

# Çocuk ve Ergen Bilinçli Farkındalık Ölçeği Türkçe Geçerlilik ve Güvenilirlik Çalışması

## Child and Adolescent Mindfulness Measure Turkish Validity and Reliability Study

Öznur Bilaç<sup>1</sup>, Gül Dikeç<sup>2</sup>, Cansın Kardelen Akyol<sup>1</sup>, Mert Kaan Kale<sup>1</sup>, Şermin Yalın Sapmaz<sup>1</sup>, Hasan Kandemir<sup>1</sup>, Ömer Aydemir<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Manisa Celal Bayar Üniversitesi Tıp Fakültesi, Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı, Manisa, Türkiye

<sup>2</sup>Fenerbahçe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, İstanbul, Türkiye

<sup>3</sup>Manisa Celal Bayar Üniversitesi Tıp Fakültesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı, Manisa, Türkiye

### ÖZ

**Amaç:** Son yıllarda çocuk ve ergenlerde de bilinçli farkındalığa yönelik çalışma sayısı artmıştır ve uygulanan farkındalık temelli girişimlerin standardize ölçüm araçları ile değerlendirilmesi son derece önemlidir. Amacımız, günümüzde ön plana çıkan bilinçli farkındalık konusunda çocuk ve ergenlerde kullanılacak ve pek çok dilde geçerlilik ve güvenilirliği olan Çocuk ve Ergen Bilinçli Farkındalık Ölçeği'nin (CAMM) Türkçe dil geçerlilik ve güvenilirliğinin yapılması ve 9-18 yaş için dilimize kazandırılmasıdır.

**Gereç ve Yöntem:** Çalışma örneklemini 156 çocuk ve ergen iken katılımcıların 48'ini Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı-5 (DSM-5) tanı kriterlerine göre herhangi bir ruhsal bozukluk tanısı olan çocuk ve ergenler oluşturmaktaydı. Kalan 108'inin ise yalnızca dönemsel sorunu olan ya da danışmanlık için getirilen ve DSM-5 tanı kriterlerine göre herhangi bir ruhsal bozukluk tanısı bulunmamaktaydı.

**Bulgular:** Ölçeğin güvenilirlik katsayısı toplam puanı için Cronbach alfa katsayısı 0,76 bulundu. İki hafta arayla yapılan iki ölçüm arasındaki test-yeniden test güvenilirliği korelasyonu yüksek düzeydeydi ( $r=0,634$   $p<0,0001$ ).

**Sonuç:** CAMM'nin Türkçe formunun 9-18 yaş arası için geçerli ve güvenilir standardize bir ölçüm aracı olduğu söylenebilir.

**Anahtar Kelimeler:** Bilinçli farkındalık, çocuk ve ergen, geçerlilik, güvenilirlik

### ABSTRACT

**Objectives:** The number of studies on mindfulness in children and adolescents has risen in recent years, and it is crucial to evaluate the mindfulness-based interventions applied with standardized measurement tools. This aim of this study was to make the Turkish language validity and reliability of the Child and Adolescent Mindfulness Measure (CAMM), which can be used in children and adolescents about mindfulness, which has been very well-liked in recent years, and which has validity and reliability in many languages, and to bring it into our language for the ages of 9-18.

**Materials and Methods:** The total sample of the current study consisted of 156 children and adolescents, 48 of whom were children and adolescents with any mental disorder diagnosis according to Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders-5 (DSM-5). One hundred eight of them did not have any mental disorders diagnosis according to DSM-5, who had only periodic problems or were brought for counseling.

**Results:** In the reliability analysis of the scale, the Cronbach's alpha coefficient was found to be 0.76 for the whole scale. In test-retest reliability two weeks apart, the two measurements have a strong correlation between the measurements ( $r=0.634$   $p<0.0001$ ).

**Conclusion:** In conclusion, our findings show that the Turkish version of the CAMM is a valid and reliable measurement tool for the 9-18 age group.

**Keywords:** Mindfulness, child and adolescent, validity, reliability

## Giriş

Bilinçli farkındalık (mindfulness), temelini Doğu meditasyon geleneğinden ve Budizm'den almaktadır. Dikkati yönlendirmenin bir yoludur; son yıllarda Batı kültüründe de ilgi artmaya başlamıştır ve uygulanmaktadır.<sup>1</sup> Duygularla ve

algılanan deneyimlerle artış sağlanan farkındalık, bir kişinin dikkatini şu anda meydana gelmekte olanlara yargılamadan ve kabullenici bir şekilde odaklaması halinde bilinçli farkındalık olarak tanımlanır.<sup>2</sup> Nyanaponika Thera (1972) ise bu kavramı "algılarımızın, sadece birbirini izleyen zaman diliminde bizde ve

Yazışma Adresi/Address for Correspondence: Öznur Bilaç, Manisa Celal Bayar Üniversitesi Tıp Fakültesi, Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı, Manisa, Türkiye

Tel.: +90 444 42 28 E-posta: oznurbilac@gmail.com ORCID: orcid.org/0000-0001-8369-6215

Geliş Tarihi/Received: 19.01.2023 Kabul Tarihi/Accepted: 16.05.2023

Copyright © 2024 Yazar. Türkiye Çocuk ve Gençlik Psikiyatrisi Derneği adına Galenos Yayınevi tarafından yayımlanmıştır. Creative Commons Atıf-GayriTicari-Türetilemez 4.0 (CC BY-NC-ND) Uluslararası Lisansı ile lisanslanmış, açık erişimli bir makaledir.



iç dünyamızda aslında neler olduğuna odaklanması ve net bir şekilde farkında olma durumu” olarak tanımlanmaktadır.<sup>1</sup>

Bilinçli farkındalık, birey çevresindeki diğer bireylerin davranışlarına odaklanmadan ve farkında olmadan kendi dürtüleriyle veya otomatik olarak davrandığında tehlikeye girer. Bilinçli farkındalığın en önemli özelliği devam eden olayların ve deneyimlerin olağandan daha fazla bilincinde olarak yansıtılabilen açık veya kabul edici farkındalık ve dikkatlilik olarak tanımlanır.<sup>2</sup> Bilinçli farkındalık çalışmalarının bilinçliliğe yeni bakış açısını geliştirerek yeniden yapılandırıldığını ve insanın işlevselliğindeki rolünü anlamaya yardımcı olduğu düşünülmektedir.<sup>1</sup>

Yüksek bilinçli farkındalık düzeyinin ruh sağlığı üzerinde olumlu etkileri vardır. Bunlar arasında, tekrarlayıcı düşüncenin ve olumsuz duyguların, kaygıların obsesyon ve kompulsyonların, depresif belirtilerin ve depresyonun yineleme riskinin azaltılması ve dikkatin iyileştirilmesi bulunmaktadır.<sup>3,4</sup> Bu amaçla ruh sağlığı alanında diyalektik bilişsel terapi, kabul ve kararlılık terapisi, stres azaltıcı farkındalık temelli uygulamalar dahilinde sıkça kullanılmaya başlanmıştır.<sup>4</sup> Bilinçli farkındalık temelli yaklaşımlar çoğunlukla yetişkin bireyler üzerinde kullanılmakta ve fayda sağladığı belirtilmektedir.<sup>4</sup> Son yıllarda çocuk ve ergenlerde de bilinçli farkındalığa yönelik çalışma sayısı artmış ve farklı gruplarla bilinçli farkındalığın etkisi tartışılmaya başlamıştır.<sup>4</sup> İyi bir bilinçli farkındalık düzeyinin ergenlik döneminde ergenlerin duygudurumları ve limbik sistem tepkilerinin yönetiminde etkili olabileceği savunulmaktadır.<sup>3</sup> Bu doğrultuda uygulanan farkındalık temelli girişimlerin standardize ölçüm araçları ile değerlendirilmesi son derece önemlidir. Bu sebeplerle Greco ve ark.<sup>4</sup> 9-18 yaş arası çocuk ve ergenlerde bilinçli farkındalığı ölçen on maddelik CAMM ölçeğini geliştirmişlerdir. Ölçek pek çok dile uyarlanmıştır. Çalışmanın amacı, bilinçli farkındalık konusunda çocuk ve ergenlerde kullanılacak ve pek çok dilde geçerlilik ve güvenilirliği olan Çocuk ve Ergen Bilinçli Farkındalık Ölçeği'nin (CAMM) Türkçe dil geçerlilik ve güvenilirliğinin yapılması ve 9-18 yaş için dilimize kazandırılmasıdır.

## Gereç ve Yöntem

Çalışmanın örneklemini poliklinik başvurusu olan, 9-18 yaşları arasındaki çalışmaya katılmayı kabul eden çocuk ve ergenler oluşturdu. Çalışmada geçerlilik ve güvenilirlik çalışmalarında yaygın kullanılan maddesi sayısının 10 katı ilkesine ulaşılması, en az 100 çocuk ve ergenin çalışmaya katılması planlandı.<sup>5</sup> Örneklem 156 çocuk ve ergenden oluşmakta; örneklemin 48'ini Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı-5 (DSM-5) tanı kriterlerine göre herhangi bir ruhsal bozukluk tanısı olan çocuk ve ergenler oluşturmaktaydı. Yüz sekizinin ise yalnızca dönemsel sorunu olan ya da danışmanlık için getirilen ve DSM-5'e göre herhangi bir ruhsal bozukluk tanısı bulunmamaktaydı. Çalışmaya katılanlar çocuk ve ergenlerin ebeveynlerinden izin alındı, CAMM'i doldurmaları istendi. Böylece araştırmaya katılmada tamamen gönüllük esastı, çalışmaya katılan çocuk ve ergenler ile ailelerine herhangi bir ödeme yapılmadı. Yazılı hasta onamı bu çalışmaya katılan

hastalardan ve hastaların ailelerinden alınmıştır. Bu çalışma için etik komite onayı T.C. Sağlık Bilimleri Üniversitesi Hamidiye Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu'ndan (karar no: 18/10, tarih: 29.09.2020) alınmıştır.

## Araştırmada Kullanılan Veri Toplama Araçları

Çalışmada çocuk ve ergenler için sosyodemografik ve ruhsal bozukluğa dair verilerin toplanacağı bilgi formu hazırlandı. Bilgi formunda çocuk ve ergenlerin sosyodemografik özellikleri (yaş, cinsiyet, okula devam durumu, yaşadığı yer, ekonomik durum algısı, kiminle yaşadığı). Bunun yanı sıra geçerlilik ve güvenilirliği yapılacak olan CAMM kullanıldı. Ölçeğin kullanımı için ölçeği geliştiren Dr. Laurie A. Greco'dan e-mail aracılığı ile izin alındı.

**Çocuk ve Ergen Bilinçli Farkındalık Ölçeği:** Greco ve ark.<sup>4</sup> tarafından geliştirilen ölçek çocuk ve ergenlerde bilinçli farkındalığı ölçmektedir. Dokuz ve üzeri yaşta kullanılan bu ölçek on maddeden oluşmaktadır ve beşli Likertli öz bildirim ölçeğidir (4: her zaman, 3: sık sık, 2: bazen, 1: nadiren, 0: hiçbir zaman). Ölçekteki maddeler öncelikle 0 yerine 4, 1 yerine 3, 3 yerine 1 ve 4 yerine 0 (2 değişmeden kalır) olacak şekilde değiştirilerek ters kodlanır ve tüm maddeleri toplanarak hesaplanır. Yüksek puanlar yüksek düzeyde bilinçli farkındalık düzeyi anlamına gelir. Ölçekte alt ölçek ve kesme puanı bulunmamaktadır. Ölçek pek çok dile uyarlanmış olup, orijinal çalışmasında on madde için toplam Cronbach alfa katsayısı 0,80 bulunmuştur.<sup>4</sup>

Ölçek ilk olarak alanda deneyimli iki ruh sağlığı profesyoneli tarafından Türkçe'ye çevrildi, daha sonra üniversitede okutman olarak çalışan bir diğer kişi tarafından Türkçe'den İngilizce'ye geri çeviri yapıldı. Ölçekteki ifadeler çocuk ve ergenlere uygun hale getirilerek, bu ifadelerin örneklem grubunda uygunluğunu belirlemek amacıyla farkındalık-temelli uygulama eğitimi olan; çocuk ve ergenlerle çalışan beş kişiden (biri akademisyen psikiyatri hemşiresi, biri akademisyen pediatri hemşiresi ve 3 çocuk ve ergen ruh sağlığı uzmanı) uzman görüşü alındı. Uzmanlar ölçekte yer alan maddeleri uygunluğunu dörtlü Likertli (4: çok uygun, 3: uygun, ancak küçük değişiklik gerekir, 2: uygun değil, maddenin uygun şekilde getirilmesi gerekir, 1: hiç uygun değil) değerlendirdi. Kendall Uyuşum Katsayısı (W) ile uzman görüşleri analiz edildi ve uzmanlar arasında fark olmadığı belirlendi (W=0,25, p=0,15). Uzmanların önerileri ile ölçekte çocuk ve ergenlere uygun ifadelerin yer alması doğrultusunda çeşitli ekleme/çıkarmalar yapılarak bazı maddelerin ifadesinde değişiklikler yapıldı.

## İstatistiksel Analiz

Verilerin analizinde SPSS Windows 22.0 (IBM Inc., Armonk, NY) kullanıldı ve istatistiksel olarak anlamlı p değeri p<0,05 olarak belirlendi. Ölçeğin güvenilirlik analizinde Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı incelendi, madde toplam puan korelasyonları ve test-tekrar test güvenilirliği hesaplandı. Ölçeğin geçerliliği için tüm araştırma gruplarının verileri kullanılarak açımlayıcı faktör analizi uygulandı. Uygulamada herhangi bir ruhsal bozukluk tanısı olmayan 37 çocuk ve ergene ilk ölçümden iki hafta sonra ölçek yeniden uygulandı ve iki ölçüm arasındaki

korelasyon katsayısı hesaplandı. Test-yeniden test güvenilirliği belirlendi.

## Bulgular

Çalışmaya katılan 156 çocuk ve ergenin yaş aralığı 9-18 olup, yaş ortalaması 14,5 (standart sapma=2,5) yılı. Katılımcıların %57,1'inin kadın, %42,9'unun erkek; %5,2'sinin okul başarısını kötü, %30,1'inin orta ve %64,7'sinin iyi algıladığı belirlendi. Katılımcıların büyük çoğunluğunun büyükşehirde ve ailesi ile yaşıyordu (Tablo 1).

Çocuk ve ergenlerin CAMM toplam puan ortalamalarının  $25,4 \pm 6,7$  olduğu belirlendi, puan ortalamaları açısından sağlıklı ve herhangi bir ruhsal bozukluk tanısı olan grup arasında anlamlı bir farklılık yoktu. Ölçeğin güvenilirlik analizinde Cronbach alfa katsayısı toplam puan için 0,76 bulundu. Madde toplam puan bağıntı katsayıları Tablo 2'de verildi. Test-yeniden test ölçümünde 37 sağlıklı gönüllünün verileri değerlendirildi ve iki haftalık uygulamalar arasındaki korelasyon bağıntı katsayısı  $r=0,634$  ( $p<0,0001$ ) bulundu. Açımlayıcı faktör analizi öncesi örneklem büyüklüğünün analiz için yeterli olup olmadığı Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) ve Barlett testi ile incelendi. Yapılan analizde, KMO katsayısı yüksek (0,819) ve Barlett testi (ki-kare 345,183) sonucu istatistiksel olarak anlamlı düzeyde olduğu bulundu ( $p=0,00$ ). Böylece örneklem sayısının faktör analizine uygun olduğu belirlendi. Faktör analizinde öz değeri sırasıyla

3,480 ve 1,355 olan, toplam varyansın yine sırasıyla %34,8 ve 13,5'ini açıklayan iki faktörlü yapı elde edildi. Birinci, 2., 3., 4., 6., 7., 8., 9. maddeler 1. faktöre; 5 ve 10. maddeler de 2. faktöre yük verdiği belirlendi. "Yargılayıcı olmayan farkındalık" maddeleri 1., 2., 4., 6., 7., 8., 9. maddelerdir. Beşinci ve 10. maddeler "düşünce ve duyguları bastırmak veya bunlardan kaçınmak" maddeleridir. Sonuçlar, CAMM'nin on maddelik orijinal tek faktörlü yapısını desteklemedi, ancak 5. ve 10. maddeler çıkarılınca CAMM'nin Türkçe versiyonu için sekiz maddelik tek faktörlü bir yapı olduğunu gösterdi. Sekiz maddelik ölçeğin güvenilirlik analizinde Cronbach alfa katsayısı ise 0,80 bulundu. Faktör çözümlemesinde ise öz değeri 3,457 ve toplam varyansın %43,2'sini açıklayan tek faktörlü yapı elde edildi (Tablo 3).

## Tartışma

Bu çalışmada, CAMM çocuk ve ergenler için bilinçli farkındalık değerlendirme ölçeğinin Türkçe geçerlilik ve güvenilirliği incelendi, analizler sonucunda, CAMM'nin çocuklarda bilinçli farkındalığı değerlendirmek için güvenilir ve geçerli bir ölçüm aracı olduğu belirlendi. Ölçeğin güvenilirlik analizinde Cronbach alfa katsayısı tüm ölçek için 0,76 bulundu ve orijinal haline yakın olduğu görüldü.<sup>4</sup> Cronbach alfa katsayısı 1'e yakın olması ölçeğin güvenilir olduğunu göstermekte ve bu değerin 0,70 üzerinde olması önerilmektedir.<sup>5,6</sup>

Fransa'da 15-18 yaş arası ergenlerle yapılmış bir çalışmada tüm ölçek için Cronbach alfa katsayısı 0,78 saptanmıştır.<sup>7</sup> İtalya'da 9-18 yaş aralığında olan çocuk ve ergenlerle yapılmış başka bir çalışmada ise Cronbach alfa katsayısının ölçek toplam puanı için 0,74 olduğu bulunmuştur.<sup>8</sup> Baumann ve ark.<sup>9</sup> 10-19 yaş arası çocuk ve ergenle yaptıkları geçerlilik çalışmasında ise Cronbach alfa katsayısı tüm ölçek için 0,83 saptanmıştır. Çin'de ilkökul çocuklarında yapılmış bir çalışmada ise bu değeri 0,82 olarak tespit etmişlerdir.<sup>10</sup> Ülkemizde 14-18 yaş arası ergenlerde yapılmış olan çalışmada ise bu değer 0,80 olarak bulunmuştur.<sup>11</sup> Ülkemiz dahil pek çok dile uyarlanmış olan bu ölçeğin orijinal çalışmasında ise on madde için toplam Cronbach alfa katsayısı 0,80 bulunmuştur.<sup>4</sup> Mevcut çalışmada bulunan Cronbach alfa katsayısının hem on maddelik hali hem de sekiz maddelik halinin 9-18 yaş aralığı için güvenilir olduğu ve bunun literatürdeki çalışmalarda çıkan sonuçlarla benzer olduğu görüldü.

Ölçeklerde, madde toplam korelasyonu 0,30 ve üzerinde olan maddelerin daha çok ayırt edici maddeler olduğu bilinmektedir. Bu çalışmada madde toplam puan korelasyon katsayıları 0,09 ile 0,59 arasında bulundu. Madde toplam puan korelasyon katsayısı düşük olan maddeler ise sırasıyla 5. ve 10. maddelerdi. Diğer maddeler ise iyi düzeyde korelasyon değerine sahip olup bu maddeler benzer durumları örneklediğini göstermektedir. Bu maddeler çıkarıldığında madde toplam puan bağıntı katsayıları 0,36 ile 0,63 arasında bulundu. Ülkemizde 14-18 yaş aralığında yapılmış geçerlik çalışmasında ise tek faktörlü yapının elde edildiği bildirilmiştir.<sup>11</sup> Bu çalışmada 14 yaşından daha küçük çocuklarda olduğu için, küçük çocuklar "düşünce ve duyguları bastırmak veya bunlardan kaçınmak" maddeleri olan 5. ve

**Tablo 1. Çocuk ve ergenlerin sosyodemografik özellikleri**

	Ort ± SS	Min-maks
<b>Yaş</b>	14,54	9-18
	<b>S</b>	<b>%</b>
<b>Cinsiyet</b>		
Kız	89	57,1
Erkek	67	42,9
<b>Okul başarısı</b>		
İyi	101	64,7
Orta	47	30,1
Kötü	8	5,2
<b>Yaşadığı yer</b>		
Köy	16	10,3
İlçe	39	25
Şehir	35	22,4
Büyükşehir	66	42,3
<b>Ekonomik durum algısı</b>		
İyi	64	41
Orta	16	10,3
Kötü	76	48,7
<b>Psikiyatrik tanı varlığı</b>		
Var	48	30,8
Yok	108	69,2

Ort: Ortalama, SS: Standart sapma, Min-maks: Minimum-maksimum

**Tablo 2. CAMM maddelerinin analizi**

	Maddeler çıkarıldığında Cronbach alfa katsayısı	Madde toplam puan korelasyon katsayısı	Faktör yükleri	
			Faktör 1	Faktör 2
CAMM-1	0,711	0,595	0,730	
CAMM-2	0,745	0,348	0,488	
CAMM-3	0,711	0,591	0,757	
CAMM-4	0,710	0,595	0,719	
CAMM-5	0,781	0,099		0,777
CAMM-6	0,741	0,387	0,571	
CAMM-7	0,719	0,531	0,695	
CAMM-8	0,740	0,389	0,539	
CAMM-9	0,716	0,543	0,696	
CAMM-10	0,770	0,167		0,785

CAMM: Çocuk ve Ergen Bilinçli Farkındalık Ölçeği

**Tablo 3. CAMM ölçeğinin 8 maddesinin analizi**

	Maddeler çıkarıldığında Cronbach alfa katsayısı	Madde toplam puan korelasyon katsayısı	Faktör yükleri
			Faktör 1
CAMM-1	0,775	0,598	0,727
CAMM-2	0,806	0,369	0,492
CAMM-3	0,769	0,639	0,762
CAMM-4	0,777	0,588	0,715
CAMM-6	0,799	0,448	0,581
CAMM-7	0,779	0,573	0,700
CAMM-8	0,802	0,409	0,539
CAMM-9	0,782	0,554	0,692

CAMM: Çocuk ve Ergen Bilinçli Farkındalık Ölçeği

10. maddeleri tam anlayamamış olabilecekleri düşünülebilir. Mevcut çalışmada çocuk yaş grubu da olduğu için özellikle bu yaş grubunda 9-18 yaş için bu sekiz maddenin bizim ülkemizde daha ayırt edici olduğu söylenebilir. Yine de Cronbach alfa katsayısının on madde için 0,70 üzerinde olması tüm ölçeğin 9-18 yaş arasında güvenilir bir ölçüm aracı olduğunu göstermektedir.<sup>6</sup> Çalışmamızın açıklayıcı faktör analizinde iki faktör elde edilmiştir. Birinci faktörün (1., 2., 3., 4., 6., 7., 8., 9. maddeler) öz değerinin 3,480 olduğu ve toplam varyansın %34,8'ini açıkladığı anlaşılmıştır. İkinci faktörün (5., 10. maddeler) öz değeri 1,355'tir ve toplam varyansın %13,5'ini açıklamaktadır. Mevcut çalışmaya katılan çocuk ve ergenlerin 9-18 yaş aralığında olması, farklı yaş ve eğitim düzeylerine sahip olmalarının iki faktör oluşmasında etkin rol oynamış olabileceğini düşündürmüştür. Literatür incelendiğinde, yapılmış çalışmalarda on madde için tek faktörlü yapı elde eden çalışmalar olduğu gibi<sup>10-14</sup>, bu çalışmaya benzer şekilde 5. ve 10. maddelerin ikinci bir faktör oluşmasına katkısı olduğunu gösteren çalışmalar da bulunmaktadır.<sup>15-17</sup>

Çalışmamızda ölçeğin geçerliliğine katkıda bulunmak için, iki hafta sonra yeterli bir örnekleme test-yeniden test uygulamasında korelasyon katsayısı için  $r=0,634$  ( $p<0,0001$ ) bulunmuştur. Bu bulgu da ölçeğin geçerli bir biçimde kullanılabilceğini göstermektedir.

### Çalışmanın Kısıtlılıkları

Bu çalışmanın verileri, verilerin toplandığı örnekleme sınırlıdır. Bilinçli farkındalık yaklaşımları ve becerilerini özellikle çocuklarda ve ergenlerde ölçen bu ölçek dışında bilebildiğimiz kadarıyla Türkçe'ye çevrilmiş ve geçerlik güvenilirliği yapılmış herhangi bir ölçek olmadığı için başka bir ölçekle birlikte geçerlik analizi yapılamamış olup bu da bir kısıtlılıktır.

### Sonuç

Sonuç olarak bulgularımız, CAMM Türkçe formunun geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğunu göstermektedir. Birden fazla dilde geçerlik ve güvenilirliği yapılmış olan ölçeğin Türkçe formu, özellikle üçüncü kuşak bilişsel davranışçı terapilerde kullanılan bilinçli farkındalık tekniklerinin uygulama öncesi ve

sonrası ölçümünü 9-18 yaş aralığı için belli sınırlılıklar dahilinde mümkün kılacaktır.

### Etik

**Etik Kurul Onayı:** Bu çalışma için etik komite onayı T.C. Sağlık Bilimleri Üniversitesi Hamidiye Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu'ndan (karar no: 18/10, tarih: 29.09.2020) alınmıştır.

**Hasta Onayı:** Yazılı hasta onamı bu çalışmaya katılan hastalardan ve hastaların ailelerinden alınmıştır.

### Yazarlık Katkıları

Konsept: Ö.B., G.D., Dizayn: Ö.B., Veri Toplama veya İşleme: C.K.A., M.K.K., Analiz veya Yorumlama: Ö.B., Ö.A., Literatür Arama: Ö.B., G.D., Ş.Y.S., H.K., Yazan: Ö.B.

**Çıkar Çatışması:** Yazarlar tarafından çıkar çatışması bildirilmemiştir.

**Finansal Destek:** Yazarlar tarafından finansal destek almadıkları bildirilmiştir.

### Kaynaklar

1. Özyeşil Z, Arslan C, Kesici Ş, Deniz ME. Bilinçli farkındalık ölçeği'ni Türkçeye uyarlama çalışması. *Eğitim ve Bilim*. 2011;36:224-235.
2. Brown KW, Ryan RM. The benefits of being present: mindfulness and its role in psychological well-being. *J Pers Soc Psychol*. 2003;84:822-848.
3. Yavuz M, Çalkan B, Sönmez E, Tetik G, Kadak MT. Ergen Yaş Grubunda Bilinçli Farkındalık Ölçeğinin Psikometrik Özelliklerinin İncelenmesi. *Turk J Child Adolesc Ment Health*. 2019;26:68-74.
4. Greco LA, Baer RA, Smith GT. Assessing mindfulness in children and adolescents: development and validation of the Child and Adolescent Mindfulness Measure (CAMM). *Psychol Assess*. 2011;23:606-614.
5. Akgül A. Tıbbi Araştırmalarda İstatistiksel Analiz Teknikleri "SPSS Uygulamaları". Emek Basım. 2005:440-455.
6. Kılıç S. İstatistik İfadeyle.../Statistically Speaking. *J Mood Disord*. 2016;6:47-48.
7. Dion J, Paquette L, Daigneault I, Godbout N, Hébert M. Validation of the French Version of the Child and Adolescent Mindfulness Measure (CAMM) Among Samples of French and Indigenous Youth. *Mindfulness*. 2019;9:645-653.
8. Saggino A, Bartoccini A, Sergi MR, Romanelli R, Macchia A, Tommasi, M. Assessing Mindfulness on Samples of Italian Children and Adolescents: the Validation of the Italian Version of the Child and Adolescent Mindfulness Measure. *Mindfulness*. 2017;8:1364-1372.
9. Baumann I, Gruber E, Vonderlin E, Bents H, Heidenreich T, Kalmar J, Mander, J. Psychometric Properties of a German Version of the Child and Adolescent Mindfulness Measure (CAMM) in a Community Sample. *Mindfulness*. 2022;13:2082-2091.
10. Chen X, Liang K, Huang L, Mu W, Dong W, Chen S, Chen S, Chi X. The Psychometric Properties and Cutoff Score of the Child and Adolescent Mindfulness Measure (CAMM) in Chinese Primary School Students. *Children*. 2022;9:499.
11. Sünbül ZA. Psychometric Evaluation of Child and Adolescent Mindfulness Measure (CAMM) with Turkish Sample. *International Journal of Education and Psychological Research*. 2018;7:56-59.
12. Chiesi F, Dellagiulia A, Lionetti F, Bianchi G, Primi C. Using Item Response Theory to Explore the Psychometric Properties of the Italian Version of the Child and Adolescent Mindfulness Measure (CAMM). *Mindfulness*. 2017;8:351-360.
13. García-Rubio C, Rodríguez-Carvajal R, Langer AI, Paniagua D, Steinebach P, Andreu CI, Vara MD, Cebolla A. Validation of the Spanish Version of the Child and Adolescent Mindfulness Measure (CAMM) with Samples of Spanish and Chilean Children and Adolescents. *Mindfulness*. 2019;10:1502-1517.
14. Roux B, Franckx AC, Lahaye M, Deplus S, Philippot P. A French validation of the Child and Adolescent Mindfulness Measure (CAMM). *Eur Rev Appl Psychol*. 2019;69:83-89.
15. de Bruin EI, Zijlstra BJH, Bögels SM. The Meaning of Mindfulness in Children and Adolescents: Further Validation of the Child and Adolescent Mindfulness Measure (CAMM) in Two Independent Samples from The Netherlands. *Mindfulness*. 2014;5:422-430.
16. Theofanous A, Ioannou M, Zacharia M, Georgiou SN, Karekla M. Gender, Age, and Time Invariance of the Child and Adolescent Mindfulness Measure (CAMM) and Psychometric Properties in Three Greek-Speaking Youth Samples. *Mindfulness*. 2020;11:1298-1307.
17. Mohsenabadi H, Shabani MJ, Assarian F, Zanjani Z. Psychometric properties of the Child and Adolescent Mindfulness Measure: A psychological measure of mindfulness in youth. *Iran J Psychiatry Behav Sci*. 2020;14:e79986.