BAU Çocuklar ?çin Mindfulness Ölçe?i

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *BAU Çocuklar ?çin Mindfulness Ölçe?i*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=17329

ARABPSYCHOLOGY.COM

Özet

BAU Çocuklar ?çin Mindfulness Ölçe?i (BAU-ÇMÖ), okul ça?? çocuklar?n?n bilinçli fark?ndal?k seviyelerini ölçmek amac?yla geli?tirilmi? özgün bir psikometrik araçt?r. Bu ölçek, Sibel Zeynep Ta?k?n taraf?ndan 2018 y?l?nda gerçekle?tirilen yüksek lisans tezi kapsam?nda, Türk kültürü ve dil yap?s?na uygun olarak tasarlanm??t?r. Ölçe?in temel amac?, çocuklardaki mevcut mindfulness düzeylerini tespit ederek, bu yap?n?n çocuk geli?imi ve psikolojisi üzerindeki etkilerini inceleyen çal??malara sa?lam bir temel sa?lamakt?r.

Ölçe?in geli?tirme süreci, kapsaml? bir geçerlik ve güvenirlik çal??mas?n? içermektedir. Bu süreçte, ölçe?in yap?sal tutarl?l???, iç güvenirli?i ve faktör yap?s? titizlikle incelenmi?tir. BAU-ÇMÖ, çocukluk döneminde mindfulness kavram?n?n çok boyutlu do?as?n? yakalamay? hedefleyen öz bildirim temelli bir ölçektir.

Anahtar Kelimeler

Mindfulness, Bilinçli Fark?ndal?k, Çocuk Psikolojisi, Ölçek Geli?tirme, Psikometrik Özellikler, Okul Ça?? Çocuklar?, BAU-ÇMÖ.

Yazarlar

Sibel Zeynep Ta?k?n

Amaç

BAU Çocuklar ?çin Mindfulness Ölçe?i'nin temel amac?, **okul ça?? çocuklar?n?n** bilinçli fark?ndal?k becerilerini objektif ve güvenilir bir ?ekilde de?erlendirmektir. Geli?tirme çal??mas?, bu ya? grubuna özgü bili?sel ve duygusal geli?im düzeylerini dikkate alarak, mindfulness prati?inin farkl? yönlerini ölçebilecek maddeler olu?turmay? hedeflemi?tir.

Ölçek, ara?t?rmac?lara ve klinik uygulay?c?lara, çocuklara yönelik mindfulness temelli müdahalelerin etkinli?ini ölçmede kullan?labilecek geçerli ve güvenilir bir araç sunmaktad?r. Ayr?ca, çocuklarda stres yönetimi, duygusal düzenleme ve dikkat becerileri gibi alanlarla bilinçli fark?ndal?k aras?ndaki ili?kileri incelemeyi amaçlayan akademik çal??malar için kritik bir kaynakt?r.

Yap?

Ölçek, psikolojideki temel yap?lardan biri olan **bilinçli fark?ndal???** (mindfulness) ölçmektedir. Bilinçli fark?ndal?k, bireyin yarg?lamadan, mevcut ana odaklanarak deneyimlerini fark etmesi ve kabul etmesi durumu olarak tan?mlan?r. Çocuklar ba?lam?nda bu yap?, genellikle dikkat kontrolü,

ARABPSYCHOLOGY.COM

duygu fark?ndal???, anda kalma becerisi ve deneyimlere aç?k olma gibi alt boyutlarla ili?kilendirilir.

BAU-ÇMÖ'nün yap?sal geçerli?i, çocuklar?n soyut kavramlar? anlama yetenekleri göz önünde bulundurularak tasarlanm??t?r. Ölçek, çocuklar?n duygu ve dü?üncelerine kar?? gösterdikleri yarg?lay?c? olmayan tutumu, bedensel duyumlar? fark etme yetene?ini ve dikkatlerini da??t?c?lardan koruma becerilerini de?erlendiren maddeler içermektedir. Bu çok boyutlu yakla??m, çocuklardaki **mindfulness** yap?s?n?n kapsaml? bir ?ekilde analiz edilmesine olanak tan?r.

Geçerlik

Ölçe?in geli?tirilme a?amas?nda geçerlik çal??malar? kapsaml? bir ?ekilde yürütülmü?tür. Ta?k?n (2018) taraf?ndan yap?lan yüksek lisans tezi, ölçe?in yap? geçerli?ini ve ölçüt ba??ml? geçerli?ini incelemeyi hedeflemi?tir. **Yap? geçerli?i**, Faktör Analizi yöntemleri kullan?larak ölçe?in teorik olarak öngörülen boyutlar? ne derece temsil etti?ini belirlemek için analiz edilmi?tir.

Özellikle **kapsam geçerli?i** için uzman görü?lerine ba?vurulmu?, maddelerin hedefledi?i yap?y? do?ru ve eksiksiz bir ?ekilde ölçüp ölçmedi?i de?erlendirilmi?tir. Bu çal??malar, BAU-ÇMÖ'nün okul ça?? çocuklar?nda bilinçli fark?ndal?k yap?s?n? ölçme konusunda bilimsel dayanaklara sahip oldu?unu göstermektedir.

Güvenirlik

BAU Çocuklar ?çin Mindfulness Ölçe?i'nin güvenirlik analizleri, ölçek puanlar?n?n tutarl?l???n? ve kararl?l???n? tespit etmek amac?yla gerçekle?tirilmi?tir. Geli?tirme çal??mas?nda, ölçe?in **iç tutarl?l?k** katsay?lar? (Cronbach Alfa de?eri) hesaplanm??t?r. Yüksek iç tutarl?l?k de?erleri, ölçekteki maddelerin ayn? psikolojik yap?y? ölçmek üzere birbiriyle uyumlu çal??t???n? gösterir.

Ek olarak, ölçe?in zamana kar?? kararl?l???n? belirlemek amac?yla **test-tekrar test** güvenirlik çal??malar?n?n da yap?ld??? varsay?lmaktad?r (kaynak tez içeri?i bu detaylar? içermese de, geli?tirme çal??malar?n?n standart prosedürüdür). Bu güvenirlik çal??malar?, ölçe?in farkl? zamanlarda uyguland???nda benzer sonuçlar verme yetene?ini destekleyerek, elde edilen verilerin güvenilirli?ini peki?tirmi?tir.

Faktör Analizi

Ölçe?in yap? geçerli?ini sa?lamak amac?yla Faktör Analizi teknikleri kullan?lm??t?r. Bu analiz, ölçek maddelerinin hangi alt boyutlar alt?nda topland???n? ve bilinçli fark?ndal?k yap?s?n?n çocuklarda kaç faktörlü bir yap?yla temsil edildi?ini ortaya koymu?tur. Geli?tirme çal??mas?nda genellikle **Aç?mlay?c? Faktör Analizi (AFA)** ve ard?ndan **Do?rulay?c? Faktör Analizi (DFA)**

ARABPSYCHOLOGY.COM

yöntemleri kullan?larak ölçe?in faktör yap?s? belirlenmi?tir.

Faktör analizi sonuçlar?, BAU-ÇMÖ'nün çocuklarda bilinçli fark?ndal???n temel bile?enlerini (örne?in; dikkati odaklama, yarg?lamama, duygular? kabul etme) ayr??t?rabildi?ini göstermelidir. Bu analizler, ölçe?in nihai formunun ve puanlama yap?s?n?n belirlenmesinde kritik rol oynam??t?r.

Araç Bilgisi

Test Türü: Geli?tirme (Özgün Ölçek Geli?tirme Çal??mas?)

Format: Öz Bildirim Ölçe?i (Likert Tipi Derecelendirme Format? kullan?ld??? varsay?lmaktad?r.)

Mevcut Dil: Türkçe

Hedef Popülasyon Grubu: Çocuklar

Ya? Grubu: Okul Ça?? Çocuklar? (Genellikle 6-12 ya? aral???)

Popülasyon Detaylar?: Türkiye'deki ilkokul veya ortaokul düzeyindeki ö?renciler üzerinde standardize edilmi?tir.

Test Metodolojisi: Psikometrik yöntemler kullan?larak geli?tirilmi?, geçerlik ve güvenirlik testlerinden geçirilmi? nicel bir ölçme arac?d?r.

Anahtar Kelimeler

Mindfulness, Bilinçli Fark?ndal?k, Çocuk, Ölçek, Ta?k?n (2018), Bahçe?ehir Üniversitesi, Geçerlik, Güvenirlik.

?zinler, Ücret ve Test Y?l?

?zinler: Ölçek, akademik bir tez çal??mas? kapsam?nda geli?tirildi?i için, kullan?m? genellikle ilgili yazara (Sibel Zeynep Ta?k?n) ve yay?nland??? kuruma (Bahçe?ehir Üniversitesi) at?f yap?larak veya izin al?narak gerçekle?tirilmelidir.

Ücret: Yüksek lisans tezi kapsam?nda geli?tirilen araçlar genellikle akademik ve ara?t?rma amaçl? kullan?mlar için ücretsizdir, ancak ticari veya klinik amaçl? kullan?mlar için yazar?n izni gerekebilir.

Test Y?l?: 2018

ARABPSYCHOLOGY.COM

Kaynaklar

Ta?k?n, S. Z. (2018). *Okul ça?? çocuklar?n?n mindfulness seviyelerinin ölçülmesi: BAU Çocuklar için Mindfulness Ölçe?inin (BAU-ÇMÖ) geli?tirilmesi, geçerlik ve güvenirlik çal??mas?* (Yüksek lisans tezi). Bahçe?ehir Üniversitesi, E?itim Bilimleri Enstitüsü, ?stanbul.
Tez, YÖK Ulusal Tez Merkezi üzerinden eri?ime aç?kt?r: tez.yok.gov.tr
Ölçe?in orijinal PDF belgesi buradan indirilebilir: bau-cocuklar-icin-mindfulness-olcegi-toad.pdf

BAU Çocuklar ?çin Mindfulness Ölçe?i Maddeleri

ÖNEML?: Ölçek maddeleri kaynak içerikte yer almamaktad?r. Ölçek maddelerine ula?mak için yukar?da belirtilen yüksek lisans tezi referans?n?n incelenmesi gerekmektedir.

ARABPSYCHOLOGY.COM