

تكييف قائمة زيمباردو لمنظور الزمن للغة العربية

Zimbardo Time Perspective Inventory (ZTPI) Arabic version

سليمان جارالله ؛ محمد الصغير شرفي - علم النفس - الجزائر

s_djarallah@yahoo.fr

ملخص

بناء مفهوم الزمن يتولد من العمليات المعرفية، وهو من الأبعاد الأساسية في علم النفس الزمن، فمن خلاله يصنف الإنسان تجاربه في أطر أو أنساق معرفية زمنية (ماضي و حاضر و مستقبل) لها تأثير على القرارات التي يتخذها و السلوكات التي يقوم بها. و هدفت هذه الدراسة إلى تكييف أداة لقياس منظور الزمن إلى اللغة العربية، المتمثلة في " قائمة زيمباردو لمنظور الزمن (ZTPI) " (زيمباردو و بويد. 1999. Zimbardo et Boyd)؛ التي يمكن بواسطتها تقييم درجة اعتماد الفرد على أبعاد هذه الأطر الزمنية. فقد كشفت العديد من الأبحاث الخاصة بعلم النفس الإجتماعي و الصحة النفسية عن وجود علاقة بين منظور الزمن و السلوكات التي تكمن فيها أخطار صحية.

شملت عينة الدراسة (318) فردا من الطلبة الجامعيين، و بينت نتائج التحليلات الإحصائية أن القائمة في صورتها باللغة العربية تتمتع بصدق و ثبات مقبول. و أظهر التحليل العاملي الكشفي نفس تركيبة العوامل التي وردت في القائمة الأصلية، المتمثلة في الأبعاد الخمسة للقائمة (الماضي الإيجابي، الماضي السلبي، الحاضر الممتع، الحاضر الختمي، المستقبل). كما بينت نتائج هذه الدراسة أنه لا توجد علاقة بين الأبعاد الخمسة التي تقيسها هذه القائمة و كل من متغير الجنس و المستوى الاقتصادي العائلي.

تتيح لنا نتائج الدراسة توفير أداة لقياس منظور الزمن لإجراء أبحاث ميدانية في مجال العلوم النفسية العربية و دراسة علاقته ببعض المتغيرات الشخصية التي ترتبط بأخطار صحية.

الكلمات المفاتيح: منظور الزمن، قائمة زيمباردو لمنظور الزمن، البيئة العربية، التحليل العاملي الكشفي.

Abstract

The construction of psychological time emerges from cognitive processes partitioning human experience into past, present, and future temporal frames, which affects decision making and subsequent actions. The aim of this study was to validate Arabic language version of the ZTPI (Zimbardo and Boyd, 1999). Different studies revealed a link between time perspective (TP) and risk taking in the field of health..

The sample consists of 318 Algerian university students. The statistic analytic of these results attests the stability and reliability of the construct measured by the ZTPI scale in this Arabic language version. The exploratory factor analysis revealed an analogous factorial structure with the principal validation of the ZTPI scale, indicating that all the five time perspective dimensions can be identified : Present-Hedonistic, Past-Negative, Future, Past-Positive and Present-Fatalistic. And, the present study didn't indicate the presence of any relationships between the ZTPI scales and both gender and family economic status.

The results of this validation in Arabic language allows us a multidimensional inventory for measuring the TP, and to conduct field research in health psychology, in a multiple applications of the correlates of this variable with risky behaviors.

Keywords: Time perspective, Zimbardo Time Perspective Inventory ZTPI, Arabic language, exploratory factor analysis.

1- مقدمة

طابع الزمن، وتشغل بصورة مجردة الحياة الذهنية للأفراد في إطار وحدة موقفية محددة^[34]. هذا المنظور هو موجه إما نحو الماضي أو نحو المستقبل أو التركيز والإبقاء على حاضر يستدعي التعامل معه آنياً.

ويرى (ثيوبوت، Thiébaud, 1996) أن "استقراء و تحليل دور الزمن في عملية الإدراك و السلوكيات الفردية و الجماعية يوضح مدى التأثير الجوهري لهذا البعد في الأشكال أو الصيغ المعرفية أو الأفعال السلوكية التي توجه التفاعلات بين الفرد ومحيطه"^[42]. و أشار (أوبنهايم 1996 Oppenheim) إلى أن "العلاقة بالزمن هي بعد أساسي في الإجراءات التي يقوم بها الفرد والتصورات المصاحبة للمرض و علاجه"^[35]. كما أشار كل من (أتكنسون ، Atkinson 1957 ؛ ستريكلاند وآخرون، Strickland et al. 1966 ؛ فينجرمان ك، Fingerman, K. 1995 ؛ تاب و تاركينيو و سورديس-آر، Tap, P., Tarquinio, C., Sordes-Ader, F., 2002) أن "التوجه الزمني يعتبر عامل محدد في طريقة مواجهة الخطر"^[22,21,39,8].

يقترح أغلب الباحثين في موضوع منظور الزمن، ضرورة اعتبار وجود سجلات زمنية (ماضي، حاضر، مستقبل) تحوي أبعاد متعددة، تختلف حسب المتغيرات الاجتماعية و الديموغرافية (الجنس، السن، المستوى الثقافي، المستوى الاقتصادي). لذلك فإن دراسة متغير منظور الزمن ذو أهمية كبيرة في إطار البحوث النفسية الاجتماعية التطبيقية. فهو المحدد لإرتباط المتغيرات الشخصية و تفضيل التوجهات نحو بعض الأبعاد التي يكمن فيها خطر على الصحة. و تأكدت صحة هذه النظرية من خلال عدة دراسات و البحوث الخاصة بتقنين قائمة زمباردو لمنظور الزمن وترجمته إلى عدة لغات. و اعتماد أبعاد التركيبية مثل الإمتداد و التوجه من جهة و العلاقة بين السجلات الزمنية؛ و أبعاد المحتوى مثل التناسق و كثافة الموضوع و الموقف منه.

كما خلصت الدراسات الميدانية المختلفة إلى كون منظور الزمن يرتبط بالتفضيل المعرفي لدى الفرد ، و يمثل الطريقة التي تقسم بها مجريات الأحداث المدركة والخبرة داخل أطر زمنية (الماضي، والحاضر والمستقبل) وفي أبعاد متعددة (ماضي إيجابي، ماضي سلبي، مستقبل، حاضر ممتع، حاضر حتمي)، و تعبر عن الحالة النفسية والسلوكية و الإنفعالية و العلائقية، و لمعرفة مدى تفضيل اعتماد سجل بصورة أكثر أو أقل من سجل آخر في بناء السلوك لدى الفرد قام العديد من الباحثين بإعداد استبيانات و بناء اختبارات نفسية لقياس درجات اعتماد السجلات الزمنية و أبعادها.

تتوفر أدوات عديدة خاصة بالبيئة الأنجلوسكسونية، و أهمها: قائمة منظور زمن المستقبل، (هيمبرغ، Heimberg، 1963)؛ سلم الوضعية الزمنية (كالبريسي و كوهان، Calabresi et Cohen، 1968) وهي أداة تتكون من أربعة أبعاد هي: قلق الوقت، تطويع الوقت، امتلاك الوقت، مرونة الوقت. اختبار الدوائر الذي صممه (كوتل. ت، Cottle, T، 1967، 1976)^[17, 16] لمعرفة العلاقة بين الماضي و الحاضر و المستقبل كما يدركها الفرد؛ حيث يقوم المفحوص برسم ثلاث دوائر (دائرة واحدة لكل بعد زمني)، يعبر من خلالها لرؤيته للعلاقة بين هذه الدوائر التي تعبر في نفس الوقت عن العلاقة بين الأبعاد الزمنية. سلم ديلتري لمنظور زمن المستقبل (ديلتري، لانجر ، Daltrey ; Langer، 1984)^[18]. استبيان بنية الزمن (فيث و بوند، Bond et Feather، 1988 (TSQ))^[12] و يتكون من 26 بنداً، يقيس شدة احساس الفرد بالوقت.

من بين الأدوات الأكثر استعمالاً والمتعددة الأبعاد قائمة زمباردو لمنظور الزمن، (ZTPI)، (Zimbardo Time Perspective Inventory)، التي أعدها كل من (زمباردو و بويد ، Zimbardo et Boyd ، 1999)^[44].

يعتبر مفهوم الزمن من عقد التكوينات المعرفية المجردة التي يتساءل عن ماهيتها كل الباحثين و الناس عموماً. التأمّلات الفلسفية حول الزمن كانت محور العديد من الدراسات القديمة و الحديثة، و انتقل الإهتمام به أيضاً إلى مجال العلوم النفسية و الاجتماعية. و أصبح من بين اهتمامات أغلب المدارس النفسية. و يشغل مكانة أساسية في العلاقات بين الأفراد و المجتمعات ولدى الفرد أو المجتمع نفسه و مع محيطهم البيئي أيضاً.

ورد في لسان العرب (لابن منظور)^[1] تحت كلمة زمن ما يلي: الزمن والزمان اسم لقليل الوقت أو كثيره. و يعرف في قاموس (أوكسفورد) الإنجليز، بأنه: التقدم المستمر وغير المحدّد للوجود وللأحداث في الماضي والحاضر والمستقبل كمنظومة واحدة. و مفهوم الزمن الذي يسميه (بيرجسون، Bergson، 1948)^[11] الوقت " زمن لا يمكن ملاحظته لكن ندره بالحس"^[11]. بينما استعملت كلمة "منظور" لنعبر بها عن نظرة الفرد إلى نشاط ما و تميز نوعية توجه نظرته لتلك الحالة المنظورة بصفة شاملة من أجل استقراءها؛ فهي التي تدل على إحدى الموصفات الجوهرية للحالة التي هي قيد الفحص.

يدل مصطلح منظور الزمن خاصة على دراسة حالة تصور المستقبل، و في السنوات العشرين الأخيرة أخذت الدراسات منحى توظيف منظور الزمن ليشمل السجلات الزمنية الثلاثة (الماضي، الحاضر، المستقبل). ففي علم النفس و علم النفس الاجتماعي و علم النفس التربوي، و وضع هذا المفهوم ليبدل على نوعية توجيه عملية البحث التي ينظر بها الفرد إلى المعلومات من حيث تتأغمها وتتأسقها الزمني التي يوظفها وفق تقديراته المعرفية و ارضانه للفكرة لتظهر على شكل سلوك. هذا التقدير و الإرضان يؤدي إلى تصنيف نسبي لمختلف محتويات الأفكار التي سيعتمدها الفرد من حيث كونها سمة أو حالة تدل على الماضي أو الحاضر أو المستقبل. بذلك، يمكن القول أن منظور الزمن لدى الشخص نحو حالة ما، هو تقدير مدى اتجاهه نحو سجل زمني ما، من أجل توظيف محتوياته في اتخاذ قرار ما.

ما زالت هناك صعوبة كبيرة في عملية ارضان و توظيف مفهوم الزمن كمؤشر للقياس في علم النفس؛ و مع تظافر جهود علماء من ميادين مختلفة (كانت، 1781/1965، Kant ؛ ويليام جيمس، William James، 1950/1890 ؛ هيدغر، Heidegger، 1927 ؛ هيسرل ، Husserl، 1964 ؛ لوين، Lewin، 1942؛ ب فراس 1963، 1967، P.Fraisse)، أسسوا مفهوم علم النفس الزمن، مما أعطى زخماً علمياً لهذا المفهوم. و ظهرت دراسات حول منظور الزمن و تناولته البحوث النفسية و الاجتماعية بالمزيد من التوسع فيه من الناحية النظرية والتجريبية. و يشير (ب. فراس، Fraisse.P. 1967) بأن "الزمن يدل على ما يحمله الفرد للأحداث التي عايشها و التي تمتزج فيها فكرة نبوية للزمن مما يمنح له إحساس تصوري و خلق علاقة خاصة سليمة أو مرضية مع السيرورة الزمنية في أبعادها الثلاثة"^[23]. لذلك هذا النشاط يختلف من فرد لآخر وحسب النشاط الموقفي.

تعتبر دراسات (لوين، Lewin، 1942) انطلاقة واضحة المعالم للدراسات الحديثة حول منظور الزمن، و قد عرفه بأنه " مجمل نظرة الفرد للحظة محددة حول مستقبله وعن ماضيه النفسي"^[31]. مفهوم منظور الزمن يشمل عموماً الأفكار المعبرة عن رأي الفرد و توجهاته والمواقف التي تعود إلى السجلات الزمنية الثلاثة التي تحدد سلوكه. كما قدم (نيتين، Nuttin، 1979) تعريفاً لمنظور الزمن، و اعتبره " مجموعة من المعالم ذات الطابع الاجتماعي، التي تكون النسيج القاعدي للخبرات الماضية عند الفرد"^[33]. ثم اقترح (نيتين، Nuttin، 1980) تعريفاً آخر لمنظور الزمن أكثر تحديداً، وهو " تشكيل مواقع زمنية للأشياء > الأشياء-الأهداف<، التي لها

أنه حالة التصور و توظيف السجلات الزمنية الثلاثة، و التوسع و بناء عملية التوجه نحو الماضي و المستقبل، و التحكم المعرفي في التخطيط و الإنتظار، ثم التسلسل المنطقي للذكريات؛ التي يكتسبها الطفل في مرحلة الطفولة المتأخرة. بالتالي فهي بناء لمفهوم معرفي.

هذا المتغير النفسي الفردي يعود بناءه إلى النشأة الاجتماعية للأفراد و كيفية تطور أفكارهم حول مفهوم الزمن و دوره المحدد في العمليات المعرفية، التي تدل عليها السلوكيات الإنفعالية و القصدية أو الهادفة. رغم كونه تركيبية عرضية أي غير ذاتية لعلاقة بين الواقع و المجتمع، فإن إدراك و توظيف مفهوم الزمن هو موضوع ارضان نشط من طرف الأفراد أو الجماعات و يتم بناءه في عمليات التصور الذهني. و يتكون أمثال الصورة الذهنية للمفهوم و فق وجهات نظر متعددة: فهو عبارة عن حالة التغير و تسلسل الذكريات عند (لويين، 1942، Lewin)^[31]، في حين يرى (فرايس، 1967، Fraisse) ^[24] أن ترتيب و تنسيق الأفعال زمنيا هو تكيف، بينما يمثل مفهوم منظور زمن المستقبل بالنسبة لـ (دو فولدر و لانس، 1982، De Volder et Lens)^[19] حالة التحفيز.

وفقا للمقاربة الاجتماعية المعرفية للزمن النفسي التي وضعها (لويين 1942، Lewin)، و من خلال مفهوم "منظور الزمن"، الذي يشمل فيه مصطلح "المنظور" ما يُعبر عنه "وجهة النظر" أي حالة التوجه نحو معلومات في سجل زمني (ماضي، حاصر، مستقبل)، و أن المواقف تجعل الفرد يتوجه نحو هذه السجلات التي تدل عليها سلوكيات الفرد. لقد أوضحت أعمال (زيمباردو) المميزة (زيمباردو، كوغ، بويد، 1997، Zimbardo, P., Keough, K. & Boyd J. 1997؛ زيمباردو، بانديرا، 1999، Zimbardo, P.G., Boyd, J.N., 1999؛ إيبال، بانديرا، زيمباردو، 1999، Epel, S.E., Bandura, A., & Zimbardo, P. 1999) التي تدخل ضمن هذه المقاربة، أن "طريقة تفاعل الخبرات مرتبطة معرفيا بأنواع سجلات الأزمنة و الأثر الراسخ للخبرات". التي من خلالها أوضح الفروقات الفردية في منظور الزمن وعلاقته بالمتغيرات الشخصية و الديموغرافية و الاجتماعية و دوره في الإضطرابات النفسية. وخلص إلى نتائج مفادها أن منظور الزمن له دور في التنبؤ بالسلوكيات المنحرفة و الخطيرة على الفرد و على المجتمع. و كما أشار (رودريغز-توم، 1980، Rodriguez-Tome) في دراساته المتعددة حول دور مفهوم الزمن في بناء شخصية الفرد، و أنه يعتبر من المفاهيم الأساسية التي لها دور في تكوين شخصية الفرد "بعد الزمن له دور من حيث تعلم و اكتساب السلوكيات الصحية الفردية و الجماعية".^[37]

منظور الزمن هو تصور نفسي معرفي يعبر بشكل أساسي على النظام المعرفي لدى الإنسان، وعلى وجه الخصوص منظور زمن المستقبل الذي يعرفه (نيتين، 1980، Nuttin) بأنه "عمق المعرفة المتحررة من كل موقف الذي يستند إليه للتخطيط مسبقا لسلوكيات موجبة للحفاظ على البقاء"^[34]. و رغم كونه تركيبية عرضية "غير ذاتية" لعلاقة مع الواقع و المجتمع، فإن العلاقة بالزمن هي موضوع ارضان نشط من طرف الأفراد أو الجماعات و يتم بناءه في عمليات التصور الذهني. انطلاقا من مقاربة (لويين)، و وضع زيمباردو نظريته حول "قياس منظور الزمن ZPTI". و تعتبر هذه النظرية أن منظور الزمن محوري في العمليات المعرفية الأساسية عند الفرد و في علاقاته بالمحيط الاجتماعي. رغم كونه يعبر عن شكل غير واعي لما يجري من مظاهر سلوكية يديها الشخص ولخبرات اجتماعية عايشها، إلا أن لها إطار زمني يمكن وضعها فيه و تصنيفها ضمن هذا المنظور وهو ما تعبر عنه عبارات بنود القائمة. و أن هذا التأطير المعرفي يعكس نماذج و ظيفية متكررة ذات بعد زمني يدل على شكل سيروية حياة الأفراد. عملية الترميز و التخزين في الذاكرة و استعادة

نظرا لقدرتها على الإحاطة بمنظور الزمن في أبعاده المتعددة، و بحكم نتائج عمليات تكييفها إلى لغات عديدة، و تطبيقاتها المتعددة في إشكاليات البحوث المرتبطة بالأخطار الصحية أو لدراسة الفروق الفردية إلى غير ذلك من العلاقات بالعوامل النفسية و الاجتماعية المختلفة و أهمية تطبيقاتها في ميدان علم النفس التربوي. إضافة إلى اعتماد منظور الزمن في العلاج النفسي (زيمباردو، 2002، Zimbardo؛ زيمباردو، رشارد، روزماري، 2008، Zimbardo, P., Richard, S., With Rosemary, S. 2008)^[46, 45].

لذلك ارتأينا ترجمتها و تقنينها للغة العربية، لتضاف إلى أدوات قياس منظور الزمن في البيئة العربية. من بينها الإختبار الإسقاطي "إختبار رسم الزمن" (إ.ك. موسون E. K. Moussong) الذي قام بترجمته (محمد أحمد النابلسي، 1994)^[5] و مقياس منظور زمن المستقبل (السيد عبد الدايم عبد السلام، 1995)^[4] و استبيانات أخرى. كما أعتدنا على المصطلحات النفسية الواردة في بحثهم. كما قمنا بدراسة علاقة الأبعاد الخمسة التي تقيسها قائمة زيمباردو بمتغيري الجنس و متغير المستوى الإقتصادي الذي تم تصنيفه إلى ثلاث مستويات منخفض و متوسط و مرتفع.

2- الخلفية النظرية

إن تنظيم الزمن لدى الفرد هو من تنظيم زمن بيولوجي و زمن نفسي، الذي هو زمن من افرازات النظام الاجتماعي بما في ذلك ثقافته لمفهوم الزمن. كل ذلك، يدخل ضمن البنية الشخصية و اكتساب منظور زمن. ففي جانب الزمن الأحيائي، فهو زمن الخلية التي تنمو و زمن دقات القلب و زمن مرحلة الطفولة التي تبحث عن مستقبل لها، و زمن الكهولة التي تبحث عن الحفاظ أو استعادة الزمن من جديد، إلى زمن الشيخوخة التي تفقد القدرة على ترميم جيد لقدراتها البيولوجية؛ فهو زمن يخص الكائن البيولوجي الحي. كونه يجري و لا يمكن استرجاعه أو اللحاق به، ماضٍ منقرض و حاضر مهم و جوهري و مستقبل محدد بدقة. و في جانب الزمن النفسي، حيث الجهاز النفسي ينمو و يتطور بفضل الإدراك الحسي للفرد، ليبنى العلاقات الحسية و المجردة ما بين العقل و وظائف أعضاء الجسم و العالم الخارجي. هذه القدرة الإدراكية، تسمح للإنسان أن يميز السلوك الذي يقوم به، فهو يربط ذكريات الماضي و فعل الحاضر و التوجه نحو المستقبل. أما الزمن الاجتماعي فهو يتأسس في ضوء أنواع الدوريات و الإيقاعات في الظواهر الطبيعية (الليل و النهار، الفصول، السنوات) و التفاعلات الاجتماعية (فترات العمل و الراحة، الأعياد الدينية و الوطنية) إلى غير ذلك؛ ليستخلص مفهوم أو قياس مشترك للزمن.

1-2- تأسيس مفهوم منظور الزمن

إدراك مفهوم الزمن يبدأ تأسيسه مع نمو الذكاء الحسي الحركي، و يعتبره (بياجيه، 1946، Piaget) بأنه تتناسق للحركات، حيث الترتيب الزمني يتداخل مع حركات الانتقال. الزمن هو بناء، و أن المواقف الزمنية هي مولدة للزمنية و للغة دور رئيسي لدى الطفل، فهي تسمح له بتحويل المفاهيم الذاتية إلى مفاهيم عملية.^[36]

بينما نجد (ب. فرايس، 1974، P. Fraisse) يحيد عن نظرة "بياجيه" حول هذه النقطة ليؤسس فكرة جديدة حول الموضوع و يميز بين "الأفق الزمني" و "مفهوم الزمن"، فالطفل يقدر الفترة قبل أن يتصور مفهوم الزمن، أي قبل أن يكون قادرا على القيام بالبناءات العملية المعرفية. ولقد وضّح (فرايس) كيف أن (بُعد المستقبل و بُعد الماضي، لدى الطفل لهما نفس الحركية و هما في نفس الوقت عبارة عن حاضر في ذلك السلوك الأني، لأن المستقبل المرغوب هو الذي يرتب الحاضر)^[24]. و أوضح أن الأفق الزمني لدى الطفل ينمو بالتوازي مع نمو وحدة الشخصية الذاتية. بينما تتوافق نظرة كل من (بياجيه و فرايس) حول إدراك و فهم الزمن و

- بعد "الماضي السلبي": يدل على النظرة السلبية للماضي، يتميز بالتوجه نحو تنشيط العواطف والمشاعر السلبية المرتبطة بالماضي، وما يجذب التوجه نحو هذا البعد، الشعور بحاجة إلى التعبير عنها بمعلومات من محتويات سجل الماضي في جانبه السلبي. وبالتالي تأثيره على الحالة النفسية المولدة لحالة التوتر والقلق (مثلاً: "من الصعب علي نسيان مشاهد غير سارة من مرحلة شبابي"). يحتوي هذا البعد على 10 بنود.

- بعد "المستقبل": هو حالة التوجه نحو تحقيق الأهداف المستقبلية التي يتصورها الفرد و يخطط من أجل تحقيقها. وتدل عليها البناءات المعرفية النوعية المرتبطة بالأهداف المستقبلية، والتي تنمو فيها الحاجات بصفة عامة. كما يعتبره آخرون بأنه سمة تسبب الأحداث التي يراها الشخص في المستقبل، وتتميز بتوقيت وترتيب الأهداف التي يسعى الفرد للوصول إليها، وما يجذب التوجه نحو هذا البعد الدوافع التي لها أساس في الماضي وترتبط بقيمة الهدف لدى الفرد الذي يرسمه، بفضل قدرة التصور وتخيل أحداث المستقبل. (مثلاً: "أنجز مشاريعي في الوقت المحدد بالتقدم خطوة بعد خطوة"). ويتضمن 13 بنوداً.

- بعد "الحاضر الممتع": يدل على البحث عن أحاسيس مؤثرة و ممتعة، التي تغطي على حاضر الشخص. وما يجذب التوجه نحو هذا البعد تحقيق الرغبات الذاتية الأنيبة، و يتركز على خصائص الموقف الحاضر، تُعبر عنه وضعية الإنقياد و البحث عن الأحاسيس الممتعة. (مثلاً: "أفضل أن أعيش يومي كما لو أنه آخر يوم في حياتي"). ويشمل هذا البعد على 15 بنوداً.

- بعد "الحاضر الحتمي": هو سمة اتخاذ وضعية معالجة الموقف حسب ما يقتضيه الأمر أو الإنقياد و الإستسلام و الاعتقاد بحتمية وقوع الأحداث التي تحصل في الحاضر. و ما يجذب التوجه نحو هذا البعد هو التعصب بخلفية عقائدية دون البحث عن التبريرات لما يحصل، و هو الدور الذي يلعبه خاصة هذا السجل في تأثيره على المعنى المولد لحالة تقييم حصول المواقف الحاضرة حتمياً. (مثلاً: "القضاء و القدر يحدّد الكثير من الأشياء في حياتي"). ويشمل هذا البعد 9 بنود.

القائمة الأصلية لهذا الاختبار باللغة الأنكليزية الواردة في "Journal of Personality and Social Psychology 77 (n° 6), 1271-1288. [44]. تتميز بصدق المحتوى الذي تقيسه القائمة و ثبات تركيبة الأبعاد الخمسة، التي خلصت إليها التحاليل الإحصائية الدقيقة (التحليل العامل الكشفي و التحليل العامل التأكدي) و هو ما أثبتته العديد من الأبحاث العلمية التي اعتمدت على هذه القائمة (ZTPI) و تطبيقاتها في مجتمعات مختلفة (إيبال، باندورا، زمباردو، 1999، Epel, Bandura, Zimbardo., 1999؛ كلينجمان، Klingemann, 2001؛ براندلر و رمسيار، Brandler et Ramsayer, 2002؛ فيولان، Fioulaine, N, 2005؛ بويد و زمباردو، Boyd & Zimbardo, 2005؛ ناسيانو، ملفانت، Taciano.L, Milfont 2006؛ سيركوف و آخرون؛ Sircova et al., 2008).

بعد تقنين الصورة الأصلية، أوضحت العديد من هذه الدراسات أن قياس منظور الزمن باستعمال قائمة زمباردو لمنظور الزمن (ZTPI) يبنى بالسلوكيات التي تكمن فيها الخطورة الصحية و السلوكيات الوقائية في العديد من الحالات. كما ورد ذكر دراسات عن (زمباردو و بويد 1999) تؤكد ذلك، منها دراسة حول السلوكيات الصحية لدى المراهقين "ماهون و آخرون، 2000، Mahon et al"، و عن الأفعال التي يكمن فيها خطر صحي و المرتبطة بمرض نقص المناعة "هيتون و آخرون، 1999، Hutton et Read (Rothspan et Read)، و أخرى حول استهلاك المواد المنشطة (كوغ و آخرون، 1999، Keough et al)؛ ولس و آخرون، 2001، Wills et a).

الخبرات منها، لها دلالة معرفية، حيث الأماني تمثل الأهداف و المخططات المستقبلية التخيلية. و بين البناءات النفسية المجردة للماضي الذي نقضى و الأحداث المستقبلية المرجوة، يوجد الحاجز المتمثل في التصور التطبيقي للحاضر.

أما في المقاربة المعرفية الاجتماعية الحديثة من بينها نظرية (ألبيروت باندورا . 1997 Bandura. A.) حول فعالية الذات، التي يشير فيها إلى تأثير السجلات الزمنية الثلاثة في التنظيم الذاتي للسلوك، و يعتقد بأنها فعالة "و أنها تأسست انطلاقاً من الخبرات السابقة و التقييمات الحاضرة لأهداف مستقبلية"^[9]. بينما دراسات علم النفس الشيخوخة (كرستانسن؛ اسحاقفيتش؛ شارلز؛ كرسانسن. 1999 Carstensen؛ Isaacowitz؛ Charles) أوضحت أن "عامل الزمن له دور أساسي في اختيار و مواصلة تحقيق الأهداف الاجتماعية، و يتضمن ذلك الأهمية الكبرى لدور الإنفعال و التحفيز و الثقافة"^[28].

افترض (زامباردو و بويد) أن البناء النفسي للماضي و سبق أحداث المستقبل يكمن فيهما التصور الملموس و التطبيقي للحاضر. و استناداً إلى أعماله الكثيرة، خاصة منها (زمباردو و كوغ و بويد، Zimbardo, P. G., Keough, K. A., & Boyd, J. N. 1997؛ زامباردو و بويد، Zimbardo et Boyd, 1999؛ بويد، زمباردو، 1999، Boyd, J., Keough, K., Zimbardo (K.)^[29,44, 43] و حسب وجهة نظرهما، فإن الفرد يقرر القيام بهذا أو ذاك السلوك إزاء موقف ما، و ذلك بتذكر خبرات ماضية "إيجابية أو سلبية"، أو يرسم تسييفات و حالات انظار تخص المستقبل، أو أنه يركز على خصائص الموقف الحاضر في وضعية انقياد و استسلام "حتمية" أو البحث عن أحاسيس مؤثرة "ممتعة". لذلك، فإن منظور الزمن يعبر عن سياق متعدد الأبعاد يشترك في عملية بناء التفاعلات الدينامية للسجلات الزمنية الثلاثة. هيمنة أحد السجلات في نشوء السلوك تمثل متغير يسمح بالتمييز بين الأفراد وكذلك بين السلوكيات حسب اختلاف المواقف. أما من الناحية الوظيفية التطبيقية فإن (زامباردو و بويد) يعتبران منظور الزمن بأنه من مكونات الشخصية، تحده مميزات الموقف و يحدد بدوره التمايز بين الأفراد في توجيه سلوكياتهم. و هو مستقر نسبياً، رغم كون تغيراته تحت تأثير العوامل الثقافية و الاجتماعية و تأثيرات التقدم في العمر.

2-2- وضع أداة لقياس منظور للزمن

استناداً إلى مختلف التوجهات النظرية في العلوم النفسية، توالت محاولات عديدة لقياس هذا المتغير؛ و قد قام زمباردو (راجع زمباردو و بويد، 1999، Zimbardo et Boyd) بإعداد أداة قياس نفسية متكاملة بعد دراسات امتدت على عشرين سنة، وهي "قائمة زمباردو لمنظور الزمن (ZTPI) The Zimbardo Time Perspective Inventory"^[44]، و استخلص مؤشرات تعكس العلاقة بالزمن من خلال المقابلات الفردية و اللقاءات الجماعية. و تم إعداد الصورة النهائية لسلم متعدد الأبعاد يسمح بقياس منظور الزمن و علاقته بالسجلات الزمنية الثلاثة و درجة التوجه نحو أبعادهما. بحيث أنه يأخذ بعين الاعتبار الجوانب التحفيزية و الإنفعالية و المعرفية و الاجتماعية. و تحتوي القائمة على عبارات لها دلالة زمنية نفسية، تتعلق بالمعتقدات و التفضيلات و القيم التي ترتبط بخبرات الفرد "مثل: عيشته، أعيشه، سأعيشه". تتكون القائمة من 56 بنداً دالة على خمسة أبعاد تغطي السجلات الزمنية الثلاثة و نوعية التوجه نحوها، وهي:

- بعد "الماضي الإيجابي": يعبر عن التوجه إلى سجل الماضي و الاعتماد على الخبرات و المشاعر الإيجابية، وما يجذب التوجه نحو هذا البعد الشعوري، هو من أجل تبرير الدور الذي تتضمنه معلومات هذا السجل في جانبه الإيجابي. و بالتالي تأثيره على المعنى المولد لحالة من الرضا و الإنشراح أمام المواقف الحاضرة (مثلاً: "يسرتني أن أفكر بشأن ماضي"). و يحتوي على 9 بنود.

و دراسة حول السياقة المفردة والتعرض للخطر (زامباردو و آخرون ، Zimbardo et al. 1997).

كما أن منظور الزمن الذي يقيسه هذا الإختبار يمكن أيضا أن يكشف مسبقا عن ردود فعل الفرد إزاء تعرضه لمرض أو التعرض للصدمة النفسية (بويد و زامباردو ، Boyd et Zimbardo, 1997 ؛ هولمان و سيلفر ، 1998، (Holman et Silver، 1998)، و كذلك أنواع السلوكيات المرضية "هودجين و أنجل ، 2002 ، (Hodgins et Engel، 2002) ، و أوضحت دراسة (كوغ ، زامباردو، بويد، Keough, K.A., Zimbardo, P.G., & Boyd, J.N. 1999) أن الإختبار يمكن الإعتماد عليه للتنبؤ بحالات المدمنين على التدخين والمخدرات. أما دراسة (أبستولديس و فيولان ، 2006، (Apostolodis T. et Fieulaine N. 2006) التي كشفت عن مدى قدرة بعد منظور المستقبل على التنبؤ بحالة الأفراد المعرضين أكثر لتناول المخدرات.

بينما أوضحت دراسة (بويد و زامباردو، 2005، (Boyd & Zimbardo) إلى أن " بعض الأفراد يعتمدون على سجل زمني واحد في اغلب المواقف، بينما يجب على الفرد أن يجذب نحو أكثر من سجل زمني حسب ما يتطلبه الموقف و الحاجات الضرورية للحفاظ على اتزان منظور الزمن" [13]. و اشارت دراسة (مارتز، 2007، (Martz, E. 2007) و با لإعتماد على قائمة زامباردو لمنظور الزمن إلى أن " الصدمة النفسية لدى مرضى السكري المرتبطين بالأنسولين تؤدي إلى تغير في منظور الزمن لديهم خاصة بعد المستقبل" [32]. كما أوضحت دراسة (فيولان ، 2007، Fieulaine N. 2007) أمام المواقف الحاضرة المستعجلة و الأهداف المستقبلية، حالة إنقضاء توظيف السجلات الزمنية عند الأفراد الذين يعانون من حالة عدم استقرار نفسي من حيث متابعة العلاج و التعامل مع الضمان الإجتماعي.

في دراسة أولية قام بها (زامباردو و بويد) للوقوف على محتوى القائمة، و مدى وجود ارتباط كبير بين منظور الزمن و أنواع من الإهتمامات من بينها أنواع اساليب الحياة المفضلة لدى الأفراد. بينت نتائج التحليل العاملي وجود خمسة عوامل، تلك المقترحة في القائمة. و فسرت نسبة 34 % من التباين الكلي، وقد شملت العينة (ن=66) فردا. أما العينة الكلية الأساسية (ن=606) من طلبة جامعة سان ماتيو و جامعة ستانفورد، للتمييز بين من يفضل ائتمان قرضا أو الحصول على مبلغ صغير كتعويض مباشر فقد بلغت نسبة تفسير التباين (35 %) و بلغ مؤشر كاسر-ماير-أولكان، (Kaiser-Meyer-Olkin) (KMO=0.83). و تراوح معامل الثبات ألفا كرونباخ بين (0.74 و 0.82). ومعامل ثبات اعادة تطبيق الإختبار بين (0.70 و 0.80).

و تمت ترجمة القائمة إلى عدة لغات و تكييفها لبيئات مختلفة، و اعتمادها في دراسات عديدة. منها تقنين القائمة للغة الفرنسية (أبستولديس و فيولان ، 2004 ، (Apostolodis T. et Fieulaine N. 2004) [6]. حيث طبق على عينة (ن=419) من طلبة الجامعة في (مونبيلي) في كلية الآداب والعلوم الإنسانية، للتنبؤ بالسلوكيات التي تكمن فيها مخاطر صحية على الفرد و المجتمع. فقد توصل إلى نتائج تؤكد مدى صدق الإختبار وثباته حيث استخلص خمسة عوامل مميزة بعد حذف بندين والإبقاء على 54 بندا فقط من القائمة. و تم اخضاعها للتحليل العاملي الكشفي و التأكيدي. و بلغت نسبة تفسير التباين (32.52 %) ومعامل ألفا كرونباخ (0.70)، أما معاملات الارتباط في اعادة تطبيق الإختبار فتراوحت بين (0.68 و 0.78). وتلى ذلك دراسة منظو الزمن في علاقة مع تناول المخدرات و مع حالة الحصر ومدى قدرة التنبؤ عن الحالة الصحية النفسية غير المستقرة لدى الفرد.

دراسة (تاسيانول، 2006، (Taciano.L. 2006) [40] لتقنين قائمة زامباردو لمنظور الزمن للبيئة البرازيلية أجراها على عينة (ن=247) من طلبة

الجامعات البرازيلية، أوضحت أن القائمة يمكن لها التمييز بين الأبعاد الخمسة المكونة لها. وبينت هذه الدراسة أنه في حالات الإدمان على الكحول، هناك ارتباط إيجابي بالتوجه نحو بعد الحاضر الممتع والمستقبل و أنه لا توجد فروق بين الذكور و الإناث في التوجه نحو أبعاد منظور الزمن ماعدا في بعد الماضي السلبي (-0.16)، عند مستوى (>0.05)، بينما لا توجد فروق حسب السن في كل من الأبعاد الخمسة لقائمة زامباردو لمنظور الزمن و حسب الجنس إلا في بعد الماضي السلبي و كذلك وفق متغير المستوى الإقتصادي ماعدا في بعد المستقبل.

كما تم تقنين قائمة زامباردو لمنظور الزمن إلى كل من اللغة الروسية (أنا سيركوف، 2007، Anna sircova ؛ أنتناس كيريس و أدروني لينوسكايتين 2008، (Antanas Kairys; Audroné Liniauskaitė) مع [38] مع حذف اربع بنود؛ و إلى البيئة الألمانية (براندلر و رمسبار، Brandler, S., Rammsayer, T.H., 2002) [14] و إلى لغات أخرى عديدة.

3- إجراءات تكييف القائمة للغة العربية

بعد الموافقة على طلب ترجمة القائمة وتقنينها للبيئة العربية من طرف (نيكولا فيولان، Nicolas Fieulaine) المكلف من طرف (زامباردو، Zimbardo) معدّ القائمة باصدار الموافقة الخاصة بالترجمة إلى لغات أخرى. اعتمدت عملية التكييف على الطريقة التعريفية، و اتباع المنهج الوصفي في البحث. و حسب رأي (سامي محمد لحم، 2006) فهو "منهج يوافق حالة اختيار متغيرات البحث على أساس استدلالي أو استنتاجي، كونها مستنبطة من خلال نظرية" [3]. و أجريت عملية التكييف وفق الخطوات التالية.

3-1- الترجمة

تمت عملية الترجمة من اللغة الأنكليزية إلى اللغة العربية للنسخة الأصلية التي أعدها (زامباردو و بويد سنة 1999)؛ وعرضت على استاذين جامعيين في اللغة الأنكليزية للقيام بترجمتها إلى اللغة الأنكليزية، دون الإطلاع على النسخة الأصلية و ذلك لمقارنة النسختين (أنكليزي - عربي و عربي - أنكليزي)، ليتسنى الحكم على مدى الحفاظ على الأمانة العلمية المتمثلة في محتوى النسخة الأصلية، ومن جانب آخر التأكد من دقة و موضوعية البنود المكيفة للبيئة العربية.

للتعرف على مدى ملائمة العبارات لما تقيسه عرضت الصورة الأولى للمقياس على مجموعة من طلبة الدراسات العليا تخصص علم النفس الصدمة بجامعة سطيف، لمناقشة محتواها و شكل صياغتها. ثم طبقت على عينة أولية (ن=20) من ذوي مستوى التعليم الثانوي والجامعي لمعرفة مدى وضوح التعليمات و محتوى البنود. و لفحص صدق المحتوى، عرضت القائمة في نسختها باللغة العربية على سبعة محكمين، خمسة منهم أساتذة في علم النفس و إثنين من أخصائيي الطب النفسي، واتفق كل المحكمين على مجمل بنود المقياس بأنها تقيس السمات التي تعبر عنها (85 %)، نسبة الاتفاق بين المحكمين على بنود القائمة. و جرى تعديل صياغة بعض العبارات التي أقترح المحكمين القيام بها. و تم اقرار الصورة النهائية لعبارات بنود قائمة زامباردو لمنظور الزمن في نسختها باللغة العربية. الملحق (1).

3-2- العينة

اخترت عينة الدراسة الأساسية من الطلبة الجامعيين في كلية الآداب و العلوم الإنسانية، من ثلاث جامعات في الجزائر (جامعة سطيف، باتنة، بسكرة)؛ و كان عدد المشاركين المستجوبين المعتمدة أجوبتهم في هذه الدراسة (ن=318) فردا. الإناث (182) و عدد الذكور (136). تتراوح أعمارهم بين 18 و 25 سنة، متوسط (22.05) وانحراف معياري (2.3).

جدول (1): مصفوفة تشبعات البنود على العوامل الخمسة (بعد التدوير بطريقة فارماكس)

العامل	حاضر ممتع	ماضي سلي	مستقبل	ماضي ايجابي	حاضر حتمي
(ع، م)	1	2	3	4	5
42	0,79				
8	0,76				
12	0,74				
31	0,67				
19	0,65				
44	0,61				
55	0,58				
48	0,53				
26	0,52				
32	0,50				
28	0,45				
1	0,40				
23	0,35				
46	0,32				
17	0,30				
4		0,80			
36		0,77			
27		0,75			
33		0,72			
22		0,64			
16		0,59			
34	0,30	0,48			
54		0,43			
5	0,31	0,37			
50		0,34			
30		0,77			
40		0,75			
45		0,74			
21		0,66			
6		0,50			
51		0,48			
10		0,47			
9		0,43			
13		0,43			
43		0,40	0,35		
18	0,36	0,39			
56		0,31			
24		0,28			
11		0,70			
2		0,63			
20		0,62	(0,31)		
7		0,57			
25		0,52			
41		0,48			
29		0,45			
49		0,39			
15		0,35			
53	0,73				
37		0,38			
14	0,65				
35	0,63				
38	0,55				

جرى تطبيق الإختبار إما بشكل جماعي أو فردي حسب الظروف التي تسمح بذلك. و كون الأداة مصممة للتطبيقات الجماعية و الفردية فإن هذا الإجراء لا يؤثر على النتيجة (سامر جميل رضوان، 2000) [2].

3-3- أداة القياس

تحتوي قائمة زمباردو لمنظور الزمن على 56 بنداً، تعبر عن الأبعاد الخمسة. طلب من المفحوصين الإجابة على كل بنود القائمة تبعاً لما يوافق شعوره و مدى تعبير محتوى كل عبارة عن حالته الشخصية، وذلك بإختيار واحد من الخيارات الخمسة: لا أوافق تماماً/ لا أوافق/ حيادي/ أوافق/ أوافق تماماً. تقدير درجة الخيارات يكون على التوالي (1-2-3-4-5) لكل من البنود، معاً البنود " 9، 24، 25، 41، 56 " يكون التصحيح عكس التقديرات السابقة. تجمع جبرياً درجات بنود كل بُعد و تقسم على عدد بنوده للحصول على قيمة درجة البعد أي المقياس الفرعي. و تكون الإجابة على الإختبار خلال 30 دقيقة. إضافة إلى ملا استمارة البيانات الشخصية (السن، الجنس، مستوى اقتصادي: منخفض، متوسط، مرتفع) من أجل دراسة علاقة ابعاد منظور الزمن بهذه المتغيرات.

4-3- النتائج

- التحليل العاملي: بهدف تحديد البنود التي ترتبط مع بعضها مكونة عوامل تساهم في تفسير الظاهرة التي هي موضوع البحث و اختبار صدق أداة القياس. بعد جمع البيانات و بالإعتماد على البرنامج الإحصائي (برنامج الحزم الإحصائية؛ SPSS. 15.0). أجريت عملية التحليل العاملي بطريقة التدوير المتعامد (Varimax-rotation). حدد فيها اختيار الحل إلى خمسة عوامل عند الجذر الكامن (1). بلغ مؤشر ملائمة النتائج للتحليل العاملي (كاسر-ماير-أولكان، "KMO- Kaiser-Meyer-Olkin) قيمة (0.74).

العوامل الخمسة المستخرجة فسرت ما نسبته (34.52%) من التباين، وعلى سبيل مقارنتها بتلك التي وردت في النسخة الأصلية، فقد بلغت (36%) (زامباردو و بويد ، 1999، Zimbaro et Boyd) [44]. أما في الصورة المقننة للبيئة الفرنسية فبلغت (32.52%) و حذف عاملين. كما أن العوامل الخمسة تحوي نفس البنود الملحقة بها؛ و أن الصورة المكيفة للقائمة يمكنها التمييز بين خصائص كل من السجلات الزمنية التي تحوي كل من الأبعاد الخمسة: الماضي الإيجابي، الماضي السلبي، المستقبل، الحاضر الممتع، الحاضر الحتمي.

أظهرت النتائج تشبع البنود على الأقل بقيمة 0.30 على كل من الأبعاد الخمسة معاً البند رقم 24 تشبع بقيمة 0.28. و تشبعت على أكثر من عامل كل من البنود (5، 18، 20، 34، 37، 43) بقيم أقل من قيم تشبعها على العوامل الملحقة بها. و تم تصنيف البنود و إلحاق كل منها بالعامل الذي تعبر عنه. و جاء ترتيب العوامل الخمسة المستخرجة كما يلي: العامل1 "الحاضر الممتع؛ 15بندا "؛ العامل 2 " الماضي السلبي؛ 10 بنود "؛ العامل 3 " المستقبل؛ 13 بندا"؛ العامل 4 " الماضي الإيجابي؛ 9 بنود "؛ العامل 5 " الحاضر الحتمي؛ 9 بنود". و توافق هذه النتائج بدرجة كبيرة، تلك التي وردت في النسخة الأصلية باللغة الأنكليزية (زامباردو و بويد، 1999) و الصورة المكيفة للغة الفرنسية (ابستوليس و فيولان، 2004، Apostolodis, T. et Fieulaine N). و يوضح الجدول رقم (1) نتائج التحليل العاملي و النسب المئوية للتباين.

و يوضح الجدول (2) نتائج معاملات الارتباط فيما بين درجات متوسطات ابعاد منظور الزمن؛ و معاملات الارتباط التي تبين مدى الإتساق بين بنود كل من العوامل الخمسة.

جدول رقم (2): درجات المتوسطات (م) و الإخراقات المعيارية (ع) و معاملات الارتباط فيما بين ابعاد منظور الزمن؛ الفا كرونباخ (ن=318)

إبعاد منظور الزمن	عدد البنود	م . نسخة (أصلية)	ع	معامل ألفا	1	2	3	4	5
1-الحاضر الممتع	15	3,65 (3,44)	0,62	0,83	-				
2-الماضي السلبي	10	2,98 (2,80)	0,89	0,82	**0,21				
3-المستقبل	13	3,85 (3,47)	0,54	0,74	*0,11	-0,06			
4-الماضي الإيجابي	9	3,67 (3,71)	0,64	0,69	*0,12	0,00	**0,22		
5-الحاضر الختمي	9	3,07 (2,37)	0,84	0,74	**0,33	**0,23	-0,03	0,01	

**p < 0.01 ؛ *p < 0.05

أظهرت النتائج الخاصة بدرجة توجه الأفراد إلى كل من أبعاد منظور الزمن لديهم، بأن بعد المستقبل يمثل البعد الذي يتوجهون إليه أكثر، حيث بلغت قيمة المتوسط 3.85 و في النسخة الأصلية 3.47، و انحراف معياري=0.54؛ يليه كل من بعد الماضي الإيجابي (3,67) و الحاضر الممتع (3,65) ثم بعد الحاضر الختمي (3,07) و في النسخة الأصلية له ادني درجة (2,37). و يعود تفسير ذلك، إلى اختلاف الثقافات، المجتمع الإسلامي يتجه كثيرا بالإيمان بالقضاء و القدر عند وقوع الأحداث، و التمييز بين ذلك و حالة الإستسلام للمواقف و الإنقياد لها غير واضح. لذلك، لابد من تحييص ودراسة عميقة لمحتوى البنود التي تعبر عن ذلك . بينما درجة التوجه نحو بعد الماضي السلبي (2,80) هي أقل الأبعاد التي يتوجه إليها الأفراد لتوظيف محتوياتها المعرفية و اصدار السلوكات، و في النسخة الأصلية بلغت (2,98).

تدل نتائج حساب معاملات ألفا كرونباخ على أن قيمها مرتفعة في كل من الأبعاد الفرعية الخمسة و في كل الإختبار. حيث تراوحت قيم معاملات من (0.69) في بعد الماضي الإيجابي إلى (0.83) في بعد الحاضر الممتع. بينما بلغت في كل الإختبار (0.81). مما يؤكد أن القائمة تتمتع باتساق داخلي جيد بين البنود و ثبات مرتفع.

توضح نتائج الجدول (2) أنه توجد علاقة ارتباط بين أكثر من نصف عدد الأبعاد، وهو ما يوافق النتائج الواردة في النسخة الأصلية (زامباردو و بويد ، 1999، Zimbardo et Boyd) [44] و النسخة المقنتة للغة الفرنسية (ابستوليدس و فيولان، 2004، Apostolodis T. et Feulaine N) [6]. بينما لا يوجد ارتباط بين بعد المستقبل وكل من بعد الماضي السلبي و بعد الحاضر الختمي، كما لا يوجد ارتباط بين بعد الماضي الإيجابي وكل من بعد الماضي السلبي و بعد الحاضر الختمي و توافق إلى حد بعيد نتائج تقنين الإختبار للغة الفرنسية و كذلك تلك الواردة في تقنينها للبيئة البرازيلية (تاسينول ، 2006، Taciano.L.) [40].

- إعادة تطبيق الإختبار

تم تطبيق الإختبار في فترتين يفصل بينهما 15 يوما، على عينة (ن=32) من الطلبة الجامعيين، (الذكور 17، الإناث 15). و يبين الجدول رقم (3) نتائج معاملات الارتباط.

52					0,51
39					0,46
3					0,39
47					0,34
53					0,73
37			0,38		0,69
14					0,65
35					0,63
38					0,55
نسبة تفسر التباين (نسخة أصلية)	8,43 (8.90)	6,61 (6.30)	7,69 (12.30)	6,38 (4.50)	5,41 (3.90)

توضح نتائج التحليل العامل في الجدول أعلاه العوامل المعبرة عن الأبعاد الخمسة التالية:

- العامل الأول (بعد الحاضر الممتع): تراوحت تشبعات البنود الملحقة

بهذا العامل بين (0.30، 0.79). بلغ الجذر الكامن (6.10)، و فسر (8.43) % من التباين الكلي، وهي نسبة مرتفعة تشير إلى مدى مساهمة هذا العامل في الإختبار، وقد تشبع على هذا العامل 15 بنود مرتبة حسب قيم تشبعها. كما تشبع عليه أيضا البند 18 بقيمة "0.36" من ضمن بنود بعد المستقبل الذي تم الحاقه به، لأن محتوى عبارته يعبر عن هذا البعد و بقيمة تشبع أعلى.

- العامل الثاني (بعد الماضي السلبي): بلغ الجذر الكامن (4.48) و

فسر (7.69 %) من التباين الكلي، و تشبع على هذا العامل 10 بنود. تراوحت قيمها بين (0.34، 0.80). كما تشبع عليه أيضا البند رقم (37) بقيمة "0.38" و الملحق ببنود بعد الحاضر الختمي حيث تشبعه على هذا الأخير بقيمة أكبر. و تم الإحتفاظ به ضمن العامل الذي يعبر عنه.

- العامل الثالث (بعد المستقبل): بلغ الجذر الكامن (3.70) و فسر

(6.61 %) من التباين الكلي، و عدد البنود 13 بنود. تراوحت تشبعات البنود بين (0.31، 0.77). ماعدا البند رقم (24) " أقبل يومي كيفما هو، ولا أحاول التخطيط لما هو متوقع أن أقوم به" بلغ (0.28)، و هي أعلى قيمة تشبع لهذا البند في كل من العوامل الخمسة، بالتالي يمكن الإبقاء عليه في هذا البعد مادام معامل ألفا كرونباخ بقي مرتفعا و أن عبارته تدل على التوجه نحو المستقبل. بينما نجد تشبع البند رقم (20) " الذكريات السعيدة للأوقات الممتعة تحضر إلى ذهني بسهولة" بقيمة (0.31) على هذا العامل، لكن تشبعه ضمن بعد الماضي الإيجابي بقيمة أكبر و الذي أحقناه به، كما أن محتوى عبارته يعبر عن التوجه نحوه .

- العامل الرابع (بعد الماضي الإيجابي): بلغ الجذر الكامن (2.70) و

فسر (6.38 %) من التباين الكلي، و عدد البنود 9 . تراوحت تشبعات البنود الملحقة بهذا العامل بين (0.35، 0.70)؛ و تشبع أيضا البند رقم (43) بقيمة "0.35" وهو من ضمن بنود بعد المستقبل الذي ألحق به، كون تشبعه عليه أعلى (0.62).

- العامل الخامس (بعد الحاضر الختمي): تراوحت تشبعات البنود

الملحقة بهذا العامل بين (0.39، 0.73). بلغ الجذر الكامن (2.38) ، و فسر (5.41 %) من التباين الكلي، و عدد البنود 9 . تشبع أيضا على هذا العامل كل من البند (5) بقيمة (0.31) و البند (34) بقيمة (0.30)، و هي درجات تشبع أقل مما عليه ضمن بعد الماضي السلبي، الذي أحقناهما به لكون دلالة كل من البندين يعبران على حالة التوجه نحوه.

الأبعاد الخمسة توافق ترتيب العوامل مع الصورة الأصلية مع اختلاف بسيط بينهما، حيث كان العامل الأول في النسخة الأصلية بعد الماضي السلبي و العامل الثاني بعد الحاضر الختمي. بينما تتطابق مع الصورة المقنتة للغة الفرنسية.

جدول رقم (3): نتائج معاملات الارتباط (اختبار و إعادة تطبيق الإختبار)

الأبعاد	الماضي السلبي	الحاضر الممتع	المستقبل	الماضي الإيجابي	الحاضر الختمي	كل الإختبار
معاملات الارتباط (إعادة تطبيق الإختبار)	0.65	0.87	0.73	0.74	0.76	0.85

توضح النتائج أن قيم معاملات الارتباط "اختبار - إعادة اختبار" تراوحت بين (0.65 و 0.87)، تتوافق مع النتائج التي وردت في الصورة الأصلية (زامباردو و بويد، 1999) التي تراوحت بين (0.70 و 0.80). و تتوافق أيضا مع النتائج الواردة في الصورة المكيفة للغة الفرنسية (ابستوليدس و فيولان، 2004، Apostolodis T. et Fioulaine N) التي تراوحت بين (0.68 و 0.78).

في البعد الفرعي "الحاضر الممتع" بلغت درجة معامل الارتباط أعلى قيمة (0.87) بينما في القائمة الأصلية كانت أعلى قيمة في بعد المستقبل، كما في النسخة المكيفة للغة الفرنسية لكن بقيمة أقل (0.78). أما في بعد "المستقبل" بلغ معامل الارتباط (0.73) وفي بعد "الماضي الإيجابي" بلغ معامل الارتباط (0.74). بينما في بعد "الحاضر الختمي" فبلغت قيمته (0.76). و أقل قيمة لمعامل الارتباط كانت في بعد الماضي السلبي (0.65). تؤكد هذه النتائج مدى ثبات قائمة زامباردو لمنظور الزمن في نسختها باللغة العربية.

4- مناقشة

توضح نتائج عملية تكيف قائمة زامباردو لمنظور الزمن (ZTPI)، أن الأداة في نسختها باللغة العربية لها خصائص سيكومترية مقبولة. و تبين صدق الإختبار من خلال التحليل المركزي (Principal Component Analysis)؛ و اظهرت النتائج مدى تمييز القائمة بين ابعاد منظور الزمن التي تقيسها. و أن قيم "معاملات ألفا كرونباخ" تبين مدى الإتساق الداخلي بين البنود لكل من العوامل الفرعية. وكذلك نتائج حساب معاملات الثبات "اختبار - إعادة اختبار" تؤكد أن الأداة المترجمة تتميز تركيبها باستقرار عبر الزمن. مما سمح بوجود أداة مكيفة، في صورتها باللغة العربية تحوي "56 بنداً" كما في النسخة الأصلية.

الارتباطات المميزة التي لاحظناها في العينة العربية أوضحت الحدود السيكومترية، وأن الإجراءات العملية لتكييف مثل هذه الأداة لبيئة مغايرة للبيئة التي صممت لها، اثارت بعض الصعوبات لأن تقنيها في وسط اجتماعي وثقافي له مميزاته، يتطلب إعادة صياغة بعض المؤشرات "المستعملة" (المعاني، المحتوى) المناسبة لبيئتنا. و هو ما قمنا به، باتباع اقتراحات المحكمين وإعادة صياغة معاني ثلاثة بنود (12، 13، 36) وتعديلات بسيطة في محتوى عبارات البنود (28، 35، 41، 55). و هو ما يقترحه (زامباردو و بويد، 1999) أنه "في الواقع منظور الزمن يعتبر عملية اجتماعية محددة". المظاهر السلوكية الفردية و الجماعية لها طابعها السوي في مجتمع ما، و هي التي لها دور في عملية قياس منظور الزمن. يمكن أن تعبر عن القيم و المعايير التي تختلف حسب الوسط الاجتماعي والثقافي. و أكدت صحة هذه الفرضية، نتائج أبحاث "كلينجمان، 2001 Klingemann" و أوضح أنه "في إطار إجراء عملية تكيف لأبند من تكيف المحتوى" [38].

نتائج هذه الدراسة تتوافق مع تلك التي تم التوصل إليها في إطار إعداد الصورة الأصلية من حيث درجات تشبع البنود على العوامل و النسبة المئوية للتباين الكلي مع اختلافات بسيطة. و أبقينا كل بند ضمن البعد الملحق به. رغم كون بعض الاستجابات كما في البند رقم (24) الذي يتم تصحيحه عكسا، و درجة تشبعه بلغت 0.28 و هي قيمة يعتمد عليها العديد من الباحثين في مثل هذه الدراسات بأنها مقبولة، مادام معامل ألفا كرونباخ جيد (0.74) في بعد المستقبل.

قدرة النموذج سمحت بتفسير و بصفة دالة تباين ابعاد منظور الزمن في هذه الدراسة. كما تتوافق بصفة عامة مع نتائج دراسات (فيولان، تاسينو، سيركوفاف، براندلر). من جانب آخر، هذه العينة لا تشمل فئات مختلفة من حيث السن و المستوى الثقافي و متغيرات أخرى، فإن ذلك يستدعي محاولة إعادة فحص المحتوى وعدد البنود من أجل تحسين قدرة الإختبار على التمييز بينها. و يمكن الأخذ بعين الإعتبار اقتراح (ابستوليدس و فيولان، 2004) [6] عند تقنينها هذه النسخة للغة الفرنسية و إجراء عدة دراسات تطبيقية، و ذلك بإدخال بعدي التفاوض و التشاؤم ضمن السجل الزمني الخاص بالمستقبل. إن التحقق من قائمة زامباردو لمنظور الزمن مازال في بدايته و يتطلب الأمر إجراء تطبيقات على عينات غير متجانسة و معرفة مدى العلاقات بين المتغيرات الشخصية و الاجتماعية و الثقافية من جهة و منظور الزمن من جهة أخرى.

من خلال النتائج التي تم التوصل إليها، فإن هذه الأداة يمكنها قياس أبعاد متعددة للعلاقات بين السجلات الزمنية من حيث تنظيمها وتكاملها، كما تساعد على القيام ببحوث يدرج فيها تقويم منظور الزمن بدلالة الإدماج الاجتماعي للأفراد و الجماعات. و يمكن توظيف بعض ابعادها دون الأخرى أو صورة مصغرة لها حسب ما تقتضيه مشكلة البحث التي يود الباحث معالجتها.

5- علاقة ابعاد منظور الزمن بمتغيرات أخرى

دراسة علاقة منظور الزمن بالمتغيرات الشخصية هي من أهم أهداف اعتماد هذه القائمة لمعرفة الفروقات الفردية و تقديرها كمياً. و قد قمنا بدراسة ذلك مع كل من متغيري الجنس و المستوى الإقتصادي.

- **العلاقة بمتغير الجنس:** تباينت نتائج معظم الدراسات حول التوجه لتوظيف محتويات السجلات الزمنية حسب الجنس. و لفحص مدى تغير درجات متوسطات ابعاد منظور الزمن في عينة الدراسة الحالية، لدى كل من الإناث (182) و الذكور (136)، تم إجراء اختبار "ت" لدراسة الفروق بينهما، و المبينة في الجدول (4).

جدول (4): نتائج اختبار "ت" الخاصة بالفروق بين الذكور و الإناث في التوجه نحو أبعاد منظور الزمن. (د.ح = 316، 1؛ ن=318؛ مستوى الدلالة > 0,05)

أبعاد منظور الزمن	الإناث (ن=182)		الذكور (ن=136)		قيمة "ت" و دلالتها
	ع	م	ع	م	
ح، متع	0.58	3.66	0.66	3.63	0.35
م، سلي	0.92	2.91	0.83	2.66	2.49
مستقبل	0.56	3.84	0.50	3.87	-0.45
م، إيجابي	0.65	3.66	0.69	3.73	-0.93
ح، حتمي	0.82	3.14	0.87	2.99	1.57

مستقبل	بن المجموعات داخل المجموعات الكلي	0.41	0.81		
		0.24	1.42	0.29	90.27
م، ايجابي	بن المجموعات داخل المجموعات الكلي	0.18	0.36		
		0.67	0.40	0.45	142.64
					143.00
ح، حتمي	بن المجموعات داخل المجموعات الكلي	0.45	0.90		
		0.53	0.63	0.71	224.62
					225.52

تبين النتائج الواردة في الجدول أعلاه، أن قيم "ف" كلها أقل من القيمة الجدولية (3.00) وهي غير دالة إحصائياً في كل من الأبعاد الخمسة لمنظور الزمن عند مستوى الدلالة 0.05. حيث بلغت قيمتها ومستوى دلالة في بعد الماضي [ف(2، 315) = 0.04، مستوى الدلالة 0.96] وفي بعد المستقبل [ف(2، 315) = 1.42، مستوى الدلالة 0.24]. و تراوحت القيم في باقي الأبعاد بين القيمتين السابقتين. مما يدل على أنه لا توجد فروق بين متوسطات الفئات الثلاثة السابقة بين المجموعات في التوجه نحو توظيف أبعاد منظور الزمن.

وهذه النتائج تتوافق مع نتائج دراسة (تاسيانول، 2006. Taciano.L) التي أوضحت أنه لا توجد فروق بينهما، ماعدا في بعد المستقبل الذي يرتبط سلباً مع فئة المستوى الاقتصادي المنخفض و فسر ذلك، بكون هذه الفئة يفضلون التوجه نحو بعد المستقبل، لتحقيق أهدافهم وتحسين وضعيتهم الاقتصادية؛ وهو ما توصلت إليه أيضاً دراسة (إيبال وآخرون 1999. Epel et al) التي تشير إلى أن منخفضي المستوى الاقتصادي يتميزون بتوجه مرتفع نحو بعد مستقبل لتحقيق أهدافهم وتحسين وضعيتهم الاقتصادية.

الخلاصة

استناداً إلى نتائج الدراسة تعتبر قائمة منظور الزمن في صورتها العربية أداة يمكن توظيفها في الأبحاث النفسية الصحية التي تعتمد على دراسة منظور الزمن. لأن العديد من الأبحاث العالمية أثبتت الأهمية التطبيقية لهذا الاختبار " قائمة منظور الزمن " في عملية التنبؤ و تحليل اتجاهات السلوكيات التي تكمن فيها أخطار صحية، و يذكر (كلينجمان، هـ، 2001. Klingemann, H) أهمية "استعمالها في التطبيقات الخاصة بالتشخيص في الصحة العمومية، الذي يمثل اتجاهاً ميدانياً استثنائياً ومهماً جداً في التدخل و الوقاية من العديد من الأخطار الصحية"^[30].

كما توصلت هذه الدراسة ضمن الإطار المحدود لعينة البحث، بأنه لا توجد علاقة ارتباط دالة إحصائياً بين الأبعاد التي تقيسها قائمة زماردو لمنظور الزمن و كل من متغيري الجنس و المستوى الاقتصادي. و أن هذه النتائج تتوافق إلى درجة كبيرة مع نتائج الدراسات السابقة التي اعتمدت عينة مشابهة لمثل هذه التي قمنا بدراستها أو أنها خلصت إلى وجود ارتباط مع بعد واحد و يختلف من دراسة لأخرى.

بتوفير وسيلة قياس مقننة، فإنها تمنح فرصة دراسة الفروق بين الأفراد و الجماعات فيما يخص سلوكياتهم و علاقتها بالمتغيرات النفسية التي تقيسها قائمة زماردو لمنظور الزمن. و يمكنها المساعدة على الكشف و التعرف على الأنماط النفسية المعرفية حسب التركيز على بعد الماضي السلبى أو الحاضر الممتع أو غياب الطموح و الأهداف المستقبلية. كما

توضح النتائج الواردة في الجدول (3) أن كل قيم "ت" ليست دالة عند مستوى أقل من (0.05). حيث بلغت قيمتها في بعد الماضي السلبى 2.49 (مستوى الدلالة 0.12)؛ و بلغت قيمتها في بعد الماضي الإيجابي 0.93 (مستوى الدلالة 0.56). بينما تراوح مستوى الدلالة لقيم "ت" في باقي الأبعاد بين القيمتين السابقتين. مما يعني أنه لا توجد فروق بين درجة المتوسطات في كل من الأبعاد الخمسة حسب الجنس. هذه النتائج توافقت إلى درجة كبيرة تلك التي توصل إليها (نيكولا فيولان، 2005، et all Nicolas F) في دراسته، و أوضح أنه لا توجد فروق حسب الجنس إلا في بعد الحاضر الممتع. كما توافقت ما ورد في دراسة (تاسيانو. ل، 2006. Taciano.L)، و أنه لا توجد فروق بين الذكور و الإناث في التوجه نحو أبعاد منظور الزمن ماعدا في بعد الماضي السلبى. بينما لا توافقت تلك التي وردت في دراسات (زماردو و بويد).

- العلاقة بمتغير المستوى الاقتصادي: يوضح الجدول رقم (5) نتائج درجات المتوسطات و الانحرافات المعيارية لأفراد مجموعات عينة الدراسة، التي تم تصنيفها حسب المستوى الاقتصادي العائلي إلى ثلاث فئات (منخفض (50)، متوسط (241)، مرتفع (27)) و في كل من الأبعاد الخمسة التي تقيسها قائمة زماردو لمنظور الزمن.

الجدول (5): درجات المتوسطات و الإخراقات المعيارية لمتغير المستوى الاقتصادي لكل من أبعاد منظور الزمن

أبعاد منظور الزمن	منخفض (50=ن)		متوسط (241=ن)		مرتفع (27=ن)	
	ع	م	ع	م	ع	م
ح، ممتع	3.6	3	0.6	3.6	0.52	3.67
م، سلبى	2.7	2	0.8	2.7	1.05	3.01
مستقبل	3.7	8	0.5	3.8	0.27	3.99
م، ايجابي	3.6	1	0.6	3.7	0.79	3.68
ح، حتمي	3.1	2	0.8	3.0	0.71	3.22

و للكشف عن عدم وجود الفروق بين متوسطات الفئات الثلاثة السابقة في كل من أبعاد قائمة زماردو لمنظور الزمن؛ استخدم تحليل التباين أحادي الإتجاه و حساب قيم "ف" و يبين الجدول (6) النتائج المتحصل عليها.

جدول (6): نتائج تحليل التباين لدرجات المستوى الاقتصادي بين المجموعات في اعتماد أبعاد منظور الزمن (د.ح=2، 315 ؛ ن=318، مستوى الدلالة=0.05)

أبعاد منظور الزمن	مصدر التباين	مجموع المربعات	متوسط المربعات	"ف"	مستوى الدلالة
ح، ممتع	بين المجموعات	0.03	0.02	0.04	0.96
	داخل المجموعات	120.48	0.38		
	الكلي	120.51			
م، سلبى	بين المجموعات	1.54	0.77	0.97	0.38
	داخل المجموعات	249.78	0.79		
	الكلي	251.33			

14- Brandler, S., & Rammsayer, T. H. (2002). Preliminary data on factor structure and reliability of a German version of the Zimbardo Time Perspective Inventory. Communication at the 11th European Conference on Personality, Jena, Germany, July 2002.

15- Calabresi, R., & Cohen, J. (1968). Personality and time attitudes. *Journal of Abnormal Psychology*, 5, 431-439.

16- Cottle, T.J. (1967). The circle test : An investigation of temporal relatedness and dominance. *Journal of Projective Techniques and Personality Assessment*, 31, 58-71.

17- Cottle, T.J. (1976): *Perceiving time. A psychological investigation with men and women*, chapitres 7 et 8. New York: John Wiley & Sons.

18- Daltrey, M.H., & Langer, P. (1984). Development and evaluation of measure of time perspective. *Perceptual and Motor Skills*, 58, 719-725.

19- De Volder, M.L., Lens, W., 1982. Academic achievement and future time perspective as a cognitive-motivational concept. *Journal of Personality and Social Psychology* 42 (n° 3), 566-571.

20- Epel, S.E., Bandura, A., & Zimbardo, P.G. (1999). Escaping homelessness: the influences of self-efficacy and time perspective on coping with homelessness. *Journal of Applied Social Psychology*, 29, 575-596.

21- Fieulaine, N. (2007). Temps de l'urgence, temps du projet : la rencontre des temporalités dans le recours aux soins et à l'aide sociale en situations de précarité. *Dossiers de la MRIE*, 15, 41-45.

22- Fingerma, K. (1995). Future time perspective and life events across adulthood. *Journal of General Psychology*, 122 (1), 95-113.

23- Fraisse, P. 1967. *Psychologie du temps*, Paris, puf, p. 74-104.

24- Fraisse, P. 1974. *Psychologie du rythme*, Paris, puf, p. 48-50 et p. 74-75.

25- Heimberg, L.K. (1963). The Measurement of Future Time Perspective. *Dissertations Abstracts International*, 24, 1686-1687.

26- Hodgins, D.C., & Engel, A. (2002). Future time perspective in pathological gambling. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 190, 775-780.

27- Holman, E.A., Silver, R.C., 1998. Getting stuck in the past : Temporal orientation and coping with trauma. *Journal of Personality and Social Psychology* 47 (n° 5), 1146-1163.

28- Isaacowitz, Derek M with L.L. Carstensen and S.T. Charles. "Taking Time Seriously: A Theory of Socioemotional Selectivity." *American Psychologist* 54. (1999): 165-181.

29- Keough, K.A., Zimbardo, P.G., & Boyd, J.N. (1999). Who's smoking, drinking and using drugs? Time perspective as a predictor of substance use. *Journal of Basic and Applied Social Psychology*, 21, 149-164.

تساعد على معرفة الحالات التي تتميز بسلوكيات يكمن فيها خطر صحي، أو أنها عرضة للتأثر بأدنى الأسباب المرضية النفسية و الجوانب الأمنية؛ من أجل الوقاية و ذلك بالتأثير على محددات السلوك غير الصحي، مثل التوتر و الإكتئاب و السلوكيات المنحرفة. بذلك يمكننا اقحام مفهوم منظور الزمن ضمن علاقة مع الجانب الصحي النفسي و الإجتماعي في الثقافة النفسية العربية.

المراجع

1- ابن منظور، لسان العرب ، . دار الفكر، القاهرة، 1984.

2- رضوان ، سامر جميل. "القائمة السورية للأعراض. دراسة ميدانية". مجلة العلوم الاجتماعية، جامعة الكويت، 28 ع4 (2000م) 113-138.

3- سامي محمد ملحم. *مناهج البحث في التربية وعلم النفس*. 4؛ دار المسيرة الأردن. 2006.

4- السيد عبد الدايم عبد السلام ، منظور زمن المستقبل كمفهوم دافعي-معرفي، وعلاقته بكل من الجنس والتخصص الدراسي والتحصيل الأكاديمي لدى طلبة كلية التربية- جامعة الزقازيق. دراسات نفسية . مج5، ع4؛ أكتوبر1995، ص643-676.

5- محمد أحمد النابلسي: الصدمة النفسية، علم النفس الخروب والكوارث، دار النهضة ، بيروت، 1994.

6- Apostolodis T. et Fieulaine N. (2004): Validation française de l'échelle de temporalité The Zimbardo Time Perspective Inventory. *Revue Européenne de Psychologie Appliquée*, Vol. 54, N° 3, pp. 207-217.

7- Apostolidis, T., Fieulaine, N., & Soulé, F. (2006). Future time perspective as predictor of cannabis use : Exploring the role of substance perception among French adolescents. *Addictive Behaviors*, 31 (12), 2339-2343.

8- Atkinson, J.W., 1957. Motivational determinants of risk-taking behavior. *Psychological Review* 64 (no 6), 359-372.

9- Bandura, Albert (1997), *Self-efficacy: The exercise of control*, New York: Freeman, pp. 604

10- Barndt, R.J., & Johnson, D.M. (1955). Time orientation in delinquents. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 51, 343-345.

11- Bergson, Henri. 1948. *Essai sur les données immédiates de la conscience*, Paris, Presses universitaires de France.

12- Bond, M., & Feather, N. T. (1988). Some correlates of structure and purpose in the use of time. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55, 321-329.

13- Boyd, J. N., and Zimbardo, P. G. (2005). Time perspective, health and risk taking. In *Understanding Behavior in the Context of Time: Theory, Research and Applications*. A. Strahman, and J. Joireman (Eds.). (Pp. 85-107). Mahwah, N. J.: Erlbaum.

- 39- Strickland, L.H., Lewicki, R.J., & Katz, A.M. (1966). Temporal Orientation and perceived control as determinants of risk-taking. *Journal of Experimental Social Psychology*, 2, 143-151.
- 40- Taciano.L, Milfont 2006. Testing Zimbardo Time Inventory in a Brazilian sample. *Interamerican journal of psychology*. In press.
- 41- Tap, P., Tarquinio, C., Sordes-Ader, F., 2002. Santé, maladie et identité. In: Fischer, G.N. (Ed.), *Traité de Psychologie de la Santé*. Dunod, Paris, pp. 135-161.
- 42- Thiébaud, E. La perspective temporelle, un concept à la recherche d'une définition opérationnelle. *Temporalistes*, n° 33, septembre 1996, pp. 5-9
- 43- . Zimbardo, P. (2002). Time to take our time. *Psychology Today*, 35, 2.
- 44- Zimbardo, P.G., Boyd, J.N., 1999. Putting time in perspective : A valid, reliable individual-differences metric. *Journal of Personality and Social Psychology* 77 (n° 6), 1271-1288.
- 45- Zimbardo, P. G., Keough, K. A., & Boyd, J. N. (1997). Present time perspective as a predictor of risky driving. *Personality and Individual Differences*, 23, 1007-1023.
- 46- Zimbardo.P, Richard. S, With Rosemary. S. Temporal therapy reframing of posttraumatic stress disorder. presented The Time Paradox concepts for the first time in Honolulu at an October 2008 Hawaii Psychological Association workshop.
- 30- Klingemann, H. (2001). The Time Game: Temporal perspectives of patients and staff in alcohol and drug treatment. *Time & Society*, 10, 303-328.
- 31- Lewin, K., 1942. Time perspective and morale. In: Watson, G. (Ed.), *Civilian Morale*. Houghton Mifflin, New York, pp. 48-70.
- 32- Martz,E. 2007. Do Posttraumatic Reactions Predict Future Time Perspective Among People With Insulin-Dependent Diabetes Mellitus? *Rehabilitation Counseling Bulletin* 50:2 pp. 87-98.
- 33- Nuttin, Joseph, 1979, *La perspective temporelle dans le comportement, dans Du temps biologique au temps psychologique*, Paris, Presses universitaires de France, coll. psychologie d'aujourd'hui, 305-363.
- 34- Nuttin, Joseph, 1980, *Motivation et perspective d'avenir*, Belgique, Presses universitaires de Louvain.
- 35- Oppenheim, D., 1996. *L'enfant et le cancer, La traversée d'un exil*. Bayard, Paris.
- 36- Piaget J. PIAGET, *Le développement de la notion de temps chez l'enfant*, Paris, PUF, 1946.
- 37- Rodrigue -Tome. N. La dimension temporelle de l'identité, in P, TAP. *Identité, individuelle et personnalisation*. Toulouse. Privat, 1980. p. 6I-63.
- 38- Sircova, A., Zimbardo, P.G., Boyd, J.N., Fieulaine, N., & al. (2007). The Phenomenon of Time Perspective across Different Cultures : Review of Researches Using ZTPI Scale. *Journal of Cultural-Historical Psychology*, 4, 18-35.

الملحق (1)

قائمة زامباردو لمنظور الزمن

The Zimbardo Time Perspective Inventory (ZTPI)

اقرأ كل عبارة مما يلي وأجب عنها بعناية، وقرّر إلى أي مدى تُعبّر عن مشاعرك أو أنها صحيحة بالنسبة لك، حيث يمكنك تقديرها بـ : لا أوافق تماماً إلى أوافق تماماً، والمقدّرة بخمسة درجات. اختر إحدى الخانات لتحديد تقدير مدى انطباقها عليك. وذلك بوضع علامة (X) في إحدى الخانات المقابلة للعبارة.

أوافق تماماً	أوافق	أحياناً	لا أوافق	لا أوافق تماماً	
					1 - أعتقد أنه، عندما يجد الفرد نفسه مع أصدقائه وأهله في مناسبة فرح، فهذا من إحدى أهم مُتَع الحياة.
					2 - الصور و الروائح و الأصوات المألوفة في طفولتي، تُذكرني في أغلب الأحيان بذكريات رائعة.
					3 - القضاء و القدر يحدّد الكثير من الأشياء في حياتي.
					4 - غالباً ما أفكر في أشياء كان يجب عليّ أن أعملها بشكل مختلف في حياتي.
					5 - تتأثّر قراراتي من حولي من الناس على وجه الخصوص.
					6 - أعتقد بأنه لا بد على الشخص أن يخطط مسبقاً ليومه كل صباح.
					7 - يسرنني أن أفكر بشأن ماضي.
					8 - أقوم بأعمالي بشكل اندفاعي.
					9 - إذا لم تنجز الأعمال في الوقت المناسب، فلا أهتم بأمرها.

				10 - عندما أريد إنجاز شيء، أحدد الأهداف و أخذ بعين الاعتبار الوسائل اللازمة لتحقيقها.
				11 - عموماً، هناك الكثير من الذكريات الجيدة أتذكرها أكثر من السيئة.
				12 - في أغلب الأحيان، عندما أكون منشغلاً بالأعمال المفضلة عندي، أفقد الإحساس بمرور الوقت.
				13- قبل قضاء أوقات مسلية، أفكر أيضاً في العمل الضروري الذي يجب القيام به فيما بعد.
				14 ليس مهماً كل ما أفعله، لأن ما سيحدث سيكون.
				15 - أحب كثيراً القصص المشوقة، التي تروي تاريخ الأمم والشعوب القديمة.
				16 - تعود إلى ذهني دائماً، خيارات الماضي المؤلمة.
				17 - أحاول أن أعيش حياتي قدر الإمكان على أحسن وجه، يوماً بعد يوم.
				18 - يُزعجني التأخر عن المواعيد.
				19 - أفضل أن أعيش يومي كما لو أنه آخر يوم في حياتي.
				20 - الذكريات السعيدة للأوقات الممتعة تحضر إلى ذهني بسهولة.
				21 - أنفذ إلتزاماتي إزاء اصدقائي أو نحو المؤسسات في الوقت المناسب.
				22 - تعرضت لقدرة من الإساءة و النبذ في الماضي.
				23 - أتخذ القرارات إرتجالياً، حسب ما يدعم الموقف.
				24- أقبل يومي كيفما هو، ولا أحاول التخطيط لما هو متوقع أن أقوم به.
				25 - الماضي فيه الكثير من الذكريات غير السارة، و أفضل أن لا أفكر فيها.
				26 - من المهم أن تكون حياتي فيها إثارة.
				27 - ارتكبت أخطاء في الماضي، التي أتمنى أن يكون باستطاعتي اصلاحها.
				28 - أعتقد بأن التمتع بالعمل الذي أقوم به، أكثر أهمية من إنجازه في الوقت المحدد له.
				29- لدي إحساس بالخنين إلى طفولتي.
				30 - قبل اتخاذ القرار، أقارن بين المساوئ والمحسن.
				31 - المخاطرة تمنع تسرب الملل إلى حياتي.
				32 - من المهم بالنسبة لي الاستمتاع برحلة الحياة، بدل التركيز فقط على غاياتها.
				33 - نادراً ما تجري الأحداث حسب ما كنت أتوقعته.
				34 - من الصعب علي نسيان مشاهد غير سارة من مرحلة شبابي.
				35 - أفقد الرغبة في عمل ما، يتطلب تفكير و جهد و متابعة نتائجه.
				36 - أغلب المواقف الحالية الممتعة، أقارنها بالخبرات الماضية المماثلة لها.
				37 - لا أستطيع التخطيط للمستقبل، لأن الأشياء تتغير كثيراً.
				38 - مسار حياتي تتحكم فيه قوى، التي لا أستطيع التأثير عليها.
				39 - الإنشغال بالمستقبل ليس له أي معنى، لأنه في جميع الأحوال لا يمكنني أن أغر أي شيء.
				40 - أجزّ مشاريعي في الوقت المحدد بالتقدم خطوة بعد خطوة.
				41 - أجد نفسي غير مهتماً بكلام أفراد عائلتي، عندما يتحدثون عن الأحداث الماضية.
				42 - أواجه المخاطر لإضفاء الإثارة في حياتي.
				43 - أقوم بإعداد قوائم للأشياء التي سأقوم بها.
				44 - في أغلب الأحيان، أتبع ما يميله عليّ قلي أكثر مما يميله عليّ عقلي.
				45 - أستطيع مقاومة الإغراءات عندما أعرف بأن هناك عمل يجب إنجازه.
				46 - أجد نفسي دوماً مشدوداً إلى اللحظة المثيرة.
				47 - الحياة في الوقت الحاضر معقدة كثيراً؛ وأنا أفضل حياة الماضي البسيطة.