

# Çocuk Rutinleri Ölçeği: Ölçek Uyarlama Çalışması\*

## ARAŞTIRMA MAKALESİ

Songül DAKAK<sup>1</sup>, Özlem GÖZÜN KAHRAMAN<sup>2</sup>

1 Bilim Uzmanı, Çocuk Gelişimi ve Eğitimi, songuldakak@gmail.com, ORCID: 0000-0002-3560-2357.

2 Doç. Dr., Karabük Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çocuk Gelişimi Bölümü, Karabük, Türkiye, okahraman@karabuk.edu.tr, ORCID: 0000-0003-2767-0592.

Gönderilme Tarihi: 13.01.2023 Kabul Tarihi: 02.05.2023 DOI: 10.37669/milliegitim.1233914

**Atf:** "Dakak, S., ve Gözün Kahraman, Ö. (2024). Çocuk rutinleri ölçeği: Ölçek uyarlama çalışması. *Millî Eğitim*, 53 (242), 1059-1084. DOI: 10.37669/milliegitim.1233914"

### Öz

Çocuk rutinleri, çocuğu gelişimsel ve akademik olarak desteklemesi bakımından önemlidir. Bu çalışmada Sytsma, Kelley and Wymer (2001) tarafından geliştirilen ve özgün adı "Child Routines Inventory" olan Çocuk Rutinleri Ölçeğinin Türkçeye uyarlanması amaçlanmıştır. Araştırma deseni olarak betimsel tarama modeli kullanılmıştır. Çalışma kapsamında 5-12 yaş arası çocuğu olan 960 anneye ulaşılmıştır. Eksik doldurulan 36 form çıkartılmış ve 924 form üzerinden geçerlik ve güvenilirlik analizleri yapılmıştır. Ölçeğin geçerliliğini belirlemek için Doğrusal Faktör Analizi (DFA) uygulanmıştır. DFA sonucunda uyum indeksleri  $\chi^2/sd$  3.8; RMSEA=0.055; SRMR=0.553; NNFI=0.825 kabul edilebilir değer ile normal değer aralığında; RMR=0.050 normal değerinde bulunmuştur. Madde faktör yükleri 0,339 ile 0,885 arasındadır. Ölçeğin güvenilirliğini belirlemek için hesaplanan Cronbach Alpha katsayısı, ölçek toplam puanları için 0,91 olarak belirlenmiştir. Araştırmadan elde edilen sonuçlar doğrultusunda uyarlanan ölçeğin 36 madde 4 boyut (Günlük yaşam rutinleri, ev içi sorumluluklar, disiplin rutinleri ve ev ödevi rutinleri) olarak Türkiye'de kullanılmasının uygun olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

**Anahtar Kelimeler:** çocuk rutinleri, çocuk gelişimi, okul çağı, ölçek uyarlama

\* Bu çalışma Songül Dakak'ın, Özlem Gözün Kahraman danışmanlığında yürütülen yüksek lisans tezinden derlenmiştir.

## Child Routines Scale: Scale Adaptation Study

### Abstract

*Child routines are important in terms of supporting the child developmentally and academically. In this study, it was aimed to adapt the Child Routines Inventory, which was developed by Sytsma, Kelley and Wymer (2001), into Turkish. For research design, the descriptive survey model was used. Within the scope of the study, 960 mothers with children aged 5-12 were reached. 36 incomplete forms were removed, and validity and reliability analyzes were performed on 924 forms. Linear Factor Analysis (CFA) was applied to determine the validity of the scale. As a result of CFA, fit indices  $\chi^2/sd$  3.8; RMSEA=0.055; SRMR=0.553; NNFI=0.825 were between acceptable and normal values; RMR=0.050 was found to be normal. Item factor loads were found to be between 0.339 and 0.885. The Cronbach alpha coefficient calculated to determine the reliability of the scale was 0.91 for the scale total scores. It was concluded that the scale, which was adapted in line with the results obtained from the research, was suitable for use in Türkiye as 36 items and 4 dimensions (daily life routines, domestic responsibilities, discipline routines and homework routines).*

**Keywords:** *child routines, child development, school age, scale adaptation*

### Giriş

Rutinler her çocuğun yaşamının önemli bir parçasıdır. Çünkü çocuklara bir istikrar ve düzen duygusu geliştirmelerinin yanı sıra görevlerini artan bağımsızlıkla tamamlamaları için gerekli bilgi ve deneyimleri verir. Böylece çocukların fiziksel, bilişsel ve sosyal-duygusal gelişim alanlarını da olumlu yönde destekler. Rutinler bir dizi sıralı eylemi içerir ve sitemli, düzenli ve öngörülebilirdir. Bu nedenle çocukların akıl yürütme, karar verme, dikkat, konsantrasyon gibi yürütücü işlevlerini destekleyerek bilişsel gelişimlerine katkıda bulunur (Glannon, 2015; Fiese, Tomcho, Joseph, Poltrock ve Baker, 2002). Alanyazında ebeveyn etkileşimli okuma rutinlerinin, çocukların okuryazarlık gelişimini pozitif yönde etkilediği (Serpell, Sonnenschein, Baker ve Ganapathy, 2002) ve ev işleri rutinleri olan çocukların matematik dersinden daha yüksek puanlar aldığı belirlenmiştir (White, DeBoer ve Scharf, 2019). Ayrıca rutinler çocukların öz düzenleme, bağlanma, yeni durumlara uyum sağlama gibi sosyal ve duygusal becerilerini desteklemede de da önemli bir rol oynar. Alan yazında çocuk rutinlerinin çocukların günlük yaşam streslerini ve dışsallaştırılmış davranış problemlerini azalttığına dair çalışmalar mevcuttur (Greening, Stoppelbein, Konishi, Jordan ve Moll, 2007; Jordan, 2003).

Çocuklar için rutinler, uyum ve güven sağlamanın yanı sıra “sırada ne olacağı” konusundaki streslerini hafifletmeye yardımcı olması bakımından önemli bir araçtır

(Fiese vd., 2002; Sytsma, Kelley ve Wymer, 2001). Rutinler aile içinde kimin, neyi, ne zaman ve ne sıklıkta yapacağı konusunda bir düzen sağlar. Aile rutinleri, günlük işleri halletmek (yemek/temizlik zamanı vb.), birlikte zaman geçirmek (film izleme, haftalık geziler vb.) için nasıl organize olduklarını içerir. Bu rutinler kültüre ve aileye göre farklılık gösterebilmektedir (Fiese vd., 2002). Çocuk rutinleri, “çocuk ile en az bir yetişkinin etkileşimli veya denetleyici bir rolde hareket etmesini doğrudan içeren ve çocuğun günlük/haftalık yaşamında öngörülebilir bir düzenlilikle ortaya çıkan gözlemlenebilir, tekrarlanan davranışlar” olarak tanımlanmıştır (Sytsma vd., 2001, s. 243). Yaygın rutinler arasında günlük yaşam rutinleri (yemek zamanı, uyku), ev içi sorumluluklar (çamaşır katlama, sofra kurma) ve ev ödevi rutinleri bulunmaktadır (Sytsma vd., 2001; Fiese ve Everhart, 2010). Örneğin, uyku rutini, pijama giymek, diş fırçalamak, ebeveynle masal okumak, dua etmek gibi öngörülebilir şekilde ve zamanda gerçekleşen bir dizi eylemi içerebilir.

Günlük yaşam rutinleri, aile üyelerinin doğrudan zaman geçirmesi ve geçirilen zamana anlam katması ile sosyal-duygusal gelişime katkıda bulunmasının yanı sıra daha sağlıklı beslenme alışkanlıkları geliştirmesini de sağlamaktadır (Hammons ve Fiese, 2011; Hillesund, Sagedal, Bere ve Øverby, 2021; Larson, Wiley ve Branscomb, 2006; Mellin, Neumark-Sztainer, Patterson ve Sockalosky, 2004; Skeer, Sonnevile, Deshpande, Goodridge ve Folta, 2018). Alanyazında haftada 5-7 kez yemek zamanı rutini varlığının, pozitif aile iletişimi sağlamasının yanında tütün kullanımı, şiddet ve riskli davranışlara başvurma oranını azalttığı (Fulkerson, Story, Mellin, Leffert, Neumark-Sztainer ve French, 2006); akşam yemeği rutinlerinin ise ebeveynlik stresinin çocukların üzerindeki olumsuz etkilerini potansiyel olarak hafifletebileceğini ifade eden çalışmalar mevcuttur (Yoon, Newkirk ve Perry-Jenkins, 2015). Aile yemeklerinin sıklığı, daha iyi aile psikososyal esenliği ve gelişmiş aile ilişkileri (Chu, Ho, Mui, Wan, Stewart, Lam ve Chan vd., 2018), daha sağlıklı kilo durumu (Taveras vd., 2005) ve daha fazla meyve ve sebze tüketimi ile ilişkilendirilmiştir (Berge, Jin, Hannan ve Neumark-Sztainer, 2013; Neumark-Sztainer, Hannan, Story, Croll ve Perry, 2003).

Uyku ve yemekle ilgili ev rutinlerinin çocuklar üzerinde olumlu etkileri vardır (Spagnola ve Fiese, 2007; Fiese, Rhodes ve Beardslee, 2013). Bu rutinler, çocuklukta obezite riskinin azalması (Anderson ve Whitaker 2010; Fiese ve Bost 2016) ve daha iyi öz düzenleme ile ilişkilendirilmiştir (Kopp, 1982; Spagnola ve Fiese, 2007). Yatma vakti rutinleri konusunda yapılan çalışmalar incelendiğinde ise yatma vakti rutin tutarlılığı çocuklar arasında artan uyku süresi, azalmış gece uyanmaları ve uykuya geçişin gecikmesinin azalması gibi daha iyi uyku ile ilişkilendirilmiştir (Lam, 2022; Mindell, Telofski, Wiegand ve Kurtz, 2009; Staples, Bates ve Petersen, 2015). Ayrıca yatma zamanı rutinlerinin normal gelişen çocuklarda yatma zamanı iş birliğini ve

uyku kalitesini iyileştirmede etkili olduğunu gösteren çalışmalar da bulunmaktadır (Christodulu ve Durand, 2004; Kuhn ve Weidinger, 2000). Uyku vakti rutinlerinin varlığı, ebeveynlik stresi ve erken ebeveynliğin getireceği olumsuzluklara karşı önleyicidir. Ayrıca çocukların davranış/duygu düzenleme, ileriki yıllardaki dil ve problem çözme becerileri ile öğrenmeye hazır olmaları üzerinde de etkilidir (ZajicekFarber, Mayer, Daughtery ve Rodkey, 2014).

Ev içi sorumluluklar ile öz yeterlik ve başkaları için empati gelişimi arasında pozitif bir ilişki bulunmaktadır (Grusec, Goodnow ve Cohen, 1996; Riggio, Valenzuela ve Weiser, 2010). Ev ortamı faktörleri düzenleyici kapasitelerle ilişkilidir (Gago Galvagno, De Grandis, Jaume ve Elgier, 2020). Çocuklukta ev işlerine sürekli katılım, yetişkinlikte yeterlilik ve bağımsızlığa katkıda bulunmasının yanı sıra yaşam becerileri, bağımsızlık ve sorumluluğun gelişimi için gereklidir (Ames, 2013; Klein ve Goodwin, 2013). Ayrıca, erken çocukluk döneminde ev işlerine katılım erken yetişkinlikte başarı ile (Rende, 2015), ilkökul yıllarında ev işlerine katılım ise daha sonraki dönemlerde kendi kendine yeterlilik, prososyal davranış sergileme ve öz-yeterlik gelişimi ile ilişkilendirilmiştir (White vd., 2019).

Rutinler, bir çocuğun çevresini değiştirmenin uygulanabilir, uygun ve düşük maliyetli yollarından olmakla birlikte dışsallaştırılan davranış sorunlarını azaltmada etkili bir yöntem olarak görülmektedir (Bater ve Jordan 2017; Harris, Stoppelbein, Greening, Becker, Luebbe ve Fite, 2014; Kliwer ve Kung 1998; Sytsma vd., 2001). Rutin kullanımının çocukların yıkıcı davranış göstermesi için daha az fırsat sunduğu ve çocukların davranış ile sonuçları arasındaki bağlantıyı daha kolay görmesine yardımcı olabileceği ifade edilmektedir (Lanza ve Drabick 2011). Daha az günlük rutine sahip olma ile dışsallaştırma davranışı arasındaki ilişkinin dikkate alınması gereken bir faktör olduğu bildirilmektedir (Coldwell ve Dunn, 2006; Deater-Deckard, Mullineaux, Beekman, Petrill, Schatschneider ve Thompson, 2009). Bir davranışsal müdahale çalışmasında, erken çocuklukta rutinlerin kullanımının bir alışkanlık bozukluğu olan mastürbasyon davranışını azaltmada etkili olduğu da görülmüştür (Gözün Kahraman ve Dakak, 2022).

Rutinler tipik gelişim gösteren çocukların gelişiminde ne kadar önemli ise atipik gelişim gösteren çocukların gelişimini desteklemek için de oldukça önemlidir. Otizm spektrum bozukluğuna (OSB) sahip olan çocuklar için rutinler, istikrar, öngörülebilirlik, tutarlılık duygusu sunabileceği gibi davranış sorunlarını da azaltabilir (Kern, Wolery ve Aldridge, 2007). DEHB tanısı olan çocuklarda rutinlerin zaman yönetimine olumlu katkıda bulunduğu (Taylor, Houghton ve Durkin, 2008), ev ödevi davranış sorunlarını azalttığı ve ev ödevi tamamlamayı arttırdığı ifade edilmektedir (Meyer ve Kelley, 2007). Yapılan çalışmalarda halihazırda düzenli rutinleri olan ailelerin, kronik

bir hastalığın ek taleplerini (yemeklerden önce kan şekere bakmak vb.) yönetmek için daha donanımlı olabilecekleri, bunun da sadece tıbbi rejime uyumu iyileştirmekle kalmayıp aynı zamanda daha az psikolojik sıkıntı ile sonuçlanabileceğini öne sürmektedir (Cohen, Lumley, Naar-King, Partridge ve Cakan, N; Kliewer ve Kung, 1998; Markson ve Fiese, 2000; Pierce ve Jordan, 2012).

Ülkemizde yapılan araştırmalar incelendiğinde, 5-17 yaş arası çocukların, rutin ev işlerine katılma oranı %45,5 olarak belirtilmektedir (Türkiye İstatistik Kurumu, 2019). Ayrıca kız çocuklarının erkek çocuklarından daha fazla ev işlerine katıldığı ifade edilmiştir. Son yapılan çalışmada, ev işlerinin genellikle bir aile bireyi tarafından gerçekleştirildiği ve bu görevi kadınların üstlendiği görülmektedir (Türkiye İstatistik Kurumu, 2021). Çocukların yarısından fazlasının ev işleri rutini olmadığı ve günlük yaşam rutinleri kapsamında yalnızca ev işlerine dair bir inceleme yapıldığı bilgisine ulaşılmaktadır. Günümüz modern ebeveynlerinin çocuklarına karşı aşırı koruyucu tutumları dikkate alındığında özellikle ev içi rutinlerine çocuklarını daha az dahil ettikleri gözlemlenmektedir. Çocukların hem gelişimi hem de öğrenme sürecini destekleyen rutinlerin ebeveynler tarafından öneminin yeterince farkında olunmadığı, bu nedenle de bu çalışmanın ebeveynlerin bilgi ve farkındalık kazanması açısından önemli olacağı düşünülmektedir. Çocuk rutinlerinin gelişim özelliklerine ve alt boyutlarına göre detaylıca incelenmesini içeren bir çalışmaya ve ölçme aracına ulaşılamamıştır. Çocuk rutinlerinin bir bileşeni olarak uyku rutini çalışmaları yapılmıştır. Fakat bunlar da sınırlıdır (Gözün Kahraman ve Ceylan, 2018; Ergenci Basınlı ve Gözün Kahraman, 2020).

Çocuk rutinlerinin varlığını nicel olarak belirlemek ve çeşitli değişkenlerle incelemek adına uyarlaması yapılan ölçek, farklı ülkelerde de uyarlanarak çeşitli ilişkisel araştırmalar yapılmıştır. Örneğin; Çin'de uyarlaması yapılan bu ölçeğin kullanıldığı bir araştırmada, rutinlerin çocuklarda sosyal-duygusal gelişim açısından kritik bir rol oynadığı sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca önleme ve müdahale programlarına çocuk rutinlerinin dahil edilmesi gerektiği ifade edilmiştir (Ren, Hu ve Song, 2019). Portekiz'de de okulöncesi çocukların rutinlerine odaklanarak aynı ölçeğin uyarlama çalışması gerçekleştirilmiştir (Cunha, Major, Alves ve Coroado, 2022). Ölçeğin farklı kültürlerde uygulanabilecek esneklikte olması, anlaşılabilirlik açısından maddelerin kısa ve net ifadelerden oluşması ve kısa sürede doldurulabilir olması ölçeğin kullanımını kolaylaştırmaktadır. Ülkemizde rutinleri değerlendirmede kullanılacak bir ölçme aracına rastlanmadığından çeşitli ülkelerde de uyarlaması yapılmış olan bu ölçeğin Türk kültürüne uyarlanmasının alanyazına katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Böylece çocuklara yönelik yapılacak önleyici ve iyileştirici müdahalelerde yol gösterecek bir ölçme aracı alana kazandırılacaktır. Yabancı literatür göz önüne alındığında ölçeğin

kullanımının nitel ve nicel olarak alandaki çocukluk çalışmalarına önemli bir katkı sunması beklenmektedir. Uyarlama sürecinde katılımcılardan alınan görüşler doğrultusunda, ölçeğin doldurulmasının dahi çocuk rutinlerine dair farkındalık kazandırdığı ifade edilmiştir. Çocuk Rutinleri Ölçeği hem çocuk gelişimi alanında çalışan profesyonellerin hem de ebeveynlerin, rutinlerin gelişimdeki önemine yönelik farkındalık kazanmasına, araştırmacıların ise farklı değişkenlerle çocuk rutinlerini incelemesine imkân sağlayacaktır. Bu bağlamda araştırmada, Sytsma vd. (2001) tarafından geliştirilen ve özgün adı “Child Routines Inventory” olan Çocuk Rutinleri Ölçeğinin (ÇRÖ) Türkçeye uyarlanması amaçlanmıştır. Türkçeye uyarlanan Çocuk Rutinleri Ölçeği, Türkiye örneklemini için geçerli ve güvenilir bir ölçek midir? sorusu temel problemidir. Bu problem doğrultusunda, çalışmada aşağıdaki alt problemlere yanıt aranmıştır:

Türkçeye uyarlanan Çocuk Rutinleri Ölçeğinin geçerlik düzeyi nedir?

Türkçeye uyarlanan Çocuk Rutinleri Ölçeğinin güvenilirlik düzeyi nedir?

## Yöntem

### Araştırma Deseni

Araştırma betimsel bir çalışmadır. Araştırma deseni olarak nicel araştırma yöntemlerinden tarama araştırma deseni kullanılmıştır. Nicel araştırmalar, sayıca fazla birey, olay ve olguyu içeren evreni, birtakım yöntemlerle, sınırlı ve çalışılabilir bir büyüklük olan örnekleme indirgemektedir. Bu da elde edilen sonuçları evrene genellemede kullanılmaktadır (Yıldız, 2017). Tarama araştırmalar, bir grubun belirli özelliklerinin (ilgi, tutum vb.) ya da görüşlerinin belirlendiği çalışmalardır ve örnekleme açısından görece daha büyüktür (Büyüköztürk, Çakmak-Kılıç, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2020).

**Etik Kurul İzni:** Karabük Üniversitesi Sosyal ve Beşerî Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu'ndan etik izin alınmıştır (Tarih:04.08.2021- Sayı: E.49465).

### Araştırma Grubu

Araştırmada 960 anneye ulaşılmıştır, fakat eksik/hatalı formlar çıkarılınca örnekleme sayısını 924 anne oluşturmuştur. Örnekleme büyüklüğü belirlenirken ölçek madde sayısının 20 katı kriteri dikkate alınmıştır (Kline, 2016). Çalışmada parçalanmış ve özel gereksinimi olan çocuğa sahip aileler örnekleme dışında bırakılmıştır. Çalışma grubuna ait bazı kişisel bilgiler Tablo 1’de verilmiştir.

**Tablo 1***Demografik Özelliklere İlişkin Yüzde Frekans Dağılımları*

<b>Değişkenler</b>	<b>Kategori</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
<b>Çocuğun Cinsiyeti</b>	Kız	491	53,1
	Erkek	433	46,9
<b>Çocuğun yaşı</b>	5	119	12,9
	6	102	11
	7	130	14,1
	8	135	14,6
	9	134	14,5
	10	116	12,6
	11	103	11,3
	12	85	9,2
<b>Kardeş durumu</b>	Tek çocuk	189	20,5
	2 kardeş	488	52,8
	3 kardeş ve üstü	247	26,7
<b>Doğum sırası</b>	İlk çocuk	560	60,6
	Ortanca çocuk	119	12,9
	Son çocuk	245	26,5
<b>Anne yaşı</b>	25 yaş ve altı	11	1,2
	25- 35 yaş	342	37
	36-45	503	54,4
	46 yaş ve üstü	68	7,4
<b>Anne öğrenim durumu</b>	İlköğretim	69	7,5
	Ortaöğretim	75	8,1
	Lise	268	29
	Ön lisans	143	15,5
	Lisans	274	29,7
	Lisansüstü	95	10,3
<b>Algılanan gelir durumu</b>	Düşük	79	8,5
	Orta	493	53,4
	İyi	312	33,8
	Çok iyi	40	4,3
<b>Çalışıp çalışmama durumu</b>	Çalışıyor	347	37,4
	Çalışmıyor	577	62,4

## Veri Toplama Araçları

Araştırmada Kişisel Bilgi Formu ve Sytsma vd. (2001) tarafından geliştirilen Çocuk Rutinleri Ölçeği (Child Routines Inventory) kullanılmıştır.

## Kişisel Bilgi Formu

Kişisel Bilgi Formu, çocukların ve ebeveynlerinin demografik özellikleriyle ilgili bilgileri elde etmek amacıyla, araştırmacı tarafından geliştirilmiştir. Bu formda çocukların cinsiyeti, yaşı, kardeş durumu, doğum sırası, anne yaşı, öğrenim durumu, çalışıp çalışmama durumu ve algılanan gelir durumu ile ilgili sorular yer almaktadır.

## Çocuk Rutinleri Ölçeği (Child Routines Inventory)

Çocuk Rutinleri Ölçeği, 5-12 yaş arası çocukların ortak çocuk rutinlerinin oluşumunu değerlendiren 39 maddelik bir ebeveyn ölçeğidir. 0 (hiçbir zaman) ile 4 (neredeyse her zaman) arasında değişen 5 puanlık likert ölçeğinde, daha yüksek puanlar daha sık rutinleri yansıtmaktadır. Çocuk Rutinleri Ölçeği, Günlük Yaşam Rutinleri (GYR), Ev İçi Sorumlulukları (EIS), Disiplin Rutinleri (DR) ve Ev Ödevi Rutinleri (EOR) olarak dört faktöre ayrılmıştır. Bu çalışmada, GYR alt ölçeği için Cronbach alpha değeri 0,81, EIS, EOR ve DR için 0,83'tür. Ölçekte yanıtlayıcının tutarlılığını sağlamak adına üç adet kontrol maddesi bulunmaktadır ve bu maddeler değerlendirmeye katılmamaktadır. Ölçek uyarlamasında kontrol maddeleri 10, 19 ve 27. maddelerdir.

## Verilerin Toplanması ve Analizi

Veri toplama süreci ölçek uyarlama aşamaları izlenerek gerçekleştirilmiştir. Uyarlama için ölçek sahibinden e-posta yoluyla gerekli izinler alınmıştır. Ölçeğin çeviri süreci için hem Türkçe hem İngilizcede ileri düzeyde dil becerisine sahip iki dil uzmanından yardım alınmıştır. Sonrasında Karabük Üniversitesi'nden etik izin alınmıştır.

Yapılan çeviriler incelenerek araştırmacı tarafından tek bir Türkçe form oluşturulmuştur. Ölçeğin orijinali ile çevirisi yapılmış hali alanda uzman 5 kişiye gönderilmiştir. Ölçeği amaç açısından, gelişimsel açıdan ve anlaşılabilirlik açısından değerlendirilmesi istenmiştir. Her madde için "uygun", "gözden geçirilmeli" "uygun değil" ve düzeltme önerisi şeklinde görüşleri alınmıştır. Ölçeğin tersine çeviri sürecinde 5 uzmandan gelen dönüşler sonucunda amaç ve gelişimsel açıdan uygun bulunmuştur. Yalnızca bir madde kültüre uygunluk bakımından düzeltilmiştir (*Çocuğum her gün ailesiyle birlikte dini kitapları (Kur'an-ı Kerim vd.) veya ibadetle ilgili diğer kitapları okur/dinler.*) Orijinal ölçekte İncil olarak geçen kutsal kitap Kur'an-ı Kerim vd. olarak düzenlenmiştir. Bazı maddelerde Türkçe söz dizimi bakımından ufak düzeltmeler



talep edilmiş; bu değişiklikler yapılarak son şekli verilmiştir. Daha sonra son şekli verilen Türkçe form yabancı dil alanında 2 uzmana gönderilerek tekrar İngilizce çevirisi sağlanmıştır. Çeviri sonucunda orijinali ile anlamsal olarak tutarlılık sağladığı belirlenmiştir. Bunun sonucunda ölçek pilot uygulama için hazır hale getirilmiştir.

Ölçeğin son halinin anlaşılabilirliğini test etmek amacıyla 5-12 yaş arası çocuğu olan gönüllü 15 anne ile pilot uygulama yapılmıştır. Pilot uygulama sonucunda ölçeğin maddelerinin anneler tarafından anlaşılır olduğu görülmüştür. Son aşamada da ölçek Google Form kullanılarak çevrimiçi platformlar aracılığıyla (Whatsapp, Instagram, Twitter vb.) ulaşılan 960 gönüllü anneye uygulanmıştır. Ölçek formları toplandıktan sonra gözden geçirilerek 36 veri eksik ve hatalı görüldüğünden kayıp veri olarak değerlendirilmiştir. Toplam 924 adet veri analize uygun bulunmuştur. Analizler savunucu maddeler çıkartılarak 36 madde üzerinden yapılmıştır. Ölçeğin geçerlik, güvenilirlik çalışmalarında R.4.3 istatistik paket programı kullanılmıştır. Bu aşamada istatistik uzmanına danışılmıştır. İstatistik uzmanı, uyarlama çalışmasında faktör sayısının ve verilmek istenen hipotezin belirli olmasından dolayı verilerin uygunluğu doğrultusunda DFA aşamasının uygulanması konusunda görüş bildirmiştir. DFA yapabilmek için örneklem büyüklüğünün ilişkisel güvenilirliğini sağlayacak kadar büyük olması, verilerinin normal dağılım göstermesi gerekmektedir. Ölçeğin, KMO değerinin 0,60'tan büyük olması verilerin faktör analizine uygun olduğunu gösterir (Büyüköztürk, vd., 2020). Verilerin normal dağılıma sahip bir evrenden gelip gelmediğinin belirlenmesinde veriler üzerinden uygulanan Barlett Küresellik Testi  $p < 0,05$  olarak anlamlı çıkmaktadır. Eldeki veriler tüm koşulları taşıdığından verilere DFA uygulanmıştır.

Çocuk rutinleri ölçeğinin yapı geçerliliği için model maksimum likelihood kestirim yöntemi kullanılarak DFA (Doğrulayıcı faktör analizi) uygulanmıştır. Ölçeğin güvenilirliği ise hem toplam ölçek hem de alt boyutlar için ayrı ayrı olacak şekilde norm-referans güvenilirliğinin iç tutarlılık yöntemlerinden biri olan Cronbach alpha ile test edilmiştir. Ölçeğin güvenilirliği ise hem toplam ölçek hem de alt boyutlar için ayrı ayrı olacak şekilde, yarılama güvenilirliği test edilmiştir. Guttman (1945) güvenilirlik tahminindeki Lambda 1-6 olmak üzere altı farklı güvenilirlik katsayısı incelenmiş ve en sık kullanılan iç tutarlılık yöntemi olan Lambda 3 (Cronbach alpha) katsayısı dikkate alınmıştır.

## Bulgular

Bu bölümde “Çocuk Rutinleri Ölçeği” için yapılan betimsel istatistikler, geçerlik ve güvenilirlik analizlerinin sonuçlarına yer verilmiştir.

## Betimsel İstatistikler

İlk olarak Çocuk Rutinleri Ölçeğinin örneklem yeterliliği Kaiser Meyer Olkin (KMO), faktörlenebilirliği ise Barlett Küresellik Testi ile incelenmiştir (Fuller ve Hemmerle, 1966). Elde edilen KMO=0,91 değerine göre örneklemin çalışma için yeterli olduğu gözlemlenmiştir. Bartlett testine ait istatistik değeri 11034,679 olarak bulunmuş ve p değeri 0,05 ten küçük olması ( $df=741$ ;  $p:0,000$ ) veri setinin faktörlenebilir olduğunu ifade etmektedir.

## Yapı Geçerliliğine İlişkin Bulgular

Ölçeğin yapı geçerliği, 4 boyutlu orijinal ölçeğin Türkçe sürümü için sınanmıştır. Bu 4 boyutlu yapıyı sınamak için DFA ve Maksimum Likelihood kestirim yöntemi kullanılmıştır. Kestirim yöntemi seçildikten sonra modelin teori ile uyumlu olup olmadığına karar vermek amacıyla uyum indeksleri incelenmiştir (Tablo 2). Uyum indekslerinin hangilerinin kabul edileceği konusunda standart bir uzlaşma olmadığı için (Şimşek, 2007)  $\chi^2/sd$ , CFI, RMSEA, SRMR, NFI, NNFI, RMR, AGFI, GFI, RFI, IFI olmak üzere on bir uyum indeksi de incelenmiştir. DFA uyum indekslerinin normal değerleri literatürde incelenmiş ve Tablo 2 'de verilmiştir (Hu ve Bentler, 1998; Marcoulides ve Schumacker, 2001; Schumacher ve Lomax, 2004; Tabachnick ve Fidell, 2007). İlk analiz sonucunda;  $\chi^2/sd$ , RMSEA, SRMR ve RMR uyum indekslerinin kabul edilebilir değer aralığında olduğu bulunmuştur. Modifikasyon olarak, m25~m27; m6~m16 verildiğinde 25. madde ile 27. madde arasında ve 6. madde ile 16. madde arasında bir ilişki kurulmuştur. Bu ilişkiler modelin önerisi doğrultusunda en çok ilişkiyi verecek olan iki katsayı olduğundan modifikasyon uygulanarak tekrar analiz yapılmıştır. İlk modifikasyon sonucunda  $\chi^2/sd$ , RMSEA, SRMR ve RMR indekslerinin kabul edilebilir değer aralığında olduğu bulunmuştur. Orijinal ölçekte olmasa da Türkçe uyarlamada eklenen modifikasyonlar, ölçeğin uyum geçerliğini arttırdığı gözlenmiştir. Dolayısı ile modifikasyonun kullanılması uzman kanısı ile uygun bulunmuştur.

Modifikasyonlar sonucunda dört boyutlu yapıya ilişkin ilk analizlerde hesaplanan standardize edilmiş madde faktör yüklerinin 0,112 ile 0,699 arasında değerler verdiği gözlenmiştir. Madde faktör yükü 0,20-0,30 arası olan maddelerin zorunlu görülmesi durumunda ölçeğe alınabileceğini, 0,20 altında olan maddelerin ise ölçeğe alınmaması gerektiği ifade edilmektedir (Büyüköztürk, 2020). Bu nedenle 0,3 altında yüke sahip olan 15, 25 ve 27. maddeler veri setinden çıkarılmıştır. Ayrıca modifikasyon olarak madde 6 ile madde 16 arasındaki korelasyon ve madde 25 ile madde 27 arasındaki korelasyon indeksi kaldırılarak 33 madde üzerinden tekrar analiz yapılmıştır. İkinci modifikasyon sonucu  $\chi^2/sd$ , RMSEA, SRMR ve RMR uyum indeksle-

ri kabul edilebilir değer almıştır. Analiz sonucunda belirli modifikasyon indeksleri önerilmiştir. Bu öneriye göre m13~m21 ve m3~m9 arasında bir korelasyon tanımlanmıştır. Üçüncü modifikasyon sonucunda  $\chi^2/sd$ , RMSEA, SRMR, NNFI ve RMR kabul edilebilir değer aralığına ulaştığı görülmüştür. Elde edilen sonuçlarda yapılan modifikasyonların ve değişikliklerin model uyumunu arttırdığı gözlemlenmiştir.

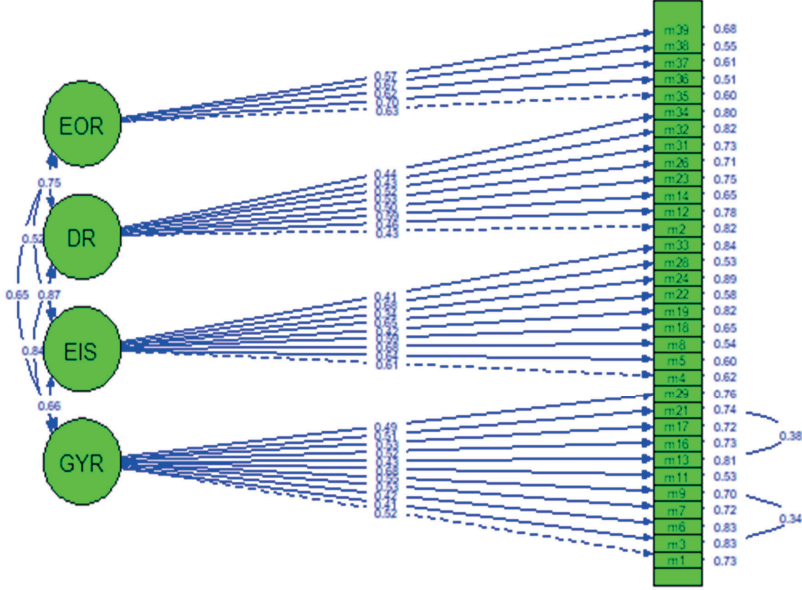
**Tablo 2***Yapı Geçerliliğine Ait Uyum İstatistikleri*

Uyum İstatistiği	İlk analiz	1.Modifikasyon	2.Modifikasyon	3.Modifikasyon	Kabul Edilebilir Değer
$\chi^2/sd$	4,82	4,05	4,29	3,8	<5
CFI	0,756	0,806	0,811	0,839	>0,90
RMSEA	0.064	0,057	0,060	0,055	<0,08
SRMR	0,061	0,055	0,055	0,053	<0,08
NFI	0,712	0,759	0,768	0,794	>0,80
NNFI	0,739	0,792	0,796	0,825	>0,80
RMR	0,071	0,057	0,051	0,050	<0,08
AGFI	0,820	0,842	0,844	0,862	>0,90
GFI	0,841	0,861	0,864	0,880	>0,90
RFI	0,691	0,741	0,750	0,777	>0,90
IFI	0,757	0,807	0,812	0,839	>0,90

Elde edilen modeldeki uyum indeksleri diğer modellerdeki indekslerden daha iyi uyum sağlamış olup bu modele ait doğrulayıcı faktör analizine ait diyagram Şekil 1’de verilmiştir.

**Şekil 1**

*Çocuk Rutinleri Ölçeği Doğrulayıcı Faktör Analizi Diyagramı*



Şekil 1'e göre madde faktör yükleri 0,339 ile 0,885 arasında değişmektedir. Madde faktör yükü 0,30 ve üzeri olan maddelerin iyi maddeler olduğu belirtilmektedir (Büyüköztürk, 2020). Elde edilen bulgular ışığında Çocuk Rutinleri Ölçeğinin madde faktör yük değerlerinin yeterli olduğu görülmektedir. Ölçeğin 36 madde ile Türkçeye uyarlamasının kullanılabilceği bulgusu elde edilmektedir.

**Ölçeğin Güvenilirlik Düzeyi ile İlgili Bulgular**

Çocuk Rutinleri Ölçeğinin güvenilirliği için dört boyutun iç tutarlık katsayısı ve test yarılama yöntemlerine ait güvenilirlik katsayıları kullanılmıştır. Guttman (1945) güvenilirlik tahminindeki Lambda 1-6 olmak üzere altı farklı güvenilirlik katsayıları, toplam ölçek ve alt ölçekler için ayrı ayrı gerçekleştirilmiştir. (Tablo 3).

**Tablo 3***Çocuk Rutinleri Ölçeği Güvenirlik Katsayıları*

<b>Boyutlar</b>	İç-tutarlılık Güvenirlik Katsayısı	Maksimum Yarılama Güvenirliği (Maximum split half reliability (lambda 4))	Guttman lambda 6	Ortalama Yarılama Güvenirliği (Average split half reliability)	Guttman lambda 3 (alpha)	Guttman lambda 2	Minimum Yarılama Güvenirliği (Minimum split half reliability (beta))
GYR	0,794	0,86	0,81	0,79	0,8	0,8	0,68
EIS	0,802	0,84	0,8	0,79	0,8	0,81	0,71
DR	0,711	0,75	0,7	0,72	0,72	0,72	0,64
EOR	0,754	0,8	0,74	0,74	0,77	0,78	0,68
<b>Σ</b>	<b>0,906</b>	<b>0,94</b>	<b>0,92</b>	<b>0,91</b>	<b>0,91</b>	<b>0,91</b>	<b>0,84</b>

Tablo 3'e göre incelenen tüm katsayıların toplam puanı 0,80 üzeridir. Güvenirlik katsayısı '1'e ne kadar yakın olursa ölçümler o kadar hatadan arınık olur" şeklinde yorumlanmaktadır (Can, 2020). Elde edilen güvenirlikler incelendiğinde minimum test yarılama güvenirliğine göre dahi en düşük güvenirlik katsayısı 0,64 olarak Disiplin Rutinleri boyutunda bulunmuştur. Testin tamamı için incelenen güvenirliklerin ise alt boyutlarına göre daha yüksek olduğu gözlemlenmektedir. Güvenirlik testin tek başına kullanılabilirliği için yeterli değildir, fakat 0,80 ve üzeri katsayılar yeterli güvenirlikte kararlar verilebileceğini, 0,90 ve üzeri katsayılar elde edilen sonuçların daha kararlara katkı sunacağı düşünülmektedir (Koğar, 2021). Bu doğrultuda en sık kullanılan güvenirlik katsayısı Cronbach alpha temel alındığında ölçek toplam puanının güvenilir olduğunu ifade etmek mümkündür.

### Tartışma ve Sonuç

Bu araştırma Sytsma vd. (2001) tarafından geliştirilen ve özgün adı "Child Routines Inventory" olan Çocuk Rutinleri Ölçeğinin Türkçeye uyarlanmasını içermektedir. 5-12 yaş arasında çocuğu olan anneler, örnekleme oluşturmaktadır. Son yıllarda babaların çocuk bakımına katılımının artmasına rağmen aile üyelerinin zaman kullanımının düzenlenmesinden ve rutinlerden, büyük ölçüde anneler sorumlu görünmektedir (Frisch ve Rosenblum, 2014; Musick, Meier ve Flood, 2016; Taylor vd., 2008). Bu bağlamda çocuk rutinlerini doğru bir şekilde değerlendirebilmeleri adına, ilk olarak annelere ulaşılmıştır.

*Ölçeğin yapı geçerliği* DFA yapılarak sınanmıştır. Ölçekte faktör yükü düşük maddelerin zorunlu görülmedikçe ölçeğe alınmaması gerektiği görüşü ile üç madde ölçekten çıkartılmıştır (Büyüköztürk, 2020). Ölçekten çıkarılan maddeler sırasıyla

orijinal ölçekteki 15, 25, 27 numaralı maddelerdir: “Çocuğum belirli iyi davranışları için (örneğin, ödevlerini bitirdiğinde veya işleri tamamladığında) ödüllendirilir veya ayrıcalıklar alır.”, “Çocuğum terbiyesiz bir davranıştan dolayı cezalandırılır (örneğin, sessizlik molası, ödül veya ayrıcalık kaybı, şaplak/dayak/tokat)” ve “Çocuğum ufak hatalı davranışları (örneğin, talimatlara uymadığında) için küçük cezalar alınırken ve büyük hatalı davranışları (örneğin kavga ettiğinde) için daha büyük cezalar alır.” Bu maddeler incelendiğinde, maddelerin davranışın yönetimine yönelik maddeler olduğu görülmektedir. Çocuk rutinleri, çocuğun bir yetişkin gözetiminde düzenli ve sürekli tekrarlayan davranışlarını ifade ettiğinden maddelerin istenen davranışları ölçmemesi sebebiyle düşük faktör puanı aldığı düşünülmektedir. Bu maddelerin çıkarılması ile ölçeğin tamamen istenen davranışa yönelik, homojen bir hal aldığı görülmüştür.

Çıkarılan maddeler sonucunda önceki korelasyon indeksi kaldırılarak 33 madde üzerinden analizler tekrarlanmış ve istatistik programında önerilen yeni modifikasyon indeksleri kullanılmıştır. Sonuç olarak, uyum indeksleri normal değerler tablosu ile kıyaslandığında  $\chi^2/sd$  3,8; RMSEA=0,055; SRMR=0,553; NNFI=0,825; RMR=0,050 uyum indekslerini sağlamasıyla ölçeğin yapı geçerliliğini sağlandığı görülmüştür. Modifikasyonlar sonucu elde edilen modeldeki madde faktör değerleri 0,339 ile 0,885 arasında bulunmuştur (Bkz. Şekil 1). Madde faktör yükü 0,30 ve üzeri olan maddelerin iyi maddeler olduğu belirtilmektedir (Büyüköztürk, 2020). Orijinal ölçekte madde faktör yükleri 0,42 ile 0,75 arasında bulunmuştur. Elde edilen bulgular ışığında Çocuk Rutinleri Ölçeğinin madde faktör yük değerlerinin yeterli olduğu görülmüştür.

*Ölçeğin güvenilirlik analizleri* sonucunda, her bir alt boyuta dair Cronbach alpha güvenilirlik katsayıları GYR ve EIS için 0,8, DR için 0,72, EOR için 0,78, ölçek toplam puanları için 0,91 olarak bulunmuştur. Croanbach alpha güvenilirlik kat sayısının literatürde en düşük güvenilirlik düzeyi 0,70 olarak belirtilmektedir (Robinson, Shaver ve Wrightsman, 1991; Liu, 2003). Güvenilirlik katsayısı 1'e yakın oldukça ölçümlerin hatadan o kadar arınık olduğu ifade edilmektedir (Can, 2020). Güvenilirlik için 0,80 ve üzeri katsayıların yeterli güvenilirlikte kararlar verilebileceğini, 0,90 ve üzeri katsayıların elde edilen sonuçların daha anlamlı kararlara katkı sunacağı ifade edilmektedir (Koğar, 2021). Bu doğrultuda Çocuk Rutinleri Ölçeğinin toplam puanlarına bakıldığında, güvenilir bir ölçme aracı olduğunu söylemek mümkündür.

*Ölçüm güvenilirliğinin* örneklemin homojen dağılımıyla mümkün olduğu; ölçümlerde elde edilen güvenilirliğin örnekleme katkısı ile sağlandığı ifade edilmektedir (Bademci, 2011). Bu bağlamda örnekleme grubunun cinsiyet, yaş, kardeş durumu, doğum sırası, anne yaşı, anne öğrenim durumu, algılanan gelir durumu, annelerin bir işte çalışma durumu, annelerin ceza olarak ev işi kullanma durumu, annelerin ev işi için destek alma durumu ve bir rutine sahip olma durumu gibi etkileyebilecek birçok

demografik özelliği barındırması homojen dağılımı ifade edebilir. Her gruptan insana ulaşabilmiş olmanın ölçeğin güvenilirliğine katkıda bulunmuş olacağı düşünülmektedir.

Ölçeğin orijinalinde Sytsma vd. (2001) 120 erkek, 96 kız çocuğu olan anne olmak üzere 216 katılımcılı bir örneklem grubuyla çalışırken, bu araştırma 491 kız ve 433 erkek çocuğu olan anneler ile gerçekleştirilmiştir. Her iki çalışmada da kız ve erkek çocukların sayısı arasında anlamlı bir farklılık görülmesi de madde sayısının 20 katı kuralına (Kline, 2016) uygun örneklem büyüklüğüne ulaşmanın güvenilir ölçüm değerleri açısından etki etmesi kaçınılmazdır.

Ölçeğin oluşturulduğu dil ve kültürden ayrı bir coğrafyaya uyarlanan ölçeklerin güvenilirliği de tartışmaya açık görülmektedir. Ölçek uyarlanırken kültüre uygun şekilde ifadeler kullanılmıştır. Örneğin özgün ölçekte dini kitap olarak “İncil vd.” örneği verilirken Türkçe uyarlamada örnek olarak “Kur’an-ı Kerim vd.” örneği kullanılmıştır. Türkçe ve İngilizce formlar arasında anlam bakımından önemli bir farklılık gözlenmemiştir. Uzmanlar ve ulaşılan örneklem grubu tarafından anlaşılabilirlik ve kültüre uygunluk bakımından olumlu dönüşler alınmıştır.

Ölçeğin katılımcı tarafından doldurulma süresinin kısa sürmesi, maddelerin anlaşılır ve kısa cümlelerden oluşması, rutinlere yönelik net davranışları vurgulaması ve kolay puanlanabilir olması ölçeğin güçlü yönleri olarak ifade edilebilir. Ölçeği dolduran annelerden “Ölçeği doldururken rutinlere dair farkındalığım arttı.”, “Çocuğumun rutinleri olmadığını fark ettim.” gibi geri dönüşler alınmıştır. Bu yorumlar, ölçeğin sadece katılımcılara doldurulmasının dahi çocuk rutinlerine farkındalık sağlayabileceğini düşündürmektedir.

Beş yaşında çocuğa sahip annelerden bazıları ev ödevi rutinleri alt boyutunu “çocuğunun okula gitmemesi veya okul öncesi kurumda ev ödevi verilmemesi” gerekçeleriyle doldurmadıklarını ifade etmişlerdir. Bu formlar ölçek değerlendirmelerine alınmamıştır. Ölçeğin güvenilirliğini olumsuz etkilememesi adına okul öncesi çocukların rutinlerine yönelik bir çalışmada Ev Ödevi Rutinleri alt boyutunun çıkarılarak kullanılması önerilebilir.

Son olarak, Çocuk Rutinleri Ölçeğinin ölçüm güvenilirliğine ilişkin getirilen tartışmalar ışığında, araştırmanın alt problemlerinde belirlenmiş olan “Türkçeye uyarlanan Çocuk Rutinleri Ölçeği, Türkiye örnekleme için geçerli ve güvenilir bir ölçek midir?” sorusu “Çocuk Rutinleri Ölçeği araştırma kapsamında belirlenen örneklem grubu verileri üzerinden değerlendirildiğinde, iç tutarlılığı yüksek bir ölçme aracıdır” şeklinde yanıtlanabilir. Ayrıca, ölçeğin gerek geçerliğine gerekse güvenilirliğine dair elde edilen bulgular, araştırmaya katılan örneklem verileriyle sınırlıdır ve ancak adı geçen örneklem dâhilinde genellemek mümkündür. Ölçeğin son şekli makale sonunda (EK-1) uygulayıcı ve araştırmacılara sunulmuştur.

Rutinlerin çocuğun gelişimindeki önemi dikkate alındığında araştırmacılara da bu konuda daha fazla çalışma yapılması yönünde önemli sorumluluklar düştüğü düşünülmektedir. Yapılan çalışma sonucu çocuk rutinlerini ölçmeye yarayan nicel bir ölçme aracı ortaya konmuştur. Bu ölçme aracını kullanarak çocuk rutinlerinin gerçekleşme durumuna ilişkin veri oluşturulmasına katkı sunabilirler. Çocuk rutinlerinin farklı değişkenlerle ilişkisi incelenebilir. Örneğin; çocuğa ait demografik özellikler (yaş, cinsiyet, sosyo-ekonomik durum vb.), öz düzenleme, bağlanma, akademik başarı, sağlıklı beslenme, ebeveynlik stresinin etkileri, uyku bozukluğu, yürütücü işlevler, öz yeterlilik, davranış sorunları gibi değişkenlerle ilişkisi incelenebilir. Ayrıca atipik gelişim gösteren çocukların (OSB, DEHB vb.) rutinlerinin düzeyini saptamak ve atipik gelişim gösteren çocukların rutinleri ile tipik gelişim gösteren çocukların rutinlerini karşılaştırmak için de ÇRÖ kullanılabilir.

### Kaynakça

- Ames, P. (2013). Learning to be responsible: Young children transitions outside school. *Learning, Culture and Social Interaction*, 2 (3), 143-154.
- Anderson, S. E. and Whitaker, R. C. (2010). Household routines and obesity in US preschool-aged children. *Pediatrics*, 125 (3), 420-428.
- Bademci, V. (2011). Türk eğitim ve biliminde bilimsel devrim: Testler ya da ölçme araçları güvenilir ve geçerli değildir. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, (16), 116-132.
- Bater, L. R. and Jordan, S. S. (2017). Child routines and self-regulation serially mediate parenting practices and externalizing problems in preschool children. In *Child and Youth Care Forum*, 46 (2), 243-259.
- Berge, J. M., Jin, S. W., Hannan, P. and Neumark-Sztainer, D. (2013). Structural and interpersonal characteristics of family meals: associations with adolescent body mass index and dietary patterns. *Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics*, 113 (6), 816-822.
- Büyüköztürk, Ş. (2020). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı: istatistik, araştırma deseni, spss uygulamaları ve yorum*. Pegem Akademi Yayıncılık.
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak-Kılıç, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2020). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Pegem Akademi Yayıncılık.
- Can, A. (2020). *SPSS ile bilimsel araştırma sürecinde nicel veri analizi*. Pegem Akademi Yayıncılık.



- Christodulu, K. V. and Durand, V. M. (2004). Reducing bedtime disturbance and night waking using positive bedtime routines and sleep restriction. *Focus on Autism and Other Developmental Disabilities*, 19 (3), 130-139.
- Chu, J. T., Ho, H. C., Mui, M., Wan, A., Stewart, S. M., Lam, T. H. and Chan, S. S. (2018). Happy family kitchen II: participants' perspectives of a community-based family intervention. *Journal of Child and Family Studies*, 27 (5), 1629–1639.
- Cohen, D., Lumley, M., Naar-King, S., Partridge, T. and Cakan, N. (2004). Child behavior problems and family functioning as predictors of adherence and glycemic control in economically disadvantaged children with type I diabetes: A prospective study. *Journal of Pediatric Psychology*, 29, 171–184. doi:10.1093/jpepsy/jsh019.
- Coldwell, J., Pike, A. and Dunn, J. (2006). Household chaos-links with parenting and child behavior. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 47, 1116–1122.
- Cunha, A. I., Major, S., Alves, M. P. and Coroado, M. (2022). Assessing preschool child routines in the family: a preliminary study of the portuguese version of the child routines questionnaire-preschool. *Journal of Research in Childhood Education*, 36 (2), 310-326,
- Deater-Deckard, K., Mullineaux, P. Y., Beekman, C., Petrill, S. A., Schatschneider, C. and Thompson, L. A. (2009). Conduct problems, IQ, and household chaos: a longitudinal multi-informant study. *Journal of Child and Psychology and Psychiatry*, 50, 1301–1308.
- Ergenci Basınlı, K. B. ve Gözün Kahraman, Ö. (2020). Uyku eğitim programının bebeklerin uyku alışkanlıkları üzerindeki etkisi. *Erken Çocukluk Çalışmaları Dergisi*, 4 (3), 738-761.
- Fiese, B. H. and Bost, K. K. (2016). Family ecologies and child risk for obesity: focus on regulatory processes. *Family Relations*, 65 (1), 94-107.
- Fiese, B. H. and Everhart, R. S. (2010). Routines. Benson, J. B., and Haith, M. M. (Eds.), *Social and emotional development in infancy and early childhood* in (343-353 p.). Academic Press.
- Fiese, B. H., Rhodes, H. G. and Beardslee, W. R. (2013). Rapid changes in American family life: consequences for child health and pediatric practice. *Pediatrics*, 132(3), 552-559.

- Fiese, B. H., Tomcho, T. J., Douglas, M., Josephs, K., Poltrock, S. and Baker, T. (2002). A review of 50 years of research on naturally occurring family routines and rituals: Cause for celebration? *Journal of Family Psychology*, 16 (4), 381–390. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.16.4.381>
- Frisch, C. and Rosenblum, S. (2014). Reliability and validity of the executive function and occupational routines scale (EFORTS). *Research in Developmental Disabilities*, 35, 2148–2157 <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2014.05.003>
- Fulkerson, J. A., Story, M., Mellin, A., Leffert, N., Neumark-Sztainer, D. and French, S. A. (2006). Family dinner meal frequency and adolescent development: Relationships with developmental assets and high-risk behaviors. *Journal of Adolescent Health*, 39 (3), 337-345.
- Fuller, E. L. and Hemmerle, W. J. (1966). Robustness of the maximum-likelihood estimation procedure in factor analysis. *Psychometrika*, 31 (2), 255-266.
- Gago Galvagno, L. G., De Grandis, M. C., Jaume, L. C. and Elgier, A. M. (2020). Home environment and its contribution to early childhood regulatory capabilities. *Early Child Development and Care*, 192 (5), 710-723.
- Glannon, W. (2015). *Neuroethics: Cognitive Enhancement*. Oxford philosophy handbooks,113. <https://www.oxfordhandbooks.com/view/10.1093/oxfordhb/9780199935314.001.0001/oxfordhb-9780199935314-e-43>
- Gözün Kahraman, Ö. ve Ceylan, Ş. (2018). 0-3 Yaş grubu çocukların uyku alışkanlıklarının belirlenmesi/determining the sleeping habits of toddlers aged 0-3. *Journal of History Culture and Art Research*, 7 (3), 607-620.
- Gözün Kahraman, Ö. ve Dakak, S. (2022). *Çocukluk çağı mastürbasyonuna yönelik davranışsal müdahale çalışması: Olgu sunumu*. *Çocuk Dergisi*, 22 (2), 141-147.
- Greening, L., Stoppelbein, L., Konishi, C., Jordan, S. S. and Moll, G. (2007). Child routines and youths' adherence to treatment for type 1 diabetes. *Journal of pediatric psychology*, 32 (4), 437-447.
- Grusec, J. E., Goodnow, J. J. and Cohen, L. (1996). Household work and the development of concern for others. *Developmental Psychology*, 32 (6), 999.
- Guttman, L. (1945). A basis for analyzing test-retest reliability. *Psychometrika*, 10 (4), 255-282.

- Hammons, A. J. and Fiese, B. H. (2011). Is frequency of shared family meals related to the nutritional health of children and adolescents? *Pediatrics*, 127(6). <https://doi.org/10.1542/peds.2010-1440>
- Harris, A. N., Stoppelbein, L., Greening, L., Becker, S. P., Luebbe, A. and Fite, P. (2014). Child routines and parental adjustment as correlates of internalizing and externalizing symptoms in children diagnosed with ADHD. *Child Psychiatry and Human Development*, 45, 243–253.
- Hillesund, E. R., Sagedal, L. R., Bere, E. and Øverby, N. C. (2021). Family meal participation is associated with dietary intake among 12-month-olds in Southern Norway. *BMC pediatrics*, 21(1), 1-12.
- Hu, L. T. and Bentler, P. M. (1998). Fit indices in covariance structure modeling: Sensitivity to underparameterized model misspecification. *Psychological methods*, 3(4), 424.
- Jordan, S. (2003). *Further validation of the Child Routines Inventory (CRI): Relationship to parenting practices, maternal distress and child externalizing behavior*. Louisiana State University and Agricultural & Mechanical College. ProQuest Dissertations Publishing, 1-17.
- Kern, P., Wolery, M. and Aldridge, D. (2007). Use of songs to promote independence in morning greeting routines for young children with autism. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 37, 1264–1271.
- Klein, W. and Goodwin, M. H. (2013). Chores. In Ochs, E., and Kremer-Sadlik, T. (Eds.), *Fast-forward family: Home, Work, and Relationships in Middle-class America*. University of California Press. 130–148.
- Kliwer, W. and Kung, E. (1998). Family Moderators of the Relation Between Hassles and Behavior Problems in Inner-city Youth. *Journal of Clinical Child Psychology*, 27(3), 278-292.
- Kline, R. B. (2016). *Principle and Practice of Structural Equation modelling* (4. eds). The Guilford Press.
- Koğar, H. (2021). *R ile geçerlik ve güvenilirlik analizleri. Klasik test kuramı, faktör analizi ve madde tepki kuramı uygulamaları*. (2.baskı). Pegem Akademi.
- Kopp, C. B. (1982). Antecedents of self-regulation: a developmental perspective. *Developmental psychology*, 18(2), 199.

- Kuhn, B. R. and Weidinger, D. (2000). Interventions for infant and toddler sleep disturbance: A review. *Child & Family Behavior Therapy*, 22, 33-50.
- Lam, J. T. Y. (2022). *Associations of bedtime routines with social-emotional development in toddlers*. [MsC Thesis]. Saint Joseph's University, USA.
- Lanza, H. and Drabick, D. (2011). Family routine moderates the relation between child impulsivity and oppositional defiant disorder symptoms. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 39, 83–94.
- Larson RW, Wiley A.R. and Branscomb K.R. (2006). Family mealtime as a context for development and socialization. *New Directions for Child and Adolescent Development*. 111, 1-105.
- Liu, Y. (2003). Developing a scale to measure the interactivity of websites. *Journal of advertising research*, 43(2), 207-216.
- Marcoulides, G. A. and Schumacker, R. (2001). *New developments and techniques in structural equation modeling*. Psychology Press.
- Markson, S. and Fiese, B. H. (2000). Family rituals as a protective factor for children with asthma. *Journal of pediatric psychology*, 25(7), 471-480.
- Mellin, A. E., Neumark-Sztainer, D., Patterson, J. and Sockalosky, J. (2004). Unhealthy weight management behavior among adolescent girls with type 1 diabetes mellitus: The role of familial eating patterns and weight-related concerns. *Journal of Adolescent Health*, 35(4), 278-289.
- Meyer, K. and Kelley, M.L. (2007). Improving homework in adolescents with attention-deficit/hyperactivity disorder: Self- vs. parent-monitoring of homework behavior and study skills. *Child & Family Behavior Therapy*, 29, 25-42.
- Mindell, J. A., Telofski, L. S., Wiegand, B. and Kurtz, E. S. (2009). A nightly bedtime routine: impact on sleep in young children and maternal mood. *Sleep*, 32(5), 599-606.
- Musick, K., Meier, A., and Flood, S. (2016). How parents fare: Mothers' and fathers' subjective well-being in time with children. *American Sociological Review*, 81(5), 1069–1095. <https://doi.org/10.1177/0003122416663917>
- Neumark-Sztainer, D., Hannan, P. J., Story, M., Croll, J. and Perry, C. (2003). Family meal patterns: associations with sociodemographic characteristics and improved dietary intake among adolescents. *Journal of the American Dietetic Association*, 103(3), 317–322.

- Pierce, J. S. and Jordan, S. S. (2012). Development and evaluation of the pediatric diabetes routines questionnaire. *Children's Health Care*, 41 (1), 56-77.
- Ren, L., Hu, B. Y., and Song, Z. (2019). Child routines mediate the relationship between parenting and social-emotional development in Chinese children. *Children and Youth Services Review*, 98, 1-9.
- Rende, R. (2015). The developmental significance of chores: Then and now. *The Brown University Child and Adolescent Behavior Letter*. 31(1), 1-7.
- Riggio, H. R., Valenzuela, A. M. and Weiser, D. A. (2010). Household responsibilities in the family of origin: Relations with self-efficacy in young adulthood. *Personality and Individual Differences*, 48(5), 568-573.
- Robinson, J. P., Shaver, P. R. and Wrightsman, L. S. (1991). *Measures of personality and social psychological attitudes*. Academic Press.
- Schumacker, R., Lomax, R. (2001). *A Beginner's guide to structural equation modeling*. Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Serpell, R., Sonnenschein, S., Baker, L., and Ganapathy, H. (2002). Intimate culture of families in the early socialization of literacy. *Journal of Family Psychology*, 16(4), 391.
- Skeer, M. R., Sonnevile, K. R., Deshpande, B. R., Goodridge, M. C. and Folta, S. C. (2018). Going beyond frequency: a qualitative study to explore new dimensions for the measurement of family meals. *Journal of Child and Family Studies*, 27(4), 1075–1087.
- Spagnola, M. and Fiese, B. H. (2007). Family routines and rituals: A context for development in the lives of young children. *Infants & young children*, 20(4), 284-299.
- Staples, A. D., Bates, J. E. and Petersen, I. T. (2015). Bedtime routines in early childhood: Prevalence, consistency, and associations with nighttime sleep. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 80(1), 141-159.
- Sytsma, S. E., Kelley, M. L., and Wymer, J. H. (2001). Development and initial validation of the child routines inventory. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 23(4), 241-251.
- Şimşek ÖF. (2007). *Yapısal eşitlik modellemesine giriş, temel ilkeler ve lisrel uygulamaları*. Ekinoks. 4-22.

- Tabachnick, B. G., and Fidell, L. S. (2007). *Using multivariate statistics* (Fifth Edition). Allyn and Bacon.
- Taylor, M., Houghton, S. and Durkin, K. (2008). Getting children with attention deficit hyperactivity disorder to school on time: Mothers' perspectives. *Journal of Family Issues*, 29(7), 918-943.
- Türkiye İstatistik Kurumu(2019). Çocuk İşgücü Anketi Sonuçları. <https://tuikweb.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=33807>
- Türkiye İstatistik Kurumu(2021). *Türkiye Aile Yapısı Araştırması*. <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Turkiye-Aile-Yapisi-Arastirmasi-2021-45813>
- White, E. M., DeBoer, M. D. and Scharf, R. J. (2019). Associations between household chores and childhood self-competency. *Journal of Developmental & Behavioral Pediatrics*. 40(3), 176-182.
- Yıldız, S. (2017). Sosyal bilimlerde örnekleme sorunu: Nicel ve nitel paradigmalardan örnekleme kuramına bütüncül bir bakış. *Kesit Akademi Dergisi*, 3(11), 421-442.
- Yoon, Y., Newkirk, K. and Perry-Jenkins, M. (2015). Parenting stress, dinnertime rituals, and child well-being in working-class families. *Family Relations*, 64(1), 93-107.
- Zajicek-Farber, M. L., Mayer, L. M., Daughtery, L. G. and Rodkey, E. (2014). The buffering effect of childhood routines: Longitudinal connections between early parenting and prekindergarten learning readiness of children in low-income families. *Journal of Social Service Research*, 40 (5), 699-720.

## Ekler

### EK 1. Çocuk Rutinleri Ölçeği

Rutinler, yaklaşık olarak aynı zamanda, aynı sırada veya her seferinde aynı şekilde meydana gelen olaylardır. Lütfen çocuğunuzun son bir ayda her bir rutine ne sıklıkta katıldığını 0 (hiçbir zaman) ile 4 (neredeyse her zaman) arasında değişen bir dereceyi daire içine alarak derecelendirin. Çocuğunuzun yaşı nedeniyle bir madde size uymuyorsa lütfen “0” olarak işaretleyiniz.

	Ne sıklıkla aynı anda veya aynı şekilde ortaya çıkıyor? 0 = Asla 1 = Nadiren 2 = Ara sıra 3 = Sık sık 4 = Neredeyse her zaman
1. Çocuğumun sabahları hazırlanmak için belli bir rutini vardır (örneğin, diş fırçalama, yüz yıkama, saç yapma ve giyinme).	0 1 2 3 4
2. Çocuğum ebeveynlerinin yönergelerine veya kurallarına uymadığında ne olacağının farkındadır.	0 1 2 3 4
3. Çocuğum aile bireylerinin her biriyle günlerinin nasıl geçtiği hakkında konuşur.	0 1 2 3 4
4. Çocuğumun gün içerisinde düzenli ev işleri vardır (örneğin, çöpleri atmak, çamaşırları yıkama sırasında yardımcı olmak, evcil hayvanımızı beslemek)	0 1 2 3 4
5. Çocuğum yatak odasını her gün kendisi toplar.	0 1 2 3 4
6. Çocuğum her gün masada/sofrada aileyle beraber yemek yer.	0 1 2 3 4
7. Çocuğum yatmadan önce anne ve babasını öper/sarılır.	0 1 2 3 4
8. Çocuğum atıştırmalık bir şey yedikten sonra döktüklerini temizler.	0 1 2 3 4

Çocuk Rutinleri Ölçeği: Ölçek Uyarlama Çalışması

9. Çocuğum her gün ebeveyniyle birebir olarak konuşmak için zaman ayırır (örneğin arabada veya yatmadan önce).	0	1	2	3	4
10. Çocuğum her gün yaklaşık aynı saatlerde piyano veya dans gibi derslerinin alıştırılmalarını yapar.	0	1	2	3	4
11. Çocuğum her gece yatmadan önce aynı şeyleri (örneğin, dişlerini fırçalar, kitap okur, dua eder ve ebeveynlerine iyi geceler der ve öper) yapar.	0	1	2	3	4
12. Çocuğumun “Küfretmemeliyiz”, “Yemek yerken konuşmamalıyız” veya “Evde koşmamalıyız” gibi ev kuralları vardır.	0	1	2	3	4
13. Çocuğum hafta içi hemen hemen aynı saatlerde uyanır.	0	1	2	3	4
14. Çocuğum <b>oyun oynamaya başlamadan önce</b> evdeki sorumluluklarını (ev ödevleri veya ev işleri) bitirmelidir.	0	1	2	3	4
15. Çocuğum her gün yaklaşık aynı saatte akşam yemeğini yer.	0	1	2	3	4
16. Çocuğum yatmadan önce dişlerini fırçalar.	0	1	2	3	4
17. Çocuğum kirli kıyafetlerini değiştirdikten sonra kirli sepetine atar.	0	1	2	3	4
18. Çocuğum yemekten önce ellerini yıkar.	0	1	2	3	4
19. Çocuğum her gün ailesiyle birlikte dini kitapları (Kur’an-ı Kerim vd.) veya ibadetle ilgili diğer kitapları okur/dinler.	0	1	2	3	4
20. Çocuğum hafta içi yaklaşık aynı saatlerde yatar.	0	1	2	3	4
21. Çocuğum yemeklerden sonra temizliğe yardım eder.	0	1	2	3	4
22. Çocuğumun eğlenceli aktivitelerde zaman sınırı vardır (örneğin, dışarıda/parkta oynama, TV izleme, video oyunu veya telefon kullanımı).	0	1	2	3	4
23. Çocuğum tuvaletini yaptıktan sonra ellerini yıkar.	0	1	2	3	4



24. Çocuğum aile etkinlikleri veya eğlencelerinin karar verilmesine ve hazırlanmasına yardım eder.	0	1	2	3	4
25. Çocuğum oyununu bitirdikten sonra oyuncaklarını toplar ve yerine kaldırır.	0	1	2	3	4
26. Çocuğum yaklaşık aynı saatte ve yerde (örneğin mutfak masasında veya okulda) kahvaltı yapar.	0	1	2	3	4
27. Çocuğum her sabah yatağını toplar.	0	1	2	3	4
28. Çocuğum alışverişten sonra alınan şeylerin yerine yerleştirilmesine yardım eder.	0	1	2	3	4
29. Çocuğum belirli iyi davranışları için övülür veya ödüllendirilir (ör. “Oyuncaklarını bırakma şeklini seviyorum”).	0	1	2	3	4
30. Çocuğum yemekten önce/sonra dua eder.	0	1	2	3	4
31. Çocuğum her hafta ailenin birlikte planladığı (örneğin, oyun oynamak, film izlemek, dışarıda yemek yemek) “aile zamanına” katılır.	0	1	2	3	4

**Sonraki sorular okul ve ev ödevleri hakkındadır.**

Çocuğunuz okula gidiyor mu?	<b>EVET HAYIR</b>
-----------------------------	-------------------

**Cevabımız “HAYIR” ise lütfen burada bırakın ve bir sonraki sayfaya geçin. “EVET” cevabı verdiyseniz lütfen devam edin.**

Çocuğunuz geçen ay okula gitti mi?	<b>EVET HAYIR</b>
------------------------------------	-------------------

**“EVET” cevabı verdiyseniz, lütfen 35.soru ile devam edin.**

**“HAYIR” cevabı verdiyseniz, lütfen çocuğunuzun SON AY okulunda bu aktivitelere ne sıklıkla katıldığını bağlı olarak 35-39.sorulara cevap verin.**

32. Çocuğum okuldan sonra ebeveynlerine okulda yaptığı çalışmalarını (örneğin, sanat çalışması veya yazma çalışması) gösterir.	0	1	2	3	4
33. Çocuğum hafta boyunca yaklaşık aynı zaman ve yerde (örneğin mutfak masasında) ev ödevlerini yapmaya başlar.	0	1	2	3	4
34. Çocuğum ödevlerini tamamladıktan sonra, ev ödevlerindeki çalışmaları açıklayarak, göstererek veya inceleyerek yardım eden bir yetişkine kontrol ettirir.	0	1	2	3	4
35. Çocuğum ödevlerini tamamlar.	0	1	2	3	4
36. Çocuğum sınavları için çalışır (örneğin, haftalık yazılı sınavlar).	0	1	2	3	4

\*10-19-27 numaralı maddeler kontrol maddeleridir ve değerlendirmeye katılmaktadır.