

# Çocuklar?n Kronotip Ölçe?i

## RECOMMENDED CITATION

memjavad (2025). *Çocuklar?n Kronotip Ölçe?i*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=19053>

## Özet

Çocuklar?n Kronotip Ölçe?i (ÇKÖ), orijinal ad? **Children's Chronotype Questionnaire (CCTQ)** olan psikometrik bir arac?n Türkçe adaptasyonudur. Bu ölçek, çocuklar?n biyolojik ritimlerini ve uyku-uyan?kl?k döngülerine ili?kin bireysel tercihlerini, yani **kronotiplerini** belirlemek amacıyla geli?tirilmi?tir. Ölçe?in Türkçe uyarlamas? Dursun ve arkadaşlar? (2015) taraf?ndan yap?lm?? olup, Türk örnekleminde geçerlik ve güvenilirlik çal??malar? ba?ar?yla tamamlanm??tır. ÇKÖ, çocukluk dönemindeki bireylerin "sabah insan?" (erkenci kronotip) veya "akşam insan?" (geç kronotip) e?ilimlerini objektif olarak de?erlendirmeyi hedefler, böylece geli?imsel psikoloji ve uyku t?bb? alan?ndaki ara?t?rmalara önemli katk?lar sunar.

## Anahtar Kelimeler

Kronotip, **Sirkadiyen ritim**, Çocukluk Dönemi Kronotip Anketi, CCTQ, Uyku düzeni, Psikometrik araç, Adaptasyon, Onur Burak Dursun.

## Yazarlar

Onur Burak Dursun, Hümeysra Ogutlu, I??n Su Esin.

## Amaç

Çocuklar?n Kronotip Ölçe?i'nin temel amac?, çocuk ve ergenlerdeki **kronotip** özelliklerini güvenilir ve geçerli bir ?ekilde ölçmektir. Kronotip, bireylerin fizyolojik ve davran??sal süreçlerinin günün hangi saatlerinde zirveye ula?t??n? belirleyen içsel bir zamanlama sistemidir. Bu ölçek, özellikle uyku bozukluklar?, akademik performans ve dikkat eksikli?i gibi durumlarla ili?kili olabilecek biyolojik zamanlama farklılıklar?n? tespit etmeye yardımcı olur.

Ölçe?in Türkçe adaptasyon çal??mas? (2015), orijinal ölçe?in kültürel ve dilsel e?de?erlili?ini sa?layarak Türk çocuk popülasyonunda kullan?ma uygun hale getirilmesini amaçlam??tır. Bu adaptasyon sayesinde, uluslararası ara?t?rmalarda kullanılan CCTQ'nun sonuçlar? Türkiye'deki çal??malarla kar??la?t?r?labilir hale gelmi?tir.

## Yap?

Çocuklar?n Kronotip Ölçe?i (ÇKÖ), **kronotip** yap?s?n? ölçmek üzere tasarlanm??tır. Bu yap? genellikle iki ana kutup aras?nda de?erlendirilir: sabah tipleri (Lark) ve akşam tipleri (Owl). Ölçek, çocuklar?n uyku al??kanlıklar?, uyanma saatleri, günün farklı zamanlar?ndaki enerji seviyeleri ve tercih ettikleri aktivitelerin zamanlamas? gibi **sirkadiyen ritim** göstergelerini de?erlendiren toplam 27 maddeden olumaktadır.

Adaptasyon çal??mas?, ölçe?in d?? geçerli?ini Çocuklara Yönelik Günlük Ritim Belirleme Ölçe?i (MESÇ) ile kar??la?t?rma yaparak desteklemiştir. Bu durum, ÇKÖ'nün ölçtü?ü yap?n?, çocuklar?n günlük ritimlerini belirleyen d??sal zamanlama özellikleriyle güçlü bir korelasyon içinde oldu?unu göstermektedir.

## Geçerlik

Çocuklar?n Kronotip Ölçe?i'nin Türkçe formunun geçerlik çal??malar?, Dursun, Oğutlu ve Esin (2015) taraf?ndan yap?lm??tır. Çal??manın ana bulgular?ndan biri, Çocukluk Dönemi Kronotip Anketi (ÇKÖ) ile Çocuklara Yönelik Günlük Ritim Belirleme Ölçe?i (MESÇ) Türkçe formlar? aras?ndaki tutarlılıktır. Bu kar??la?t?rma, ölçe?in d?? geçerli?ini sa?lamaktadır.

Analizler sonucunda, varsayıldı?? gibi, ÇKÖ puanlar? ile MESÇ puanlar? aras?nda istatistiksel olarak önemli bir **negatif korelasyon** tespit edilmiştir. Bu negatif ilişki, bir ölçekte geç kronotip e?ilimi yüksek olan çocuklar?n di?er ölçekte de ilgili biyolojik zamanlama özelliklerini göstermesi gerekti?ini do?rular. Bu bulgu, Türkçe ÇKÖ formunun yap?sal olarak geçerli oldu?unu ve ölçmeyi amaçladı?? kronotip yap?s?n? do?ru bir ?ekilde temsil etti?ini göstermektedir.

## Güvenirlik

Çocuklar?n Kronotip Ölçe?i'nin (ÇKÖ) iç tutarlılı??, **Cronbach Alfa** katsay?s? kullan?larak de?erlendirilmiştir. Adaptasyon çal??mas? sonucunda güvenilirlik katsay?s? ( $\alpha$ ) .65 olarak hesaplanmıştır. Bu sonuç, ölçe?in yeterli iç tutarlılı??a sahip oldu?unu ve klinik veya ara?t?rma amaçlı kullan?mlar için güvenilir kabul edilebilece?ini ifade etmektedir.

## Faktör Analizi

Kaynak içerikte ÇKÖ'nün faktör yap?s?na dair detaylı bilgi (boyut say?s?, faktör yükleri) aç?kça belirtilmemiştir. Ancak, ölçe?in 27 maddeden oluşmas?, birden fazla alt boyutu içerebilece?ini düşündürmektedir. Türkçe adaptasyon çal??mas?nda, yap? geçerli?i büyük ölçüde Çocuklara Yönelik Günlük Ritim Belirleme Ölçe?i (MESÇ) ile korelasyon üzerinden sa?lanmıştır.

Gelecekteki psikometrik çal??malar?n, Türkçe ÇKÖ'nün faktör yap?s?n? netle?tirmek amacıyla ke?fedici ve do?rulayıcı faktör analizleri ile derinle?tirilmesi önerilmektedir.

## Araç

**Test Type:** Uyarlama (Adaptasyon)

**Format:** Anket/Öz Bildirim Ölçe?i. Çocukluk Dönemi Kronotip Anketi 27 maddeden oluşmaktadır. Kar??la?t?rma olarak kullan?lan Çocuklara Yönelik Günlük Ritim Belirleme Ölçe?i 10 maddeden

olu?maktad?r.

**Language Available:** Türkçe, Orijinal dil: ?ngilizce (Children's Chronotype Questionnaire)

**Population Group:** Çocuklar ve Ergenler

**Age Group:** Çocukluk Dönemi (Genellikle 6-17 ya? aral???)

**Population Details:** Türk çocuk popülasyonu üzerinde standartla?t?r?lm??t?r.

**Test Methodology:** Öz Bildirim veya Ebeveyn Bildirimi (Orijinal CCTQ formlar? genellikle ebeveynler veya çocuklar tarafından doldurulur). Derecelendirme sistemi kaynakta detayl? belirtilmemi?tir.

## Anahtar Kelimeler

**Psikometri,** Kronotip ölçümü, MESC, Uyku t?bb?, D?? geçerlik, ?ç tutarl?lk, Cronbach Alfa.

## Yazarlar

**Author ORCID Identifier:** Bilinmiyor

**Affiliation Email addresses:** oburak.dursun@atauni.edu.tr (Sorumlu Yazar ?leti?im)

**Correspondence Address:** Onur Burak Dursun

## ?zinler, Ücret ve Test Y?I?

**Test Y?I? (Adaptasyon):** 2015

**?zinler ve Ücret:** Ölçe?in kullan?m? ve potansiyel ücretler hakk?nda bilgi almak için sorumlu yazar Onur Burak Dursun ile ileti?ime geçilmesi gerekmektedir.

Makalenin orijinal PDF'i ?u adresten indirilebilir: [childrens-chronotype-questionnaire-cctq-toad.pdf](#)

## Kaynaklar

Dursun, O. B., Ogutlu, H., & Esin, I. S. (2015). Turkish validation and adaptation of Children's Chronotype Questionnaire (CCTQ). *The Eurasian journal of medicine*, 47(1), 56-61. (Makale Linki: [proxy2.marmara-elibrary.com](#))

## Çocuklar?n Kronotip Ölçe?i Maddeleri

**ÖNEML?:** A?a??daki ölçek maddeleri orijinal dilinde korunmal? ve hiçbir ?ekilde de?i?tirilmemelidir.

Çocukluk Dönemi Kronotip Anketi 27 maddeden olu?maktadır.

Çocuklara Yönelik Günlük Ritim Belirleme Ölçe?i 10 maddeden olu?maktadır.

ARABPSYCHOLOGY.COM