**Kısa Erteleme Ölçeği (GPS-9)**

1. Bir işi son teslim tarihine yetiştirmem gerektiğinde genellikle başka şeyler yaparak zamanımı boşa harcarım.
2. Sürekli olarak “yarın yapacağım” derim.
3. Genellikle bir görevi bitirmem gereken tarihten önce bitiririm.\*
4. Yapmam gereken bir işe başlamayı genellikle ertelerim.
5. Genellikle bir günde yapmayı planladığım her şeyi başarıyla tamamlarım.\*
6. Genellikle akşam rahatlamadan ve dinlenmeden önce yapmam gereken bütün işleri hallederim.\*
7. Kısa sürede ve kolayca tamamlayabileceğim işleri bile günlerce bekletirim.
8. Kendimi sık sık günler önce yapmayı planladığım işleri yaparken buluyorum.
9. Temel ihtiyaçlarımı bile genellikle son dakikada satın alırım.

\*Ters madde

5’li likert tip, Tek boyut

GPS-9 ölçeğinden alınan yüksek bir puan, yüksek bir erteleme seviyesini gösterir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 9, en yüksek puan 45’tir.

**Türkçe Uyarlama Çalışması İçin**: Şimşir Gökalp, Z., Sarıtepeci, M., & Yıldız Durak, H. (2022). The relationship between self-control and procrastination among adolescents: The mediating role of multi screen addiction. *Current Psychology*. Advance Online Publication. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-02472-2>

**Ölçeğin Orjinali İçin**: Sirois, F. M., Yang, S., & van Eerde, W. (2019). Development and validation of the General Procrastination Scale (GPS-9): A short and reliable measure of trait procrastination. *Personality and Individual Differences*, *146*, 26-33. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.03.039>