



شما در حال مطالعه نسخه آفلاین یکی از مقالات «زبان مستر» هستید. لطفاً توجه داشته باشید که در این نسخه، برخی امکانات تعاملی مانند پخش صوت، ویدیو و تمرین‌های هوش مصنوعی در دسترس نیستند. برای مشاهده نسخه کامل و آنلاین مقاله، همراه با امکانات آموزشی و تجربه کاربری بهتر، [اینجا کلیک کنید](#).

## زمان گذشته استمراری در انگلیسی + مثال، ترجمه و تلفظ

ارسال شده توسط مصطفی ساهری  مقالات زبان انگلیسی  ۷.۶۱K بازدید  ۱۴۰۴/۰۸/۲۷ 

# زمان گذشته استمراری در انگلیسی

Past Continuous in English

مثال، ترجمه و تلفظ +



I was cooking when he came home.

zabanmaster.com



این زمان یکی از کاربردی‌ترین زمان‌ها در مکالمه، و به شکل کلی زبان انگلیسی‌ست که در ادامه به تدریس و توضیح آن خواهیم پرداخت.

### موضوعات این مقاله

۱ زمان گذشته استمراری چیست؟

۲ ساختار زمان گذشته استمراری در انگلیسی + فرمول

۳ کاربردهای گذشته استمراری در زبان انگلیسی (Uses of the Past Continuous)

۴ تفاوت گذشته ساده و گذشته استمراری در زبان انگلیسی (Simple Past vs. Past Continuous)

۵ افعالی که معمولاً با زمان گذشته استمراری در انگلیسی نمی‌آیند

۶ جمع‌بندی

## زمان گذشته استمراری چیست؟

زمان گذشته استمراری (Past Continuous) برای کاری استفاده می‌شود که در یک لحظه مشخص در گذشته در حال انجام بوده (وسط انجامش بودیم).

فرمول گذشته استمراری در انگلیسی به شکل زیر است:

**Subject (فاعل) + was/were + verb (فعل) + -ing**

همانطور که می‌بینید این ساختار مشابه زمان حال استمراری در انگلیسی است و تفاوت آن فقط وجود **was** و **were** به جای **am/is/are** است. توجه کنید که:

**I/He/She/It + was**

**We/You/They + were**

به دو مثال زیر توجه کنید:

**I was studying.**

داشتم درس می خواندم.

**They were talking.**

آنها داشتند صحبت می کردند.

همچنین مثال هایی برای هر کاربرد زمان گذشته استمراری در انگلیسی می توان زد:

کار در حال انجام در گذشته:

**I was watching** a movie last night.

دیشب داشتم یک فیلم تماشا می کردم.

**She was cooking** when I came home.

وقتی من آمدم خانه، او داشت غذا درست می کرد.

دو عمل همزمان در گذشته:

While I **was driving**, my friend was talking on the phone.

وقتی من داشتم رانندگی می‌کردم، دوستم داشت پای تلفن حرف می‌زد.

توصیف صحنه در گذشته (خیلی رایج و کاربردی در رایتینگ):

It **was raining**, and people were running to find a place to stay dry.

وقتی من داشتم رانندگی می‌کردم، دوستم داشت پای تلفن حرف می‌زد.

## ساختار زمان گذشته استمراری در انگلیسی + فرمول

در ادامه ساختار هر سه حالت مثبت (Affirmative)، منفی (Negative) و سوال (Question) را می‌بینید:

ساختار مثبت:

Subject (فاعل) + was/were + verb (فعل) + -ing

ساختار منفی:

Subject (فاعل) + was/were + not + verb (فعل) + -ing

سوالی:

Was/Were + subject (فاعل) + verb-ing?

پاسخ کوتاه (Short Answers):

Yes, subject + was/were.

No, subject + wasn't/weren't.

جمله مثال گذشته استمراری در انگلیسی – مثبت:

**I was working** on my project last night.

دیشب داشتم روی پروژه‌ام کار می‌کردم.

**They were laughing** at something he said.

داشتند به چیزی که او گفت می‌خندیدند.

**She was walking** home when it started to rain.

داشت پیاده به خانه می‌رفت که باران شروع شد.

---

مثال جملات منفی گذشته استمراری در زبان انگلیسی:

**I wasn't paying** attention.

حواسم نبود (داشتم توجه نمی‌کردم).

**They weren't studying** yesterday evening.

دیشب عصر درس نمی‌خواندند.

**She wasn't feeling** well in the morning.

صبح حالش خوب نبود.

---

مثال جملات سوال (Interrogative) در گذشته استمراری در انگلیسی:

**Were you sleeping** when I called?

وقتی زنگ زدم خواب بودی؟

**Was he driving** too fast?

آیا او داشت خیلی تند رانندگی می کرد؟

**Were they waiting** for someone?

آیا آنها منتظر کسی بودند؟

مثال پاسخ‌های کوتاه (Short Answers) در زمان گذشته استمراری (Past Continuous):

**Were you studying** last night?

آیا دیشب داشتی درس می خواندی؟

**Yes, I was. / No, I wasn't.**

بله. / خیر.

**Was she working** today?

آیا امروز داشت کار می کرد؟

**Yes, she was. / No, she wasn't.**

بله. / خیر.

بیشتر بخوانید: لیست کامل افعال باقاعده و بی قاعده در زبان انگلیسی

## کاربردهای گذشته استمراری در زبان انگلیسی (Uses of the Past Continuous)

### کاری که در یک زمان مشخص در گذشته در حال انجام بوده

به شکل دقیق‌تر منظور کاری است که وسط انجام آن بوده‌ایم:

I was studying at 10 pm.

ساعت ۱۰ شب داشتم درس می‌خواندم.

She was cleaning the house in the afternoon.

بعد از ظهر داشت خانه را تمیز می‌کرد.

### عملی طولانی که با یک عمل کوتاه‌تر قطع شد

معمولا در این کاربرد گذشته استمراری در زبان انگلیسی از **while** استفاده می‌شود؛ ساختار رایج آن به شکل زیر است:

Past Continuous (گذشته استمراری) + when + Past Simple (گذشته ساده)

به عنوان مثال:

I was taking a shower when the phone rang.

داشتم دوش می‌گرفتم که تلفن زنگ خورد.

They were walking to school when it started to snow.

داشتند پیاده به مدرسه می‌رفتند که برف شروع شد.

## دو عمل همزمان در گذشته

در این حالت دو کار یا اتفاق همزمان جریان داشته‌اند و از کلمه‌ی **while** در جمله‌مان استفاده می‌کنیم:

While I was cooking, he was setting the table.

وقتی من داشتم غذا درست می‌کردم، او داشت میز را می‌چید.

They were talking while they were driving.

در حالی که رانندگی می‌کردند، صحبت می‌کردند.

## توصیف اتفاقات پس‌زمینه یا داستان (Background Actions)

استفاده از این وجه کاربرد گذشته استمراری (Past Continuous) در رایتینگ و داستان‌گویی به انگلیسی و در میان زبان‌آموزان سطح بالاتر بسیار کارآمد است؛ به عنوان مثال:

The wind was blowing, and the leaves were falling.

باد می‌وزید و برگ‌ها می‌ریختند.

People **were waiting** outside, and cars **were honking**.

مردم بیرون منتظر بودند و ماشین‌ها بوق می‌زدند.

## بیان ناراحتی از یک رفتار تکراری در گذشته

زمانی که می‌خواهید از این که یک نفر در گذشته همیشه یک کار را تکرار می‌کرد شکایت کنید می‌توانید از زمان گذشته استمراری استفاده کنید:

He **was always losing** his keys.

همیشه کلیدهایش را گم می‌کرد.

She **was always coming** late to work.

همیشه دیر سر کار می‌آمد.

## ایجاد تاکید روی مدت‌دار بودن یک عمل (Emphatic Use)

اگر بخواهیم نشان بدهیم یک کار مدت طولانی در جریان بوده می‌توانیم از گذشته استمراری استفاده می‌شود:

I **was working** all night.

تمام شب داشتم کار می‌کردم.

They **were studying** all afternoon.

کل بعد از ظهر داشتند درس می‌خواندند.

# تفاوت گذشته ساده و گذشته استمراری در زبان انگلیسی (Simple Past vs. Past Continuous)

زمان گذشته ساده راجع به اتفاق یا عمل کامل شده در گذشته صحبت می‌کند.

زمان گذشته استمراری انگلیسی راجع به اتفاقی که در جریان بوده صحبت می‌کند.

Past Continuous	Past Simple	محل تفاوت
در حال انجام بود	کامل شد	ماهیت عمل
طولانی یا وسط انجام	کوتاه یا مهم نیست	طول زمان
حالت/فرایند اتفاق	خود اتفاق	تمرکز
عمل زمینه و طولانی	عمل کوتاه (interrupting)	استفاده رایج

در ادامه مثال‌هایی برای هر یک از این تفاوت‌ها می‌آوریم.

توجه کنید که در مثال زیر کاری که در جریان بوده با گذشته استمراری آمده و اتفاق ناگهانی و کوتاهی که افتاده با گذشته ساده نشان داده شده:

**I was cooking when the doorbell rang.**

داشتم غذا درست می‌کردم که زنگ در به صدا درآمد.

در اینجا **was cooking** طولانی و **rang** کوتاه و کامل شده است.

در ادامه مثالی از دو عمل که پشت سر هم کامل می‌شوند و در هر دو مورد از Simple Past استفاده می‌شود می‌آوریم:

**I finished my work and went home.**

کارم را تمام کردم و رفتم خانه.

مثال زیر برای دو عملی است که همزمان هر دو در حال انجام شدن بوده‌اند و برای همین در هر دو از گذشته استمراری استفاده می‌شود:

**She was reading while I was making coffee.**

او داشت کتاب می‌خواند در حالی که من داشتم قهوه درست می‌کردم.

در مثالی که در ادامه می‌آید، اتفاقی که در پس‌زمینه در حال افتادن است با گذشته استمراری توصیف شده و عمل اصلی که انجام می‌شود با گذشته ساده مطرح می‌شود:

**It was raining, and I took a taxi.**

باران می‌بارید و من تاکسی گرفتم.

و در نهایت در مثال پایین کاری که در حال انجام و تکرار بوده با Past Continuous و نتیجه‌ی آن کار با Simple Past بیان شده:

**I was trying to call you, but you didn't answer.**

داشتم سعی می‌کردم بهت زنگ بزنم، اما جواب ندادی.

**بیشتر بخوانید: زمان گذشته ساده در زبان انگلیسی**

## افعالی که معمولاً با زمان گذشته استمراری در انگلیسی نمی‌آیند

منظور در اینجا افعال حالت (Stative Verbs) هستند. این افعال معمولاً عمل فیزیکی نیستند؛ وضعیت، احساس، باور یا مالکیت را نشان می‌دهند. چون «فرآیند» ندارند، پس معمولاً با verb-ing و به شکل کلی در زمان‌های Continuous از جمله گذشته استمراری نمی‌آیند.

برای به خاطر سپاری راحت تر این فعل های انگلیسی را به چند گروه تقسیم می کنیم:

## افعال احساسات و حس (Emotions / Feelings)

شامل افعالی مثل: like, love, hate, prefer, want, need

I **liked** the movie.

از فیلم خوشم آمد.

She **wanted** some water.

او کمی آب می خواست.

## افعال تفکر، باور و ذهنیت (Thinking / Beliefs)

از جمله فعل های: know, believe, understand, remember, forget, mean

I **knew** the answer.

جواب را می دانستم.

He **believed** you.

حرفت را باور کرد.

## افعال مالکیت (Possession)

از جمله: have, own, belong, possess

She **had** a car.

او یک ماشین داشت.

This book **belonged** to me.

این کتاب مال من بود.

## افعال حواس (Senses)

شامل: see, hear, smell, taste

I **heard** a noise.

صدایی شنیدم.

It **tasted** good.

طعمش خوب بود.

## افعال وجود و ظاهر (Existence / Appearance)

مانند: be, seem, appear

She **was** tired.

او خسته بود.

He seemed upset.

به نظر ناراحت می رسید.

## جمع بندی

زمان گذشته استمراری در انگلیسی زمانی به کار می رود که بخواهیم وسط یک اتفاق گذشته را برجسته کنیم؛ جایی که «روند» مهم تر از «نتیجه» است. این زمان کمک می کند صحنه سازی طبیعی تری داشته باشیم، اتفاقات هم زمان را دقیق تر توضیح بدهیم و حتی لحن داستان گویی مان واقع گرایانه تر شود. Past Continuous به تنهایی زمان پیچیده ای نیست، اما انتخاب نادرست آن — مثلاً وقتی عمل کوتاه است یا فعل حالت استفاده می شود — می تواند جمله را غیرطبیعی کند. اگر زبان آموز بداند کی باید از این زمان استفاده کند و کی نباید، هم مکالمه اش طبیعی تر می شود و هم در رایتینگ انگلیسی رشد می کند.

## زمان گذشته استمراری دقیقاً برای چه موقعیت‌هایی استفاده می‌شود؟

وقتی می‌خواهیم بگوییم یک کار در حال انجام بوده، نه اینکه تمام شده باشد.

## تفاوت Past Continuous با Past Simple چیست؟

Past Simple اتفاق کامل شده است؛ Past Continuous روند در حال انجام را نشان می‌دهد.

## می‌توانیم افعال حالت (like, know, want...) را در گذشته استمراری در انگلیسی بیاوریم؟

تقریباً نه؛ این افعال فرایند ندارند و معمولاً با -ing نمی‌آیند.

## آیا Past Continuous برای عادت‌های گذشته مناسب است؟

خیر. برای عادت‌ها از **used to** یا **would** استفاده می‌شود.

## آیا می‌شود دو فعل گذشته استمراری را پشت سر هم در یک جمله آورد؟

بله، وقتی دو عمل هم‌زمان در حال انجام باشند:  
**.She was reading while I was cooking**