

*Inventário de Postergação da Gratificação*

**Versão original:** Hoerger, M., Quirk, S. W., & Weed, N. C. (2011). Development and validation of the Delaying Gratification Inventory. *Psychological Assessment*, 23(3), 725–738. **Versão brasileira:** De Paula, J. J., Porto, A. A., & Costa, D. S. (2018). Brazilian Version of the Delaying Gratification Inventory (DGI): Transcultural adaptation, evidences of validity and reliability. *Revista Interdisciplinar Ciências Médicas*, 2(2), 29-35.

<p><i>As frases abaixo descrevem ações, pensamentos e sentimentos que as pessoas podem ter. Leia cada afirmação e reflita sobre o quanto cada frase descreve a forma como você geralmente age, pensa ou sente. Cada questão é seguida por uma escala de classificação na qual as respostas possíveis variam de (1) DISCORDO FORTEMENTE até (5) CONCORDO FORTEMENTE. Você deve assinalar o quanto você discorda ou concorda com o que a frase diz, de acordo com o seu modo de agir, pensar e sentir.</i></p>	<b>Discordo fortemente</b>	<b>Discordo pouco</b>	<b>Não concordo e nem discordo</b>	<b>Concordo pouco</b>	<b>Concordo fortemente</b>
1. Eu consigo não comer "porcarias" quando quero.	1	2	3	4	5
2. Eu sou capaz de controlar meus desejos físicos.	1	2	3	4	5
3. Eu odeio ter que revezar com outras pessoas.	1	2	3	4	5
4. Quando é possível, eu tento guardar algum dinheiro para o caso de surgir uma emergência.	1	2	3	4	5
5. Eu me esforcei muito na escola para me tornar uma pessoa melhor.	1	2	3	4	5
6. Eu teria muita dificuldade para me manter numa dieta especial, saudável.	1	2	3	4	5
7. Eu gosto de conhecer melhor uma pessoa antes de me relacionar fisicamente com ela.	1	2	3	4	5
8. Geralmente, eu tento considerar como minhas ações podem afetar outras pessoas.	1	2	3	4	5
9. Para mim, é difícil resistir a comprar coisas pelas quais não posso pagar.	1	2	3	4	5
10. Eu tenho tentado estudar muito para que eu possa ter um futuro melhor.	1	2	3	4	5
11. Se minha comida favorita estivesse na minha frente, seria difícil esperar para comê-la.	1	2	3	4	5
12. Meu hábito de me concentrar no que me dá prazer já me causou prejuízo em longo prazo.	1	2	3	4	5
13. Eu acho que ajudarmos uns aos outros beneficia a sociedade.	1	2	3	4	5
14. Eu tento gastar meu dinheiro com sabedoria.	1	2	3	4	5
15. Na escola, eu tentei seguir o "caminho mais fácil".	1	2	3	4	5
16. Para mim, é fácil resistir a doces e salgadinhos.	1	2	3	4	5
17. Eu já abri mão de prazeres físicos ou conforto para alcançar meus objetivos.	1	2	3	4	5

18. Eu tento considerar como minhas ações afetarão outras pessoas em longo prazo.	1	2	3	4	5
19. Não se pode confiar em mim quando se trata de dinheiro.	1	2	3	4	5
20. Eu sou capaz de trabalhar duro para ser bem-sucedido na vida.	1	2	3	4	5
21. Às vezes, eu como até passar mal.	1	2	3	4	5
22. Eu prefiro explorar o lado físico de envolvimento românticos logo de cara.	1	2	3	4	5
23. Eu não considero como meu comportamento afeta outras pessoas.	1	2	3	4	5
24. Quando alguém me dá dinheiro, prefiro gastá-lo imediatamente.	1	2	3	4	5
25. Eu não consigo me motivar para alcançar objetivos de longo prazo.	1	2	3	4	5
26. Eu tenho sempre tentado comer de forma saudável porque compensa em longo prazo.	1	2	3	4	5
27. Quando me deparo com uma tarefa que me exige esforço físico, sempre tento adiar sua realização.	1	2	3	4	5
28. Eu me importo com as necessidades das outras pessoas ao meu redor.	1	2	3	4	5
29. Eu administro bem o meu dinheiro.	1	2	3	4	5
30. Eu sempre acho que meu trabalho duro vai valer a pena no final.	1	2	3	4	5
31. Mesmo se eu estiver com fome, eu consigo esperar até que seja a hora da refeição antes de comer alguma coisa.	1	2	3	4	5
32. Eu já menti ou inventei desculpas com o objetivo de ir fazer algo mais prazeroso.	1	2	3	4	5
33. Não tem porquê eu considerar como minhas decisões afetam outras pessoas.	1	2	3	4	5
34. Eu gosto de gastar dinheiro assim que o recebo.	1	2	3	4	5
35. Eu preferiria pegar o "caminho mais fácil" do que trabalhar duro para ser mais bem-sucedido na vida.	1	2	3	4	5