($r = 0,389$; $p < 0,001$) та рівня усвідомленості ($r = -0,506$; $p < 0,001$). Це свідчить про те, що методика є надійним інструментом для оцінки суб'єктивної когнітивної надійності в українському соціокультурному контексті.

Експлораторний факторний аналіз виявив стійку чотирьохфакторну структуру конструкту (загальна забудькуватість та дефіцит уваги, відволікання, моторні промахи та дефіцит виконавчого контролю). Така модель узгоджується з міжнародними дослідженнями і дозволяє здійснювати диференційовану оцінку когнітивних збоїв на різних рівнях – від автоматизованих моторних актів до складних процесів соціальної комунікації.

Встановлено, що стать респондентів не має статистично значущого впливу на частоту когнітивних помилок (в усіх випадках $p > 0,05$), що підкреслює статеву універсальність методики. Водночас виявлено обернений зв'язок із віком ($r = -0,187$; $p < 0,01$): молодь схильна фіксувати у себе вищий рівень відволікання та когнітивної вразливості, що може бути пов'язано з інтенсивністю сучасного інформаційного середовища й особливостями метакогнітивної самооцінки.

Виявлено автономність фактору «Моторні промахи» (Ф3) у структурі кореляційних зв'язків та аномальність його розподілу ($E_x = 17,90$). Це вказує на те, що помилки автоматизмів є специфічним типом когнітивного дефіциту, який менше залежить від емоційного стану (стресу), ніж інші компоненти уваги.

Подальша робота у цьому напрямі може бути зосереджена на зіставленні суб'єктивних звітів за CFQ з результатами об'єктивних апаратних тестів (наприклад, завдань на час реакції або робочу пам'ять).

Список використаних джерел

1. Вельдбрехт О.О., Тавровецька Н. І. Шкала сприйнятого стресу (PSS-10): адаптація та апробація в умовах війни. *Журнал сучасної психології*. 2022. № 2. С. 16–27. DOI: <https://doi.org/10.26661/2310-4368/2022-2-2>.
2. Каплуненко Я., Кучина В. Адаптація та валідація короткого п'ятифакторного опитувальника майндфулнес (ПОМ-15). *Організаційна психологія. Економічна психологія*. 2023. № 1(28). С. 95–105. <https://doi.org/10.31108/2.2023.1.28.10>
3. Bridger R.S., Johnsen S.A., Brasher K. Psychometric properties of the Cognitive Failures Questionnaire. *Ergonomics*. 2013. Vol. 56(10). P. 1515–1524. DOI: <https://doi.org/10.1080/00140139.2013.821172>.
4. Broadbent D.E., Cooper P.F., FitzGerald P., Parkes K. R. The Cognitive Failures Questionnaire (CFQ) and its correlates. *British Journal of Clinical Psychology*. 1982. Vol. 21. P. 1–16. DOI: <https://doi.org/10.1111/j.2044-8260.1982.tb01421.x>
5. Matthews G., Coyle K., Craig, A. Multiple factors of cognitive failure and their relationships with stress vulnerability. *Journal of Psychopathology and Behavioural Assessment*. 1990. Vol. 12(1). P. 49–65. DOI: <https://doi.org/10.1007/BF00960453>.
6. Mrazek M.D., Franklin M.S., Phillips D.T., Baird B., Schooler J.W. Mindfulness training improves working memory capacity and GRE performance while reducing mind wandering. *Psychological Science*. 2013. Vol. 24(5). P. 776–781. DOI: <https://doi.org/10.1177/0956797612459659>.
7. Nunnally J.C., Bernstein I.H. *Psychometric Theory* (3rd ed.). McGraw-Hill, 1994.
8. Pollina L.K., Greene A.L., Tunick R.H., Puckett J.M. Dimensions of everyday memory in young adulthood. *British Journal of Psychology*. 1992. Vol. 83(3). P. 305–321. DOI: <https://doi.org/10.1111/j.2044-8295.1992.tb02443.x>.
9. Rast P., Zimprich D., Van Boxtel M., Jolles J. Factor structure and measurement invariance of the Cognitive Failures Questionnaire across the adult life span. *Assessment*. 2009. Vol. 16(2). P. 145–158. DOI: <https://doi.org/10.1177/1073191108324440>.
10. Robinson O. J., Vytal K., Cornwell B. R., Grillon C. The impact of anxiety upon cognition: Perspectives from human threat of shock studies. *Frontiers in Human Neuroscience*. 2013. Vol. 7. P. 203. <https://doi.org/10.3389/fnhum.2013.00203>
11. Wallace J. C., Kass S. J., Stanny C. J. The Cognitive Failures Questionnaire revisited: Dimensions and correlates. *The Journal of General Psychology*. 2002. Vol. 129(3). P. 238–256. DOI: <https://doi.org/10.1080/00221300209602098>.
12. Wilhelm O., Witthöft M., Schipolowski S. Self-reported cognitive failures: Competing Measurement Models and Self-Report Correlates. *Journal of Individual Differences*. 2010. Vol. 31(1). P. 1–14. DOI: <https://doi.org/10.1027/1614-0001/a000001>.

ДОДАТОК

Україномовна адаптація опитувальника когнітивних помилок (CFQ) (Д. Бродбент, в адаптації М.В. Шепельової, 2026)

Інструкція: Будь ласка, оцініть, як часто з вами траплялися описані нижче ситуації протягом останнього місяця. Оберіть один із варіантів відповіді для кожного твердження: 0 – ніколи; 1 – дуже рідко; 2 – іноді; 3 – часто; 4 – дуже часто.

Текст опитувальника:

1. Не можете згадати, чи виконали певну дію (наприклад, чи замкнули двері або чи вимкнули світло).
2. Робите помилку під час звичної дії (наприклад, наливаєте окріп у чашку без заварки або кладете цукор не туди).
3. Не помічаєте дорожніх знаків або орієнтирів під час водіння чи прогулянки знайомим маршрутом.
4. Не можете згадати, куди поклали певну річ.
5. Починаєте щось робити, але раптом забуваєте, що саме планували.
6. Не чуєте, що вам кажуть, хоча співрозмовник говорить чітко й виразно.
7. Використовуєте не той предмет (наприклад, помилково берете зубну щітку замість ручки).
8. Забуваєте, що хотіли сказати прямо посеред розмови.
9. Перечитуєте сторінку, але не можете згадати зміст щойно прочитаного.
10. Забуваєте ім'я знайомої людини.
11. Виконуєте етапи певної справи у неправильному порядку.
12. Виходячи з дому, забуваєте взяти з собою потрібну річ.
13. Плутаєте день тижня або час призначеної зустрічі.
14. Губите речі, які ще хвилину тому тримали в руках.

15. Помиляєтесь у простих обчисленнях або рахунках.
 16. Пропускаєте важливі деталі у документах чи повідомленнях.
 17. Раптом усвідомлюєте, що під час виконання завдання думками були «десь далеко».
 18. Припускаєтеся помилки через надмірний поспіх.
 19. Забуваєте про заплановану зустріч або домовленість.
 20. Випадково залишаєте відчиненими двері чи вікно.
 21. Кажете зовсім не те, що насправді мали намір сказати.
 22. Пропускаєте рядок або цілий абзац під час читання.
 23. Не помічаєте знайому людину, зустрівши її на вулиці.
 24. Забуваєте, про що саме хотіли запитати.
 25. Забуваєте номер телефону, який зазвичай набираєте часто.
- Підрахунок балів:** Загальний бал обчислюється шляхом підсумовування відповідей на всі 25 пунктів.



Стаття поширюється на умовах
ліцензії відкритого доступу (CC BY 4.0)

Дата першого надходження статті до видання: 16.03.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 13.04.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 30.05.2026