**TURKISH EAI ITEMS**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **No** | **MADDELER** | **Hiçbir Zaman** | **Nadiren** | **Bazen** | **Sıklıkla** | **Her Zaman** |
| 1 | Hayatımdaki en önemli şey egzersiz yapmaktır. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 2 | Yaptığım egzersizin miktarıyla ilgili olarak partnerim/ailemle görüş ayrılıkları yaşadım. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 3 | Egzersiz yapmayı modumu değiştirmek için bir araç olarak kullanıyorum (Örneğin heyecanlanmak, kaçmak vs.) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 4 | Zaman içinde günlük olarak yaptığım egzersiz miktarını artırdım. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 5 | Bir egzersiz seansını kaçırmak zorunda kalırsam, huysuz ve sinirli hissederim. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6 | Yaptığım egzersiz miktarını azaltıp sonra tekrar başlarsam, her zaman daha önce yaptığım sıklıkta egzersiz yaparım. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |