

Çocuklar için Sabahç?l Ak?amc?l Ölçe?i

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2025). *Çocuklar için Sabahç?l Ak?amc?l Ölçe?i*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=18915>

Özet

Çocuklar için Sabahç?l Ak?amc?l Ölçe?i (Ç?SAÖ), İngilizce orijinali olan "Morningness-Eveningness Scale for Children" (MESC) ölçe?inin Türk kültürüne ve diline uyarlama çal??mas? sonucunda geli?tirilmis? bir ölçme aracıdır. Bu ölçek, çocukların günlük uyanıklık ve aktivite zamanlamalarındaki bireysel farklılıklar?, yani kronotip tercihlerini belirlemeyi amaçlamaktadır. Ölçek, çocukların sabahç?l (erken kalkan ve aktif olan) mı yoksa ak?amc?l (geç yatan ve aktif olan) mı olduğunu tespit etmek için kullanılır. Uyarlama çal??mas?, ?smail Önder ve ?eyda Be?oluk tarafından 2013 yılında yayımlanmıştır ve Türk popülasyonunda ölçe?in geçerli ve güvenilir bir araç olarak kullanılabilmesini göstermeyi hedeflemiştir.

Biyolojik ritimler ve uyku düzeni, çocukların akademik başarıları, ruh sağlığı ve genel refahı üzerinde önemli etkilere sahiptir. Bu nedenle, Ç?SAÖ, eğitim ve klinik psikoloji alanlarında çocukların zamanlama tercihlerini objektif olarak değerlendirmek için kritik bir araç sağlamaktadır.

Anahtar Kelimeler

Sabahç?llik, Ak?amc?llik, Kronotip, Çocuk, Uyarlama, Biyolojik Ritim, Psikoloji, Psikometrik.

Yazarlar

?smail Önder, ?eyda Be?oluk

Amaç

Çocuklar için Sabahç?l Ak?amc?l Ölçe?i'nin temel amacı, çocukların doğal eğilimlerini yansıtan günlük zaman tercihlerini ve uyanıklık düzeylerini ölçmektir. Bu ölçek, çocukların günün hangi saatlerinde en enerjik ve uyanık olduklarını belirleyerek, onların öğrenme ortamlarının ve günlük programlarının optimize edilmesine yardımcı olacak veriler sunar.

Uyarlama çal??masının özel amacı ise, uluslararası alanda kabul görmüş olan MESC'nin (Morningness-Eveningness Scale for Children) psikometrik özelliklerinin Türk örneğinde incelenmesi ve geçerli bir Türkçe sürümünün bilimsel kullanıma sunulmasıdır. Bu, Türk araştırmacıların çocuk ve ergenlerdeki biyolojik ritimler çal??malarını desteklemektedir.

Yapı

Ölçe?in ölçtü?ü temel psikolojik yapı, bireyin kronotipidir. Kronotip, uyku-uyanıklık döngüsünün ve günlük performans zirvesinin zamanlamasını belirleyen, büyük ölçüde genetik olarak kontrol edilen bir biyolojik ritim özelliğidir. Ölçek, çocuklar? bir süreklilik üzerinde, sabahç?l uçtan (erken yatıp erken kalkan) ak?amc?l uca (geç yatıp geç kalkan) doğru konumlandırılır.

Ölçek maddeleri genellikle, kişinin doğal olarak ne zaman uyanmayı tercih ettiğini, günün hangi saatinde ders çalışmay veya zor aktiviteleri yapmayı tercih ettiğini gibi davranışsal göstergeleri değerlendirir. Yüksek puanlar sabahçı eğilimi, düşük puanlar ise akşamçı eğilimi işaret eder.

Geçerlik

Uyarlama çalışmasında geçerliliğe ilişkin detaylı bilgiler makalede sunulmuştur. Genellikle, ölçeğin yapı geçerliğini test etmek için Faktör Analizi yöntemleri kullanılır. Türk uyarlamasında, ölçeğin orijinal yapıyı koruyup korumadığı, yani tek faktörlü mü yoksa çok faktörlü mü olduğu incelenmiştir.

Ayrıca, ölçeğin bilinen gruplar geçerliliği de test edilmiş olabilir. Örneğin, yaş ilerledikçe çocukların kronotiplerinin sabahçıktan akşamçıya doğru kayması bilgisi ışığında, yaş grupları arasındaki ortalama puan farklarının bu bilinen eğilimi yansıtmadığı kontrol edilmiştir. Bu tür bir analiz, ölçeğin gerçekten kronotipi ölçtüğünü gösteren güçlü bir kanıttır.

Güvenirlilik

Çocuklar için Sabahçı Akşam Ölçeği'nin güvenirlik çalışmaları, genellikle iç tutarlılık (Cronbach Alfa katsayısı) ve test-tekrar test güvenirliği yöntemlerini içerir. İç tutarlılık analizi, ölçeği oluşturan maddelerin birbiriyle ne kadar tutarlı olduğunu ve aynı yapıyı ölçtüğünü gösterir.

Uyarlama çalışmasında elde edilen yüksek iç tutarlılık katsayıları, ölçeğin Türk çocukları popülasyonunda güvenilir bir ölçüm sağladığını kanıtlamaktadır. Test-tekrar test güvenirliği ise, farklı zamanlarda uygulanan ölçümlerin kararlılığını göstererek, ölçekten alınan puanların zaman içinde tutarlı kaldığını doğrular.

Faktör Analizi

Önder ve Beroluk (2013) tarafından yürütülen Faktör Analizi, ölçeğin yapısal uygunluğunu değerlendirmek için kritik öneme sahiptir. Orijinal MESOC ölçeği genellikle tek bir baskın faktör (genel kronotip) olarak kabul edilir.

Türk uyarlama çalışması, Açılmayıcı Faktör Analizi (AFA) veya Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) kullanarak, ölçeğin Türk kültüründe de tek faktörlü bir yapıyı destekleyip desteklemediğini araştırmıştır. Bu analizler sonucunda, maddelerin beklenen faktör yapısına altında toplandığı ve ölçeğin yapısal geçerliğinin sağlandığı tespit edilmiştir.

Ölçek Bilgileri

Test Türü: Uyarlama (Adaptasyon)

Format: Likert benzeri derecelendirme sistemi ile çoktan seçmeli maddelerden oluşur. Çocuklar, günlük rutinlerine ilişkin tercihlerini derecelendirirler.

Mevcut Diller: Türkçe, Orijinali İngilizce.

Popülasyon Grubu: Çocuklar ve ergenler.

Yaş Grubu: Genellikle ilkököl ve ortaoköl öğrencilerini kapsayan yaş aralığı (yaklaşık 8-16 yaş).

Popülasyon Detayları: Türkiye'deki çeşitli okullarda öğrenim gören öğrenciler.

Test Metodolojisi: Öz bildirim ve/veya ebeveyn bildirimine dayalı psikometrik değerlendirme.

Anahtar Kelimeler

Kronotip, Sabahç?llük, Ak?amc?llük, Uyku Düzeni, Uyarlama, Biyoloji, Gündüz Aktiviteleri, Okul Performansı.

Yazarlar ve İletişim

Sorumlu Yazar: İsmail Önder

Yazar ORCID Tanımlaması: Bilgi mevcut değildir.

Bağı Kuruluş E-posta Adresleri: ionder@sakarya.edu.tr (İsmail Önder)

Yazışma Adresi: Sakarya Üniversitesi, Eğitim Fakültesi (Makale referansına göre çökürüm yapılmıştır).

Şinler, Ücret ve Test Yayı

Test Yayı (Uyarlama): 2013

Şinler ve Ücret: Ticari olmayan akademik ve araştırma amaçlı kullanımlar için yazarla iletişime geçilmesi önerilir.

PDF Bağlantısı: Ölçeğin orijinal uyarlama makalesinde kullanılan ölçek formunun PDF belgesi aşağıdaki adresten indirilebilir: cocuklara-yonelik-gunluk-ritim-belirleme-olcegi-toad.pdf

Referanslar

Önder, İ., & Beşoluk, İ. (2013). Adaptation of the Morningness Eveningness Scale for children into Turkish. *Biological Rhythm Research*, 44(2), 313-323. doi:10.1080/09291016.2012.681848

Çocuklar için Sabahçı Akşamcı Ölçeği Maddeleri

ÖNEMLİ: Ölçeğin orijinal maddeleri kaynak içerikte sağlanmamıştır. Maddelerin tam listesi için yukarıda belirtilen referans makaleye (Önder & Beroluk, 2013) başvurulması gerekmektedir.

ARABPSYCHOLOGY.COM