**GENEL ERTELEME EĞİLİMİ ÖLÇEĞİ**

Sayın katılımcı,

Marmara Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Tezli Yüksek Lisans Programı kapsamında, Prof. Dr. Halil EKŞİ danışmanlığında Zeynep Hazal KAPLAN tarafından bir ölçek uyarlama çalışması yapılmaktadır. Çalışma kapsamında aşağıdaki ölçek maddelerine içtenlikle cevap vermeniz istenmektedir.

Vereceğiniz cevaplar tamamen gizli tutulup yalnızca anketi uygulayan araştırmacılar tarafından değerlendirilecek ve sonuçlar yalnızca araştırma amacıyla kullanılacaktır.

Uygulama ortalama 5 dakika sürmektedir.

Ölçekle ilgili bilgi almak veya soru sormak için aşağıdaki mail adresi ile iletişime geçebilirsiniz:

zeynephazal\_98@hotmail.com

1. Son teslim tarihine yetiştirmem gereken işler varken genellikle başka şeyler yaparak vaktimi harcarım.

1.Hiçbir Zaman

2.Nadiren

3.Bazen

4.Sıklıkla

5.Her Zaman

2.Oturup hemen bitebilecek işler bile bazen günlerimi alıyor.

1.Hiçbir Zaman

2.Nadiren

3.Bazen

4.Sıklıkla

5.Her Zaman

3-Sık sık kendimi günler öncesinden yapmaya niyetlendiğim işleri yaparken buluyorum.

1.Hiçbir Zaman

2.Nadiren

3.Bazen

4.Sıklıkla

5.Her Zaman

4. Sürekli olarak ''Bunu yarın yapacağım.'' diyorum.

1.Hiçbir Zaman

2.Nadiren

3.Bazen

4.Sıklıkla

5.Her Zaman

5 .Genellikle yapmak zorunda olduğum işleri daha başlamadan ertelerim.

1.Hiçbir Zaman

2.Nadiren

3.Bazen

4.Sıklıkla

5.Her Zaman

6. Karar vermeyi çok geç olana kadar ertelerim.

1.Hiçbir Zaman

2.Nadiren

3.Bazen

4.Sıklıkla

5.Her Zaman

7. Karar verdikten sonra bile harekete geçmeyi ertelerim.

1.Hiçbir Zaman

2.Nadiren

3.Bazen

4.Sıklıkla

5.Her Zaman

8. Son karara varmadan önce önemsiz detaylarla çok fazla vakit kaybederim.

1.Hiçbir Zaman

2.Nadiren

3.Bazen

4.Sıklıkla

5.Her Zaman

9. Kendimi zamanım kalmamışken buluyorum.

1.Hiçbir Zaman

2.Nadiren

3.Bazen

4.Sıklıkla

5.Her Zaman

10. İşleri zamanında bitirmem.

1.Hiçbir Zaman

2.Nadiren

3.Bazen

4.Sıklıkla

5.Her Zaman

11. Teslim tarihlerine yetişmekte pek iyi değilim.

1.Hiçbir Zaman

2.Nadiren

3.Bazen

4.Sıklıkla

5.Her Zaman

12. İşleri son dakikaya bırakmak geçmişte bana pahalıya mal oldu.

1.Hiçbir Zaman

2.Nadiren

3.Bazen

4.Sıklıkla

5.Her Zaman