

# Present Perfect Continuous (Progressive)

## FORM

Subjekt + have/has + been + Verb-ing

*Påstående:* You **have been waiting** for two hours  
*Fråga:* **Have you been waiting** for two hours?  
*Negativ:* You **have not been waiting** for two hours

Du har väntat i två timmar  
Har du väntat i två timmar?  
Du har inte väntat i två timmar

## NÄR

Många tycker att denna form är svår. Det är inte så svårt och det låter väldigt imponerande när du behärskar detta korrekt.

1. **För att beskriva hur lång en oavslutad handling är som startade i dåtid och har fortsatt fram till nu.** Används ofta med orden "for" och "since". ("for five minutes, for two weeks, since Thursday")  
Tänk även i begrepp som "Recently" (nyligen) och "lately" (på sista tiden).  
(Jämför med Present Perfect)

I **have been living** in London **for** two years.  
Jag har bott i London i två år.

She **has been working** here **since** 2004.  
Hon har arbetat här sedan 2004.

He **has been watching** too much television lately.  
Han har sett på för mycket TV på senaste tiden.

Recently, I **have been feeling** really tired.  
Jag har känt mig väldigt trött på sista tiden.



2. **Händelser som precis har slutat** (även om den totala händelsen kanske inte är avslutad) och som har ett resultat som du oftast kan se, höra eller känna i nutid. **Fokuserar på händelsen!**  
(Jämför med Present Perfect för liknande användning men som fokuserar på resultatet av händelsen)

I am so tired, I **have been studying**.  
Jag är så trött, jag har pluggat.

I **have been running**, so I am really hot.  
Jag har sprungit så jag är väldigt varm.

It **has been raining**, the pavement is wet.  
Det har regnat, trottoaren är blöt.

I **have been reading** your book, it's very good.  
Jag har läst din bok, den är väldigt bra.



## OBS:

Du kan inte använda någon pågående form med tidsuttryck som:

"when, while, before, after, by the time, as soon as, if, unless, etc." (Se lista längre bak i häftet)