

The Adolescent and Adult Time Inventory – Albanian

Zena R. Mello, Frank C. Worrell, Fiorenzo Laghi, Roberto Baiocco, & Antonia Lonigro

Jep një përgjigje për cdonjërin nga pyetjet.

1. Si e përcakton të **Shkuarën**?

2. Si e përcakton të **Tashmen**?

3. Si e përcakton të **Ardhmen**?

Ju lutem lexoni pohimet e mëposhtme, duke përdorur shkallën e dhënë, shënoni kutinë që përshkruan me më mirë atë që mendoni:

①
Asnjëherë

②
Çdo Muaj

③
Çdo Javë

④
Çdo Ditë

Sa shpesh mendon për ...

	Pothuajse Asnjëherë	Rrallë	Ndonjëherë	Shpesh	Pothuajse Gjithmonë
1 ... <u>Të Shkuarën</u> ?	①	②	③	④	⑤
2 ... <u>Të Tashmen</u> ?	①	②	③	④	⑤
3 ... <u>Të Ardhmen</u> ?	①	②	③	④	⑤

Seleksiono një nga figurat e mëposhtme; shëno figurën që është më e rëndësishme për ty përsa i përket te shkuarës, të tashmes, të ardhmes. Sa më i madh të jetë rrethi aq më i rëndësishëm është për ju dimensiononi brënda në rreth. Kujdes duhet të zgjedhësh vetëm njërin nga shtatë figurat.

Figura 1. <input type="radio"/>	<input type="radio"/> E Shkuara	<input type="radio"/> E Tashmja	<input type="radio"/> E Ardhmja
Figura 2. <input type="radio"/>	<input type="radio"/> E Shkuara	<input type="radio"/> E Tashmja	<input type="radio"/> E Ardhmja
Figura 3. <input type="radio"/>	<input type="radio"/> E Shkuara	<input type="radio"/> E Tashmja	<input type="radio"/> E Ardhmja
Figura 4. <input type="radio"/>	<input type="radio"/> E Shkuara	<input type="radio"/> E Tashmja	<input type="radio"/> E Ardhmja
Figura 5. <input type="radio"/>	<input type="radio"/> E Shkuara	<input type="radio"/> E Tashmja	<input type="radio"/> E Ardhmja
Figura 6. <input type="radio"/>	<input type="radio"/> E Shkuara	<input type="radio"/> E Tashmja	<input type="radio"/> E Ardhmja
Figura 7. <input type="radio"/>	<input type="radio"/> E Shkuara	<input type="radio"/> E Tashmja	<input type="radio"/> E ardhmja

Seleksiono një nga figurat e mëposhtme; shëno figurën që tregon më mirë për ty lidhjen ndërmjet të shkuarës, të tashmes dhe të ardhmes.

Figura 1.



Figura 2.



Figura 3.

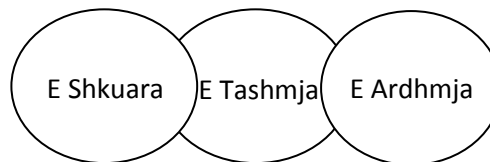
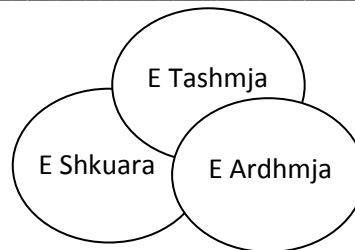


Figura 4.



Përgjigju pyetjeve të mëposhtme.

	Krejtwsisht nuk pajtohem	Nuk pajtohem	As nuk pajtohem as pajtohem	Pajtohem	Pajtohem krejtësisht
1. Jam i projektuar drejt së ardhmes.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Aktualisht nuk jam i kënaqur me jetën time.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Kam kujtime shumë të lumtura nga fëmijëria ime.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Dysjoj se do të bëj diçka për veten time.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Jam i lumtur për jetën time aktuale.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. E shkuara është një periudhë e jetës që do të doja ta harroja.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	Krejtësisht nuk pajtohem	Nuk pajtohem	As nuk pajtohem as pajtohem	Pajtohem	Pajtohem krejtësisht
7. E ardhmja më bën të lumtur.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Kam ndjenja negative për situatën time aktuale.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Kam kujtime të bukura nga fëmijëria.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Nuk mendoj se i jap shumë rëndësi periudhës së fëmijërisë.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Jam i lumtur për të tashmen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. Nuk jam i kënaqur për të kaluarën time.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. E ardhmja më bën të ndihem i qetë.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. Jam i kënaqur për të tashmen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. E shkuara ime më bën të ndihem i trishtuar.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. Të mendoj për të ardhmen më brengos.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. Në përgjithësi ndihem i/e lumtur për atë që po bëj.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18. Do të dëshiroja të mos kisha të kaluarën që kam pasur .	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19. Jam i ekzaltuar për të ardhmen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20. Nuk jam i kënaqur me të tashmen time.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21. Kam mendime të lumtura rreth të shkuarës sime.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22. Nuk më pëlqen të mendoj për të ardhmen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23. Nuk jam i lumtur për jetën time aktuale.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24. Më pëlqen të mendoj për të kaluarën sepse ka qënë një periudhë e lumtur për mua.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25. Të planifikosh të ardhmen është e kotë .	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
26. Në përgjithësi jam i lumtur për jetën time aktuale.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
27. Kam mendime jo të këndshme mbi të kaluarën time.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
28. Të mendoj për të ardhmen më ekzaltton.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
29. Jeta ime aktuale më shqetëson.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
30. E kaluara ime është plot me kujtime të lumtura.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>