



تعیین روایی و پایایی نسخه فارسی پرسشنامه تمرکز زمان (TFS)

ابتسام محمدی مزرعی ^۱؛ کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، دانشکده علوم انسانی و اجتماعی، دانشگاه اردکان، یزد، ایران
مرضیه گشولی ^۲؛ کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، دانشکده علوم انسانی و اجتماعی، دانشگاه اردکان، یزد، ایران
عذرا محمدپناه اردکان ^{۳*}؛ استادیار گروه روانشناسی، دانشکده علوم انسانی و اجتماعی، دانشگاه اردکان، یزد، ایران

چکیده

زمینه و هدف: زندگی فرد، جدای از درکی که نسبت به موقعیت کنونی دارد، شامل آینده، حال و گذشته نیز می‌شود. چشم انداز زمانی به عنوان دیدگاه کلی افراد در مورد گذشته، حال و آینده در یک زمان معین در نظر گرفته می‌شود. مقیاس تمرکز زمانی مقیاسی است که میزان توجهی که افراد به طور مشخص به درک زمان گذشته، حال و آینده اختصاص می‌دهند، را اندازه‌گیری می‌کند. هدف این پژوهش، بررسی شاخص‌های روانسنجی پرسشنامه تمرکز زمانی بود. **روش پژوهش:** این پژوهش یک مطالعه توصیفی از نوع هنجاریابی بود، به این منظور از بین دانشجویان دانشگاه اردکان ۲۵۰ نفر به شیوه نمونه‌گیری تصادفی انتخاب شدند و به پرسشنامه تمرکز زمانی TFS و پرسشنامه چشم‌انداز زمانی زیمباردو به عنوان فرم هم‌تا پاسخ دادند، در نهایت داده‌های گردآوری شده با استفاده از روش تحلیل عاملی تاییدی، همبستگی پیرسون و آلفای کرونباخ تحلیل شدند. **یافته‌ها:** نتایج تحلیل داده‌ها نشان داد که نسخه فارسی تمرکز زمانی TFS در نمونه ایرانی دارای همان ساختار عاملی است که در نسخه اصلی آزمون وجود دارد. روایی محتوای آزمون مورد تایید قرار گرفت، روایی سازه با استفاده از روش تحلیل عاملی تاییدی مورد بررسی قرار گرفت که نتایج نشان داد تمامی عوامل از برازش بسیار خوبی برخوردار بودند ($P < 0/01$). **نتیجه‌گیری:** در مجموع نتایج پژوهش، روایی و پایایی مطلوب نسخه فارسی پرسشنامه تمرکز زمانی را تایید می‌کند؛ و بیانگر این مسئله است که به آسانی می‌توان از این ابزار در موقعیت‌های بالینی و پژوهشی استفاده کرد.

کلیدواژه‌ها:

پرسشنامه تمرکز زمانی، پایایی، روایی

*نویسنده مسئول

azramohammadpanah@ardakan.ac.ir

تاریخ دریافت: ۱۹/۰۷/۱۴۰۰

تاریخ پذیرش: ۰۶/۰۹/۱۴۰۰

شیوه استناد به این مقاله:


محمدی مزرعی، ا.، گشولی، م.، و محمدپناه اردکان، ع. (۱۴۰۰). تعیین روایی و پایایی نسخه فارسی پرسشنامه تمرکز زمان (TFS). فصلنامه سنجش و پژوهش در مشاوره و روانشناسی، ۳(۴ پیاپی ۱۰): ۴۰-۳۰

انتشار این مقاله به صورت دسترسی آزاد مطابق با 3.0 CC BY-NC-SA صورت گرفته است.




Original Article

Determine the validity and reliability of the Persian version of the Temporal focusing scale

E. Mohammadi Mazraei : M.A of General Psychology, South Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran

M. Gashouli : M.A of General Psychology, South Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran

A. Mohammadpanah Ardakan* : Assistant Professor, Department of Psychology, Kashan University, Kashan, Iran

Abstract

Background and Aim: A part from the perception of the present situation, one's life includes the future, the present and the past. A time perspective is the considered as a general view of the people about the past, present and future at given time. The Temporal Focus Scale is a scale that measures the amount of the attention that each individual specifically devote to understanding past, present and future time. The purpose of this study was to evaluate the psychometric measures of Temporal focusing scale. **Methods:** This research was a descriptive study standardization. For this purpose, 250 Students were selected randomly from Ardakan University students'. They respond to Temporal Focus scale and Zimbardo Time Perspective Questionnaire as peer form. Finally, the collected data were analyzed using confirmatory factor analysis, Pearson Correlation and Cronbache, alpha. **Results:** The results of the data analysis showed that the person version of the Temporal Focus in the Iranian sample has the same factor structure as the original version of the article. Cotenant validity of the test was approved, structural validity was verified using confirmatory factor analysis method .results showed that all factor had good fit ($P < 0.01$). **Conclusion:** In sum, the results of the study confirm the validity and reliability of the Persian version of the Temporal focus scale and suggested that it can easily be used clinical and research setting.

Keywords: Temporal focus scale, validity, reliability

* **Corresponding author**

azramohammadpanah@ardakan.ac.ir

Received: 11.10.2021

Acceptance: 27.11.2021

Cite this article as:

Mohammadi Mazraei, E., Gashouli, M., & Mohammadpanah Ardakan, A. (2022). Determine the validity and reliability of the Persian version of the Temporal focusing scale. *JARCP*, 3(4): 30-40.

This work is published under [CC BY-NC-SA 3.0 licence](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/)

مقدمه

زمان حقیقتی است که با وجود انسان پیوند یافته است. زمان در سایه تغییرات تدریجی و حرکت به وجود می‌آید برخی انسان‌ها در روند زندگی و زمان، محکم خود را به پدیده‌ها و حوادث گذشته گره می‌زنند و برخی باشتاب نامعقول، سریع‌تر از زمان (خواسته یا ناخواسته) خود را در آرزوهای دراز و دست‌نیافتنی و خیال‌پردازی غرق می‌کنند (شیپ و ائون، ۲۰۱۹). انسان در مسیر بزرگ شدن نوعی نگرش نسبت به زمان را دارد. بسیاری از فعالیت‌های بشری از لحاظ ترتیب زمانی و روان‌شناختی محدود به زمان هستند. درک ذهنی از زمان، در چارچوب مدت‌زمان درک شده، انطباق، سرعت زندگی و... در دیدگاه زمانی ما عمیقاً ریشه دوانده است (سیرکوا، ویجور، اوسین و میل فونت، ۲۰۱۴).

زمان مبنای مهمی را ارائه می‌دهد تا به‌وسیله آن بتوانیم تجاربمان را در جهان درک کنیم که این تجارب شامل شکل دادن به افکار، زندگی و هستی خودمان است. هر فردی زمان را ادراک می‌کند و ابعادی از زمان را دارد که معمولاً به چشم‌انداز زمان معروف است (لواسور، شیپ، فرید، روسئو، زیمباردو، ۲۰۲۰) ابعاد زمان شامل مفهوم زمان، تکرار زمان، گرایش به زمان، ارتباط زمان و نگرش به زمان است. تکرار زمان اشاره به این مطلب دارد که هر فردی به چه میزان در مورد زمان‌های گذشته، حال و آینده فکر می‌کند. گرایش زمانی به این موضوع اشاره دارد که هر فردی به کدامیک از دوره‌های زمانی تمایل دارد. ارتباط زمانی به این مطلب اشاره دارد که ارتباط بین سه دوره زمانی حال، گذشته و آینده را چگونه درک کند و نگرش زمان یعنی اینکه افراد چه احساسی نسبت به گذشته، حال و آینده دارند (لویین ۱۹۳۹، زیمبارد و وبوید ۱۹۹۹، نقل از میلو، وورل و بوهل، ۲۰۱۳).

مفهوم چشم‌انداز زمان، مفهوم بسیار مهمی در روانشناسی است (پلاک، لی، لودر، اسپنس، پارکس، ۲۰۰۸). لویین ۱۹۴۲ یکی از نخستین کسانی بود که بر اهمیت چشم‌انداز زمان در مطالعات مربوط به رفتار انسان تأکید کرد. او معتقد بود زندگی فرد، جدای از درکی که نسبت به موقعیت کنونی دارد، شامل آینده، حال و گذشته نیز می‌شود (دیزل، ۲۰۰۷). چشم‌انداز زمانی یک سازه روان‌شناختی گسترده است که به افکار و احساسات افراد نسبت به گذشته، حال و آینده اشاره دارد (ملو و همکاران، ۲۰۱۸).

چشم‌انداز زمان یک فرآیند شناختی اساسی است که افراد دنیای فیزیکی و اجتماعی‌شان را از این طریق ادراک، تفسیر و با آن ارتباط برقرار می‌کنند (هولمن و زیمباردو، ۲۰۰۹)؛ و تأثیر توجه کردن به گذشته، حال و آینده را بر روی رفتارهای انسان توصیف می‌کند (مک‌کی، وورل، تمپل، پری، کول و ملو، ۲۰۱۵). چراکه افراد هنگام قضاوت، تصمیم‌گیری و عملکرد در رابطه با اهداف کوتاه و بلندمدتشان، آن را به‌صورت ناهشیار اعمال می‌کنند (حقیقت‌گو، بشارت و زبردست ۲۰۱۱). چشم‌انداز زمان فرآیندی است که به‌وسیله آن جریان مستمر تجربیات شخصی و اجتماعی به طبقات زمانی یا چارچوب‌های زمانی تعلق می‌گیرند و در سازمان دادن، یکپارچه کردن و معنا دادن به وقایع به افراد کمک می‌کند. چشم‌انداز زمان هم در کدگذاری، ذخیره‌سازی و بازیابی وقایع تجربه‌شده و هم ادراک، شکل‌گیری انتظارات، جهت دادن به توجه، تفسیر و تعبیر، هدف‌گذاری، انتخاب کردن و تصمیم‌گیری و نحوه‌ی عملکرد افراد اعمال می‌شود (آناگنوستوپولوس و گریوا، ۲۰۱۲).

همانطور که افراد با توجه به شخصیتشان از هم متمایزند، برحسب چشم‌انداز زمانی هم متمایزند که می‌تواند در ارتباط با تمایزات رفتاری افراد باشد. با این تفاوت که در شخصیت تفاوت‌های افراد در چشم‌انداز زمانی می‌تواند به تفاوت افراد در رفتار مرتبط باشد. تفاوت چشم‌انداز زمان را می‌توان به‌عنوان یک عامل مهم در رفتار حل مسئله و ایجاد عقاید عمومی در نظر گرفت. اشکال مختلف افراد را می‌توان به‌عنوان نتایج متنوعی در تفاوت و ایجاد چشم‌انداز زمانی تفسیر نمود (تومای، ۱۹۸۱؛ به نقل از آریاپوران، ۱۳۹۴).

این باور وجود دارد که چشم‌انداز زمانی به‌وسیله عوامل زیادی مانند نحوه تربیت، اجتماع، تحصیلات، فرهنگ و دیگر عوامل محیطی تحت تأثیر قرار می‌گیرد. هنگامی که یک جو زمانی خاصی برحسب عادت بر عقاید و رفتار شخص حکم‌فرما باشد چشم‌انداز زمانی می‌تواند به یک سوگیری زمان شناختی تبدیل شود (بونیل، اوسین، الکسی لینلی و ایوانچنکو، ۲۰۱۰). پژوهش‌ها حاکی از آن است که محدود کردن بیش‌ازحد دیدگاه فرد در یک مقوله زمانی و یا مستثنی نمودن و به حداقل رساندن آن باعث اختلال در عملکرد و زندگی فرد می‌شود. هر یک از مقوله‌های زمانی بسته به موقعیت، نیازها و ارزش‌ها باید با یکدیگر ترکیب‌شده و به‌صورت مختلف به کار روند (نوذری، دوستی

مجموعه‌ای از مطالعات شیپ، ادواردز و اسکورر لامبرت (۲۰۰۹) از ساختار سه عاملی تمرکز زمانی پشتیبانی کردند و همچنین پایایی درونی و روایی همگرا و متناقض آن را گزارش دادند (دیوتایتی، والنت و مانکن، ۲۰۲۱). با این حال مک‌کی و همکاران (۲۰۱۲) در نمونه‌ای از نوجوانان ایرلند شمالی دریافتند که یک آیتم از تمرکز زمانی حال (آیتم شماره ۱۰) مشکل‌دار بوده که این آیتم تأثیر معناداری بر سه فاکتور اعمال می‌کند. آن‌ها آلفای کورنباخ را بدون این آیتم اندازه گرفتند و نتیجه ($a=0/58$) شد.

روش پژوهش

این پژوهش از نوع اعتبار یابی است. جامعه آماری این تحقیق عبارت بود از دانشجویان دختر و پسر دانشگاه اردکان که در سال تحصیلی ۹۸-۱۳۹۷ مشغول به تحصیل بودند؛ که از این جامعه آماری ۲۵۰ نفر به روش نمونه‌گیری تصادفی ساده انتخاب شدند. ملاک‌های ورود پژوهش شامل دانشجویان در حال تحصیل دانشگاه اردکان، سن ۱۸ تا ۲۸ سال و برخورداری از سلامت جسمی و روانی بود. دانشجویانی که بیماری جسمی و یا دارای معلولیت بوده و سابقه بیماری روانی داشتند، از پژوهش خارج شدند.

ابزارهای پژوهش

مقیاس تمرکز زمانی TFS: پرسشنامه تمرکز زمانی بر مبنای نظری چشم‌انداز زمانی که اولین بار توسط لوین (۱۹۵۱) مورد توجه قرار گرفت، ساخته شده است و میزان توجهی که هر فرد به‌طور مشخص به درک زمان‌های گذشته، حال و آینده اختصاص می‌دهد را می‌سنجد. این پرسشنامه شامل ۱۲ سؤال بود که با حذف سؤال شماره ۱۰ در نهایت ۱۱ سؤالی شد. شیوه نمره‌گذاری به روش لیکرت (۱ هرگز، ۳ گاهی، ۵ اغلب، ۷ همیشه) می‌باشد. پرسشنامه تمرکز زمانی در چندین کشور از جمله ایالات متحده (شیپ و همکاران، ۲۰۰۹)، کانادا (وش و گروزت، ۲۰۱۲)، ایرلند شمالی (مک‌کی، پرس، گودانی، سامنال و کل، ۲۰۱۲)، وورل، مک‌کی و آندرتا (۲۰۱۵)، ژاپن (چشیم، مک‌کی و کل، ۲۰۱۷) هنجاریابی و تأیید شده است.

چشم‌انداز زمانی زیمباردو ZTPI: این پرسشنامه توسط زیمباردو و بوید (۱۹۹۹) طراحی و ساخته شده است. پرسشنامه‌ای با ۳۶ عبارت است که در طیف لیکرت پنج‌درجه‌ای نمره‌گذاری می‌شود (اصلاً مطابق خصوصیات من نیست=۱ تا کاملاً مطابق خصوصیات من است=۵). بر این اساس شرکت‌کنندگان برحسب توافقی که با عبارات و یا

و خلیلیان، ۱۳۹۱). بر پایه نظریه چشم‌انداز زمانی، هنگامی که فرد در تصمیم‌گیری گرایش بیشتری به یکی از جنبه‌های زمان (مثلاً آینده) داشته باشد، می‌توان چگونگی پاسخ وی را به انبوه انتخاب‌های روزانه پیش‌بینی نمود (کلبر، لیکل و دنسون، ۲۰۱۹).

گرایش‌های فرد به مقوله‌های زمانی، تصمیمات او را تحت تأثیر قرار می‌دهد به‌طور مثال تأثیر بارز برای برخی از افراد از گذشته می‌آید که با یادآوری شرایط مشابه قبلی و سود و زیانی که برای آن‌ها داشته همراه است. چنین تمرکزی برگزیده به‌طور قابل‌توجهی بر تفسیر و پاسخ آن‌ها به موقعیت فعلی تأثیرگذار خواهد بود. از سویی دیگر تمرکز بر آینده، با ارزیابی احتمال پاداش‌های مطلوب و پتانسیل واقعی موانع و چالش‌ها بر تصمیم‌گیری تأثیر می‌گذارد. در هر دو مورد ذکر شده فرآیند انتزاعی بازسازی گذشته و ساخت تابع در آینده بر تصمیم‌گیری فعلی نفوذ یافته و شخص را قادر به فرا رفتن از نیروهای محرک التزام‌آور در زندگی می‌نماید و فرد منابع ارضاء منجر به پیامدهای نامطلوب را به تأخیر می‌اندازد (زیمباردو و بوید، ۱۹۹۹؛ زیمباردو و بوید، ۲۰۰۸).

تفاوت در چشم‌انداز زمانی ممکن است بسیاری از قضاوت‌ها، تصمیم‌ها و فعالیت‌های روزمره‌مان را تحت تأثیر قرار دهد برای مثال لوین (۱۹۵۱؛ به نقل از گرازا، ۲۰۱۱) بر تأثیر چشم‌انداز زمانی در شرایط روان‌شناختی تأکید می‌کرد، او همچنین بیان کرد که تفاوت و سوگیری در جهت‌گیری زمانی به‌وسیله زمینه اجتماعی افراد و فرآیندهای انگیزشی تحت تأثیر قرار می‌گیرد. از این منظر پرسشنامه چشم‌انداز زمانی به‌طور گسترده برای پیش‌بینی بین دامنه‌ای از متغیرهای مرتبط با سلامت و خطر مورداستفاده قرار می‌گیرد (الیویرا و آرجو، ۲۰۱۴؛ به نقل از مینایی، ۱۳۹۵). مطالعات بالینی نشان داده است نیمرخ چشم‌انداز زمانی در تشخیص و مداخلات درمانی بسیار مؤثر است (ون‌بیک، ۲۰۱۱ و زیمباردو ۲۰۱۳؛ تاج‌آبادی، دهقانی و صالح زاده، ۱۳۹۹). همچنین دانش ما در مورد کاربرد نظریه چشم‌انداز زمانی در حفظ سلامت در بسیاری از موقعیت‌ها در حال افزایش است (آپوستالیدیث ۲۰۰۶، همیلتون ۲۰۰۳، کی‌یوک ۲۰۰۱).

مقیاس تمرکز زمانی مقیاسی است که میزان توجهی را که افراد به‌طور مشخص به درک زمان گذشته، حال و آینده اختصاص می‌دهند، توصیف می‌کند (بلدرن، ۲۰۰۲).

پیش‌بینی، ضعیف و برابر (۰/۴۳) شد. با توجه به مقاله اصلی آیتم شماره ۱۰ که مربوط به تمرکز زمان حال بود و مشکل‌ساز قلمداد شده بود، ما نیز آیتم شماره ۱۰ را حذف و مجدد با استفاده از اندازه‌گیری آلفا به بررسی پایایی پرداختیم. با حذف این آیتم آلفا به (۰/۶۸) افزایش یافت که پایایی این ابزار را مورد تأیید قرارداد. سپس پرسشنامه اصلی همراه با فرم هم‌تا که فرم کوتاه شده پرسشنامه چشم‌انداز زمانی زی‌مباردو (۳۶ سؤالی) بود بر روی نمونه اصلی که شامل ۲۵۰ نفر از دانشجویان بود، به فاصله سه هفته اجرا گردید و نمره‌ی همبستگی بین این پرسشنامه و فرم هم‌تا محاسبه شد. همچنین برای تعیین روایی ابزار پژوهش، به تحلیل عاملی اکتشافی و روایی سازه پرداخته شد. داده‌های پژوهش به کمک روش‌های آماری توصیفی، ضرایب آلفای کرونباخ، همبستگی پیرسون، آزمون‌های کایزر-میر-الکین (KMO)، کرویت بارتلت، نمودار اسکری و چرخش متعامد مورد تحلیل قرار گرفتند.

یافته‌ها

مشخصات جمعیت شناختی ۲۵۰ آزمودنی در جدول ۱ ارائه شده است با توجه به این جدول جمعیت آزمودنی‌ها از دو گروه زن و مرد تشکیل شده است که تعداد زنان ۱۶۴ نفر و تعداد مردان ۸۶ نفر است و آزمودنی‌ها در طیف سنی از ۱۸ تا ۲۶ بوده، کوچک‌ترین گروه سنی در هر دو جنس ۱۸ سال است و بزرگ‌ترین گروه سنی هر دو جنس ۲۶ سال است، میانگین سن در زنان ۲۲/۴۳ و در مردان ۲۰/۷۳ و در هر دو جنس ۲۱/۸۵ است و انحراف معیار در زنان ۲/۲۳۲ و در مردان ۲/۰۱۴ و در هر دو جنس ۲/۳۰۳ است.

گویه‌ها دارند، نمره‌ای از یک تا پنج می‌دهند. این پرسشنامه پنج زیر مقیاس دارد که شامل گذشته منفی PN (مانند گذشته خاطرات ناخوشایند زیادی با خود دارد و من ترجیح می‌دهم درباره‌ی آن‌ها فکر نکنم)، خوش‌گذران در زمان حال PH (مانند تلاش می‌کنم که هر ساعت از روزهای زندگی‌ام را تا جایی که ممکن است به بهترین وجه بگذرانم)، آینده‌نگر F (مانند با استفاده از برنامه‌های منظم، کارهایم را به‌موقع تمام می‌کنم)، گذشته مثبت PP (مانند فکر کردن درباره گذشته برایم لذت‌بخش است) و منفعل در زمان حال PF (مانند زندگی را قسمت و سرنوشت تعیین کرده است) می‌باشد. جهت بررسی روایی و پایایی، طراحان این ابزار در ۲۶ نمونه از ۲۴ کشور، پرسشنامه را مورد ارزیابی قرار دادند و گزارش کردند که این پرسشنامه از روایی و پایایی قابل قبولی برخوردار است اگرچه شاخص منفعل در زمان حال نسبت به دیگر مؤلفه‌ها از پایایی کمتری برخوردار است. در مجموع، طراحان این پرسشنامه شاخص‌های ریشه خطای میانگین مجذورات تقریب (RMSEA=۰/۰۵۷)، ریشه مجذورات میانگین باقیمانده استاندارد شده (SRMR=۰/۰۶۲) و شاخص برازش تطبیقی (CFI=۰/۰۸۶) را برای این ابزار مناسب گزارش کردند.

روش اجرای پژوهش

در ابتدا پرسشنامه اصلی پژوهش توسط یک مترجم متخصص از زبان انگلیسی به فارسی برگردانده شد و به‌منظور رفع نواقص احتمالی روی نمونه‌ی ۳۰ نفری از دانشجویان به روش تصادفی اجرا گردید و با استفاده از نرم‌افزار SPSS-۲۲ پایایی ابزار با محاسبه آلفای کرونباخ مورد تحلیل قرار گرفت، که نتیجه بررسی پایایی مطابق با

جدول ۱. مشخصات جمعیت شناختی آزمودنی‌ها

متغیر	تعداد	میانگین سنی	بزرگ‌ترین	کوچک‌ترین	انحراف معیار
زن	۱۶۴	۲۲/۴۳	۲۶	۱۸	۲/۲۳۲
مرد	۸۶	۲۰/۷۳	۲۶	۱۸	۲/۰۱۴
کل	۲۵۰	۲۱/۸۵	۲۶	۱۸	۲/۳۰۳

می‌باشد؛ و در گروه مردان به ترتیب بیشترین فراوانی مربوط به وضعیت تأهل، مجرد برابر با ۹۴/۲ و در زنان بیشترین فراوانی در وضعیت تأهل به‌مجرد برابر با ۸۱/۱ است؛ همچنین تعداد زنان برابر با ۱۶۴ و بیشتر از مردان است. تحلیل عاملی اکتشافی: ۱۱ سؤال مقیاس تمرکز زمان، با

در جدول ۲ فراوانی دانشجویان در جنسیت، رشته تحصیلی و وضعیت تأهل ارائه شده است. همان‌طوری که ملاحظه می‌شود در گروه زنان بیشترین فراوانی در رشته تحصیلی علوم انسانی برابر با ۵۱/۸ درصد و در مردان بیشترین فراوانی در رشته‌ی فنی و مهندسی برابر با ۶۴ درصد

کایزر-مایر-الکین ($KMO=0/87$) بود که این مقدار بیشتر از مقدار پیشنهادی $0/7$ است. آزمون کرویت بارتلت به سطح معناداری آماری رسیده بود که عامل یابی ماتریس همبستگی را مورد تأیید قرار می‌داد.

استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۲، با روش تحلیل مؤلفه‌های اصلی PCA با چرخش واریماکس، مورد تحلیل قرار گرفتند. قبل از اجرای PCA، مناسب بودن داده‌ها برای تحلیل عاملی موردسنجش قرار گرفت. بررسی ماتریس همبستگی وجود ضرایب $0/3$ و بالاتر را نشان داد. ارزش

جدول ۲. کل واریانس‌های بیان شده

مقادیر اولیه	مجموع بارهای مربع مقادیر استخراج شده		چرخش مربع بارها	
	درصد	درصد تجمعی	درصد	درصد تجمعی
کل	کل	کل	کل	کل
واریانس	واریانس	واریانس	واریانس	واریانس
۲,۸۶۱	۲,۸۶۱	۲,۳۲۱	۲۱,۱۰۱	۲۱,۱۰۱
۲۶,۰۰۶	۲۶,۰۰۶	۲۶,۰۰۶	۲۰,۰۲۷	۴۱,۱۲۸
۲۲,۹۶۸	۴۸,۹۷۴	۴۸,۹۷۴	۱۸,۵۲۰	۵۹,۶۴۸
۱۰,۶۷۴	۵۹,۶۴۸	۵۹,۶۴۸		
۷,۷۸۶	۶۷,۴۳۴			
۶,۴۴۲	۷۳,۸۷۶			
۵,۶۸۳	۷۹,۵۵۹			
۵,۲۸۸	۸۴,۸۴۸			
۴,۶۵۴	۸۹,۵۰۱			
۴,۱۳۹	۹۳,۶۴۰			
۳,۵۹۰	۹۷,۲۳۱			
۲,۷۶۹	۱۰۰,۰۰۰			
۳۰۵				
۳۰۵				
۳۰۵				
۳۰۵				
۳۰۵				
۳۰۵				
۳۰۵				
۳۰۵				
۳۰۵				
۳۰۵				
۳۰۵				
۳۰۵				
۳۰۵				
۳۰۵				

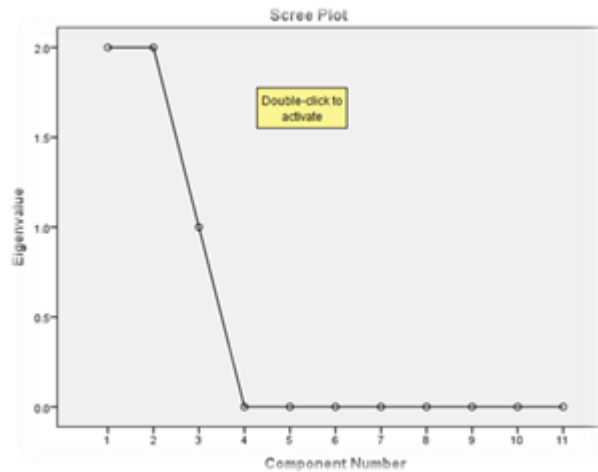
عبارت، و عامل سوم ۴ عبارت را شامل شد. جدول ۳، نتایج تحلیل عوامل بعد از چرخش را خلاصه می‌کند. در جدول ۳، وزن عاملی هر ماده برای هر عامل ذکر شده است.

تحلیل مؤلفه‌های اصلی وجود سه مؤلفه را با ارزش‌های بیشتر از ۱ نشان داد که به ترتیب $0/26/22/96\%$ ، $0/10/67\%$ و $0/03/26/96\%$ واریانس را تبیین کردند. عامل اول ۴ عبارت، عامل دوم ۳

جدول ۳. وزن عاملی هر ماده در هر عامل

سؤالات پرسشنامه	وزن در عامل اول	وزن در عامل دوم	وزن در عامل سوم
۱	۰/۷۹		
۶	۰/۶۳		
۹	۰/۶۱		
۱۰	۰/۷۲		
۲		۰/۶۹	
۴		۰/۶۵	
۸		۰/۷۵	
۳			۰/۷۴
۵			۰/۷۱
۷			۰/۷۴
۱۱			۰/۷۵

در جدول فوق وزن عاملی هر ماده به ترتیب سئوالات تحلیل شده ارائه شده است؛ در ادامه بررسی نمودار اسکری یا سنگریزه نیز ۳ عامل را تأیید کرد که در شکل ۱ گزارش شده است.



شکل ۱. نمودار سنگریزه

حد مطلوب (کمتر از ۰/۰۸) و نسبت (X/DF) در حد مطلوب (۳/۹۰) بوده و در سطح ۰/۰۰۱ معنی دار است. افزون بر این، پس از بررسی همسانی درونی گویه‌ها و ضرایب همبستگی نمره هر گویه با نمره خرده مقیاس، مشخص شد که ۱۱ گویه مقیاس در سه عامل (گذشته، حال و آینده) قابل جمع شدن هستند و نیازی به حذف هیچ یک از گویه‌ها نیست.

تحلیل عاملی تأییدی

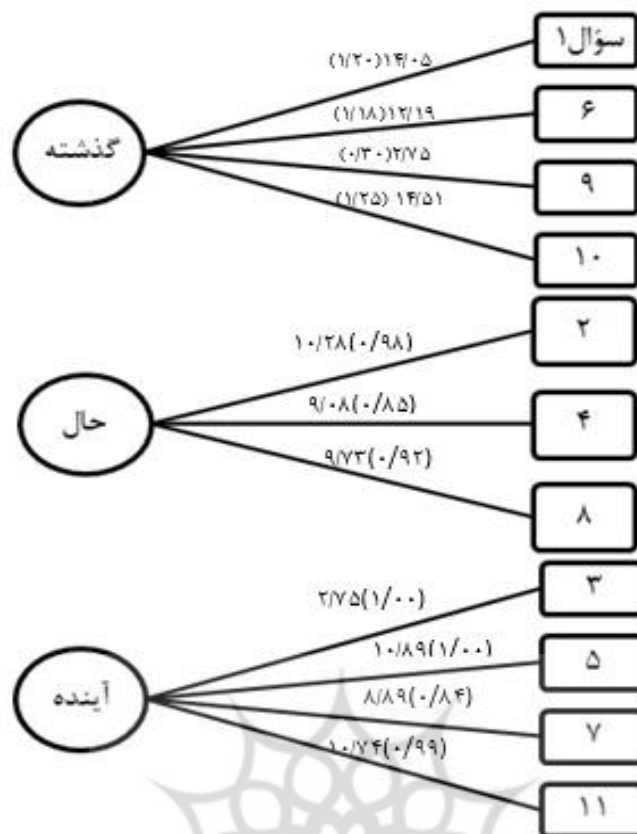
مندرجات جدول ۴ که نتایج تحلیل عاملی تأییدی مقیاس است، نشان می‌دهد که در نمونه مورد مطالعه، الگوی تک عاملی پرسشنامه تمرکز زمان از برازش بسیار خوبی برخوردار است، چراکه مقدار شاخص‌های برازش مدل اندازه-گیری شده (NNFI, CFI, GFI, AGFI, IFI, RFI, NFI) در حد مطلوب (بالاتر از ۰/۹۰) واقع شده است. مقدار ریشه میانگین مجذور خطای برآورد (RMSEA) نیز در

نمودار ۲. نتایج ضرایب استاندارد مدل نهایی

جدول ۴. نتایج تحلیل عاملی تأییدی										
AGFI	GFI	RFI	IFI	CFI	NNFI	NFI	RMSEA	X ² /df	Df	X ²
۰/۹۲	۰/۹۵	۰/۹۰	۰/۹۶	۰/۹۶	۰/۹۵	۰/۹۲	۰/۰۵	۱/۷۷	۴۱	۷۲/۹۵

سوال‌های ۲، ۴، ۸ در این پرسشنامه تمرکز زمانی حال را تأیید می‌کنند (من در حال (لحظه حاضر) زندگی می‌کنم) و سؤال‌های ۳، ۵، ۷، ۱۱ پرسش‌های تمرکز زمانی آینده را می‌سنجند، مثلاً (من در مورد آنچه برای آینده اندوخته‌ام فکر می‌کنم) بنابراین بررسی روایی محتوا در نمونه ایرانی نشان داد که نسخه فارسی این آزمون از روایی قابل قبولی برخوردار است.

روایی محتوا: منظور از روایی محتوا ارزیابی مواد یا پرسش‌های جداگانه آزمون است، که با توجه به تعریف تمرکز زمانی که عبارت است از «میزان توجهی که هر فرد به‌طور مشخص به درک زمان‌های گذشته، حال و آینده اختصاص می‌دهد» که سؤال‌های ۱، ۶، ۹، ۱۰ پرسش‌های تمرکز زمانی گذشته را تأیید می‌کنند. مثلاً (من در مورد چیزهایی که مربوط به گذشته‌ام است فکر می‌کنم) و



نمودار ۱. نتایج ضرایب استاندارد

می‌باشد. بنابراین بین گذشته و گذشته بدفرم هم‌تا رابطه مثبت و معنادار وجود دارد ($p < 0/001, r = 0/438$) بعد از آن همبستگی بین گذشته و حال منفعل برابر $0/277$ است که رابطه مستقیم را نشان می‌دهد. همچنین بین زمان حال پرسشنامه ما با زمان گذشته خوب همبستگی $0/308$ است که رابطه مثبت مستقیم وجود دارد همچنین بین زمان حال این پرسشنامه با حال خوش هم‌تا همبستگی برابر با $0/234$ است که ارتباط مستقیم و معنادار را نشان می‌دهد؛ و بین آینده ما و آینده پرسشنامه هم‌تا برابر با $0/001$ است. اعداد این جدول نشان از روایی بالای پرسشنامه تمرکز زمانی از نوع هم‌زمان است.

روایی هم‌زمان: این نوع روایی، رابطه هم‌زمان بین آزمون تهیه‌شده را با آزمون ملاک (آزمونی که در گذشته روایی آن تعیین شده است) مشخص می‌کند. هر اندازه همبستگی بین این دو آزمون بیشتر باشد آزمون جدید از روایی بیشتری برخوردار است، که در اینجا از پرسشنامه هم‌تا (چشم‌انداز زیمباردو) به‌عنوان آزمون ملاک استفاده شده است که نتایج همبستگی آزمون مورد نظر و آزمون ملاک در جدول زیر آمده است. لذا طبق جدول ۶ نتایج همبستگی پیرسون بین نمرات پرسشنامه تمرکز زمانی و هم‌تا را در سه زمان نشان می‌دهد. بیشترین همبستگی بین زمان گذشته و گذشته بد برابر با $0/43$ است که در سطح 99% معنادار

جدول ۵. همبستگی پیرسون

عوامل	گذشته بد	گذشته خوب	حال منفعل	حال خوش	آینده
گذشته	$0/438^{**}$	$0/90$	$0/277^{**}$	$0/000$	$0/008$
حال	$0/119$	$0/308^{**}$	$0/098$	$0/234^{**}$	$0/211^*$
آینده	$0/067$	$0/154$	$0/009$	$0/139$	$0/001$

نشانگر رضایت‌بخش بودن و معنادار بودن اعتبار این پرسشنامه در فرهنگ ایران است؛ و همچنین ضرایب آلفا در جدول ۶ بیانگر معناداری قوی در خرده مقیاس‌های گذشته، حال و آینده است که سطح اعتبار پرسشنامه بالا است.

گزارش پایایی: نتایج پژوهش حاضر نشان می‌دهد که پرسشنامه تمرکز زمانی یا TFS دارای اعتبار مناسبی است، یکی از راه‌های محاسبه قابلیت اعتبار، استفاده از ضریب آلفای کرونباخ است. یافته‌های حاصل از جدول ۷، نتایج ضریب آلفا برای کل پرسشنامه ۰/۶۸، محاسبه شد که با ضریب اعتبار فرم اصلی این ابزار نزدیک بوده و این نتایج

جدول ۶. نتایج آلفای کرونباخ	
تعداد سؤالات	آلفای کرونباخ بر اساس سؤالات استاندارد
۱۱	۰/۶۸
گذشته	۰/۷۱۱
حال	۰/۷۰۶
آینده	۰/۷۴۹

زمانی حال را تأیید می‌کنند و سؤال‌های ۳،۵،۷،۱۱ پرسش‌های تمرکز زمانی آینده را می‌سنجند، بنابراین بررسی روایی محتوا در نمونه ایرانی نشان داد که نسخه فارسی این آزمون از روایی قابل قبولی برخوردار است.

نتایج همبستگی پیرسون بین نمرات پرسشنامه تمرکز زمانی و همتا نشان داد بیشترین همبستگی بین زمان گذشته و گذشته بد برابر با ۰/۴۳، در سطح معناداری ۰/۹۹ می‌باشد؛ که با نتایج چشما و همکاران (۲۰۱۷) کاملاً همسو می‌باشد، چنانچه مطالعات آن‌ها نیز نشان داد نمرات گذشته مقیاس تمرکز زمانی رابطه قوی‌تری با نمرات گذشته منفی نسبت به نمرات گذشته مثبت پرسشنامه چشم‌انداز زمانی (زیمباردو) دارد و بیان کردند که تمرکز زمانی گذشته، منفی‌تر از احساسات و افکار مثبت (گذشته مثبت) به نظر می‌رسد (تمرکز زمانی گذشته بیشتر بخش منفی افکار و احساسات را آشکار می‌کند تا بخش مثبت آن‌ها را).

همبستگی بین گذشته و حال منفعل برابر ۰/۲۷۷ است که رابطه مستقیم را نشان می‌دهد. همچنین بین زمان حال پرسشنامه ما با زمان گذشته خوب همبستگی ۰/۳۰۸ است که رابطه مثبت مستقیم وجود دارد همچنین بین زمان حال این پرسشنامه باحال خوش همتا همبستگی برابر با ۰/۲۳۴ است که ارتباط مستقیم و معنادار را نشان می‌دهد؛ و بین آینده ما و آینده پرسشنامه همتا برابر با ۰/۰۰۱ است؛ که نشان‌دهنده روایی بالای پرسشنامه تمرکز زمانی از نوع

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج تحلیل اکتشافی در قسمت یافته‌ها نشان داد پرسشنامه از ساختار عاملی مناسبی برخوردار است چنانچه بررسی ماتریس همبستگی وجود ضرایب ۰/۳ و بالاتر را نشان داد. ارزش کایزر-مایر-الکین (KMO) ۰/۸۷ بود که این مقدار بیشتر از مقدار پیشنهادی ۰/۷ می‌باشد. آزمون کرویت بارتلت به سطح معناداری آماری رسیده بود که عامل یابی ماتریس همبستگی را مورد تأیید قرار می‌داد. تحلیل مؤلفه‌های اصلی وجود سه مؤلفه را با ارزش‌های بیشتر از ۱ نشان داد که به ترتیب ۰/۲۶/۰۰، ۰/۲۲/۹۶ و ۰/۱۰/۶۷ واریانس را تبیین می‌کردند. عامل اول (گذشته) ۴ عبارت، عامل دوم (حال) ۳ عبارت، و عامل سوم (آینده) ۴ عبارت را شامل شد. بررسی وزن عاملی هر عامل و نمودار اسکری هر ۳ عامل را نیز تأیید کرد.

نتایج تحلیل عاملی تأییدی مقیاس، نشان داد که در نمونه مورد مطالعه، الگوی تک عاملی پرسشنامه تمرکز زمان از برازش بسیار خوبی برخوردار است، چرا که مقدار شاخص‌های برازش مدل اندازه‌گیری شده در حد مطلوب (بالاتر از ۰/۹۰) واقع شده است. افزون بر این، نتایج همسانی درونی گویه‌ها و ضرایب همبستگی، نشان داد ۱۱ گویه مقیاس در سه عامل (گذشته، حال و آینده) قابل جمع شدن هستند و نیازی به حذف هیچ‌یک از گویه‌ها نیست. سؤال‌های ۱،۶،۹،۱۰ پرسش‌های تمرکز زمانی گذشته را تأیید می‌کنند؛ و سؤال‌های ۴،۸،۲ در این پرسشنامه تمرکز

۲۰۱۴؛ شیپ و همکاران، ۲۰۰۹) خوش‌بینی-بدبینی (بسری و همکاران، ۲۰۱۳؛ شیپ و همکاران، ۲۰۰۹) سازگاری شغلی (کردین، لیو و شارما، ۲۰۲۰؛ زاگر ۲۰۱۶ و ۲۰۱۴) رفتارهای شغلی (نادکارنی و چن، ۲۰۱۴، کجو هارنکو، پاتینت و باششر، ۲۰۱۱؛ فویوی و بارن^۱، ۲۰۰۹؛ شیپ و همکاران، ۲۰۰۹) و رفتارهای ریسک‌پذیری (مک‌کی و همکاران، ۲۰۱۲، شیپ و همکاران ۲۰۰۹).

موازین اخلاقی

در این پژوهش موازین اخلاقی شامل اخذ رضایت آگاهانه، تضمین حریم خصوصی و رازداری رعایت شد. همچنین زمان تکمیل پرسشنامه‌ها ضمن تأکید به تکمیل تمامی سؤال‌ها، شرکت‌کنندگان در مورد خروج از پژوهش در هر زمان و ارائه اطلاعات فردی مختار بودند. به آن‌ها اطمینان داده شد که اطلاعات محرمانه می‌ماند و این امر نیز کاملاً رعایت گردید.

تشکر و قدردانی

پژوهشگران بر خود لازم می‌دانند که از تمام افرادی که در این پژوهش شرکت کردند و همکاری لازم را داشتند، تشکر و سپاسگزاری به عمل آورند.

منابع

آریان‌پور، س.، کریمی‌پور، س.، عسگری، محمد. (۱۳۹۵). مقایسه علائم روان‌شناختی، چشم‌انداز زمانی و تاب‌آوری در زنان متأهل با و بدون همسرآزاری در شهر سرابله. پایان‌نامه کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی. دانشگاه ملایر.

تاج آبادی، ز.، دهقانی، ف.، صالح زاده، م. (۱۳۹۹). نقش چشم‌انداز زمانی و طرد همسالان در پیش‌بینی رفتارهای پرخطر نوجوانان شهر یزد. فصلنامه آموزش بهداشت و ارتقاء سلامت، ۸(۲): ۱۲۹-۱۴۱.

مینایی، ا.، یونسی، ج.، فرخی، ن.ع.، اسماعیلی، م. (۱۳۹۵). هنجاریابی و بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی پرسشنامه چشم‌انداز زمانی زیمباردو ZTPI در دانشجویان دانشگاه تهران. پایان‌نامه کارشناسی ارشد سنجش و اندازه‌گیری. تهران: دانشگاه علامه طباطبایی.

همزمان است. پژوهش‌های پیشین حاکی از آن است که تمرکز زمانی گذشته با بهزیستی رابطه منفی دارد، تمرکز حال و آینده رابطه مثبت با بهزیستی را نشان داده‌اند. نمرات تمرکز حال رابطه بسیار قوی (بیشترین رابطه) با سلامت روان (بخشی از روان که مرتبط با لذت و خوشی است) را نشان داده‌اند (روش و گروزت، ۲۰۱۲؛ شیپ و همکاران ۲۰۰۹؛ وورل و همکاران، ۲۰۱۵). به‌علاوه رابطه‌ای قوی بین نمرات تمرکز آینده و دو متغیر خوش‌بینی و سازگاری شغلی نشان داده‌شده است (زاگر، ۲۰۱۶ و ۲۰۱۴، بسری و همکاران ۲۰۱۳، شیپ و همکاران ۲۰۰۹)؛ و زاگر ۲۰۱۴ نشان داد که تمرکز زمانی آینده با سازگاری شغلی همبستگی دارد.

نتایج ضریب آلفا (۰/۶۸) برای کل پرسشنامه که با ضریب اعتبار فرم اصلی این ابزار نزدیک بود، و همچنین نتایج ضرایب آلفا در خرده مقیاس‌های گذشته با ضریب آلفای (۰/۷۱)، حال با ضریب آلفای (۰/۷۰) و آینده با ضریب آلفای (۰/۷۴) نشانگر رضایت‌بخش بودن و معنادار بودن اعتبار این پرسشنامه در فرهنگ ایران است. مک‌کی و همکاران (۲۰۱۲) نیز ضریب آلفای کرونباخ در پژوهش خود را ($\alpha=0/68$) گزارش دادند. با توجه به نتایج پژوهش حاضر در بررسی روایی و پایایی TFS می‌توان نتیجه گرفت که این آزمون در نمونه دانشجویان ایرانی دانشگاه اردکان از روایی و پایایی قابل قبولی برخوردار است که با پژوهش‌های دیوتایتی و همکاران (۲۰۲۱)، چشیما و همکاران (۲۰۱۷)، مک‌کی و همکاران (۲۰۱۲) و شیپ و همکاران (۲۰۰۹) همسو است.

لذا می‌توان در مداخلات بالینی و درمانی، سازگاری‌های شغلی، تفاوت‌های فردی و سایر مطالعات پژوهشی که در زمینه تمرکز زمانی انجام می‌شود از این پرسشنامه استفاده کرد. چنانچه مطالعات متعددی رابطه بین نمرات مقیاس تمرکز زمانی و متغیرهای مربوطه شامل دیدگاه زمانی را مورد بررسی قرار دادند (ورل و همکاران ۲۰۱۵، مک‌کی و همکاران ۲۰۱۲، شیپ و همکاران ۲۰۰۹). رضایت از زندگی، عاطفه مثبت، عزت‌نفس (چشیما و همکاران، ۲۰۱۷؛ بسری، وورل و همکاران، ۲۰۱۵؛ زاگر، ۲۰۱۴؛ مالینسکی و چوما، ۲۰۱۳؛ مک‌کی و همکاران، ۲۰۱۲؛ راش و گروزت، ۲۰۱۲؛ شیپ و همکاران، ۲۰۰۹) صفات شخصیتی (استرویل و همکاران، ۲۰۱۳؛ زاگر، ۲۰۱۶ و

- Time perspective as a predictor of substance use. *Journal Basic and applied social psychology*; 21(2): 149-164.
- Kelber, M, Lickel, B, Denson, T. (2019). Temporal focus, emotions, and support for intergroup aggression. *Journal Group Process Intergroup Relat*; 23(2):226-40.
- Levasseur, L, Shipp, A.J, Fried, Y, Rousseau, D.M, Zimbardo, P.G. (2020). New perspectives on time perspective and temporal focus. *Journal Organ Behav*; 41:235-43.
- Lewin, K. (1951). *Field Theory in the Social Sciences: Selected Theoretical Papers*. New York: Harper.
- McKay, M.T, Percy, A, Goudie, A.J, Sumnall, H.R & Cole, J.C. (2012). The Temporal Focus Scale: Factor structure and association with alcohol use in a sample of Northern Irish school children. *Journal of Adolescence*; 35(5): 1361-1368.
- McKay, M., Worrell, F., Temple, E, Perry, J., Cole, J & Mello, Z. (2015). Less is not always more: The case of the 36-item short form of the Zimbardo Time Perspective Inventory. *Journal Personality and Individual Differences*; 72: 68-71.
- Mello, Z.R., Walker, E.B., Finan, L.J., Stiasny, A., Wiggers, I.C., McBroom, K.A, Worrell, F.C. (2018). Time perspective, psychological outcomes, and risky behavior among runaway adolescents. *Journal Applied Developmental Science*; 22(3): 233-43.
- Pluck, G., Lee, K., Lauder, Fox, J., Spence, S, & Parks. (2008). Time Perspective, Depression, and Substance Misuse among the Homeless. *The Journal of Psychology*; 142(2): 159-168.
- Rush, J & Grouzet, F.M.E. (2012). It is about time: Daily relationships between temporal perspective and well-being. *The Journal of Positive Psychology*; 7(5): 427-442.
- Shipp, A.J, Aeon, B. (2019). Temporal focus: thinking about the past, present, and future. *Journal Curr Opin Psychol*; 26:37-43.
- Shipp, A.J, Edwards, J.R & Schurer-Lambert, L. (2009). Conceptualization and measurement of temporal focus: The subjective experience of the past, present, and future. *Journal Organizational Behavior and Human Decision Processes*; 110(1): 1-22.
- Sircova, A., Vijver, F., Osin, E., Milifont, T., Fieulaine, N., Kislali-Erginbilib, A., Body, J. (2014). A global look at time: 24-country study of equivalence of the Zimbardo Time Perspective. *Inventory SAGE Open*; 4(1):1-12.
- نوذری، م، دوستی، ی.ع، خلیلیان، ع.ر. (۱۳۹۱). نقش چشم‌انداز زمانی بر رشد معنویت در زنان مبتلابه دیابت، *مجله بر خط دانش روان‌شناختی*، (۱): ۱۰۹-۱۱۵.
- Anagnostopoulos, F & Griva, F. (2012). Exploring Time Perspective in Greek Young Adults: Validation of the Zimbardo Time Perspective Inventory and Relationships with Mental Health Indicators. *Soc Indic Res*; 106: 41-59.
- Apostolidis, T & Fieulaine, N. (2006). Validation française de l'échelle de temporalité. *Revue Européenne de Psychologie Appliquée/European Review of Applied Psychology*; 54(3): 207-217.
- Bluedorn, A.C. (2002). *The human organization of time: Temporal realities and experience*. Stanford, CA: Stanford Business Books.
- Boniwell, I., Osin, E., Alex, L.P, & Ivanchenko, G. (2010). A question of balance: Time perspective and well-being in British and Russian samples. *The Journal of Positive Psychology*; 5(1): 24-40.
- Busseri, M.A, Malinowski, A & Choma, B.L. (2013). Are dispositional optimists oriented uniquely toward the future?: Investigating dispositional optimism from a temporally expanded perspective. *Journal of Research in Personality*; 47(5): 533-538.
- Cerdin, J.L, Liao, Y, Sharma, K. (2020). The role of temporal focus, dispositional employability, and training on the perceived internal career prospects of talents. *Int Journal Hum Resour Manag*; 31(9):1106-33.
- Chishima, Y, Mckay, M & Cole, J. (2017). The generalizability of temporal focus profiles across cultures: A secondary analysis using data from Japan and the United Kingdom. *Journal Personality and Individual Differences*; 111:92-95.
- Dissel, J. (2007). Validation of a scale to measure time perspective in an African context. MS. Dissertation. Clinical psychology, college of clinical psychology, Northwest University, Washington, United States.
- Diotaiuti, P., Valente, G. & Mancone, S. (2021). Validation study of the Italian version of Temporal Focus Scale: psychometric properties and convergent validity. *Journal BMC Psychology* 9, 19.
- Holman, A & Zimbardo, P. (2009). The Social Language of Time: The Time Perspective – Social Network Connection. *Journal Basic and Applied Social Psychology*; 31(2): 136-147.
- Keough, K. A, Zimbardo, P & Boyd, J. (2001). Who's smoking, drinking, and using drugs?

- Zacher, H. (2014). Individual difference predictors of change in career adaptability over time. *Journal of Vocational Behavior*; 84(2): 188-198.
- Zacher, H. (2016). Within-person relationships between daily individual and job characteristics and daily manifestations of career adaptability. *Journal of Vocational Behavior*; 92: 105-115.
- Zimbardo, P & Boyd, J. (1999). Putting time in perspective: A valid, reliable individual differences metric. *Journal of Personality and Social Psychology*; 77(6): 1271-1288.
- Worrell, F., Mello, Z & Buhl, M. (2013). Introducing English and German versions of the Adolescent Time Attitude Scale (ATAS). *Assessment*; 20(4): 496-510.
- Worrell, F., MaKay, M.T & Andretta, J.R. (2015). Concurrent validity of Zimbardo Time Perspective Inventory profiles: A secondary analysis of data from the United Kingdom. *Journal of Adolescence*; 42: 128-139.
- Van Beek, W, & Kairys, A. (2013). Time Perspective and Transcendental Future Thinking. In *Time Perspective Theory; Review, Research and Application* (pp. 73-86). Springer International Publishing. 132-139.

پرسشنامه تمرکز زمان

۱) من در مورد چیزهایی که مربوط به گذشته‌ام است فکر می‌کنم.

هرگز گاهی اوقات اغلب همیشه

۲) من در حال (لحظه حاضر) زندگی می‌کنم.

هرگز گاهی اوقات اغلب همیشه

۳) من در مورد آنچه برای آینده اندوخته‌ام فکر می‌کنم.

هرگز گاهی اوقات اغلب همیشه

۴) من در زندگی‌ام روی آنچه در حال حاضر اتفاق می‌افتد تمرکز می‌کنم.

هرگز گاهی اوقات اغلب همیشه

۵) من روی آینده تمرکز می‌کنم.

هرگز گاهی اوقات اغلب همیشه

۶) من خاطراتی از گذشته‌ام را در ذهنم مرور (بازپخش) می‌کنم.

هرگز گاهی اوقات اغلب همیشه

۷) من در مورد آنچه که در آینده برایم اتفاق خواهد افتاد، فکر می‌کنم.

هرگز گاهی اوقات اغلب همیشه

۸) ذهن من بر اساس اینجا و اکنون است.

هرگز گاهی اوقات اغلب همیشه

۹) من بر اساس آنچه در زندگی‌ام اتفاق افتاده است رفتار می‌کنم.

هرگز گاهی اوقات اغلب همیشه

۱۰) من به روزهای گذشته فکر می‌کنم.

هرگز گاهی اوقات اغلب همیشه

۱۱) من در مورد زمان آینده فکر می‌کنم.

هرگز گاهی اوقات اغلب همیشه

