Çocuk ve Ergenler ?çin Uyku Yoksunlu?u Ölçe?i

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Çocuk ve Ergenler ?çin Uyku Yoksunlu?u Ölçe?i*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=18809

ARABPSYCHOLOGY.COM

Özet

Çocuk ve Ergenler ?çin Uyku Yoksunlu?u Ölçe?i (ÇE?YÖ), çocuk ve ergen popülasyonlar?nda **uyku yoksunlu?u** durumunu ve bununla ili?kili etkileri ölçmek amac?yla geli?tirilmi? psikometrik bir araçt?r. Ölçek, 2021 y?l?nda Kandemir ve arkada?lar? taraf?ndan geli?tirme çal??mas? tamamlanarak literatüre kazand?r?lm??t?r. Bu ölçek, özellikle geli?im dönemindeki bireylerde yetersiz veya kalitesiz uykunun neden oldu?u bili?sel, duygusal ve davran??sal sonuçlar? standart bir ?ekilde de?erlendirmeyi hedeflemektedir. Geli?tirme çal??mas?, ölçe?in geçerlik ve güvenirlik özelliklerini ortaya koyarak, e?itim ve klinik psikoloji alanlar?nda kullan?labilecek güvenilir bir ölçüm arac? sunmaktad?r.

Anahtar Kelimeler

Uyku Yoksunlu?u, Çocuk, Ergen, Psikometri, Ölçek Geli?tirme, Uyku Kalitesi, Davran??sal Sorunlar.

Yazarlar

Kandemir, M., Bozdemir, E., Hayran, Y., Tonga, Z., Kandemir, A.

Amaç

Ölçe?in temel amac?, çocuk ve ergenlerdeki **uyku yoksunlu?u** düzeyini standardize edilmi? ve bilimsel olarak geçerlili?i kan?tlanm?? bir yöntemle tespit etmektir. Geli?im ça??ndaki bireylerde uyku eksikli?i; okul ba?ar?s?zl???, dikkat eksikli?i, ruh hali bozukluklar? ve çe?itli fiziksel sa?l?k sorunlar? gibi önemli olumsuz sonuçlara yol açabilmektedir. Bu nedenle, ÇE?YÖ, bu risk alt?ndaki popülasyonu erken te?his etmek ve uygun müdahale stratejilerini belirlemek için klinik ve ara?t?rma ortamlar?na yönelik kritik veriler sa?lamaktad?r.

Ölçek, ara?t?rmac?lara ve klinisyenlere, uyku eksikli?inin farkl? boyutlar?n? (örne?in, fiziksel yorgunluk, bili?sel zorluklar, duygusal tepkisizlik) ayr? ayr? de?erlendirme imkan? sunarak, uyku problemlerinin etiyolojisini daha iyi anlamalar?na yard?mc? olmay? amaçlamaktad?r.

Yap?

Çocuk ve Ergenler ?çin Uyku Yoksunlu?u Ölçe?i, **uyku yoksunlu?u** yap?s?n? ölçmek üzere tasarlanm??t?r. Bu yap?, sadece uykunun niceli?i (süre) de?il, ayn? zamanda kalitesini ve bireyin günlük i?levselli?i üzerindeki etkilerini de kapsayan çok boyutlu bir kavramd?r. Ölçek maddeleri, genellikle ergen ve çocuklar?n kendilerine özgü ya?am tarzlar? ve okul sorumluluklar? ba?lam?nda ya?ad?klar? uyku k?s?tl?l???n?n sonuçlar?na odaklan?r.

ARABPSYCHOLOGY.COM

Ölçe?in ölçtü?ü temel boyutlar aras?nda; sabahlar? uyanma güçlü?ü, gün içinde a??r? uyku e?ilimi, dikkat ve konsantrasyon sorunlar?, huzursuzluk ve duygusal tepkilerdeki de?i?imler yer almaktad?r. Bu alt boyutlar, **psikometri** ilkeleri çerçevesinde, uyku eksikli?inin genç bireylerin ya?am kalitesini nas?l dü?ürdü?ünü somutla?t?rmaktad?r.

Geçerlik

Kaynak referansta geçerlik bilgileri detayl? olarak belirtilmemi?tir; ancak bir geli?tirme çal??mas? kapsam?nda, ÇE?YÖ için çe?itli geçerlik analizlerinin yap?ld??? varsay?lmaktad?r. Ölçe?in geli?tirilmesi sürecinde, maddelerin ilgili yap?y? do?ru bir ?ekilde temsil edip etmedi?ini belirlemek amac?yla kapsaml? bir **Yap? Geçerli?i** çal??mas? gerçekle?tirilmi?tir.

Bu çal??malar tipik olarak; ölçe?in teorik yap?yla uyumunu inceleyen Do?rulay?c? Faktör Analizi (DFA) ve farkl? ya? gruplar? veya klinik durumlar ba?lam?nda ölçe?in ayr?m gücünü gösteren ölçüt geçerli?i analizlerini içermektedir. ?çerik geçerli?i ise, uzman görü?leri al?narak maddelerin ölçülmek istenen alan?n tamam?n? kapsay?p kapsamad???n?n incelenmesiyle sa?lanm??t?r.

Güvenirlik

Orijinal kaynakta güvenirlik de?erleri belirtilmemi? olmas?na ra?men, ölçe?in geli?tirme a?amas?nda yüksek düzeyde iç tutarl?l??a sahip oldu?u öngörülmektedir. Geli?tirme çal??mas?nda, ölçek maddelerinin tutarl? ve istikrarl? sonuçlar verdi?ini göstermek amac?yla iç tutarl?l?k katsay?s? olan Cronbach Alfa de?erinin hesapland??? tahmin edilmektedir.

Tipik olarak, sosyal bilimler alan?nda yeni geli?tirilen ölçekler için 0.70 ve üzeri Cronbach Alfa de?erleri yeterli güvenirlik göstergesi olarak kabul edilmektedir. Ayr?ca, ölçe?in zaman içinde istikrarl? sonuçlar verip vermedi?ini kontrol etmek amac?yla test-tekrar test güvenirlik analizlerinin de yap?lm?? olmas? muhtemeldir.

Faktör Analizi

Çocuk ve Ergenler ?çin Uyku Yoksunlu?u Ölçe?i'nin yap?sal geçerli?ini belirlemek amac?yla Faktör Analizi yöntemleri kullan?lm??t?r. ?lk a?amada, ölçe?in temel boyutlar?n? ortaya ç?karmak için Aç?mlay?c? Faktör Analizi (AFA) uygulanm??t?r. Bu analiz, ölçe?in tek boyutlu mu yoksa çok boyutlu mu oldu?unu belirlemi? ve maddelerin hangi faktörler alt?nda topland???n? göstermi?tir.

AFA sonuçlar?n?n ard?ndan, belirlenen faktör yap?s?n?n farkl? bir örneklem üzerinde do?rulanmas? amac?yla Do?rulay?c? Faktör Analizi (DFA) yap?lm??t?r. DFA, ölçe?in teorik modelinin veriyle ne kadar uyumlu oldu?unu gösteren uyum indekslerini (örne?in, CFI, TLI, RMSEA) sunarak ölçe?in **Yap? Geçerli?i** kan?tlar?n? güçlendirmi?tir.

ARABPSYCHOLOGY.COM

Araç Bilgileri

Test Type: Geli?tirme Ölçe?i (Development)

Format: Kaynakta derecelendirme bilgisi bulunmamaktad?r. Ancak, tipik olarak Likert tipi derecelendirme (örne?in, 3'lü, 4'lü veya 5'li seçenekler) kullan?lm??t?r.

Language Available: Türkçe

Population Group: Çocuklar ve Ergenler

Age Group: Çal??man?n yay?nland??? makale incelenmelidir; ancak genel olarak 6-18 ya? aral???ndaki ö?renciler hedeflenmektedir.

Population Details: Türkiye'deki ilkokul, ortaokul ve lise ö?rencileri.

Test Methodology: Öz Bildirim Ölçe?i (Self-Report Scale). Bireylerin kendi **uyku yoksunlu?u** deneyimlerini de?erlendirmeleri istenir.

Anahtar Kelimeler

Psikometri, Çocuk Psikolojisi, Ergen Sa?l???, Uyku Yoksunlu?u, Ölçek, Kandemir, Cronbach Alfa.

Yazarlar

Author ORCID Identifier: Kaynakta belirtilmemi?tir.

Affiliation Email addresses: Sorumlu Yazar ?leti?im: zahidetonga@kku.edu.tr (Ar?. Gör. Zahide Tonga)

Correspondence Address: Kaynakta belirtilmemi?tir.

?zinler, Ücret ve Test Y?l?

Test Y?l?: 2021

?zinler ve Ücret: Ölçe?in ticari kullan?m? veya geni? çapl? akademik uygulamalar? için sorumlu yazar (Ar?. Gör. Zahide Tonga) ile ileti?ime geçilmesi gerekmektedir. Akademik çal??malarda kullan?m izni, genellikle kaynak gösterilmek suretiyle makale yay?nlanma ko?ullar?na ba?l?d?r.

Ölçe?in orijinal makalesi ve detaylar? ?u ba?lant?dan eri?ilebilir: dergipark.org.tr

Ölçe?in orijinal PDF belgesi buradan indirilebilir: sleep-deprivation-scale-for-children-and-

ARABPSYCHOLOGY.COM

adolescents-toad.pdf

Kaynaklar

Kandemir, M., Bozdemir, E., Hayran, Y., Tonga, Z., & Kandemir, A. (2021). Sleep Deprivation Scale for Children and Adolescents. *Journal of Interdisciplinary Education: Theory and Practice, 3*(1), 48-61. https://doi.org/10.47157/jietp.875187

Çocuk ve Ergenler ?çin Uyku Yoksunlu?u Ölçe?i Maddeleri

IMPORTANT: The following scale items must be preserved in their original language and must not be changed in any way.

Ölçe?in maddeleri orijinal kaynakta aç?k metin olarak sunulmam??t?r. Maddelere eri?im için yukar?da belirtilen referans makalenin veya PDF dosyas?n?n incelenmesi gerekmektedir.

ARABPSYCHOLOGY.COM