

Zimardo Time Perspective Inventory - Turkish

Yönerge:

Her maddeyi okuyunuz, ve her madde için olabildiğince dürüst bir şekilde "Sizin karakterinizi ne kadar yansıtıyor veya sizin için ne kadar doğru?" sorusunu cevaplayınız. Aşağıdaki ölçeği kullanarak uygun kutucuğu işaretleyiniz.

(1) Hiç doğru değil (2) Doğru değil (3) Ne doğru ne de yanlış (4) Doğru (5) Çok doğru

Skorlama Yönergesi:

Factor name	Item number
Past Negative	4, 5, 16, 22, 27, 33, 34, 36, 50, & 54
Past Positive	2, 7, 11, 15, 20, 25 (R), 29, 41 (R), & 49
Present Fatalistic	3, 14, 35, 37, 38, 39, 47, 52, & 53
Present Hedonistic	1, 8, 12, 17, 19, 23, 26, 28, 31, 32, 42, 44, 46, 48, & 55
Future	6, 9 (R), 10, 13, 18, 21, 24 (R), 30, 40, 43, 45, 51, 56 (R).

Not: R --- ters kodlanan maddeler

Tüm ankette ters skorlanan maddeler: 9, 24, 25, 41, & 56

	1	2	3	4	5
1. Bir kutlama için arkadaşlarla bir araya gelmenin hayattaki en büyük zevklerden biri olduğuna inanırım.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. Çocukluğumu hatırlatan manzaralar, sesler ve kokular sıklıkla harika anıları geri getirir.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. Kader hayatımda birçok şeyi belirler.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. Sık sık hayatımda neleri farklı yapmalıydım diye düşünürüm.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. Kararlarım genellikle etrafımdaki şeylerin ve insanların etkisi altında kalır.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. Bir kişinin günü sabahtan planlamış olmalı.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7. Geçmişim hakkında düşünmek bana keyif verir.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

8. Düşünmeden hareket ederim.
9. İşlerin zamanında bitmemesi beni endişelendirmez.
10. Bir şeyi başarmak istediğimde kendime hedefler belirlerim ve bu hedeflere ulaşmak için belirli yöntemler düşünürüm.
11. Her şeyi göz önünde bulundurduğumda, geçmişimde hatırlanacak kötüden daha çok iyi şeyler bulunmaktadır.
12. En sevdiğim şarkıyı dinlerken, genellikle zamanın nasıl geçtiğini anlamam.
13. Yarının işlerini yetiştirmek ve diğer gerekli işleri yapmak, bu akşamın eğlencesinden önce gelir.

14. Her şey
olacağına
varır, bu
nedenle ne
yaptığının bir
önemi yoktur.

15. Geçmiş
güzel günlerin
nasıl olduğunu
anlatan
hikayeleri
dinlemekten
hoşlanırım.

16. Acı veren
geçmiş
deneyimlerim,
zihnimde
sürekli
canlanır.

17. Hayatımı
mümkün
olduğunca dolu
dolu yaşamaya
çalışırım; anı
yaşarım.

18.

Randevulara
geç kalmak
keyfimi
kaçırır.

19.

Tercihen, her
günümü son
günümmüş
gibi yaşamak
isterim.

20. Güzel
zamanlara ait
mutlu anılar
kolayca aklıma
gelir.

21.

Arkadaş ve

yetkililere
karşı olan
yükümlülükleri
mi zamanında
yerine
getiririm.

22.

Geçmişten
payıma düşen
reddedilme ve
kötü
muameleden
nasibimi
aldım.

23. Fevri
kararlar
veririm.

24. Her
günümü
planlamaya
çalışmak
yerine, olduğu
gibi yaşarım.

25.

Geçmişimde,
düşünmek
istemediğim
oldukça fazla
tatsız anı var.

26.

Hayatıma
heyecan
katmak benim
için önemlidir.

27.

Geçmişimde,
geri alabilmeyi
istediğim
hatalar yaptım.

28.

Yaptığım işten

keyif almanın
işi zamanında
bitirmekten
daha önemli
olduğunu
düşünürüm.

29.

Çocukluğuma
özlem
duyarım.

30. Bir
karar
vermeden
önce, yarar ve
zararları
tartarım.

31. Risk
almak hayatımı
sıkıcı olmaktan
kurtarır.

32. Bana
göre, hayat
yolculuğunun
tadını
çıkarmak,
sadece varış
noktasına
odaklanmaktan
daha
önemlidir.

33.

Olaylar
nadiren
beklediğim
gibi gelişir.

34. Eskiye
ait tatsız
görüntüleri
unutmak
benim için
zordur.

35. Hedef,
sonuç ve
çıktıları



düşünmem gerektiğinde, bu durum sürecin keyfini kaçırır ve faaliyetlerimin akışını bozar.

36. Anın tadının çıkarırken bile, kendimi geçmişte yaşadığım benzer deneyimlerle kıyaslama yaparken bulurum.

37. Her şey sürekli değiştiği için geleceğe dair plan yapamazsınız.

38.

Hayatımın gidişatı benim etkileyemeyeceğim güçler tarafından kontrol edilir.

39.

Yapabileceğim bir şey olmadığı için, gelecek hakkında kaygılanmanın bir anlamı yoktur.

40.

İstikrarlı bir şekilde ilerleyerek,

projeleri
zamanında
tamamlarım.

41. Ailem
bir şeylerin
eskiden nasıl
olduğuyla ilgili
konuşurken,
kendimi
bunları
duymazdan
gelirken
bulurum.

42.

Hayatıma
heyecan
katmak için
riskler alırım.

43.

Yapılacaklar
listesi
hazırlarım.

44.

Genellikle,
mantığımdan
ziyade
kalbimin sesini
dinlerim.

45.

Yapılması
gereken bir iş
olduğunu
bildiğimde,
cezbedici diğer
şeylere karşı
koyabilirim.

46.

Kendimi anım
heyecanına
kapılırken
bulurum.

47.

Günümüz hayatı fazla karmaşık; geçmişin daha basit hayatını tercih ederdim.

48.

Arkadaşlarımla n öngörülebilir davranmalarını dansa spontane davranmalarını tercih ederim.

49.

Düzenli olarak tekrarlanan aile ritüelleri ve geleneklerini severim.

50.

Geçmişte başıma gelen kötü şeyleri düşünürüm.

51. Eğer benim ilerlememi sağlayacaksa, zor ve ilginç olmayan görevlerde çalışmaya devam ederim.

52.

Kazandıklarımı bugün keyif için harcamak, yarının güvencesi için biriktirmekten daha iyidir.

53.

Genellikle
şans, sıkı
çalışmaktan
daha iyi sonuç
getirir.

54.

Hayatta
kaçırmış
olduğum iyi
şeyler
hakkında
düşünürüm.

55. Yakın
ilişkilerimin
tutkulu
olmasını
severim.

56.

İşlerimi
yetiştirmek
için her zaman
vakit olacaktır.