

## نگرش به زمان در نوجوانان ایرانی: یک مطالعه کیفی □

### Time Attitude in Iranian Adolescents: A Qualitative Study □

Heman Khezri Azar, PhD □

Elahe Hejazi, PhD

Javad Ejei, PhD

Masoud Gholamali Lavasani, PhD

دکتر هیمن خضری آذر\*

دکتر الهه حجازی\*

دکتر جواد اژه ای\*

دکتر مسعود غلامعلی لواسانی\*

#### Abstract

Due to the effect of culture on the formation of time attitude, it is very important to examine the components of time attitude in Iran with its certain cultural-social conditions. Therefore, this investigation attempts to study time and time attitude conceptualization from the perspective of adolescents with a qualitative method, interview with focus group, and grounded theory approach. Participants in this study was 45 adolescents (23 boys and 22 girls) aging 15 to 17 years old with the average age of 16.20. Three focus groups were composed in male students school, and three focus groups were constituted in female students schools. Their responses regarding their perception of time were categorized in four categories of 'hours', 'pressure and limitation', 'mental construct', and 'time as a metaphor'. The results of open and axial coding for past, present and future shows that this period of life in Iranian adolescents contains eight categories of positive future, negative future, hedonist present, negative present, futurist present, positive past, negative past, and past acceptance. Comparing with other findings, in general, time attitude is cultural based and cultural-social conditions affect time attitude adolescents'.

**Keywords:** time, time attitude, adolescence

#### چکیده

به دلیل تأثیر فرهنگ بر شکل گیری نگرش به زمان، بررسی مؤلفه های آن در جامعه ایران با شرایط فرهنگی - اجتماعی خاص خود از اهمیت بسیاری برخوردار است. بر همین اساس، با روش کیفی به شیوه مصاحبه گروه کانونی و طرح نظریه داده بنیاد به بررسی چگونگی مفهوم سازی زمان و نگرش به زمان از دیدگاه نوجوانان پرداخته شد. شرکت کنندگان در پژوهش ۴۵ نفر (۲۳ پسر و ۲۲ دختر) بین سنین ۱۵ تا ۱۷ با میانگین سنی ۱۶/۲۰ بودند. سه گروه کانونی در مدارس دخترانه و سه گروه کانونی در مدارس پسرانه تشکیل شد. پاسخ های دانش آموزان در رابطه با برداشت آنان از زمان در چهار مقوله ساعت، فشار و محدودیت، ساخته ذهن بودن و استعاره بودن زمان، طبقه بندی شد. نتایج کدگذاری باز و محوری برای دوره های زمانی گذشته، حال و آینده نشان داد که این دوره در فرهنگ ایرانی برای نوجوانان شامل هشت مقوله آینده مثبت، آینده منفی، حال لذت گرا، حال منفی، حال آینده نگر، گذشته مثبت، گذشته منفی و پذیرش گذشته است. با مقایسه یافته های به دست آمده با پژوهش های دیگر، در مجموع می توان نتیجه گرفت که نگرش به زمان، فرهنگ وابسته است و شرایط فرهنگی - اجتماعی بر نگرش به زمان نوجوانان تأثیر دارد.

**کلید واژه ها:** زمان، نگرش به زمان، نوجوانان

□ Department of Educational Psychology and Counseling  
University of Tehran, I.R.Iran  
□ Email: kheziar.h@gmail.com

□ دریافت مقاله: ۱۳۹۴/۶/۲۳ تصویب نهایی: ۱۳۹۴/۱۱/۱۸  
\* گروه روانشناسی تربیتی و مشاوره دانشکده روانشناسی و  
علوم تربیتی دانشگاه تهران

## ● مقدمه

«نگرش به زمان»<sup>۱</sup> به عنوان یک بعد از «دیدگاه زمانی»<sup>۲</sup>، سازه‌ای شناختی-انگیزشی است که به هیجان‌ات و ارزیابی افراد از گذشته، حال و آینده اشاره دارد (زیمباردو و بوید، ۲۰۰۸؛ ملو و همکاران، ۲۰۱۳) و برای رمزگردانی، ذخیره‌سازی و بازیابی رویدادهای تجربه شده استفاده می‌شود. نگرش به زمان همچنین بر ادراکات، انتظارات، جهت‌دهی به توجه، تفسیرها، تدوین اهداف، انتخاب‌ها و اعمال افراد تأثیر می‌گذارد (زیمباردو و بوید، ۱۹۹۹؛ آناگنوستوپولوس و گریوا، ۲۰۱۲).

علاقه روانشناسان به شناخت ادراک افراد از زمان را می‌توان در کارهای لوین جستجو کرد. لوین (۱۹۳۹، ۱۹۴۹) اظهار می‌کند که نگرش به زمان، عنصر مهمی در رفتار انسان است و روشی که افراد درباره ابعاد زمانی فکر می‌کنند بر رفتارشان تأثیرگذار است. لوین استدلال می‌کند که اعمال، هیجان‌ات و روحیه افراد اغلب وابسته به دیدگاه زمانی آنان است (به نقل از لاگوته و همکاران، ۲۰۱۳).

مسیرهای زندگی افراد، نیز تا اندازه زیادی از طریق انتظارات آنها برای آینده (نوتین و لنز، ۱۹۸۵؛ بندورا، ۱۹۹۷) و تفکراتشان درباره گذشته تعیین می‌شود (واینر، ۱۹۸۶). چارچوب‌های زمانی گذشته، حال و آینده در شکل‌دهی به انتظارات، اهداف و دیدگاه‌های تخیلی روزمره افراد تأثیرگذارند و به افراد کمک می‌کنند تا رویدادهای زندگی روزمره و تجارب شخصی و اجتماعی خود را معنی، نظم و انسجام بخشند (آناگنوستوپولوس و گریوا، ۲۰۱۲؛ لوین، ۱۹۴۲؛ ملو، ۲۰۱۳؛ ملو و همکاران، ۲۰۱۳ و زیمباردو و بوید، ۲۰۰۸، کارلی، ویرگ و ویرگ، ۲۰۱۱).

پژوهشگران تحولی، نگرش به زمان را سازه‌ای تحولی می‌دانند و بر تغییرات مرتبط با سن در نگرش به زمان تأکید دارند و در همین چارچوب نگرش به زمان در دوره نوجوانی از اهمیت بسیاری برخوردار است (ملو، ۲۰۱۳؛ ملو و همکاران، ۲۰۱۳). در توصیف تغییرات روانشناختی در دوره نوجوانی، اریکسون (۱۹۶۸) بر اهمیت دوره زمانی حال، گذشته و آینده در شکل‌گیری هویت تأکید می‌کند. در طول شکل‌گیری هویت افراد تصمیم‌های ضروری درباره تکالیف در حیطه‌های آموزشی، شغلی و خانوادگی می‌گیرند که کاربردهای قابل ملاحظه‌ای برای زندگی بزرگسالی دارد (مککاب و بارنت، ۲۰۰۰؛ وورل و ملو، ۲۰۰۷) و

این تصمیماتی که در این مرحله توسط آنها گرفته می‌شود تحت تأثیر نگرش به زمان آنها قرار دارد (وورل و ملو، ۲۰۰۷). پیاز (۱۹۵۵) نیز بیان می‌کند تغییرات شناختی که در دوره نوجوانی رخ می‌دهد به عملیات صوری منتهی می‌شود و فرد را قادر به تفکر درباره آینده می‌سازد. بنابراین، این ظرفیت‌های جدید شناختی می‌تواند به نوجوانان در فهم بهتر زمان کمک کند (ملو، فینن و وورل، ۲۰۱۳).

گروهی از مطالعات، «نگرش به زمان» را تحت تأثیر مقوله‌های فرهنگی - اجتماعی (زلسکی، سایکون و کورک، ۲۰۰۱؛ داوس و فینچلسکو، ۲۰۰۲، وورل، ملو و بوهل، ۲۰۱۲؛ لاگهی و همکاران، ۲۰۱۳)، بافت آموزشی و خانواده (مکلرنی، ۲۰۰۴) و همچنین عامل‌های فردی و روانشناختی (بکر و لوئار، ۲۰۰۲) می‌دانند. محققان دیگر (لوین، وست و رایس، ۱۹۸۰؛ لوین و ولف، ۱۹۸۵؛ ملو و همکاران، ۲۰۰۹؛ مککی و همکاران، ۲۰۱۲) نیز نشان دادند که در مفهوم زمان و جهت‌گیری زمانی افراد در فرهنگ‌های مختلف تفاوت وجود دارد و نقش فرهنگ در مفهوم‌سازی افراد از نگرش به زمان را مورد تأیید قرار دادند.

با توجه به اینکه اکثر مطالعات انجام شده در مورد نگرش به زمان در کشورهای غربی انجام شده است و نظر به نقش فرهنگ بر نحوه شکل‌گیری نگرش به زمان، بررسی برداشت نوجوانان از مفهوم نگرش به زمان در جامعه ایران با شرایط فرهنگی - اجتماعی خاص خود از اهمیت بسیاری برخوردار است. همان‌گونه که جونز و براون (۲۰۰۵) اظهار می‌کنند اگر چه مفهوم‌سازی از زمان مرتبط با سن است، ولی این مفهوم به شدت تحت تأثیر فرهنگی که افراد در آن زندگی می‌کنند نیز قرار دارد. پس برداشت‌های افراد از زمان در فرهنگ‌های مختلف متفاوت است. بر همین اساس شناخت نگرش نوجوانان از زمان در بافت فرهنگی اجتماعی ایرانی مهم پنداشته شده و بررسی تجربی آن در این بافت ضروری به نظر می‌رسد. بر اساس آنچه بیان شد هدف پژوهش حاضر «شناخت نسبت به مفهوم‌سازی نگرش به زمان در نوجوانان ایرانی» است. این شناخت از طریق بررسی کیفی امکان‌پذیر خواهد شد و می‌تواند نقش فرهنگ را در چگونگی برداشت نوجوانان ایرانی نسبت به زمان نشان دهد.

## ● روش

○ پژوهش حاضر به منظور کشف چگونگی مفهوم‌سازی نگرش به زمان و دیدگاه‌های نوجوانان درباره زمان گذشته، حال و آینده در فرهنگ ایرانی طراحی شده است. بر

همین اساس از روش پژوهش کیفی و طرح «نظریه داده بنیاد»<sup>۳</sup> استفاده شده است. رویکرد نظریه داده بنیاد (گلاسر و اشتراوس، ۱۹۶۷) بررسی احساسات و تفکرات و برداشت های دانش آموزان از گذشته، حال و آینده جهت استخراج موضوع های مصاحبه را فراهم می آورد. در رویکرد نظریه داده بنیاد تفسیر داده ها، نقش اصلی و محوری را در فرایند تحقیق ایفا می کند. می توان نظریه داده بنیاد را «یک روش تحقیق کیفی که مجموعه منظمی از رویه ها را برای توسعه یک نظریه بنیادین برخاسته از استقراء در مورد یک پدیده به کار می گیرد» تعریف کرد (استراوس و کوربین، ۱۹۹۰).

○ شرکت کنندگان در پژوهش ۴۵ نفر (۲۳ پسر و ۲۲ دختر) بین سنین ۱۵ تا ۱۷ با میانگین سنی ۱۶/۲۰ از دانش آموزان دختر و پسر دوره متوسطه دوم شاغل به تحصیل در منطقه ۲ تهران بودند.

○ روش جمع آوری اطلاعات مصاحبه نیمه ساختار یافته بود که به روش گروه کانونی انجام شد. محورهای مصاحبه بر اساس پیشینه پژوهش و مبتنی بر دیدگاه های زیباردو و بوید (۱۹۹۹)، ملو و همکاران (۲۰۰۹) و مک کی و همکاران (۲۰۱۲) تدوین شد. شش گروه کانونی در مدارس متوسطه دوم تشکیل شد. سه گروه کانونی در مدارس دخترانه و سه گروه کانونی در مدارس پسرانه تشکیل شد. جلسات گروه کانونی بین ۷۰ الی ۹۰ دقیقه طول کشید. تعداد شرکت کنندگان در هر گروه بین ۶ الی ۸ نفر بودند. تمام جلسات گروه کانونی با یک دستگاه ضبط کننده صدا ضبط می شد سپس تمام بحث های انجام شده در درون گروه بر روی کاغذ بازنویسی شده و یک متن نوشته شده از تمام جلسات برای تجزیه و تحلیل فراهم شد.

○ به منظور تحلیل اطلاعات از رویکرد نظریه داده بنیاد (گلاسر و اشتراوس، ۱۹۶۷) استفاده شد. در این رویکرد که به عنوان یک روش استقرایی توصیف شده است محقق هیچ ایده از پیش مشخص شده ای برای رد یا تأیید ندارد (بولینگ، ۲۰۰۲). مطابق با رویکرد نظریه داده بنیاد از مرحله کدگذاری باز و کدگذاری محوری برای تحلیل داده ها استفاده شد. مراحل کدگذاری در دو گام صورت گرفت در گام اول داده های پژوهش توسط دو نفر از محققان پژوهش کدگذاری شد. سپس این کدگذاری ها توسط دو نفر دیگر از محققان مورد بازبینی و راستی آزمایی قرار گرفتند. در مرحله اول کدگذاری داده ها (کدگذاری باز) از کدگذاری

خط به خط داده‌ها برای شناسایی جملات معنادار شرکت‌کنندگان استفاده شد. در مرحله دوم کدگذاری (کدگذاری محوری) واحدهای معنادار ایجاد شده در کدگذاری باز در طبقه‌های مفهومی معنادار طبقه‌بندی شدند. سپس این طبقه‌ها توسط موضوع‌هایی که بیان‌کننده احساسات و تفکرات شرکت‌کنندگان باشد توصیف شدند.

به منظور بررسی اعتبارسنجی کدهای به دست آمده از مصاحبه‌ها، از توافق درون موضوعی دو کدگذار، استفاده شد. برای محاسبه اعتبار مصاحبه با روش توافق دو کدگذار، از یک متخصص در زمینه روانشناسی آشنا به مفهوم نگرش زمان و کدگذاری درخواست شد تا به عنوان همکار پژوهش (کدگذار) در پژوهش مشارکت کند. سپس محقق به همراه این همکار پژوهش، دو تا از گروه‌های کانونی را کدگذاری کرده و درصد توافق بین کدگذاران که به عنوان یکی شاخص اعتبارسنجی تحلیل به کار می‌رود محاسبه شد (پاتون، ۲۰۰۲، به نقل از خواستار، ۱۳۹۳).

نتایج به دست آمده از اعتبار بین کدگذاران برای مصاحبه‌های انجام‌گرفته در این تحقیق برابر ۸۳٪ است. با توجه به اینکه این میزان اعتبار بیشتر از ۶۰٪ است (کویل، ۱۹۹۶) قابلیت اعتماد کدگذاری‌ها مورد تأیید است و می‌توان ادعا کرد که میزان اعتبار تحلیل مصاحبه‌کنونی مناسب است.

## ● نتایج

### □ سؤال یک: برداشت نوجوانان از کلمه «زمان» چیست؟

از شرکت‌کنندگان سؤال می‌شد که از نظر شما معنای «زمان» چیست. در واقع هدف از این سؤال مشخص کردن این موضوع است که وقتی نام زمان برده می‌شود چه چیزی در ذهن آنها تداعی می‌شود. پاسخ‌های دانش‌آموزان در چهار مقوله «ساعت»، «فشار» و «محدودیت»، ساخته ذهنی و استعاره بودن زمان طبقه‌بندی شد. زمان برابر است با ساعت: هنگامی که در رابطه با ساعت بحث شد بسیاری از دانش‌آموزان اشاره کردند که با شنیدن اسم زمان ساعت به ذهنشان می‌رسد.

زمان: برابر است با «فشار و محدودیت»<sup>۴</sup>. وقتی که دانش‌آموزان در رابطه با فشار زمانی صحبت کردند اکثر آنها به گران بها بودن و استفاده مناسب از فرصت‌ها اشاره داشتند. دانش

آموزی در رابطه با گران بها بودن زمان بیان می کند که «زمان چیز گران بهایی است که باید حواسمان باشد خوب استفاده کنیم». دانش آموز دیگری زمان را پدیده‌های محدود و غیرقابل برگشت می داند و بیان می کند «محدودیتی است برای انجام کارها. قابل برگشت نیست. یک بار فرصتش را داری. فرصت محدودی است که دیگر بر نمی گردد» دانش آموز دیگری در رابطه با زمان بیان می کند «فرصت انجام دادن کارها. وقتی است که در اختیار دارم. مثلاً وقتی به من می گویند ۵ دقیقه وقت داری که کاری را انجام بدهی. فرصتی که در اختیار داریم تا کاری را انجام بدهیم».

زمان: «ساخته ذهنی»<sup>۵</sup>. هنگام بحث درباره زمان بسیاری از دانش آموزان به باور نداشتن به وجود زمان و ساخته ذهن بودن آن اشاره داشتند. دانش آموزی، ساخته ذهن بودن زمان را به این صورت بیان می کند «خودم احساس می کنم شاید واقعیتهایی توهمی است یعنی واقعیت داره ولی از یک لحاظ توهم محض است. ساخته ذهن و روان است. واقعیت علمی و چیزی که امکان لمس کردن آن باشد نیست. فکر می کنم واقعاً وجود ندارد و دادن عنوان به چیزی است که قابل درک نیست». دانش آموز دیگری ساخته ذهنی بودن زمان را به صورت زیر بیان می کند «چیزی قراردادی است که انسان ها فقط سردرگم بشوند و هیچ چیزی وجود ندارد که بتوان با آن زمان را اثبات کرد».

«زمان: یک استعاره»<sup>۶</sup>. هنگام بحث درباره استعاره‌ای بودن زمان دانش آموزی زمان را به سفر و فیلم تشبیه می کند و در این مورد می گوید «زمان چیزی است که هست مثل سفر. شما داری روش راه می روی، زمان با ما حرکت نمی کند. به نظرم مثل فیلم است ما داریم در آن حرکت می کنیم». دانش آموز دیگری استعاره‌های بودن زمان را به صورت زیر بیان می کند «ما مثل قطاریم زمان مثل زمین است. ما داریم روی زمین حرکت می کنیم».

#### □ سؤال دوم: مولفه های تشکیل دهنده نگرش به زمان در بین نوجوانان کدامند؟

در این بخش نگرش دانش آموزان به سه دوره زمانی یعنی گذشته، حال و آینده مورد ارزیابی و بررسی قرار گرفت. طبقه اصلی نگرش به زمان شامل مضامینی است که نشانگر ارزیابی و احساسات دانش آموزان به آینده، حال و گذشته است.

آینده: دانش آموزان ارزیابی و احساسات متفاوتی نسبت به آینده داشتند. زمان آینده بر

اساس پاسخ های دانش آموزان در دو مقوله آینده مثبت و منفی طبقه بندی شد.

**آینده مثبت:** بسیاری از دانش آموزان شرکت کننده آینده را مثبت ارزیابی کردند. برای مثال یکی از دانش آموزان عنوان می کند که «آینده از نظر من مثبت است، زیاد به آینده فکر نمی کنم ولی آن را خوب می بینم» دانش آموز دیگری خوب دیدن آینده را در قالب برنامه ریزی برای ساختن آینده خوب به این صورت بیان می کند «وقتی اسم آینده را می شنوم به این فکر می کنم که چگونه برنامه ریزی کنم که به بهترین نحو در درس و کار استفاده کنم». دانش آموز دیگری آینده مثبت را در هدفمندی می بیند و بیان می کند که «آینده مرا به یاد هدف هایی که دارم، می اندازد. چه کاری باید بکنم که به هدف هایم برسم و آینده ام را بسازم. خوب می بینم». دانش آموز دیگری درباره هدفمندی بیان می کند «ما اگر می خواهیم آینده خوبی داشته باشیم باید طرز فکرمان را درست کنیم و همیشه اهداف بزرگی را انتخاب کنیم و به اندازه اهدافمان تلاش کنیم». دانش آموز دیگری مثبت بودن آینده را در موفقیت در رشد شخصی می بیند و بیان می کند «تلاش می کنم در کم از مسائل را بالا ببرم که بدانم در چه رشته ای می توانم موفق باشم، بعد ادامه تحصیل می دهم و بعد به فکر شغل خواهم بود. همه ما دوست داریم به استقلال برسیم و بعد ازدواج کنیم. به نظر من در این سال های مانده به کنکور بهتر است اهداف اصلی را مد نظر قرار دهیم و به فکر درس باشیم تا بتوانیم دانشگاه و رشته خوبی قبول شویم، سپس به تفریح و ازدواج فکر کنیم».

بنابراین بر اساس موضوع، آینده مثبت، مثبت بودن آینده دانش آموزان در برنامه ریزی برای ساختن آینده خوب در زمینه درس و کار، هدفمندی برای ساختن آینده، مفید بودن و سودمندی برای جامعه و رشد و موفقیت شخصی در زمینه های تحصیلی، شغلی و ازدواج مفهوم دارد.

**آینده منفی:** این طبقه نشان دهنده نگرش منفی دانش آموزان نسبت به آینده خود است. دانش آموزی با دید منفی نسبت به آینده نگاه می کند و به صورت کوتاهی بیان می کند که «آینده خود را منفی می بینم و تمایلی به صحبت کردن در مورد آن ندارم». دانش آموز دیگری خود را در ساختن آینده ناتوان می بیند وی بیان می کند که «دوست داشتم بتوانم آینده ام را بسازم. مثلاً هر طور که خودم فکر می کنم برایم بهتر است به همان برسم. دلم نمی خواهد به چیزی در مورد آینده ام فکر کنم و اتفاق دیگری رخ دهد. می خواهم آینده ام مطابق با آن

چیزی باشد که در ذهنم است». دانش آموز دیگری با احساس ترس در رابطه با آینده صحبت می کند و اظهار می دارد که «ترس از آینده باعث می شود که بیشتر در مورد آینده فکر کنم». بنابراین در موضوع آینده منفی، منفی بودن در ناتوانی خود برای ساختن آینده مثبت، مبهم بودن و غیرقابل پیش بینی بودن آینده و احساس ترس و استرس نسبت به آینده مفهوم دارد.

○ حال: زمان حال بر اساس پاسخ های دانش آموزان در سه مقوله حال لذت گرا، حال منفی و حال آینده نگر طبقه بندی شد.

○ حال لذت گرا<sup>۷</sup> نشان دهنده جهت گیری به سوی لذت و ملاحظه کمتر پیامدهای آینده است. دانش آموزی زمان حال را با یک کلمه توصیف می کند «لذت». دانش آموز دیگری لذت بردن از زمان حال را این گونه بیان می کند «من در زمان حال به این فکر نمی کنم که چه کار انجام دهم که در آینده پشیمان نشوم، فقط به لذت بردن از زمان حال فکر می کنم». همچنین دانش آموز دیگری بیان می کند که «در همین لحظه ای که اینجا نشستم سعی می کنم نهایت لذت را ببرم چون شاید چنین لحظه ای برای من مجدداً تکرار نشود». دانش آموز دیگری بیان می کند که «عمرم در حال گذر است پس باید آن را به خوشی و عشق و حال بگذرانم». بنابراین مطابق با این موضوع حال لذت گرا در لذت بردن از زمان حال، عدم پشیمانی برای حال و با خوشی و عشق سپری کردن زمان حال مفهوم دارد.

○ حال منفی نشان دهنده احساس فشار، نارضایتی و احساس کسالت در زمان حال است. دانش آموزی منفی بودن نگرش خود به زمان حال را با احساس فشار و تنیدگی به این صورت بیان می کند «دوست دارم حال سریع تر تموم شود. هرچی هست این حال تموم شود چون فقط تنیدگی است. دوست دارم تکلیفم هرچه سریعتر مشخص شود. چون الان برای خودم تکلیفی ندارم و نمی دونم کی هستم». دانش آموز دیگری در زمان حال احساس کسالت کرده و بیان کرد «حال کسل کننده است. چون زندگی ها یکنواخت شده است باید به مدرسه برویم و به خانه برگردیم و این برای سن ما کسل کننده و خسته کننده است». دانش آموز دیگری در رابطه با احساس نارضایتی اظهار می کند «من از الانم راضی نیستم و خیلی دوست دارم دانشجو شوم چون وقتی دانشجو استقلال بیشتری دارد. هر روز مجبور نیست به دانشگاه بروم. استادش را، درسش را و روزش را خودش انتخاب می کند. یونیفرم مدرسه ندارد. استقلال برایم خیلی مهم است». بنابراین موضوع حال منفی در گرو زمان به عنوان



فشار، سردرگمی در زمان و محدود کردن فرد می باشد.

○ **حال آینده نگر**<sup>۸</sup> نشان دهنده فکر کردن به آینده در زمان حال است. دانش آموزی در رابطه با زمان حال اظهار می کند «به آینده فکر میکنم. کاری بکنم که بعداً پشیمان نشوم و نگویم چرا این کار را انجام ندادم. زمان حال را به خاطر آینده سپری می کنم چون کاری که الان می کنم آینده ام را درست می سازد» دانش آموز دیگری در این رابطه بیان می کند «تمام لذت ها خوب نیستند. مثلاً یک سری از لذت ها باعث می شوند که عمر آدم تباہ شود. باید به آینده هم فکر کنی.» دانش آموز دیگری در رابطه با زمان حال بیان می کند که «من کلاً طوری هستم که بخشی از ذهنم برای آینده است و به نوعی استرس آینده را دارم.» بنابراین موضوع حال آینده نگر با فکر کردن به آینده در زمان حال، تلاش برای ساختن آینده و تشویق و نگرانی نسبت به آینده در زمان حال مفهوم دارد.

○ **گذشته:** بر اساس پاسخ های دانش آموزان زمان گذشته در سه مقوله گذشته منفی، پذیرش گذشته و گذشته مثبت طبقه بندی شد.

○ **گذشته منفی** نشان دهنده احساس پشیمانی و نگاه منفی نسبت به گذشته است. دانش آموزی از گذشته خود ناراضی بود و بیان می کند «کلاً از گذشته خوشم نمی آید.» دانش آموز دیگری می گوید «من اگر به گذشته برگردم خیلی کارها را انجام نمی دهم. اصلاً از گذشته ام راضی نیستم شاید این رشته را انتخاب نکنم، مدرسه قبلی ام را انتخاب نمی کردم. مسیرهایی که امدم را همیشه به این فکر می کنم که باید برگردم و درستش بکنم. گذشته ام را اصلاً مثبت نمی بینم» دانش آموز دیگری در رابطه با احساس پشیمانی اظهار می کند «گذشته منفی است چون کلاً حسرت کارهایی است که انجام نداده ام.» بنابراین موضوع گذشته منفی در احساس پشیمانی، احساس نارضایتی، سرکوب گذشته و برگشتن به گذشته برای جبران مفهوم دارد.

○ **پذیرش گذشته**<sup>۹</sup> نشان دهنده افسوس نخوردن، سازگاری و پذیرش اتفاقات تلخ و شیرین گذشته است. دانش آموزی در این باره می گوید «گذشته چیزی است که انجام شده است و امکان تغییر آن وجود ندارد و گذشته ام را پذیرفته ام.» دانش آموز دیگری نیز بیان می کند «گذشته را باید از ذهنمان بیرون بندازیم گذشته را فراموش کنیم، گذشته به هیچ درد ما نمی خورد و باید آن را همانطور که بوده است پذیرفت.» دانش آموز دیگری اظهار می

کند که «افسوس خوردن برای گذشته سودی ندارد.» دانش آموز دیگری بیان می کند که «در گذشته اتفاقات بدی برایم افتاده است که نباید خودم را سرزنش کنم و باید آنها را بپذیرم.» بنابراین موضوع پذیرش گذشته در افسوس نخوردن برای گذشته، سازش با گذشته و پذیرش اتفاقات تلخ و شیرین گذشته مفهوم دارد.

○ گذشته مثبت نشان دهنده احساس و ارزیابی مثبت دانش آموزان از گذشته است. دانش آموزی در این باره بیان می کند که «از گذشته یک سری خاطرات خوب و بد به یادم می آورم. الان گذشته را خوب ارزیابی می کنم ولی آن موقع احساسش نمی کردم که واقعاً میتواند خاطره خوبی برایم باشد ولی الان که فکر می کنم می بینم خاطرات قشنگی است.» دانش آموز دیگری نیز به این امر اشاره می کند و اظهار می کند «گذشته را باید کلاً مثبت ببینی حتی بخش منفی ها را چون می توانی از آن درس بگیری.»

بنابراین موضوع گذشته مثبت در احساس رضایت از گذشته، نداشتن فشار و دغدغه در گذشته، زندگی راحت در گذشته و ارزیابی مثبت اتفاقات تلخ گذشته مفهوم دارد.

### ● بحث و نتیجه گیری

○ «نگرش به زمان» به عنوان سازهای انگیزشی شناختی برای فهم ما از (فالت و همکاران، ۲۰۰۴) رفتارهای نوجوانان در حیطه های تحصیلی و اجتماعی از اهمیت بسیاری برخوردار است. در این پژوهش از رویکرد نظریه داده بنیاد (گلاسر و استراوس، ۱۹۶۷) برای بررسی احساسات و تفکرات و مفهوم سازیهای دانش آموزان نسبت به گذشته، حال و آینده جهت استخراج موضوع های مصاحبه استفاده شد.

○ در پاسخ به سؤال «معنای زمان» از دیدگاه نوجوانان، پاسخ های اکثر آنان در یکی از چهار مقوله «ساعت»، «فشار» و «محدودیت»، «ساخته ذهنی» و «استعاره بودن زمان» طبقه بندی شد. ملو و همکاران (۲۰۰۹) و مک کی و همکاران (۲۰۱۲) پژوهشی به منظور مفهوم سازی های نوجوانان از گذشته، حال و آینده انجام دادند. نتایج این پژوهش با بعضی از یافته های آنان همخوان و با بعضی از یافته های آنان مغایرت دارد. برای مثال، در پژوهش ملو و همکاران (۲۰۰۹) استفاده از قیاس برای توصیف زمان از دیدگاه نوجوانان بسیار استفاده می شود. اما استفاده از قیاس در مطالعه مک کی و همکاران (۲۰۱۲) به ندرت استفاده شد. در

مطالعه ما دانش آموزان بر استفاده از قیاس برای مفهوم سازی زمان تأکید داشتند اما قیاس هایی که مورد استفاده قرار گرفت با قیاس های پژوهش ملو و همکاران (۲۰۰۹) همخوانی ندارد. در پژوهش ملو و همکاران (۲۰۰۹) از زمان، رودخانه یا پنجره برای قیاس استفاده می کردند اما در پژوهش حاضر از «سفر»، «فیلم» و «زمین» برای قیاس استفاده کردند. به عبارت دیگر بر اساس این قیاس ها دیدگاه نوجوانان این بود که زمان چیزی است که همیشه وجود دارد و حرکت نمی کند و این ما هستیم که همیشه بر روی آن در حال حرکتیم.

○ «فشار و محدودیت زمان» یافته دیگر مطالعه حاضر است که همخوان با پژوهش مک کی و همکاران (۲۰۱۲) بود. دانش آموزان بر گران بها بودن زمان و از دست رفتن آن تأکید داشتند و آن را پدیده های محدود و غیرقابل برگشت می دانستند. یافته دیگر این پژوهش بحث درباره عدم باور به وجود زمان و ساخته ذهن بودن آن بود که در پژوهش مک کی و همکاران (۲۰۱۲) و ملو و همکاران (۲۰۰۹) به آن اشاره ای نشده است. نوجوانان زمان را پدیده ای وهمی، ساخته ذهن و روان انسان ها و قراردادی می دانستند چیزی که انسان ها آن را ساخته اند و این ما انسان ها هستیم که زمان ساز هستیم. در واقع از دیدگاه نوجوانان انسان ها زمان را برای مدیریت و تدوین برنامه های زندگی ساخته اند در غیر این صورت مفهوم واقعی و عینی به نام زمان که بتوان آن را اثبات یا درک کرد وجود ندارد. در پاسخ به سؤال مولفه های تشکیل دهنده نگرش به زمان در بین نوجوانان؛ نگرش دانش آموزان بر اساس سه دوره زمانی گذشته، حال و آینده مورد ارزیابی و بررسی قرار گرفت. نگرش به زمان شامل مضامینی است که نشانگر ارزیابی و احساسات دانش آموزان به آینده، حال و گذشته است. بر اساس پاسخ های نوجوانان هشت موضوع آینده مثبت، آینده منفی، حال لذت گرا، حال منفی، حال آینده نگر، گذشته منفی، پذیرش گذشته و گذشته مثبت استخراج شد.

○ بر اساس پاسخ ها دو موضوع «آینده مثبت» و «آینده منفی» برای دسته بندی ارزیابی های دانش آموزان نسبت به آینده به وجود آمد. نوجوانان در موضوع آینده مثبت، آینده را خوب ارزیابی می کردند و دیدگاه خوشبینانه و مثبتی نسبت به آن داشتند. دیدگاه نوجوانان برای آینده مثبت همخوان با پژوهش های آرنه (۲۰۰۲، ۲۰۰۷) و ملو و همکاران (۲۰۰۹) است. بر اساس موضوع آینده مثبت دانش آموزان بر برنامه ریزی برای ساختن آینده خوب در زمینه درس و کار، هدفمندی برای ساختن آینده، مفید بودن و سودمندی برای جامعه و

رشد و موفقیت شخصی در زمینه های تحصیلی، شغلی و ازدواج تأکید داشتند. بنابراین بر اساس موضوع، آینده مثبت، مثبت بودن آینده دانش آموزان در تحصیلات، شغل، ازدواج، رشد شخصی و سودمندی برای جامعه مفهوم دارد اما در موضوع «آینده منفی» نوجوانان با دید منفی به آینده نگاه می کردند و منفی بودن آن را در ناتوانی خود در ساختن آینده مثبت، مبهم بودن و غیرقابل پیش بینی بودن آینده و احساس ترس و تنیدگی نسبت به آینده می دانستند. دیدگاه نوجوانان برای آینده منفی همخوان با پژوهش ملو و همکاران (۲۰۰۹) است که در پژوهش خود به نتایج مرتبط با نگرانی و ابهام دست یافتند. اما با پژوهش مک کی و همکاران (۲۰۱۲) همخوانی ندارد. بنابر این در موضوع آینده منفی، منفی بودن آینده نوجوانان در مبهم بودن و غیرقابل پیش بینی بودن آینده و احساس ترس و تنیدگی نسبت به آینده مفهوم دارد. مبهم بودن و احساس ترس نسبت به آینده به دلیل نگرانی از شرایط کاری و اجتماعی - اقتصادی نامناسب می تواند باشد و اینکه فرد هیچ گونه عاملیتی برای مهار آینده خود ندارد.

○ در مقایسه با آینده نوجوانان مفهوم سازی های متنوع تری از زمان حال داشتند و دامنه پاسخ های آنان گسترده تر بود. ملو و همکاران (۲۰۰۹) در پژوهش خود دریافتند که مفهوم سازی زمان حال برای نوجوانان بسیار سخت بود. اما یافته مطالعه ما همخوان با شوموتکین (۱۹۹۱) و مک کی و همکاران (۲۰۱۲) نشان دادند صحبت کردن در مورد زمان حال و ابعاد آن برای دانش آموزان مسئله پیچیده ای نبود. در این پژوهش زمان حال بر اساس پاسخ های دانش آموزان در سه موضوع حال لذت گرا، حال منفی و حال آینده نگر دسته بندی شد. در موضوع حال لذت گرا جهت گیری به سوی لذت و ملاحظه کمتر پیامدهای آینده مورد توجه است. نوجوانان بیشترین تأکید را بر لذت بردن از زمان حال و عدم تکرار لحظه ها و در نتیجه عدم پشیمانی برای آن داشتند و اظهار می کردند آینده هیچ وقت نخواهد رسید و همیشه آینده ای وجود دارد و نباید حال را به خاطر آینده سپری کرد. پس باید زمان حال را با خوشی و عشق بگذرانیم.

○ در موضوع حال منفی نوجوانان بر احساس فشار، نارضایتی و احساس کسالت در زمان حال تأکید داشتند. آنان زمان حال را سراسر استرس دانسته و دوست داشتند که هر چه زودتر تمام شود تا تکلیف آنان مشخص شود در واقع می توان گفت که دچار یک نوع

سردرگمی بودند. عده ای دیگر نیز به دلیل نداشتن استقلال و تکراری شدن زندگی آن را کسل کننده می دانستند و احساس نارضایتی داشتند و دوست داشتند که زمان حال هرچه سریع تر تمام شود. این دیدگاه نسبت به زمان حال در نوجوانان از چند منظر قابل توجه است.

○ اول، بحث هویت در نوجوانان است در واقع نوجوانان به دلیل بحران هویتی که با آن مواجه هستند دوست دارند که زمان حال هر چه سریع تر به اتمام برسد و پاسخ خود را به سؤال من چه کسی و به دنبال چه چیزی هستم پیدا کنند. جنبه دیگر «فشار درسی» و «تحصیلات» و «انتظارات» مرتبط با آن است که نوجوانان در ایران به خصوص در رابطه با کنکور با آن مواجه هستند. در نهایت بحث «استقلال» است. نوجوانان به ویژه دختران در ایران با محدودیت های زیادی در رابطه با استقلال و تصمیم گیری برای گذران زمان مواجه هستند در واقع با ورود آنان به دانشگاه بسیاری از محدودیت ها برداشته می شود بنابراین نوجوانان دوست دارند که هرچه سریع تر این دوره به اتمام رسیده و وارد دانشگاه شوند. بنابراین با توجه به آنچه گفته شد موضوع حال منفی در گرو زمان به عنوان فشار، سردرگمی در زمان و محدود کردن فرد مفهوم دارد.

○ در موضوع «حال آینده نگر» بیشتر دانش آموزان زمان حال را با فکر کردن به آینده سپری می کردند و تنیدگی آینده را دارند و بخش زیادی از ذهنشان درگیر آینده است. این محتوای زمان حال از بعد تحصیلی و شغلی قابل توجه است. نوجوانان ایرانی در حال حاضر با پدیده بیکاری و روند افزایشی فارغ التحصیلان بیکار در جامعه مواجه هستند و اخبار مرتبط با این موضوع هر روزه از رسانه ها شنیده می شود. همین امر باعث می شود که نوجوانان بخش زیادی از ذهن خود را درگیر آینده کنند. در واقع این نوع آینده نگری در زمان حال بیشتر ناشی از ابهام و ترس از آینده است تا برنامه ریزی برای آینده.

○ بر اساس پاسخ های دانش آموزان گذشته در سه موضوع گذشته منفی، پذیرش گذشته و گذشته مثبت دسته بندی شدند. موضوع گذشته منفی نشان دهنده احساس پشیمانی و نگاه منفی نسبت به گذشته توسط نوجوانان است. ملو و همکاران (۲۰۰۹) و وروسچ و هکواسن (۲۰۰۲) نیز در پژوهش های خود دریافته اند که یک نوع احساس پشیمانی نسبت به گذشته در نوجوانان وجود دارد. مطابق با این موضوع نوجوانان از گذشته خود ناراضی بوده و آن را اصلاً مثبت نمی بینند و نسبت به گذشته خود احساس پشیمانی می کنند. در موضوع

پذیرش گذشته نوجوانان بر افسوس نخوردن برای گذشته، سازگاری و پذیرش اتفاقات تلخ و شیرین گذشته تأکید داشتند. مطابق با این یافته گذشته چیزی است که به اتمام رسیده است و آنها نمی‌توانند آن را تغییر دهند. بنابراین باید آن را بپذیرند و یا اینکه فراموش کنند و برای آن افسوس نخورند زیرا افسوس خوردن برای گذشته سودی برای آنها ندارد. به نظر می‌رسد که نوجوانانی که در رابطه با پذیرش گذشته صحبت می‌کردند جنبه روانشناختی تأثیرات گذشته را نادیده می‌گرفتند و خود را به عنوان انتخابگر اصلی و تعیین کننده ادامه زندگی خود می‌دانستند به عبارت دیگر می‌توان گفت که نوجوانان احساس عاملیت بالایی داشتند. موضوع گذشته مثبت بر احساسات و ارزیابی مثبت دانش آموزان از گذشته تأکید دارد. مطابق با این یافته ارزیابی مثبت دانش آموزان به دلیل خاطرات مثبت، درس گرفتن از گذشته، عدم قصد و نیت در بسیاری از رفتارها و نداشتن فشار و دغدغه بوده است.

○ پژوهش‌های گذشته «نگرش به زمان» را به صورت‌های مختلفی دسته‌بندی کرده‌اند. برای مثال یکی از مهمترین دیدگاه در این زمینه مربوط به *زیمباردو* (زیمباردو و بوید، ۱۹۹۹) است که اولین پرسشنامه جامع و عملیاتی شده مبتنی بر دیدگاه زمانی را طرح کردند که شامل پنج بعد گذشته مثبت، گذشته منفی، حال لذت‌گرا، حال تقدیری و آینده است. علاوه بر این پرسشنامه دیگری که برای اندازه‌گیری نگرش به زمان توسط *ملو و وورل* (۲۰۰۷) تدوین شده است شامل ۶ بعد «گذشته مثبت»، «گذشته منفی»، «حال مثبت»، «حال منفی»، «آینده مثبت» و «آینده منفی» است. نتایج این پژوهش ابعاد دیگری را برای سه دوره زمانی گذشته، حال و آینده به دست آورده است که شامل ابعاد آینده مثبت، آینده منفی، حال لذت‌گرا، حال منفی، حال آینده‌نگر، گذشته مثبت، گذشته منفی و پذیرش گذشته است. این یافته‌ها نقش بافت فرهنگی در نگرش به زمان را برجسته‌تر می‌کنند که با پژوهش‌های گذشته (مارکو و ساویکس، ۱۹۹۸؛ زلسکی، سایکون و کورک، ۲۰۰۱؛ داوز و فینچلسکو، ۲۰۰۲؛ ملو و همکاران، ۲۰۰۹؛ وورل، ملو و بوهل، ۲۰۱۲؛ لاگهی و همکاران، ۲۰۱۳؛ مککی و همکاران) در رابطه با تأثیر شرایط فرهنگی اجتماعی بر نگرش به زمان همخوانی دارد.

○ نتیجه دیگری که در این پژوهش به دست آمد این بود که نوجوانان هنگام صحبت کردن درباره دوره‌های زمانی تأکید زیادی بر «خود» داشتند در واقع یک نوع تمرکز بر خود در بحث‌های اکثر نوجوانان وجود داشت به طوری که هنگام بحث درباره دوره‌های زمانی

با نادیده گرفتن شرایط فرهنگی، اجتماعی، خانوادگی و اقتصادی بیشتر بر تصمیم‌گیری‌های خود در گذشته و توانایی‌ها و قابلیت‌های خود در آینده تأکید داشتند. علاوه بر این نوجوانان هنگام بحث در رابطه با گذشته تأکید زیادی بر دوران کودکی خود نداشتند و بیشتر به تجاربی با مرکزیت خود از گذشته اشاره داشتند و به تصمیمات و تجربه‌های که خود گرفته بودند اشاره می‌کردند در واقع تمرکز آنان بر دوره‌راهنمایی به بالا و بیشتر بر تجارب و تصمیمات دو سال گذشته آنان بود. البته نگاه به زمان حال نسبت به گذشته و آینده متفاوت بود و در بعد حال منفی بحران هویت و عدم استقلالی که با آن مواجه بودند بسیار برجسته بود. در بعد حال آینده نگر یک نوع احساس ابهام از آینده و ناتوانی در ساختن آینده به دلیل شرایط جامعه ایرانی برجسته بود. بنابراین هنگام بحث درباره‌گذشته و آینده تأکید بیشتر بر «خود» فرد بود و هنگام بحث در زمان حال نگرانی و استرس به خاطر شرایط اجتماعی و اقتصادی بیشتر مشاهده می‌شد. به طور کلی یافته‌های این مطالعه نشان داد که نگرش به زمان یک سازه وابسته به فرهنگ و دوره زمانی است و با نگرشی که نوجوانان در سایر بافت‌های فرهنگی دارند متفاوت است.



## یادداشت‌ها

1. time attitude
2. time perspective
3. grounded theory
4. pressure and limitation
5. mental construct
6. time as metaphor
7. hedonistic present
8. futurist present
9. past acceptance

## ● منابع

- خواستار، حمزه (۱۳۹۳). طراحی مدل خط‌مشی‌گذاری برای تأمین امنیت فضای تبادل اطلاعات. پایان‌نامه

دکتری. دانشکده مدیریت دانشگاه تهران.

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. *Social Indicators Research*, 106(1), 41-59.

Arnett, J. J. (2000). High hopes in a grim world emerging adults' views of their futures and "generation X". *Youth & Society*, 31(3), 267-286.

Arnett, J. J. (2007). Emerging adulthood: What is it, and what is it good for?. *Child Development Perspectives*, 1(2), 68-73.

Bandura, A., (1997) *Self efficacy: The exercise of control*. New York: Freeman.

- Becker, B. E., & Luthar, S. S. (2002). Social-emotional factors affecting achievement outcomes among disadvantaged students: Closing the achievement gap. *Educational Psychologist, 37*(4), 197–214.
- Bowling, A. (2014). *Research methods in health: Investigating health and health services*. McGraw-Hill Education (UK).
- Buhl, M., & Lindner, D. (2009). Time perspectives in adolescence: Measurement, profiles, and links with personality characteristics and scholastic experience. *Diskurs Kindheits- und Jugend Forschung, 2*, 197 – 216.
- Carelli, M. G., Wiberg, B., & Wiberg, M. (2011). Development and construct validation of the Swedish Zimbardo Time Perspective Inventory. *European Journal of Psychological Assessment, 27*(4), 220.
- Dawes, A., & Finchilescu, G. (2002). What's changed? The racial orientations of South African adolescents during rapid political change. *Childhood, 9*(2), 147-165.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity, youth and crisis*. New York: Norton.
- Fioulaine, N., Apostolidis, T., & Olivetto, F. (2006). Pre 'carite' et troubles psychologiques: l'effet me' diateur de la perspective temporelle. *Cahiers internationaux de Psychologie Sociale, 72*, 51–64.
- Jones, J. M., & Brown, W. T. (2005). Any time is Trinidad time! Cultural variations in the value and function of time. *Understanding behavior in the context of time: Theory, research, and application*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, 305-323.
- Kvale, S. (1996). *Interviews: An introduction to qualitative research interviewing*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Laghi, F., Baiocco, R., Liga, F., Guarino, A., & Baumgartner, E. (2013). Identity status differences among Italian adolescents: Associations with time perspective. *Children and Youth Services Review, 35*(3), 482-487.
- Laguette, V., Apostolidis, T., Dany, L., Bellon, N., Grimaud, J. C., & Lagouanelle-Simeoni, M. C. (2013). Quality of life and time perspective in inflammatory bowel disease patients. *Quality of Life Research, 22*(10), 2721-2736.
- Levine, R. V., West, L. J., & Reis, H. T. (1980). Perceptions of time and punctuality in the United States and Brazil. *Journal of Personality and Social Psychology, 38*(4), 541.
- Levine, R., & Wolff, E. (1985). Social time: The heartbeat of culture. *Psychology Today, 19*(March), 29-35.
- Lewin, K. (1942). Time perspective and morale. In G. Watson (Ed.), *Civilian morale* (pp. 48-70). Oxford, England: Houghton Mifflin.



- McCabe, K., & Barnett, D. (2000). First comes work, then comes marriage: Future orientation among African American young adolescents\*. *Family Relations*, 49(1), 63-70.
- McInerney, D. M. (2004). A discussion of future time perspective. *Educational Psychology Review*, 16(2), 141-151.
- McKay, M. T., Cole, J. C., Sumnall, H. R., & Goudie, A. J. (2012). Framing health messages for adolescents: Should we use objective time periods, temporal benchmarks, or both?. *Journal of Youth Studies*, 15(3), 351-368.
- Mello, Z. R., & Worrell, F. C. (2006). The relationship of time perspective to age, gender, and academic achievement among academically talented adolescents. *Journal of the Education of the Gifted*, 29(3), 271-289.
- Mello, Z. R., Bhadare, D., Fearn, E. J., Galaviz, M. M., Hartmann, E. S., & Worrell, F. C. (2009). The window, the river, and the novel: Examining adolescents' conceptions of the past, the present, and the future. *Adolescence*, 44, 539-556.
- Mello, Z. R., Finan, L. J., & Worrell, F. C. (2013). Introducing an instrument to assess time orientation and time relation in adolescents. *Journal of adolescence*, 36(3), 551-563.
- Nuttin, J., & Lens, W. (1985). *Future time perspective and motivation: Theory and research method*. Leuven & Hillsdale, NJ: Leuven University Press and Erlbaum.
- Piaget, J. (1955). The development of time concepts in the child. In P. H. Hoch, & J. Zubin (Eds.), *Psychopathology of childhood* (pp. 34-44). New York, NY: Grube and Stratton.
- Shmotkin, D. (1991). The role of time orientation in life satisfaction across the life span. *Journal of Gerontology*, 46(5), P243-P250.
- Strauss, A. & Corbin, J. (1990). *Basics of qualitative research: Grounded theory procedures and techniques*, Sage, Newbury Park, CA.
- Weiner, B. (1986). *An attributional theory of motivation and emotion*. New York: Springer-Verlag.
- Worrell, F. C., & Mello, Z. R. (2007). The reliability and validity of Zimbardo Time Perspective Inventory scores in academically talented adolescents. *Educational and Psychological Measurement*, 67(3), 487-504.
- Worrell, F. C., & Mello, Z. R. (2009). Convergent and discriminant validity of time attitude scores on the adolescent time perspective Inventory. *Diskurs Kindheits-und Jugendforschung*, 4(2).
- Worrell, F. C., Mello, Z. R., & Buhl, M. (2013). Introducing English and German versions

- of the Adolescent Time Attitude Scale. *Assessment*, 20(4), 496-510.
- Zeleski, Z., Cycon, A., & Kurc, A. (2001). Future time perspective and subjective well-being in adolescent samples. In P. Schmuck, & K. M. Sheldon (Eds.), *Life goals and well-being: Towards a positive psychology of human striving* (pp. 58–67). Gottingen, Germany: Hogrefe & Huber Publishers.
- Zimbardo, P. G., & Boyd, J. N. (1999). Time perspective: A valid, reliable, individual-differences metric. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77, 1271–1288.
- Zimbardo, P. G., & Boyd, J. N. (2008). *The time paradox*. New York, NY: Free Press.

