

Carl Gustav Carus Tıp Fakültesi/Mesleki ve Sosyal Tıp Polikliniği ve Enstitüsü

Sevgili ebeveynler,

Araştırmamızın çıkış noktasını, anaokulu çağındaki çocukların sağlığı oluşturuyor. Erken çocukluk dönemindeki belirli yaşam koşullarının, çocuğun okula başlayıncaya kadar- ve sonrasında da- sağlık bakımından nasıl bir gelişim göstereceğine dair verdiği belirtilerle ilgileniyoruz. Bundan ötürü aşağıdaki sorular **çocuğunuzun** mevcut yaşam durumuyla ilgilidir.

Anketin doldurulması yaklaşık 15 dakika sürmektedir. Sorulara vereceğiniz cevaplar kendi görüşünüzü ya da kendi durumunuzu yansıtmalıdır- yanlış veya doğru cevap diye bir şey söz konusu değildir. Bu ankete katılım **elbette isteğe bağlıdır ve anaokulu muayenesinden tümüyle bağımsızdır**.

Hazırlık ve doldurma talimatları:

- Başlamadan önce lütfen sarı renkli çocuk muayene defterini hazır bulundurunuz.
- Anketi partnerinizle birlikte doldurmanız uygun olacaktır, çünkü her iki ilgilenen kişiye sorular sorulmaktadır.
- Lütfen ekteki onay formunu imzalayınız.
- Lütfen ilişikteki anketi doldurunuz:

Lütfen koyu renk yazan bir kalem kullanınız (örn. mavi/siyah yazan bir tükenmez kalem, keçeli kalem vb.)	
- Lütfen dairelerin içine bir çarpı koymak suretiyle cevabınızı işaretleyiniz.	<input checked="" type="radio"/> evet <input type="radio"/> hayır
- İşaretlediğiniz cevabı düzeltmek istiyorsanız, çarpı koyduğunuz alanı lütfen tümüyle karalayınız ve yeni cevabı işaretleyiniz.	<input type="radio"/> evet <input checked="" type="radio"/> hayır
- Sayıları ve metinleri lütfen öngörülen bölümlerin içine ya da çizgilerin üzerine yazınız.	1 2 veya ABC
- Eğer sayı/metin alanlarında bulunan cevabınızı düzeltmek istiyorsanız, bu cevabın üzerine bir çizgi çekiniz ve değiştirdiğiniz cevabı bu çizginin yanına veya altına yazınız.	1 2 3 4 veya ABC XYZ

Postaya verme:

- Doldurulmuş anketi lütfen **küçük zarfa** koyunuz ve zarfın ağzını kapatınız.
- Kapalı küçük zarfı imzalı onay formu ile lütfen **büyük zarfın** içine koyunuz.
- Alıcının adresi önceden üzerine yazılmış ve posta ücreti ödenmiş olan büyük zarfı lütfen postaya veriniz.

Projemizle ilgili daha geniş bilgiyi, ekteki araştırma bilgilerinde bulabilirsiniz.

Araştırmayla ilgili başka sorunuz olduğu takdirde, araştırmanın Berlin koordinatörü Sayın Jeffrey Butler'e başvurabilirsiniz.

(Eposta: jeffrey.butler@tu-dresden.de).

Verdiğiniz destek için size çok teşekkür ederiz. En içten dilekelerimizi sunarız.

Katılımınız için özel bir teşekkür olarak, anketi dolduran tüm ebeveynler arasında hayvanat bahçesi, akvaryum ve hayvan parkı için geçerli yıllık aile kartı çekilişi yapacağız.

Saygılarımızla



Prof. Dr. med. Andreas Seidler, MPH
Mesleki ve Sosyal Tıp Polikliniği ve Enstitüsü Direktörü



Çocukla ilgili sorular

K1	Lütfen çocuğunuzun doğduğu ayı ve yılı yazınız	_ _	_ _ _ _		
K2	Çocuğunuzun cinsiyeti nedir?	<input type="radio"/> erkek	<input type="radio"/> kız	<input type="radio"/> diğer	
K3	Boy ve ağırlık U7a ve U8'den (Bu verileri lütfen sarı renkli "çocuk muayene defterinden" alınız)	ay	yıl	boy (cm)	ağırlık (kg)
U7a	_ _	_ _ _ _	_ _ _	_ _ , _	
U8	_ _	_ _ _ _	_ _ _	_ _ , _	

K4	Çocuğunuzun sağlık durumunu genel olarak nasıl tarif edersiniz?
	<input type="radio"/> çok iyi <input type="radio"/> iyi <input type="radio"/> orta derecede <input type="radio"/> kötü <input type="radio"/> çok kötü

K5	Lütfen çocuğunuzun beslenme şeklini tarif ediniz: Çocuğunuz <u>evde sıradan bir ay</u> içinde aşağıdaki besinleri yaklaşık ne sıklıkta yedi veya içti?						
		hiçbir zaman/çok nadir	ayda bir/çok kere	haftada bir	haftada birçok kere	günlük	günde birçok kere
	Su, tatlandırılmamış çay	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	Meyve suları (%100 meyve oranı)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	Sodali meyve suları (meyve suyu ve su)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	Şeker içeren tatlandırılmış içecekler (örn. nektarlar, tatlandırılmış çay, buzlu çay, meşrubat/limonata)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	Pişmiş sebze	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	Çiğ meyve ve sebze	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	Meyve püresi, Smoothie, "Quetschie"	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	Hazır yemekler (örn. pizza, hamburger, sosis, patates kızartması, dondurulmuş/konserve yemekler, nuggets vb.)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	Tatlı atıştırmalıklar (örn. çikolata, jelibon, şeker, dondurma, puding, bisküvi)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	Baharatlı / tuzlu atıştırmalıklar (örn. cips, nachos vb.)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

K6	Size göre çocuğunuz...
	<input type="radio"/> çok mu zayıf? <input type="radio"/> biraz mı zayıf? <input type="radio"/> olması gereken kiloda mı? <input type="radio"/> biraz kilolu mu? <input type="radio"/> fazlasıyla kilolu mu?

K7	Lütfen bir an için geçen ayın tipik bir hafta gününü düşünün: Çocuğunuz hafta içi sıradan bir günde <u>dışarıda</u> yaklaşık ne kadar hareket etti? Lütfen çocuğunuzun gün boyunca açık havada fiziksel aktivite yaptığı tüm süreleri toplayınız (anaokuluna gidip gelme süreleri, anaokulunda açık havada yapılan egzersizler, oyunlar dahil).
	yaklaşık olarak __ saat __ __ dakika

K8	Çocuğunuz geçen ay tipik bir hafta sonu gününde ne kadar süre dışarıda oynadı? Lütfen çocuğunuzun gün boyunca açık havada fiziksel aktiviteyle geçirdiği tüm süreleri toplayınız.
	yaklaşık olarak __ saat __ __ dakika

K9	Çocuğunuz günde genellikle ne kadar süre televizyon/ video / DVD izliyor veya bilgisayar oyunu (akıllı telefon ve tablet dahil) oynuyor? Lütfen her satırda bir cevap işaretleyiniz.
	hiç günde 30 dk.dan az günde 30 dk. - 1 saat arası. günde yaklaşık 1 - 2 saat günde yaklaşık 2 - 3 saat günde 3 saatten fazla
	hafta içi <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>
	cumartesi/pazar günleri <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>

K10 - K15 soruları, çocuğunuzun hayatının farklı yaşam alanlarıyla ilgilidir. Lütfen çocuğunuza en uygun olan cevabı işaretleyin.

K10	Bedensel iyi olma hali					
	Geçen hafta boyunca...	hiçbir zaman	nadiren	bazen	sık sık	her zaman
	... çocuğum kendini hasta hissetti	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	... çocuğumun baş ağrısı veya karın ağrısı vardı	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	... çocuğum yorgun ve bitkindi	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	... çocuğum kendini güçlü ve enerji dolu hissetti	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

K11	Duygusal iyi olma hali					
	Geçen hafta boyunca...	hiçbir zaman	nadiren	bazen	sık sık	her zaman
	... çocuğum eğlendi ve çok güldü	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	... çocuğumun canı herhangi bir şey yapmak istemedi	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	... çocuğum kendini yalnız hissetti	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	... çocuğum korku duydu veya kendinden emin olamadı	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

K12 Öz değer					
Geçen hafta boyunca...	hiçbir zaman	nadiren	bazen	sık sık	her zaman
... çocuğum kendisiyle gurur duydu	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... çocuğum kendini yeterli hissetti	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... çocuğum kendinden memnundu	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... çocuğumun bir çok güzel düşüncesi vardı	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

K13 Aile					
Geçen hafta boyunca...	hiçbir zaman	nadiren	bazen	sık sık	her zaman
... çocuğum anne babası olarak bizimle iyi geçindi	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... çocuğum evde kendini iyi hissetti	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... evde kötü bir tartışma yaşadık	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... çocuğum benim kendisine hükmettiğimi düşündü	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

K14 Arkadaşlar					
Geçen hafta boyunca...	hiçbir zaman	nadiren	bazen	sık sık	her zaman
... çocuğum arkadaşları ile oynadı	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... başka çocuklar çocuğumdan hoşlandılar	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... çocuğum arkadaşlarıyla iyi geçindi	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... çocuğum kendini diğer çocuklardan farklı hissetti	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

K15 Ana okulu					
Geçen hafta boyunca...	hiçbir zaman	nadiren	bazen	sık sık	her zaman
... çocuğum, ana okulunda verilen ödevlerle- görevlerle başa çıkabildi	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... çocuğum ana okulunda eğlendi	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... çocuğum ana okuluna gitmeyi sabırsızlıkla bekledi	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... çocuğum basit görevleri veya ev ödevlerini yaparken bir çok hata yaptı	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Ebeveynler ile ilgili sorular*

Aşağıda, çocuğunuzun aile durumu ve – çocuğunuzla ilgilenen en önemli kişiler olarak - sizin hakkınızda bilgi edinmek istiyoruz.

Not: Aile yapıları çok farklı olabilir. Çocuklar her zaman öz ebeveynleriyle birlikte yaşamazlar. Ama biz her halükârda çocukla ilgilenen en önemli iki kişiye ulaşmayı istediğimizden, "ebeveyn" kavramı en geniş haliyle ele alınmaktadır. Dolayısıyla, aşağıdaki ankette "anne*" ve "baba*" terimleri sadece ilgili öz ebeveyni değil, aynı zamanda çocukla ilgilenen en önemli iki kişiyi, dolayısıyla bir tür "ebeveyn rolünü" ifade etmektedir. Bunlar, örneğin öz ebeveynin yeni partneri olabileceği gibi, akrabalar, koruyucu ebeveynler veya evlat edinen ebeveynler de olabilir. Elbette aynı cinsiyetten ebeveyn çiftlere de hitap ediyoruz. Eğer çocuğu yalnız başına yetiştiren bir ebeveynseniz, lütfen diğer ebeveyn için olan soruları dikkate almayınız.

E0 Lütfen aşağıda "anne*" ve "baba*" kavramları için hangi ilgilenen kişileri kullandığınızı belirtiniz:	
Anne*: <input type="radio"/> öz anne <input type="radio"/> babanın yeni hayat arkadaşı <input type="radio"/> koruyucu anne <input type="radio"/> ikinci baba <input type="radio"/> farklı, yani: _____	Baba*: <input type="radio"/> öz baba <input type="radio"/> annenin yeni hayat arkadaşı <input type="radio"/> koruyucu baba <input type="radio"/> ikinci anne <input type="radio"/> farklı, yani: _____
Cinsiyet: <input type="radio"/> erkek <input type="radio"/> kadın <input type="radio"/> diğer	Cinsiyet: <input type="radio"/> erkek <input type="radio"/> kadın <input type="radio"/> diğer

E1 Çocuğunuz öncelikle kimin yanında yaşıyor?			
<input type="radio"/> ebeveynler*	<input type="radio"/> çocuğu yalnız yetiştiren anne*	<input type="radio"/> çocuğu yalnız yetiştiren baba*	<input type="radio"/> dönüşümlü olarak anne* ve baba* (anne ve baba ayrıysa)
<input type="radio"/> akrabalar	<input type="radio"/> evlat edinen aile	<input type="radio"/> koruyucu aile	<input type="radio"/> yurttan
<input type="radio"/> ilgilenen diğer yakın kişiler, yani: _____			

E2 Almanya'da mı doğdunuz?	
Anne* <input type="radio"/> evet <input type="radio"/> hayır, başka bir ülke: _____	Baba* <input type="radio"/> evet <input type="radio"/> hayır, başka bir ülke: _____

Almanya'dan farklı bir ülkede doğduysanız lütfen E3 sorusunu cevaplayınız, aksi takdirde E4 ile devam ediniz.

E3 Esas olarak ne zamandan beri Almanya'da yaşıyorsunuz?			
Anne*	(yılı giriniz) __ __ __ __	Baba*	(yılı giriniz) __ __ __ __
	tarihinden beri		tarihinden beri

E4 Bitirmiş olduğunuz en yüksek okul hangisi?		
<i>Lütfen kişi başı sadece bir okul mezuniyeti işaretleyiniz.</i>		
	Anne*	Baba*
Hauptschule/Volksschule (ortaokul) mezunu	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Realschule (Mittlere Reife) (ortaokul) mezunu	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Fachoberschule, Fachhochschulreife (meslek yüksek okulu) mezunu	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Gymnasium, Hochschulreife (lise) mezunu	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Farklı bir okul mezunu	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Bitirdiğim okul yok	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Bilmiyorum	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

E5 Edinmiş olduğunuz en yüksek meslek belgesi hangisi?		
<i>Lütfen kişi başı sadece bir meslek mezuniyeti işaretleyiniz.</i>		
	Anne*	Baba*
Meslek eğitimi	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Berufsschule, Handelsschule (meslek-okul öğrenimi)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Fachschule (örn. usta yetiştiren teknik okul, meslek veya uzmanlık akademileri)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Fachhochschule, Ingenieursschule (meslek yüksek okulu, mühendislik okulu)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Üniversite, Yüksek okul	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Meslek mezuniyeti yok	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Bilmiyorum	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

E6 Hangi istihdam durumu sizin için geçerlidir?		
<i>Lütfen kişi başı sadece bir seçenek işaretleyiniz.</i>		
	Anne*	Baba*
Tam zamanlı çalışma (haftada en az 30 saat)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Yarı zamanlı çalışma (haftada 30 saatten az)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
İzinli (annelik izni, ebeveynlik süresi)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Orta öğrenim veya üniversite öğrencisi	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ev kadını/Ev erkeği	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Emekli (vaktinden önce emekli / erken emekli de dahil)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Bir yıldan az bir süredir işsiz (SGB I)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Bir yıldan fazla bir süredir işsiz (SGB II)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Sürekli maluliyet (SGB XII)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Başka, yani: _____	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Aşağıdaki soru için (E7), lütfen günlük yaşamınızda **nefes alma veya kalp atış hızınızda en azından hafif bir artışa** neden olan spor, fitness ve fiziksel aktiviteleri düşünün (örn. (Nordik) yürüyüşü, top sporları, koşu, bisiklete binme, yüzme, aerobik, kürek çekme, badminton, bir yerden bir yere gitmek için yapılan fiziksel aktivite dahil).

E7 Sıradan bir haftada günlük yaşamınızda spor, fitness veya fiziksel aktiviteye toplam ne kadar zaman harcıyorsunuz?	
Anne*:	haftada __ __ saat, __ __ dakika
Baba*:	haftada __ __ saat, __ __ dakika

E8 Sigara kullanıyor musunuz (e-sigara dahil)?	evet, her gün	evet, arada bir	hayır
	Anne* <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	Baba* <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Bir bardak alkol şuna karşılık gelir: 0,33 litre bira / 0,25 litre şarap veya köpüklü şarap / 0,02 litre (= 2 cl) sert içki

E9 Hangi sıklıkta alkol içersiniz?					
Anne*	<input type="radio"/> hiçbir	<input type="radio"/> ayda 1 defa veya daha az	<input type="radio"/> ayda 2 ila 4 defa	<input type="radio"/> haftada 2 ila 3 defa	<input type="radio"/> haftada 4 defa veya daha fazla
Baba*	<input type="radio"/> zaman	<input type="radio"/> daha az	<input type="radio"/> defa	<input type="radio"/> defa	<input type="radio"/> defa
Alkol kullanıyorsanız, günde ortalama ne kadar alkollü içki içersiniz?					
Anne*	<input type="radio"/> 1 – 2	<input type="radio"/> 3 – 4	<input type="radio"/> 5 – 6	<input type="radio"/> 7 – 9	<input type="radio"/> 10 veya daha fazla
Baba*	<input type="radio"/> 1 – 2	<input type="radio"/> 3 – 4	<input type="radio"/> 5 – 6	<input type="radio"/> 7 – 9	<input type="radio"/> 10 veya daha fazla
Hangi sıklıkta günde 6 veya daha fazla alkollü içki içersiniz?					
Anne*	<input type="radio"/> hiçbir	<input type="radio"/> ayda 1	<input type="radio"/> ayda	<input type="radio"/> haftada 1	<input type="radio"/> her gün veya
Baba*	<input type="radio"/> zaman	<input type="radio"/> defadan az	<input type="radio"/> 1 defa	<input type="radio"/> defa	<input type="radio"/> neredeyse her gün

Bu anketi kim doldurdu? anne* baba* başka birisi, yani: _____

Yardımanız için teşekkür ederiz!