AYNA Klinik Psikoloji Dergisi, 2026, 13(2), 393-419

AYNA Klinik Psikoloji Dergisi

Dergi Ana Sayfa: http://dergipark.org.tr/ayna

Araştırma Makalesi

Algılanan Öngörülebilirlik İndeksinin Türkçe Uyarlama Çalışması ve Psikolojik Belirtilerle İlişkisi

Fatma YILDIRIM[1], Tuğba ÇAPAR TAŞKESEN[2*]

[1] Süleyman Demirel Üniversitesi, İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi, Psikoloji Bölümü, Isparta, Türkiye

[2] Ankara Sosyal Bilimler Üniversitesi, Sosyal ve Beşeri Bilimler Fakültesi, Psikoloji Bölümü, Ankara, Türkiye

Makale Bilgisi

Anahtar kelimeler:

öngörülebilirlik, algılanan öngörülebilirlik indeksi, psikolojik belirtiler, sürekli kaygı, kaygı duyarlılığı

Öz

Bu araştırma, kaygı belirtilerinin içsel ve dışsal kaynaklarının öngörülebilirliğini değerlendirmek amacıyla geliştirilen Algılanan Öngörülebilirlik İndeksinin Türkçeye uyarlamasının yapılmasını amaçlamaktadır. İndeksin çevirisi yapıldıktan sonra alanyazında önerildiği gibi ilk önce açımlayıcı faktör analizi, daha sonra doğrulayıcı faktör analizini yapmak için iki farklı örneklemden veri toplanmıştır. Araştırmanın ilk örneklemi, yaşları 18-40 arasında değişen 161'i kadın (%77) ve 48'i erkek (%23) 209 kişiden oluşmaktadır. İkinci örneklem ise yaşları 18-51 arasında değişen 166'sı kadın (%86) ve 27'si erkek (%14) 193 kişiden oluşmaktadır. Elde edilen bulgular, indeksin Türkiye'de kullanım için geçerli ve güvenilir olduğu sonucuna işaret etmektedir. İndeksin Türkçe formu, orijinal formundan farklı olarak yedi maddelik tek boyuttan oluşmaktadır. Ölçekten alınan yüksek puanlar kaygıyla ilişkili olabilecek durumların içsel ve dışsal kaynaklarının daha fazla öngörülemez olarak algılandığını göstermektedir. İndeksin diğer psikolojik belirtilerle olan ilişkilerine yönelik bulgular, öngörülemezlik algısı arttıkça psikolojik belirtilerin arttığını göstermiştir. Bu çalışmada, algılanan öngörülemez olaylar içsel ve dışsal kaynaktan gelmelerine göre farklılaşmamıştır. Yani orijinal formdaki iki faktörlü yapı, yerini tek faktörlü bir yapıya bırakmıştır. İndeksin diğer psikolojik belirtilerle orta düzey pozitif yönlü ilişkisi, tanılarüstü -yani birçok psikolojik bozuklukta rastlanabilecek ortak bir risk faktörü- bir kavram olarak değerlendirilebileceğine işaret etmektedir. Gelecekte klinik örneklem üzerinde yapılacak çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır.

Keywords:

predictability, perceived predictability index, psychological symptoms, trait anxiety, anxiety sensitivity

Abstract

This study aimed to adapt the Perceived Predictability Index, developed to assess the predictability of internal and external sources of anxiety symptoms, into Turkish. After the index was translated, data were collected from two different samples in order to first conduct an exploratory factor analysis and then a confirmatory factor analysis, as recommended in the literature. The study's first sample consisted of 209 individuals, 161 female (77.0%) and 48 male (23.0%), aged between 18 and 40. The second sample consisted of 193 participants, 166 female (86%) and 27 male (14%), aged between 18 and 51. The results indicate that the index is valid and reliable for use in Turkey. Unlike the original version, the Turkish form of the index consists of a single seven-item dimension. Higher scores on the scale indicate that the internal and external sources of anxiety-related situations are perceived as more unpredictable. Findings regarding the index's relationship with other psychological symptoms indicate that psychological symptoms increase as the perception of unpredictability increases. In this study, perceived unpredictable events did not differ based on whether they originated from internal or external sources. In other words, the original two-factor structure was replaced by a single-factor structure. The moderate positive correlation between the index and other psychological symptoms suggests that the index can be considered as a transdiagnostic -that is, a common risk factor that can be observed in many psychological disorders- concept. Future studies with clinical samples are needed.

* Sorumlu Yazar, Süleyman Demirel Üniversitesi, İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi, Psikoloji Bölümü, 340 Numaralı Oda Çünür/Isparta, Türkiye
e-posta: yildirimfatma@sdu.edu.tr
DOI: 10.31682/ayna.1756120
Gönderim Tarihi (Received): 01.08.2025; Kabul Tarihi (Accepted): 27.11.2025
ISSN: 2148-4376

Giriş

Olumsuz yaşam olaylarının öngörülebilir olup olmaması, kaygıyla ilişkili bir değişken olarak değerlendirilmektedir (Zvolensky ve diğerleri, 2000a). Hatta Mineka ve Zinbarg (1996), kaygı belirtilerinin ortaya çıkmasında en belirgin iki temanın öngörülemezlik ve kontrol edilemezlik olduğunu ileri sürmüştür. Yapılan deneysel bir çalışmada, katılımcılara öngörülebilir-öngörülemez, kontrol edilebilir-kontrol edilemez şoklar verilmiş ve hem fiziksel hem de öz bildirime dayalı ölçümler alınmıştır (Havranek ve diğerleri, 2016). Çalışma sonucunda öngörülemez stresörün öngörülebilir stresöre kıyasla; kontrol edilemez stresörün ise kontrol edilebilir stresöre kıyasla daha yüksek kaygı düzeyini açığa çıkardığı bulunmuştur. Yapılan hayvan araştırmalarında bu durumla tutarlı olarak, öngörülemeyen stresörlerin öngörülebilir stresörlere göre daha fazla olumsuz duygusal sonuçlara yol açtığı gösterilmiştir (Cerqueira ve diğerleri, 2020). Çeşitli kaygı bozukluklarının yanı sıra depresyon da bu olumsuz sonuçlar arasında yer almaktadır (Nelson ve Hajcak, 2017). Öngörülemezlik ve kontrol edilemezlik kavramları zaman zaman birbiri yerine kullanılmaktadır, ancak farklı özelliklere işaret etmektedir. Olaylar veya insanlar kontrol edilemez olarak görülse de öngörülebilir olabilirler; buna karşın öngörülemez algılanan olay veya insanlar aynı zamanda kontrol edilemez olarak da algılanacaklardır (Ross ve diğerleri, 2016). Bahsi geçen bu iki temanın psikolojik sağlıkla ilişkileri de ayırt edici özellikler taşımaktadır. Nitekim Schulz (1976) tarafından bakım evi sakinleriyle yapılan bir araştırmada ziyaretlerin kontrol edilebilirliklerinden bağımsız olarak öngörülebilir olması, psikolojik iyilik hali ve artan etkinlik düzeyiyle ilişkili bulunmuştur. Öngörülemezlik, aynı zamanda belirsizlik kavramıyla da benzer özellikler taşımaktadır. Ancak öngörülemezlik, gelecekle ilişkili bir bilinmemezlikle ilişkiliyken belirsizlik için zaman kıstası söz konusu değildir. Bir başka deyişle öngörülemezlik kavramında gelecekle ilgili bir belirteç varken, belirsizlik geçmiş, şimdiki ve gelecek zamanla ilişkili olabilmektedir.

Kaygı bozuklukları, tehdide karşı duyarlılıkta artış ve prefrontal duygu düzenleme mekanizmalarındaki işlev bozukluğuyla kendini göstermekte; bu işlev bozukluğu da korkulu savunma tepkilerinde ve uzun süreli kaygıda artışa neden olmaktadır (Grillon, 2008; Shankman ve diğerleri, 2013). Kaygı bozukluklarına ilişkin modeller, öngörülemezliğin kaygılı ve korkulu tepki vermedeki önemine vurgu yapmaktadır (Barlow ve diğerleri, 1996; Bouton ve diğerleri, 2001). Kişilerin algıladıkları öngörülemezlik düzeyi arttıkça, etraflarındaki nesne veya olayların kaygı ve korkuya yol açma olasılığı da yükselmektedir (Grupe ve Nitschke, 2013; Riskind, 1997). Korku, daha çok bir tehdit karşısında ortaya çıkarken; kaygı kesin olmayan veya yaklaşan bir tehditle tetiklenmektedir (Nelson ve Hajcak, 2017). Öngörülebilir tehditler, savaş veya kaç tepkisini tetiklerken; öngörülemeyen tehditler, bireyi tehditlere karşı tetikte hale getirip tehdidin şiddetinin ve doğasının değerlendirmesini sağlamaktadır (Blanchard ve diğerleri, 1993). Tehdidin öngörülebilirliğiyle ilgili bu ayrım, beyin görüntüleme çalışmalarıyla

da desteklenmiştir. Öngörülebilir tehditler, amigdalanın merkezi çekirdeği (central nucleus of the amygdala [AMÇ]) aktivasyonuyla hızlı bir şekilde tepki verilmesine yol açarken; öngörülemeyen tehditler, stria terminalinin yatak çekirdeği (bed nucleus of the stria terminalis [STYÇ]) aktivasyonuyla organizmanın sürekli tetikte olmasını sağlamaktadır (Cai ve diğerleri, 2012; Fanselow, 1994; Hitchcock ve Davis, 1986, 1991). STYÇ bir kez etkinleşince, AMÇ'nin etkinliğini ketlemekte ve tehdide geçici bir tepki yerine sürdürülen bir tepki verilmesine yol açmaktadır (Pedersen ve diğerleri, 2019). STYÇ'nin yanı sıra, tehdidin öngörülemezliğindeki artmayla birlikte bilişsel (örn. dikkat) süreçlerle ilişkili frontal mekanizmalar (örn. potansiyel tehditlere karşı artmış tetikte olma durumu ve seçici dikkat) daha fazla devreye girmektedir (Peers ve diğerleri, 2013; Ray ve Zald, 2012). Bu noktadan hareketle, öngörülebilir tehditlerin hızlı bir korku tepkisi tetiklediği ve öngörülemez tehditlerin uzun süren kaygı tepkisiyle ilişkisi olduğu söylenebilir. Yapılan araştırmalarda, öngörülebilirliğin irkilme tepkisi üzerinde etkisi olduğu ve korku ile kaygı tepkileri arasında farklı etkileri olduğu gösterilmiştir (Barlow, 2000; Davis, 1998; Grillon ve diğerleri, 2004). Nitekim, denekler öngörülemeyen tehdit koşulunda, öngörülebilir tehdit koşulundakine kıyasla daha yüksek irkilme tepkileri göstermiştir (Ferry ve diğerleri, 2025; Nelson ve diğerleri, 2013).

Öngörülebilirlik ve kaygı arasındaki ilişki, panik bozukluk söz konusu olduğunda çarpıcı bir şekilde belirgin hale gelmektedir. Çünkü özgül fobisi veya sosyal fobisi olan kişiler, belirli uyaranlara karşı korku tepkisi üretirken; panik bozukluğu olan kişilerin çoğu atak geçirecekleri zamanla ilgili bir ipucuna sahip olmamaktadır (Craske, 1991). Bu durumda panik ataklar sırasında yoğun bir korku deneyimleyen kişiler, panik ataklar arasında da bu ataklarla ilgili kaygı uyandıran düşüncelerinden dolayı yoğun kaygı dönemleri yaşamaktadırlar (Barlow, 2002; Hamm ve diğerleri, 2014). Deneyimledikleri bu kaygı dönemleri, bahsi geçen kişileri kaygıya duyarlı hale getirebilmektedir. Kaygı duyarlılığı, kaygıyla ilişkili uyarılmaların olumsuz sonuçlara yol açacağını düşünen kişinin belirtilerini şiddetlendirdiği ve dolayısıyla kişinin stres seviyesini arttırıp onu bozukluklara yatkın hale getirdiği öne sürülen psikolojik bir risk faktörüdür (Otto ve diğerleri, 2016).

Panik bozukluğun yanı sıra travma sonrası stres bozukluğu deneyimleyen kişilerin, kontrol grubuna göre öngörülemeyen tehditlere karşı daha yüksek irkilme tepkileri gösterdikleri bulunmuştur (Grillon ve diğerleri, 2008; Grillon ve diğerleri, 2009; Shankman ve diğerleri, 2013). Sosyal fobi belirtilerinin de tetikleyicinin öngörülebilirliği aracılığıyla irkilme tepkisiyle ilişkili olduğu gösterilmiştir (Nelson ve Hajcak, 2017). Yine bu araştırmada sosyal fobisinin yanında öngörülemeyen tehdide karşı duyarlılığı yüksek olan çocuk ve ergenlerin kendilerine yönelik olumsuz değerlendirmeleri ve kendilerinden memnun olmamaları arasında ilişkiler tespit edilmiştir. Çeşitli psikopatolojilerin yanı sıra, sürekli kaygısı yüksek olan kişilerin de tehdit edici uyaran belirsiz olduğunda verdikleri tepkiler artmaktadır (Baas ve diğerleri, 2008; Glotzbach-Schoon ve diğerleri, 2013; Haddad ve

diğerleri, 2012). Bu bulgu, kaygılı bireylerin öngörülemeyen tehditlere karşı artmış duyarlılığını destekler niteliktedir (Carsten ve diğerleri, 2023; Stegmann ve diğerleri, 2019). Ayrıca kaygı tetikleyici olayları olduğundan daha öngörülemez olarak algılayan kişiler, daha öngörülebilir algılayan kişilere göre daha fazla kaygı ve korku yaşamaktadır (Armfield ve Mattiske, 1996). Yani kişilerin uyaranlara dair öngörülemezlik değerlendirmeleri arttıkça, duydukları korku da artmaktadır (Rachman ve Cuk, 1992). Bu bulgularla bağlantılı olarak bazı araştırmacılar, algılanan öngörülebilirliğin kaygı ve korku tepkilerinin ortaya çıkarılmasını, sürdürülmesini ve şiddetini etkileyecek bir değişken olabileceğini öne sürmüştür (Krantz ve diğerleri, 1980; Lang ve diğerleri, 2022; Miller, 1987). Örneğin, panik atakları öngörülemeyen bir şekilde deneyimleyen kişiler içsel olaylara karşı korku koşullanması geliştirme, hatta belki de panik bozukluk geliştirme açısından en riskli grup olarak tanımlanmıştır (Craske ve diğerleri, 1993; Forsyth ve Eifert, 1996, 1998).

Bütün bu bulgular bir arada değerlendirildiğinde, öngörülebilirliğe karşı hassasiyetin birçok psikopatolojiyle ilişkili olan farklı bir boyut olduğu ve bu ilişkinin çocuk ve ergen gruplarında da gözlendiği görülmektedir (Barlow, 2000; Davis, 1998; Grillon ve diğerleri, 2004; Grupe ve Nitschke, 2013; Lake ve LaBar, 2011, Nelson ve Hajcak, 2017). Öngörülebilirliğin kaygıyla olan ilişkileri, çoğunlukla hayvan araştırmaları sonucunda ortaya konmuştur (örn. Foa ve diğerleri, 1991). Ancak, son zamanlarda hem klinik (Ramakers ve diğerleri, 2025) hem de klinik olmayan insan örneklemiyle (Carsten ve diğerleri, 2022; Ferry ve diğerleri, 2025) yapılan çalışmalar da hız kazanmıştır (Stegmann ve diğerleri, 2019). Tehditlerin öngörülebilirliği ve ilişkili olduğu olumsuz sonuçlarla ilgili yapılan çalışmalar görece yenidir. Bu çalışmalarda kullanılabilecek bir ölçüm aracı olan Algılanan Öngörülebilirlik İndeksini geliştirmeleriyle Zvolensky ve diğerleri (2000a), alana önemli bir katkıda bulunmuştur. Bu araştırmada ise bahsi geçen ölçüm aracının Türkçeye kazandırılması hedeflenmektedir.

Bu araştırma, Zvolensky diğerleri (2000a) tarafından geliştirilen Algılanan Öngörülebilirlik İndeksinin (Perceived Predictability Index [AÖİ]) Türkçeye uyarlamasının yapılmasını ve AÖİ'nin geçerlik ve güvenirlik çalışmalarının yürütülmesini amaçlamaktadır. Böylelikle kaygıyla ilişkili içsel ve dışsal olayların öngörülebilirliğini değerlendirmek üzere geliştirilen bu ölçüm aracı, Türkiye'de yapılan çalışmalarda da kullanılabilecektir. Bunun yanında, kaygıyla ilişkili bahsi geçen olayların çeşitli psikolojik belirtilerle olan ilişkileri Türkiye örnekleminde ilk kez incelenmiştir. Araştırmanın, kaygı alanında ülkemizde yapılan çalışmalar ve oluşan bilgi birikimine katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Araştırmanın amacı göz önünde bulundurularak oluşturulan hipotezler şunlardır:

(1) AÖİ'nin Türkiye'de elde edilen faktör yapısının, orijinal formdaki faktör yapısıyla uyumlu olması beklenmektedir.

(2) AÖİ alt boyutları ve tüm indeks için güvenirlik katsayılarının kabul edilebilir düzeyde olması beklenmektedir.

(3) AÖİ ve Sürekli Kaygı Ölçeği puanları arasında pozitif yönde, istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler olması beklenmektedir.

(4) AÖİ ve Kaygı Duyarlılığı İndeksi puanları arasında pozitif yönde, istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler olması beklenmektedir.

(5) AÖİ ve Kısa Semptom Envanteri puanları arasında pozitif yönde, istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler olması beklenmektedir.

Yöntem

Katılımcılar

Bu araştırmada iki farklı örneklem kullanılmıştır. Birinci örneklemden elde edilen veri seti Açımlayıcı Faktör Analizinde, ikinci örneklemden elde edilen veri seti ise Doğrulayıcı Faktör Analizi ile diğer analizlerin gerçekleştirilmesinde kullanılmıştır.

Birinci Örneklem

Birinci araştırmanın örneklemi yaşları 18-40 arasında değişen (*Ort.* = 20.86, *SS* = 2.73) ve Süleyman Demirel ve Ankara Sosyal Bilimler Üniversitesinde öğrenim gören 209 (161 kadın; 48 erkek) üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Katılımcılara kolay ulaşılabilir örneklem yoluyla ulaşılmış, araştırma bağlantısı Süleyman Demirel Üniversitesi ve Ankara Sosyal Bilimler Üniversitesi öğrencilerine iletilmiştir. 240 katılımcıdan veri toplanmış ve ölçeklerin tamamına yanıt veren 209 katılımcının verileri kullanılmıştır. Katılımcıların demografik bilgileri Tablo 1'de sunulmuştur.

Tablo 1.

Birinci Çalışma-Katılımcıların Demografik Özellikleri

Değişken	*N*	%
Üniversite		
Süleyman Demirel	159	76,1
Ankara Sosyal Bilimler	50	23.9
Bölüm		
Psikoloji	138	66.0
Diş hekimliği	48	23.0
Felsefe	23	11.0
Sınıf		
1. sınıf	118	56.5
2. sınıf	38	18.2
3. sınıf	51	24.4
4. sınıf	1	0.5
5. sınıf	1	0.5
Romantik İlişki		
Var	62	29.7
Yok	147	70.3

Tablo 1. (devam)

Birinci Çalışma-Katılımcıların Demografik Özellikleri

Psikiyatrik Tanı		
Var	30	14.4
Yok	179	85.6
Psikiyatrik Tedavi		
Var	14	6.7
Yok	195	93.3
Anne Eğitim		
Okuryazar değil	9	4.3
Okuryazar	4	1.9
İlkokul	61	29.2
Ortaokul	27	12.9
Lise	67	32.1
Üniversite	38	18.2
Lisansüstü	3	1.4
Baba Eğitim		
Okuryazar değil	2	1.0
Okuryazar	2	1.0
İlkokul	28	13.4
Ortaokul	44	21.1
Lise	64	30.6
Üniversite	66	31.6
Lisansüstü	3	1.4

Not. N: Katılımcı sayısı

İkinci Örneklem

İkinci araştırmanın örneklemi, yaşları 18-51 arasında değişen (*Ort.* = 21.84, *SS* = 3.51) ve Süleyman Demirel ve Ankara Sosyal Bilimler Üniversitesinde öğrenim gören 193 (166 kadın; 27 erkek) üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Katılımcılara kolay ulaşılabilir örneklem yoluyla ulaşılmış, araştırma bağlantısı Süleyman Demirel Üniversitesi ve Ankara Sosyal Bilimler Üniversitesi öğrencilerine iletilmiştir. Örneklem büyüklüğü, Türkçeye uyarlanacak olan AÖİ'nin madde sayısı (8) göz önüne alınarak belirlenmiştir. Yapılacak olan doğrulayıcı faktör analizinde, indeksin her bir maddesi bir parametre olarak değerlendirilmiş ve dolayısıyla tavsiye edildiği şekilde 8 (parametre sayısı) x 20 (katılımcı sayısı) = 160 katılımcıya ulaşılması hedeflenmiştir (Jackson, 2003). Ancak, olası katılımcı kayıpları düşünülerek toplamda 203 katılımcıdan veri toplanmıştır. Ölçeklerin tamamına yanıt veren 193 katılımcının verileri kullanılmıştır. Katılımcıların demografik bilgileri Tablo 2'de sunulmuştur.

Tablo 2.

İkinci Çalışma-Katılımcıların Demografik Özellikleri

Değişken	*N*	%
Üniversite		
Süleyman Demirel	116	60,1
Ankara Sosyal Bilimler	77	39.9
Bölüm		
Psikoloji	193	100.0
Sınıf		
2. sınıf	48	24.9
3. sınıf	133	68.9
4. sınıf	12	6.2

Tablo 2. (devam)

İkinci Çalışma-Katılımcıların Demografik Özellikleri

Romantik İlişki		
Var	80	41.5
Yok	113	58.5
Psikiyatrik Tanı		
Var	25	13.0
Yok	168	87.0
Psikiyatrik Tedavi		
Var	9	4.7
Yok	184	95.3
Anne Eğitim		
Okuryazar değil	3	1.6
Okuryazar	2	1.0
İlkokul	49	25.4
Ortaokul	29	15.0
Lise	70	36.3
Üniversite	38	19.7
Lisansüstü	2	1.0
Baba Eğitim		
İlkokul	29	15.0
Ortaokul	31	16.1
Lise	66	34.2
Üniversite	61	31.6
Lisansüstü	6	3.1

Veri Toplama Araçları

Bu araştırma kapsamındaki veri toplama süreci Demografik Bilgi Formu, Algılanan Öngörülebilirlik İndeksi, Sürekli Kaygı Ölçeği, Kaygı Duyarlılığı İndeksi ve Kısa Semptom Envanteri kullanılarak gerçekleştirilmiştir.

Demografik Bilgi Formu (DBF). Araştırmacılar tarafından hazırlanan demografik bilgi formu yaş, cinsiyet, romantik ilişki, psikolojik tanı ve tedavi gibi kişisel soruların yanında anne ve babanın eğitim düzeyi gibi aileye dair sorular da içermektedir.

Algılanan Öngörülebilirlik İndeksi (AÖİ). AÖİ, kaygıyla ilişkili olayların, içsel ve dışsal kaynaklarının öngörülebilirliğini değerlendirmek amacıyla Zvolensky ve diğerleri (2000a) tarafından geliştirilmiştir. İndeks, iki alt boyuttan oluşmakta olup dört maddesi içsel kaygı ilişkili olaylarda algılanan öngörülebilirliği; diğer dört madde ise dışsal kaygı ilişkili olaylarda algılanan öngörülebilirliği ölçmektedir. İçsel alt boyut madde 2, 5, 7 ve 8'den oluşmaktayken (örnek madde: 2 = Gergin veya endişeli olma hislerim beklenmedik şekilde ortaya çıkıyor gibi); dışsal alt boyut madde 1, 3, 4 ve 6'dan oluşmaktadır (örnek madde: 6 = Başkalarıyla çatışmak, sonrasında ne olacağını bilmediğim için korkutucudur). 5'li Likert

tipindedir (0 = Hiçbir zaman, 1 = Nadiren, 2 = Bazen, 3 = Sık sık, 4 = Her zaman). İçsel ve dışsal alt boyutların Cronbach Alfa değerleri sırasıyla .72 ve .76 olarak hesaplanmıştır (Zvolensky ve diğerleri, 2000a). Ölçekten alınan yüksek puanlar kaygı ilişkili olayların öngörülemez olarak algılanma düzeyindeki artışı göstermektedir. İndeksin Türkçe formuyla ilgili bilgiler, bulgular bölümünde yer almaktadır.

Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri-Sürekli Kaygı Alt Boyutu (Sürekli Kaygı Ölçeği-SKÖ). Spielberger ve diğerleri (1983) tarafından geliştirilen ölçüm aracı, 20 durumluk kaygı ve 20 sürekli kaygı alt ölçeğinde olmak üzere toplam 40 maddeden oluşmaktadır. 4'lü Likert tipindedir (1 = Hiç, 4 = Tamamıyla). Ölçeğin Türkçeye uyarlama çalışması Öner ve Le Compte (1983) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin iç tutarlık katsayıları .86 ile .95 olarak hesaplanmıştır. Bu çalışma kapsamında ölçeğin "sürekli kaygı" alt boyutu kullanılmıştır. SKÖ-sürekli kaygı alt boyutu için bu araştırmada elde edilen Cronbach Alfa değeri .91'dir.

Kaygı Duyarlılığı İndeksi (KDİ). Kaygı duyarlılığını ölçek amacıyla Reiss ve diğerleri (1986) tarafından geliştirilen ölçüm aracı 16 maddeden oluşmaktadır. 5'li Likert tipindedir (0 = Çok az, 4 = Çok fazla). Ölçeğin Türkçeye uyarlama çalışması Ayvaşık (2000) tarafından yapılmış ve güçlü psikometrik özellikler gösterdiği belirtilmiştir. Ölçeğin Türkçe uyarlamasında tek faktörlü yapı desteklenmiştir ve iç tutarlık katsayısı .82 olarak hesaplanmıştır. KDİ için bu araştırmada elde edilen Cronbach Alfa değeri .88'dir.

Kısa Semptom Envanteri (KSE). Derogatis (1992) tarafından geliştirilen envanterin 9 alt boyutu bulunmaktadır: Somatizasyon, Obsesif-Kompulsif, Kişilerarası Alınganlık, Depresyon, Anksiyete, Hostilite, Fobik-Anksiyete, Paranoid Düşünceler ve Psikotizm. Envanter, 53 maddeden meydana gelmekte ve her madde 0-4 (0 = Hiç, 4 = Çok fazla) arasında puanlanmaktadır. Orijinal formun Cronbach Alfa değerleri .71-.85 arasındadır. Türkçeye uyarlama çalışması Şahin ve Durak (1994) yapılmıştır. Orijinal formdan farklı olarak Türkçe formda 5 faktörlü bir yapı ortaya çıkmıştır: Anksiyete, Depresyon, Olumsuz Benlik, Somatizasyon ve Hostilite. Envanterden alınan puanlar yükseldikçe psikolojik belirti düzeyi de yükselmektedir. Türkçe formda elde edilen Cronbach Alfa değerleri .63-.96 arasında değişmektedir (Şahin ve Durak, 1994). KSE için bu araştırmada elde edilen Cronbach Alfa değerleri alt ölçekler için sırasıyla .88, .89, .87, .82 ve .80 ve tüm ölçek için .96'dır.

İşlem

Araştırmanın etik izni Ankara Sosyal Bilimler Üniversitesi Etik Kurulundan alınmıştır (29.01.2021 tarih ve 2053 sayılı karar). Ardından AÖİ, araştırmacılar tarafından Türkçeye çevrilmiş ve çeviri form değerlendirilmek üzere orijinal formla birlikte alanında uzman beş yargıcıya gönderilmiştir. Yargıcıların verdiği geri bildirimler sonrası Türkçe forma son hali verilmiş ve İngilizceye geri çevirisi yapılmak üzere yine alanında uzman beş yargıcıya

gönderilmiştir. Yargıcılardan gelen geri çeviri formlardan oluşturulan İngilizce form, indeksin geliştiricisi Michael J. Zvolensky'e gönderilmiş ve araştırmacının onayı alınmıştır. Daha sonra geçerlik ve güvenirlik çalışmaları için veri toplama sürecine geçilmiştir. Araştırmada kullanılan ölçekler www.surveymonkey.com adlı çevrimiçi veri toplama sitesine yüklenmiştir. Oluşturulan bağlantıda katılımcıların karşılarına ilk olarak Bilgilendirilmiş Onam Formu çıkmış ve onamı alınan katılımcılar ölçeklerin bulunduğu sayfaya yönlendirilmiştir.

Ölçek uyarlama çalışmalarında ilk olarak Açımlayıcı Faktör Analizinin (AFA), daha sonra Doğrulayıcı Faktör Analizinin (DFA) yapılması önerilmekte ve her iki analiz için farklı veri setlerinin kullanılması teşvik edilmektedir (Orçan, 2018). Bu nedenle mevcut çalışmada yapı geçerliğini test etmek için öncelikle AFA, daha sonra DFA yapılmıştır. Zvolensky ve diğerleri (2000a), orijinal çalışmada yakınsak geçerliği (convergent validity) test etmek amacıyla SKÖ, KDİ, Hastalık Tutumları Ölçeği (Illness Attitudes Scale) ve Boğulma Korkusu Ölçeği (Suffocation Fear Survey) kullanmıştır. Alanyazındaki bulgular öngörülemeyen tehdidin, daha yüksek irkilme tepkileri (Ferry ve diğerleri, 2025) ve daha yüksek kaygı düzeyine yol açtığını göstermektedir (Havranek ve diğerleri, 2016). Yukarıdaki bulgular ışığında öngörülebilirlik kavramının kaygı ve stresle yakından ilişkili olduğu düşünülmekte ve dolayısıyla kaygı ve korku ile ilişkili ölçüm araçlarıyla anlamlı ve pozitif yönde ilişkili olacağı tahmin edilmektedir. Bu nedenle mevcut çalışmada SKÖ, KDİ ve KSE kullanılmıştır. Orijinal makalede yer alan diğer iki ölçeğin Türkçe formuna rastlanmadığı için bu ölçüm araçları kullanılamamıştır. Orijinal çalışmada ıraksak geçerliği (divergent validity) test etmek için ise AÖİ'nin iki alt boyutu kullanmıştır (Zvolensky ve diğerleri, 2000a).

İstatistiksel Analizler

Normallik varsayımının grafiksel veya istatistiksel yöntemlerle yapılabileceği belirtilmiştir (Tabachnick ve Fidell, 2007). Mevcut çalışmada her iki yöntem de uygulanmıştır. Ölçeklerin çarpıklık ve basıklık değerlerinin +1,5 ile -1,5 arasında olması; histogram grafiklerinin normal dağılım eğrisi boyunca uzanması; Q-Q plottaki noktaların köşegen üzerinde dağılması, değerlerin normal dağıldığına işaret etmektedir (Tabachnick ve Fidell, 2007). Mevcut çalışmada çarpıklık ve basıklık değerleri ± 1 değer aralığındadır. Histogram grafiği, çan eğrisi şeklindedir ve Q-Q plottaki noktalar köşegen çizgi üzerindedir. Sonuç olarak bu çalışmanın verileri normal dağılım göstermektedir.

Algılanan Öngörülebilirlik İndeksinin Türkiye örneklemindeki faktör yapısını belirlemek amacıyla açımlayıcı faktör analizi yapılmıştır. AFA sonucunda ortaya çıkan yapıyı test etmek amacıyla doğrulayıcı faktör analizi yürütülmüştür. Doğrulayıcı faktör analizi IBM SPSS Amos (Versiyon 23 [IBM Corp., 2015]) kullanılarak yürütülmüştür. Diğer analizler için IBM SPSS İstatistik (Versiyon 22 [IBM Corp., 2013]) kullanılmıştır. Algılanan Öngörülebilirlik İndeksinin yakınsak geçerliğini değerlendirmek için SKÖ, KDİ ve KSE'den elde edilen puanlar

kullanılmış ve bunların AÖİ ile korelasyonları hesaplanmıştır. Artımsal geçerlik için ise hiyerarşik regresyon analizi yapılmıştır. İndeksin güvenirliğini test etmek için Cronbach Alfa katsayısı, McDonald's ω, Spearman-Brown katsayısı, iki yarı test korelasyonu, test-tekrar test katsayısı ve sınıf içi korelasyon katsayısı (ICC) hesaplanmıştır.

Bulgular

Algılanan Öngörülebilirlik İndeksinin faktör analizine uygunluğunu test etmek amacıyla SPSS programında Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) ve Bartlett testleri yürütülmüştür. KMO değeri .77 ve Bartlett test sonuçları anlamlı bulunmuştur (N = 209, χ^2 = 259.858, p < .001). KMO'nun .60 değerinden yüksek olması ve Bartlett testinin anlamlı olması faktör analizin uygulanmasına olanak sağlamaktadır (Tabachnick ve Fidell, 2007).

Madde düzeyine ilişkin bilgiler Tablo 3'te sunulmuştur. Ölçeğin Türkiye örneklemindeki özgün yapısını ortaya koyabilmek için ilk olarak açımlayıcı faktör analizi yürütülmüştür. Bu analizler sonucunda özdeğeri 1'den büyük olan iki faktör olduğu görülmektedir. Yedi madde bir araya gelerek bir faktörü, yalnızca üçüncü madde ise ikinci faktörü oluşturmuştur (Tablo 4). İlk faktör, varyansın %34'ünü, ikinci faktör ise %14'ünü açıklamakta ve toplamda %48 varyans açıklanmaktadır. Tüm ölçek için hesaplanan Cronbach Alfa değeri .65; McDonald's ω ise .68'dir.

Tablo 3.
Madde Düzeyi İstatistikler

Madde	Ort	SS	Çarpıklık	Basıklık	Madde-Toplam Korelasyon	Çoklu Korelasyonların Karesi	Madde Silinince Cronbach Alfa
M1	1.54	.89	.42	-.03	.37	.24	.62
M2	2.05	.97	.06	-.70	.50	.36	.59
M3	2.28	1.02	-.27	-.55	-.13	.06	.73
M4	1.54	.97	.61	.17	.30	.15	.64
M5	1.71	1.11	.26	-.65	.39	.22	.61
M6	1.94	1.21	.08	-.88	.42	.20	.60
M7	1.76	1.11	.25	-.60	.47	.27	.59
M8	1.34	1.04	.36	-.70	.52	.31	.58

Not. Ort: Ortalama, SS: Standart Sapma

Tablo 4.

Algılanan Öngörülemezlik İndeksine İlişkin Açımlayıcı Faktör Analizi Sonuçları

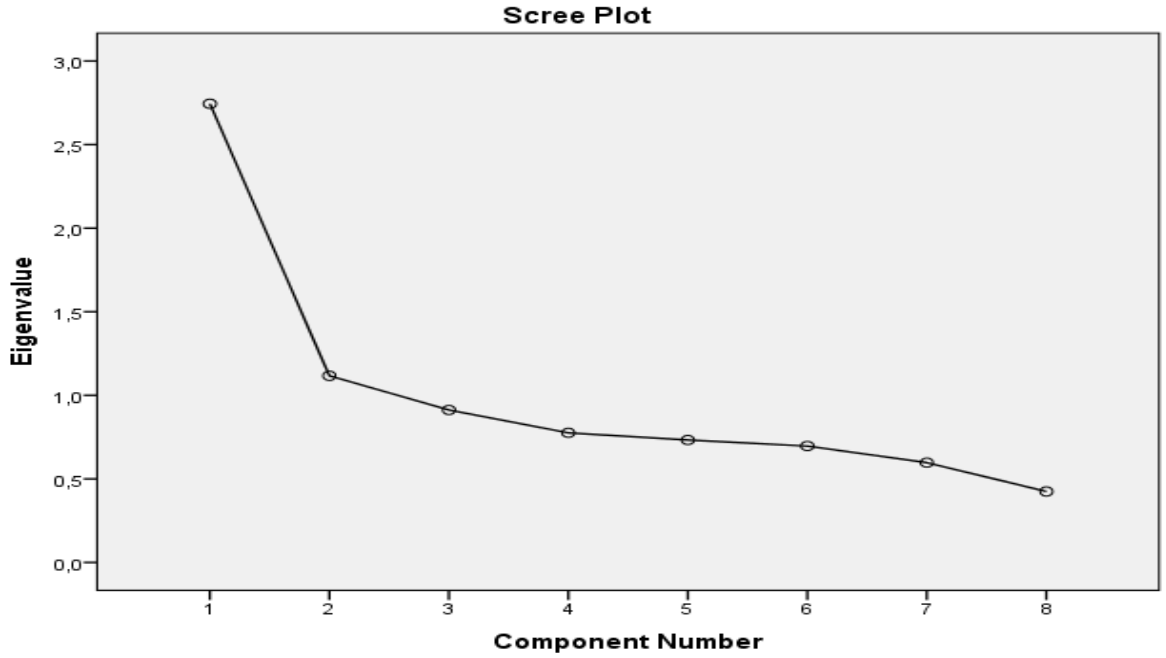
Madde	Faktör Yükü	
	1	2
2. Gergin veya endişeli olma hislerim beklenmedik şekilde ortaya çıkıyor gibi.	**.72**	
8. Hoş olmayan bedensel hislerim aniden ve beklenmedik şekilde başlar.	**.70**	
7. Zihnimin ne zaman hızlanacağını veya ne zaman yavaşlayacağını söyleyemem.	**.64**	
1. Biriyle ne zaman çatışma yaşayacağımı asla bilemem.	**.61**	
5. Kalbim, öngörülemez süreler boyunca hızla atar.	**.59**	
6. Başkalarıyla çatışmak, sonrasında ne olacağını bilmediğim için korkutucudur.	**.58**	
4. Stresli olayların ne zaman ortaya çıkacağını öngöremem.	**.50**	
3. Başkalarıyla aramda ne zaman korkutucu bir etkileşimin ortaya çıkacağını bilirim.		**.78**

Not. 3. Maddenin ölçekten çıkarılmasına karar verilmiştir.

Yukarıda yer alan tablodan farklı olarak Şekil 1'de sunulan çizgi grafiğinde (scree plot) tek faktörlü bir yapının desteklendiği dikkat çekmektedir (Büyüköztürk, 2006; Field, 2009). Madde düzeyi istatistiksel veriler, faktör analizi ve çizgi grafiği incelendiğinde üçüncü maddenin ölçekten çıkarılmasına karar verilmiştir. Üçüncü maddenin ölçekten çıkarılmasıyla Cronbach Alfa değeri .73; McDonald's ω ise .74'e yükselmiştir. Tek faktörlü yapı, varyansın %39'unu açıklamaktadır. Tek faktörden oluşan ölçeklerde, açıklanan varyansın .30 ve üzeri olması alanyazında kabul edilebilir bir değer olarak görülmektedir (Büyüköztürk, 2006).

Açımlayıcı faktör analizinden elde edilen tek faktörlü yapının uyumluluğunu incelemek amacıyla, AMOS 23 programında doğrulayıcı faktör analizi yürütülmüştür. Uyumluluk endekslerinden; Yaklaşık Hataların Ortalama Karekökü (Root Mean Square Error of Approximation [RMSEA]), Standartlaştırılmış Hata Kareleri Ortalamasının Karekökü (Standardized Root Mean Square Residual [SRMR]), Karşılaştırmalı Uyum İndeksi (Comparative Fit Index [CFI]), Tucker-Lewis İndeksi [TLI] ve ki-karenin serbestlik derecesine oranı (χ^2/sd) kullanılmıştır. Alanyazındaki değerler incelendiğinde 0 ≤ RMSEA ≤ .05 iyi uyum, .05 < RMSEA ≤ .08 kabul edilebilir uyum; 0 ≤ SRMR ≤ .05 iyi uyum, 05 < SRMR ≤ .10 kabul edilebilir uyum (Schermelleh-Engel ve diğerleri, 2003); TLI > .95, CFI > .95 iyi uyum, TLI > .90, CFI > .90 kabul edilebilir uyum (Gürbüz, 2021); 0 ≤ χ^2/sd ≤ 2 iyi uyum, 2 < χ^2/sd ≤ 3 kabul

edilebilir uyuma (Schermelleh-Engel ve diğerleri, 2003) işaret etmektedir. Bu çalışmada DFA bulgularından elde edilen sonuçlar, bazı değerlerin kabul edilebilir aralıkta olmadığına işaret etmektedir (χ^2/sd = 2.84, RMSEA = .098, SRMR = .059, CFI = .907, TLI = .861). Serbestlik derecesi küçüldükçe, yapay bir şekilde RMSEA değerlerinin yükseldiği bulunmuştur (Kenny ve diğerleri, 2015). Bu nedenle modifikasyon indeksleri incelenmiştir. Birinci madde ile beşinci maddenin hata terimleri arasına kovaryans eklenmesi önerilmiş ve bu öneri kuramsal olarak anlamlı bulunmuştur. Çünkü her iki maddede de öngörülemez bir durumla ilişkili ifade vardır. Modifikasyon sonrasında modelin uyum değerleri kabul edilebilir düzeye gelmiştir (χ^2/sd = 2.21, RMSEA = .080, SRMR = .050, CFI = .943, TLI = .908). Şekil 2'de ölçeğin tek faktörlü yapısının sayısal verileri bulunmaktadır. AFA ve DFA sonuçlarına göre Hipotez 1 (AÖİ'nin Türkiye'de elde edilen faktör yapısının, orijinal formdaki faktör yapısıyla uyumlu olması beklenmektedir.) doğrulanmamıştır.

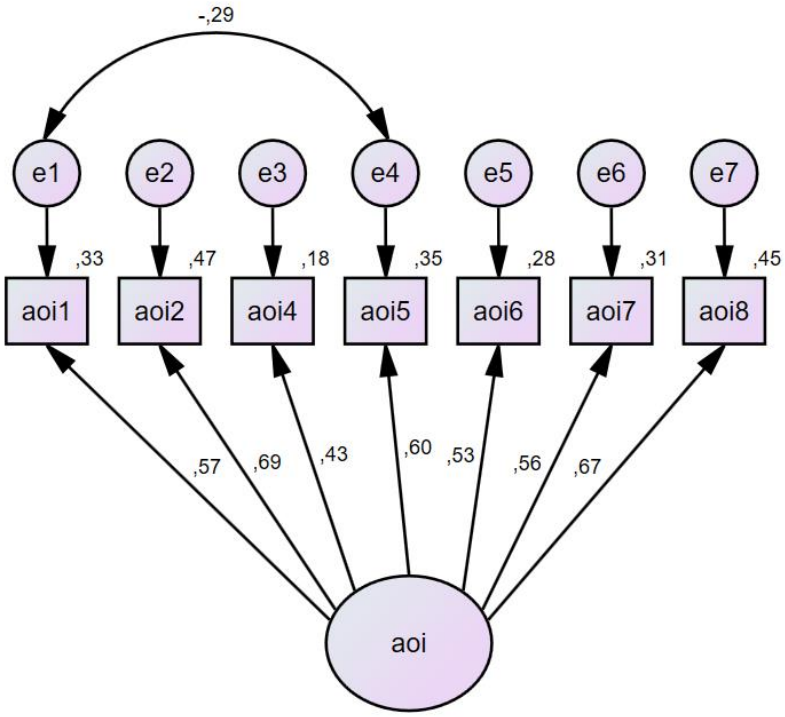


Şekil 1.

Algılanan Öngörülebilirlik İndeksinin Türkçe Formu İçin Yapılan Açımlayıcı Faktör Analizinin Çizgi Grafiği

Algılanan Öngörülebilirlik İndeksinin güvenirliğini belirlemek için Cronbach Alfa katsayısı, Spearman-Brown katsayısı ve iki yarı korelasyonu hesaplanmıştır. Bulgular sırasıyla .73, .72, ve .55'tir. Ayrıca test-tekrar test güvenirliği ve sınıf içi korelasyon katsayısı (ICC) incelenmiştir. İki hafta sonra katılımcılara indeks yeniden gönderilmiştir. Katılımcılardan 98'i geri dönüş yapmıştır (78 Kadın: %79,6, 20 Erkek: %20.4). Katılımcıların yaşları 18–40 arasında değişmektedir (*Ort.* = 20.17, *SS* = 2.55). Elde edilen test-tekrar test güvenirlik katsayısı .61; sınıf içi korelasyon katsayısı ise .76'dır. Bu bulgular ışığında Hipotez 2 (AÖİ alt

boyutları ve tüm indeks için güvenirlik katsayılarının kabul edilebilir düzeyde olması beklenmektedir.) doğrulanmıştır.



Şekil 2.

Algılanan Öngörülebilirlik İndeksinin (aoi) Tek Faktörlü Yapısı

Algılanan Öngörülebilirlik İndeksinin yakınsak geçerliğini değerlendirmek için SKÖ, KDİ ve KSE ile olan ilişkileri incelenmiştir. Beklendiği şekilde kaygı ilişkili olayların algılanan öngörülebilirlik düzeyi ile sürekli kaygı ve kaygı duyarlılığı arasında pozitif yönde orta düzeyde istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler saptanmıştır. AÖİ'nin çeşitli psikolojik belirtilerle arasındaki korelasyon değerleri incelenmiş ve pozitif yönde orta düzeyde istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler saptanmıştır. Dolayısıyla Hipotez 3, 4 ve 5 (AÖİ ve Sürekli Kaygı Ölçeği puanları arasında pozitif yönde, istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler olması beklenmektedir. AÖİ ve Kaygı Duyarlılığı İndeksi puanları arasında pozitif yönde, istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler olması beklenmektedir. AÖİ ve Kısa Semptom Envanteri puanları arasında pozitif yönde, istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler olması beklenmektedir.) doğrulanmıştır. Korelasyon bulguları Tablo 5'te sunulmuştur.

Tablo 5.

Algılanan Öngörülebilirlik İndeksi, Sürekli Kaygı Ölçeği, Kaygı Duyarlılığı İndeksi ve Kısa Semptom Envanteri Arasındaki Korelasyon Katsayıları

	1-AÖİ	2-SKÖ	3-KDİ	4-Kaygı	5-Depr	6-Benlik	7-Soma	8-Hostil	9-KSEt
1	-								
2	.73**	-							
3	.52**	.59**	-						
4	.63**	.74**	.65**	-					
5	.59**	.75**	.56**	.86**	-				
6	.54**	.67**	.60**	.86**	.85**	-			
7	.56**	.59**	.49**	.79**	.75**	.70**	-		
8	.56**	.60**	.52**	.78**	.75**	.74**	.69**	-	
9	.63**	.75**	.63**	.95**	.94**	.93**	.85**	.85**	-

Not. AÖİ=Algılanan Öngörülebilirlik İndeksi, SKE=Sürekli Kaygı Ölçeği, KDİ=Kaygı Duyarlılığı İndeksi, Kaygı=KSE-Kaygı, Depr=KSE-Depresyon, Benlik=KSE-Olumsuz Benlik, Soma=KSE-Somatizasyon, Hostil=KSE-Hostilite, KSEt=KSE-Toplam, ** p <.01

Yakınsak geçerliği değerlendirmek için ek olarak Açıklanan Ortalama Varyans (Average Variance Extracted-AVE) hesaplanmış ve .35 bulunmuştur. Orijinal çalışmada, ıraksak geçerliği (divergent validity) test etmek için ise AÖİ'nin iki alt boyutu kullanılmıştır (Zvolensky ve diğerleri, 2000a). Ancak Türkçe uyarlama çalışmasında AÖİ, tek faktörden oluşmuştur ve bu nedenle ıraksak geçerlik incelenememiştir. Artımsal geçerliği test etmek amacıyla hiyerarşik regresyon analizi yapılmıştır. AÖİ'nin kendisi ile teorik olarak yakın ilişkili olabileceği SKÖ ile KDİ'den bağımsız ve ayrı bir yapısının olup olmadığı test edilmiştir. Bu amaçla SKÖ ile KDİ ilk basamakta analize dahil edilmiş, AÖİ ise ikinci basamağa eklenmiştir. KSE'nin toplam puanı, bağımlı değişken olarak analize eklenmiştir. Analiz sonucunda, SKÖ ile KDİ'nin dahil olduğu ilk basamağa ait modelin anlamlı olduğu bulunmuştur (R^2 = .61, F (2, 190) = 150.51, p < .001). AÖİ'nin kendine özgü yapısını kontrol etmek için ikinci model incelenmiş ve modelin açıklanan varyansında küçük ancak anlamlı bir artış olduğu bulunmuştur (R^2 = .62, F (1, 189) = 4.40, p = .037). Özetle, AÖİ'nin artımsal geçerliğe sahip olduğu saptanmıştır.

Tartışma

Mevcut çalışmada, kaygı ile ilişkili olayların algılanan öngörülebilirliğini incelemek amacıyla geliştirilmiş Algılanan Öngörülebilirlik İndeksinin (AÖİ) Türkçeye uyarlama çalışması yapılmıştır. Bulgulara göre indeks, Türkiye örnekleminde tek boyuttan oluşmaktadır.

İç tutarlık değerleri uygun sonuçlar vermiştir. İki hafta aralıkla yapılan yeniden ölçüm sonucunda ölçeğin kararlı (stabil) örüntüsü olduğu görülmüştür. Kaygıyla ilişkili alanyazındaki diğer ölçüm araçlarıyla orta düzey pozitif bir korelasyon sergileyerek geçerli bir yapıda olduğu kanıtlanmıştır. Özetle indeksin Türkiye'de kullanım için geçerli ve güvenilir olduğu sonucuna varılmıştır.

Zvolensky ve diğerleri (2000a) ölçeğin tek faktörlü bir yapı göstereceğini öngörmüşler, ancak çalışmalarında iki faktörlü bir yapı elde etmişlerdir. Fakat bu çalışmada araştırmacıların öngördükleri gibi tek faktörlü bir yapı ortaya çıkmıştır. Daha açık bir ifadeyle Türkiye örnekleminde kaygılı olayların türü içsel (örn. madde 8 = hoş olmayan bedensel hislerim aniden ve beklenmedik şekilde başlar) ve dışsal (örn. madde 1 = biriyle ne zaman çatışma yaşayacağımı asla bilemem) olarak farklılık göstermemiştir. Bunun nedeninin toplulukçu kültür yapısı olabileceği düşünülmüştür. Türkiye gibi toplulukçu kültürel özelliklerin baskın olduğu ülkelerde diğerleriyle kurulan ilişkilerin yeri çok önemlidir. Kore gibi toplulukçu özellikleri baskın olan örneklemde, bireyci özellikleri fazla olan Avrupalı örnekleme kıyasla benliğin diğer insanlardan daha az farklılaştığı bulunmuştur (Chung ve Gale, 2006). AÖİ'nin dışsal olayların öngörülebilirliğine ilişkin maddeleri incelendiğinde, yoğunlukla diğer insanlarla yaşanan ilişki çatışmalarına vurgu yapıldığı dikkat çekmektedir. Dolayısıyla, benliğin başkalarından daha az farklılaştığı ve ilişkisel bağların daha ön planda olduğu toplulukçu kültürlerde yaşayan bireylerin, dışsal olaylardan da içsel olaylara benzer şekilde etkilenebileceği ve bu iki tür etkiyi birbirinden ayırt etmekte güçlük yaşayabilecekleri düşünülmüştür. Böylelikle Türkçe formda kaygı yaratacak olayların türünün içsel ve dışsal olarak ayrılmamış olabileceği değerlendirilmiştir.

Orijinal ölçek, toplamda sekiz maddeden oluşmaktadır. Ancak bu çalışmada üçüncü madde ölçekten çıkarılmıştır. "Başkalarıyla aramda ne zaman korkutucu bir etkileşimin ortaya çıkacağını bilirim." ifadesi üçüncü maddeyi temsil etmektedir. Bu madde, indeksteki tek ters maddedir. Bir diğer ifadeyle indeksteki tüm diğer maddeler öngörülemezliğe ilişkin ifadeler barındırırken (örn. Stresli olayların ne zaman ortaya çıkacağını öngöremem.), 3. madde öngörülebilirlik vurgusuna sahiptir. Dolayısıyla gerçekleştirilen faktör analizinde, bu maddenin diğer maddelerden ayrışması ve analiz dışı bırakılması beklendiktir.

AÖİ'nin tek faktörlü, yedi maddeli son versiyonunun yapı geçerliği çeşitli analizlerle incelenmiştir. Ancak AVE değerinin, alanyazında kabul edilen (AVE > .50) değeri sağlamadığı fark edilmiştir (Fornell ve Larcher, 1981). Bu durum yapı geçerliğine ilişkin bir sınırlılık olarak değerlendirilmektedir. Faktör göstergelerinin daha fazla incelenmesi veya yeniden düzenlenmesine işaret edebilir (Dorji ve Nima, 2024). Diğer yandan ölçek maddelerinin faktör yüklerinin .40'tan büyük olmasının (Stevens, 2002), artımsal geçerliğinin olmasının ve DFA model uyum indekslerinin kabul edilebilir düzeyde olmasının AVE değerinin zayıflığını telafi

edebileceğini düşündürtmüştür. Buna rağmen sonraki çalışmalar için farklı örneklemlerde bu ölçeğin yeniden çalışılarak test edilmesi önerilmektedir.

İki hafta arayla elde edilen test-tekrar test güvenirliği korelasyonu (r = .61), AÖİ'nin zaman içinde tutarlılık gösterdiğine işaret etmektedir. Korelasyon düzeyi orijinal çalışma ile çok benzerdir. Algılanan öngörülebilirlik düzeyi çevresel olaylarla da ilişkili olduğu için test-tekrar test korelasyonu orta düzeyde kalmış olabilir (Miller, 1987). Çünkü bazı olaylar ve durumlar, tetikleyici olayların ortaya çıkma zamanı, süresi ve bitiş zamanıyla ilgili ipuçları sağlamaları bakımından farklılaşmaktadır (Craske, 1991; Zvolensky ve diğerleri, 2000b). Yani kişilerin içinde bulundukları durumların öngörülebilirliği, AÖİ'ye verdikleri yanıtları etkilemiş olabilir.

Yapılan bir araştırmada kaygıyla ilişkili içsel olayların algılanan öngörülebilirliğinin kaygı duyarlılığı ve sürekli kaygıyla ilişkili olduğu; dışsal olayların algılanan öngörülebilirliği ile bu değişkenler arasında güçlü ilişkiler gözlenmediği ortaya konmuştur (Zvolensky ve diğerleri, 2000a). Bu çalışmada içsel olaylarla ilgili öngörülebilirlik algısı düşük olan grubun, yüksek olan gruba göre aynı olaylar için daha fazla bilişsel ve duygusal stres yaşadığı bulunmuştur. Kaygı duyarlılığı ve sürekli kaygı, algılanan öngörülebilirliğin düşük olması ile pozitif yönde ilişkili bulunmuştur. Sürekli kaygı, beden duyumlarının algılanmasını etkilediği (Steptoe ve Vogele, 1992) ve durumluk ve sürekli kaygı, strese verilen kardiyovasküler tepkiyi düzenlediği (Rollnik ve diğerleri, 1999) için sürekli kaygı ile algılanan öngörülebilirliğin düşük olması arasındaki pozitif ilişkiler beklendiktir. Kaygı duyarlılığı, panik bozukluğun yanı sıra alkol kullanımı (Allan ve diğerleri, 2015; Schmidt ve diğerleri, 2007), depresyon (Allan ve diğerleri, 2014a; Viana ve Rabian, 2009), yaygın kaygı bozukluğu (Allan ve diğerleri, 2014b) ve intihar (Capron ve diğerleri, 2012; Medley ve diğerleri, 2013) gibi psikopatolojik durumlarla da ilişkili bulunmuştur. Bu nedenle, kaygı duyarlılığı tanılarüstü bir psikopatolojik faktör olarak kabul edilmiştir (Boswell ve diğerleri, 2013). Araştırmalar, kaygı duyarlılığı alt boyutlarından fiziksel kaygıların panik, bilişsel kaygıların depresyon ve endişe ile ve sosyal kaygıların sosyal kaygı ile ilişkili olduğunu göstermiştir (Allan ve diğerleri, 2014a; Kemper ve diğerleri, 2012; Olthuis ve diğerleri, 2014; Wheaton ve diğerleri, 2012). Kaygı duyarlılığı ve tehdit duyarlılığının duygulanımsal ve dikkat ile ilişkili göstergeleri arasında ilişki saptanmıştır (Nelson ve diğerleri, 2015). Kaygı duyarlılığının bilişsel kaygılar alt boyutu, öngörülemeyen tehdit koşulunda irkilme potansiyelinin azalmasıyla ilişkili bulunmuştur (Nelson ve diğerleri, 2015). Bu bulgu, bilişsel kaygıları yüksek olan bireylerin, öngörülemeyen tehdit koşullarında kaygılarını azaltmak için bir tür kaçınma (örn. ruminasyon, endişe) ile meşgul olmalarıyla açıklanabilir. Bu yorum, endişenin duygusal tepkiselliği engelleyen sözel, dilsel, düşünceye dayalı bir etkinlik olduğunu varsayan Borkovec'in endişenin bilişsel kaçınma kuramı ile tutarlıdır (Borkovec ve Inz, 1990; Borkovec ve diğerleri, 2004).

Mevcut çalışmada orijinal çalışmaya ek olarak AÖİ'nin psikolojik belirtilerle olan ilişkisi incelenmiştir. Bulgulara göre algılanan öngörülemezlik düzeyi arttıkça kaygı, depresyon, somatizasyon, olumsuz benlik ve hostilite artmaktadır. Yakın zamanda yürütülen bir derlemede, tehdit ile ilgili yüksek belirsizlik düzeyinin artan depresyon, kaygı, stres, travma sonrası stres bozukluğu gibi birçok psikolojik rahatsızlıkla ilişkili olduğu saptanmıştır (Massazza ve diğerleri, 2021). Benzer şekilde kişilerin algıladıkları stres ve kaygı düzeyleri arttıkça öngörülebilir durumları tercih etme eğiliminin de arttığı bulunmuştur (Zuo, 2023). Mevcut çalışma ve alanyazın bulguları AÖİ'nin diğer psikolojik rahatsızlıklarda ortak bir mekanizma olabileceğini göstererek tanılarüstü bir kavram olabileceğine işaret etmektedir. Tanılarüstü kavramlar, psikolojik bozuklukların temelinde ortak birtakım süreçlerin olabileceği fikrine dayanmaktadır (Krueger ve Eaton, 2015). Bu kavramlar, tanı gruplarının ötesine geçmekte ve psikopatolojilerin yatkınlaştırıcı ve sürdürücü faktörlerine dikkat çekmektedir (Fusar-Poli ve diğerleri, 2019). Örneğin tehdit edici uyaranlara yönelik seçici dikkat, kaygı bozuklukları, obsesif-kompulsif ve ilişkili bozukluklar ile travma sonrası stres bozukluğunda ortak olarak gözlenen tanılarüstü bir sürdürücü faktördür (Akın, 2020). Bu bilgiler ışığında, içsel ve dışsal kaynaklardan gelen bilgiye dair algılanan öngörülemezlik de tanılarüstü bir kavram olarak ele alınabilecektir.

Öngörülemez olayların öngörülebilir olaylara kıyasla daha kaygı verici olduğu bilinmektedir. Bu hem ruh sağlığını hem de fiziksel sağlığı etkilemektedir. Örneğin Ferry ve diğerlerinin (2025) yaptıkları deneysel bir çalışmada, öngörülemez aralıklarla elektrik şoku verilen grubun hem irkilme davranışları hem de duruma yönelik kaygı düzeyleri, öngörülebilir aralıklarla elektrik şoku verilen gruba göre daha yüksek bulunmuştur. Kaygı bozukluklarına sahip kişilerin ise öngörülemez olaylar karşısında etkilenme düzeyleri (Buhr ve Dugas, 2002) ve belirsiz durumları daha tehlikeli bir olay şeklinde yorumlama olasılıkları daha yüksektir (Grupe ve Nitschke, 2013). Öngörülemezlik algısının, özellikle kaygı bozukluğu tanısı alan bireylerde daha çok ön plana çıkıyor olabileceği düşünülmüştür. Benzer şekilde, alanyazında öz bildirime dayalı bir çalışmada panik bozukluk, stres ilişkili sendromlar (örn. tükenmişlik sendromu) ve somatik sendromlara (örn. fibromiyalji) sahip kişilerin, sağlıklı kontrol grubuna kıyasla öngörülebilirliğe daha fazla ihtiyaç duydukları bulunmuştur (Ramakers ve diğerleri, 2025).

Sonuç ve Öneriler

Algılanan öngörülebilirlik ve çeşitli psikopatolojiler arasındaki bağlantılar, alanyazınla tutarlı bir biçimde bu araştırmada da gözlenmiştir (Barlow, 2000; Davis, 1998; Gorka ve diğerleri, 2017; Grillon ve diğerleri, 2004; Grupe ve Nitschke, 2013; Lake ve LaBar, 2011; Nelson ve Hajcak, 2017). Öngörülemezliğe karşı duyarlılığın yüksek olması, olumsuz yaşam olaylarıyla karşılaşıldığı anda kişileri psikopatolojilere karşı savunmasız hale getiriyor olabilir

(Nelson ve Hajcak, 2017). Ayrıca kaygı düzeyi yüksek kişiler, bağlamsal olarak tehdit içeren uyaranı ayırt edip algı düzeyinde bu uyaranlardan kaçınmada kötü performans sergiliyor olabilirler. Bununla bağlantılı olarak öngörülemeyen tehdidin ortaya çıkma olasılığı ve vereceği rahatsızlığı gözlerinde büyütüyor olabilirler (Stegmann ve diğerleri, 2019). Bu kişilerin tedavilerinin tehdide karşı duyarlılığı azaltmaya odaklamak yerine, öngörülemeyen tehditle ilgili müdahalelere odaklanması gerekmektedir (Nelson ve diğerleri, 2015). Bu tedavi yaklaşımlarının, içinde öngörülemezliği de barındıran belirsizliğe tahammülün arttırılması üstünde durarak uzun süreli kaygının azaltılmasına katkı sağlayabileceği düşünülmektedir (Robichaud ve Dugas, 2008).

Bu araştırma Türk dilinde yapılacak araştırmalarda kullanılabilecek bir ölçeği literatüre kazandırdığı için önemli görünmektedir. Ayrıca algılanan öngörülebilirlik ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişkiyi incelemesi yönüyle de uluslararası literatüre katkı sağlamaktadır. Bahsi geçen güçlü yanlara ek olarak, bu araştırmanın bazı sınırlılıkları da bulunmaktadır. Örneğin, AÖİ'nin çeviri ve uzman görüşü aşamaları yürütülmüş olmasına rağmen, bilişsel görüşme ve içerik geçerliği (Content Validity Index-CVI) analizlerinin yapılmaması çalışmanın önemli bir sınırlılığıdır. Buna ek olarak, toplanan veriler, klinik olmayan örneklemden gelmektedir. Algılanan öngörülebilirliğin rolünü araştırmak için böyle bir örneklemde çalışmak önemlidir. Her ne kadar yüksek sürekli kaygı düzeyi, kaygı bozuklukları için risk faktörü teşkil etmesi sebebiyle (Hur ve diğerleri, 2019; Schackman ve diğerleri, 2016) bu çalışmada alınan ölçümler arasına dahil edildiyse de bulguların genellenebilirliğinin arttırılması için klinik örneklemde yapılan çalışmalara da ihtiyaç duyulmaktadır. Ayrıca farklı yaş grubu ve eğitim grubundan olan katılımcılarla yapılan araştırmaların, alanyazına önemli katkıları olacağı düşünülmektedir. Çünkü bu araştırmanın örneklemi yalnızca üniversite öğrencilerinden oluşmakta ve bu durum, elde edilen bulguların farklı yaş ve eğitim düzeyindeki insanlara genellenmesini sınırlamaktadır. Bu araştırmada veri toplanırken özbildirime dayalı ölçeklerden faydalanılmıştır. Gelecekte yapılan çalışmalarda özbildirim ölçeklerinin yanı sıra çeşitli fizyolojik ölçümlerin alınması (kalp atım hızı, galvanik deri tepkisi ölçümü, vb.) literatürdeki bilgileri çeşitlendirecektir.

Araştırmacıların Katkı Oranı Beyanı:
Birinci yazar %55, ikinci yazar %45 katkıda bulunmuştur.
Çıkar Çatışması Beyanı:
Çıkar çatışması yoktur.
Finansal Destek Beyanı:
Herhangi bir finansal destek alınmamıştır.
Etik Kurul Onayı:
Mevcut çalışmanın izni Ankara Sosyal Bilimler Üniversitesi Etik Kurulu'ndan alınmıştır (29.01.2021 tarih ve 2053 sayılı karar).

Kaynakça

Akın, B. (2020). *Obsesyonlar, yeme, hastalık ve beden ile ilişkili istem dışı düşüncelerin tanılar üstü yaklaşımla ele alınması: Çevrimiçi günlük uygulaması* [Yayınlanmamış doktora tezi]. Hacettepe Üniversitesi.

Allan, N. P., Albanese, B. J., Norr, A. M., Zvolensky, M. J. ve Schmidt, N. B. (2015). Effects of anxiety sensitivity on alcohol problems: Evaluating chained mediation through generalized anxiety, depression and drinking motives. *Addiction, 110*(2), 260–280. http://dx.doi.org/10.1111/add.12739

Allan, N. P., Capron, D. W., Raines, A. M. ve Schmidt, N. B. (2014a). Unique relations among anxiety sensitivity factors and anxiety, depression, and suicidal ideation. *Journal of Anxiety Disorders, 28*(2), 266–275. http://doi.org/10.1016/j.janxdis.2013.12.004

Allan, N. P., Macatee, R. J., Norr, A. M. ve Schmidt, N. B. (2014b). Direct and interactive effects of distress tolerance and anxiety sensitivity on generalized anxiety and depression. *Cognitive Therapy and Research, 38,* 530–540. http://dx.doi.org/10.1007/s10608-014-9623-y

Armfield, J. M. ve Mattiske, J. K. (1996). Vulnerability representation: The role of perceived dangerousness, uncontrollability, unpredictability and disgustingness in spider fear. *Behaviour Research and Therapy, 34,* 899–909. http://dx.doi.org/10.1016/s0005-7967(96)00045-9

Ayvaşık, H. B. (2000). Kaygı duyarlığı indeksi: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi, 15*(45), 43-57.

Baas, J. M. P., van Ooijen, L., Goudriaan, A. ve Kenemans, J. L. (2008). Failure to condition to a cue is associated with sustained contextual fear. *Acta Psychologica, 127*(3), 581-592. http://dx.doi.org/10.1016/j.actpsy.2007.09.009

Barlow, D. H. (2000). Unraveling the mysteries of anxiety and its disorders from the perspective of emotion theory. *American Psychologist, 55*(11), 1247–1263. https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.11.1247

Barlow, D. H. (2002). *Anxiety and its disorders: The nature and treatment of anxiety and panic*. The Guilford Press.

Barlow, D. H., Chorpita, B. F. ve Turovsky, J. (1996). Fear, panic, anxiety, and disorders of emotion İçinde D. Hope (Ed.), *Nebraska symposium on motivation* (ss. 251–328). University of Nebraska Press.

Blanchard, R. J., Yudko, E. B., Rodgers, R. J. ve Blanchard, D. C. (1993). Defense system psychopharmacology: An ethological approach to the pharmacology of fear and anxiety. *Behavioural Brain Research*, *58*(1-2), 155-165. https://doi.org/10.1016/0166-4328(93)90100-5

Borkovec, T. D., Alcaine, O. M. ve Behar, E. (2004). Avoidance theory of worry and generalized anxiety disorder. İçinde R. G. Heimberg, C. L. Turk ve D. S. Mennin (Edl.), *Generalized anxiety disorder: Advances in research and practice* (ss. 77–108). The Guilford Press.

Borkovec, T. D. ve Inz, J. (1990). The nature of worry in generalized anxiety disorder: A predominance of thought activity. *Behaviour Research and Therapy, 28*(2), 153–158. http://dx.doi.org/10.1016/0005-7967(90)90027-G

Boswell, J. F., Farchione, T. J., Sauer-Zavala, S., Murray, H. W., Fortune, M. R. ve Barlow, D. H. (2013). Anxiety sensitivity and interoceptive exposure: A transdiagnostic construct and change strategy. *Behavior Therapy, 44*(3), 417–431. http://dx.doi.org/10.1016/j.beth.2013.03.006

Bouton, M. E., Mineka, S. ve Barlow, D. H. (2001). A modern learning theory perspective on the etiology of panic disorder. *Psychological Review, 108*(1), 4–32. https://doi.org/10.1037/0033-295X.108.1.4

Buhr, K. ve Dugas, M. J. (2002). The intolerance of uncertainty scale: Psychometric properties of the English version. *Behaviour Research and Therapy*, *40*(8), 931-945. https://doi.org/10.1016/s0005-7967(01)00092-4

Büyüköztürk, Ş. (2006). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı istatistik, araştırma deseni, SPSS uygulamaları ve yorum* (6. Basım). Pegem A.

Cai, L., Bakalli, H. ve Rinaman, L. (2012). Yohimbine anxiogenesis in the elevated plus maze is disrupted by bilaterally disconnecting the bed nucleus of the stria terminalis from the central nucleus of the amygdala. *Neuroscience*, *223*, 200-208. https://doi.org/10.1016/j.neuroscience.2012.08.008

Capron, D. W., Cougle, J. R., Ribeiro, J. D., Joiner, T. E. ve Schmidt, N. B. (2012). An interactive model of anxiety sensitivity relevant to suicide attempt history and future suicidal ideation. *Journal of Psychiatric Research, 46*(2), 174–180. http://dx.doi.org/10.1016/j.jpsychires.2011.10.009

Carsten, H. P., Härpfer, K. ve Riesel, A. (2022). A rare scare: The role of intolerance of uncertainty in startle responses and event-related potentials in anticipation of unpredictable threat. *International Journal of Psychophysiology*, *179*, 56-66. http://dx.doi.org/10.1016/j.ijpsycho.2022.06.018

Carsten, H. P., Härpfer, K., Nelson, B. D., Kathmann, A. ve Riesel, A. (2023). Don't worry, it won't be fine. Contributions of worry and anxious arousal to startle responses and event-related potentials in threat anticipation. *Cognitive, Affective, and Behavioral Neuroscience*, *23*(4), 1141-1159.

Cerqueira, M., Millot, S., Felix, A., Silva, T., Oliveira, G. A., Oliveira, C. C. V., Rey, S., MacKenzie, S. ve Oliveira, R. (2020). Cognitive appraisal in fish: Stressor predictability modulates the physiological and neurobehavioural stress response in sea bass. *Proceedings of the Royal Society B, 287*, 20192922. http://dx.doi.org/10.1098/rspb.2019.2922

Chung, H. ve Gale, J. (2006). Comparing self-differentiation and psychological well-being between Korean and European American students. *Contemporary Family Therapy*, *28*(3), 367-381.

Craske, M. G. (1991). Phobic fear and panic attacks: The same emotional states triggered by different cues? *Clinical Psychology Review, 11*(5), 599–620. http://dx.doi.org/10.1016/0272-7358(91)90006-G

Craske, M. G., Zarate, R., Burton, T. ve Barlow, D. H. (1993). Specific fears and panic attacks: A survey of clinical and nonclinical samples. *Journal of Anxiety Disorders, 7*(1), 1–19. http://dx.doi.org/10.1016/0887-6185(93)90017-F

Davis, M. (1998). Are different parts of the extended amygdala involved in fear versus anxiety? *Biological Psychiatry, 44*(12), 1239–1247. https://doi.org/10.1016/S0006-3223(98)00288-1

Derogatis, L. R. (1992). *The Brief Symptom Inventory (BSI): Administration, scoring & procedures manual-II*. Clinical Psychometric Research.

Dorji, T. ve Nima, P. (2024). Psychometric properties of an instrument to assess teachers' practice of differentiated instruction (IATPDI): A confirmatory factor analysis on Bhutanese teachers' data. *Frontiers in Education, 9*. https://doi.org/10.3389/feduc.2024.1445865

Fanselow, M. S. (1994). Neural organization of the defensive behavior system responsible for fear. *Psychonomic Bulletin & Review*, *1*(4), 429-438.

Ferry, R. A., Adams, E. M. ve Nelson, B. D. (2025). Predictable and unpredictable threat immune enhancement. *Stress and Health*, *41*(2), e70039. https://doi.org/10.1002/smi.70039

Field, A. (2009). *Discovering statistics using SPSS*. Sage Publications.

Foa, E. B., Zinbarg, R. ve Rothbaum, B. O. (1991). Uncontrollability and unpredictability in post-traumatic stress: An animal model. *Psychological Bulletin, 112*(2), 218–238. https://doi.org/10.1037/0033-2909.112.2.218

Fornell, C. ve Larcker, D. F. (1981). Evaluating structural equation models with unobservable variables and measurement error. *Journal of Marketing Research*, *18*(1), 39–50. https://doi.org/10.2307/3151312

Forsyth, J. P. ve Eifert, G. H. (1996). Systemic alarms in fear conditioning, I: A reappraisal of what is being conditioned. *Behavior Therapy, 27,* 441–462.

Forsyth, J. P. ve Eifert, G. H. (1998). Intensity of systemic alarms in content-specific fear conditioning: Comparing 20% versus 13% CO2-enriched air as a UCS. *Journal of Abnormal Psychology, 107,* 291–304.

Fusar-Poli, P., Solmi, M., Brondino, N., Davies, C., Chae, C., Politi, P., Borgwardt, S., Lawrie, S. M., Parnas, J. ve McGuire, P. (2019). Transdiagnostic psychiatry: A systematic review. *World Psychiatry, 18*(2), 192-207. https://doi.org/192-207. 10.1002/wps.20631

Glotzbach-Schoon, E., Tadda, R., Andreatta, M., Tröger, C., Ewald, H., Grillon, C., Pauli, P. ve Mühlberger, A. (2013). Enhanced discrimination between threatening and safe contexts in high-anxious individuals. *Biological Psychology, 93*(1), 159-166. https://doi.org/10.1016/j.biopsycho.2013.01.011

Gorka, S. M., Lieberman, L., Shankman, S. A. ve Phan, K. L. (2017). Startle potentiation to uncertain threat as a psychophysiological indicator of fear-based psychopathology: An examination across multiple internalizing disorders. *Journal of Abnormal Psychology, 126*(1), 8–18. https://doi.org/10.1037/abn0000233

Grillon, C. (2008). Models and mechanisms of anxiety: Evidence from startle studies. *Psychopharmacology, 199*(3), 421-437. https://doi.org/10.1007/s00213-007-1019-1

Grillon, C., Baas, J. P., Lissek, S., Smith, K. ve Milstein, J. (2004). Anxious responses to predictable and unpredictable aversive events. *Behavioral Neuroscience, 118*(5), 916–924. https://doi.org/10.1037/0735-7044.118.5.916

Grillon, C., Lissek, S., Rabin, S., McDowell, D., Dvir, S. ve Pine, D. S. (2008). Increased anxiety during anticipation of unpredictable but not predictable aversive stimuli as a psychophysiologic marker of panic disorder. *American Journal of Psychiatry, 165*(7), 898–904. https://doi.org/10.1176/appi.ajp.2007.07101581

Grillon, C., Pine, D. S., Lissek, S., Rabin, S., Bonne, O. ve Vythilingam, M. (2009). Increased anxiety during anticipation of unpredictable aversive stimuli in posttraumatic stress disorder but not in

generalized anxiety disorder. *Biological Psychiatry, 66*(1), 47–53. https://doi.org/10.1016/j.biopsych.2008.12.028

Grupe, D. W. ve Nitschke, J. B. (2013). Uncertainty and anticipation in anxiety: An integrated neurobiological and psychological perspective. *Nature Reviews Neuroscience, 14,* 488–501. https://doi.org/10.1038/nrn3524

Gürbüz, S. (2021). *AMOS ile yapısal eşitlik modellemesi temel ilkeler ve uygulamalı analizler* (2. Basım). Seçkin.

Haddad, A. D., Pritchett, D., Lissek, S. ve Lau, J. Y. (2012). Trait anxiety and fear responses to safety cues: Stimulus generalization or sensitization? *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment, 34*(3), 323-331. https://doi.org/10.1007/s10862-012-9284-7

Hamm, A. O., Richter, J. ve Pane-Farre, C. A. (2014). When the threat comes from inside the body: A neuroscience based learning perspective of the etiology of panic disorder. *Restorative Neurology and Neuroscience, 32*(1), 79–93. https://doi.org/10.3233/RNN-139011

Havranek, M. M., Bolliger, B., Roos, S., Pryce, C. R., Quednow, B. B. ve Seifritz, E. (2016). Uncontrollable and unpredictable stress interacts with subclinical depression and anxiety scores in determining anxiety response. *Stress*, *19*(1), 53-62. https://doi.org/10.3109/10253890.2015.1117449

Hitchcock, J. ve Davis, M. (1986). Lesions of the amygdala, but not of the cerebellum or red nucleus, block conditioned fear as measured with the potentiated startle paradigm. *Behavioral Neuroscience*, *100*(1), 11-22. https://doi.org/10.1037//0735-7044.100.1.11

Hitchcock, J. M. ve Davis, M. (1991). Efferent pathway of the amygdala involved in conditioned fear as measured with the fear-potentiated startle paradigm. *Behavioral Neuroscience*, *105*(6), 826-842. https://doi.org/10.1037//0735-7044.105.6.826

Hur, J., Stockbridge, M. D., Fox, A. S. ve Shackman, A. J. (2019). Dispositional negativity, cognition, and anxiety disorders: An integrative translational neuroscience framework. *Progress in Brain Research, 247,* 375-436. https://doi.org/10.1016/bs.pbr.2019.03.012

IBM Corp. (2013). *IBM SPSS Statistics for Windows* (Version 22.0) [Computer software]. IBM Corp.

IBM Corp. (2015). *IBM SPSS Amos* (Version 23.0) [Computer software]. IBM Corp.

Jackson, D. L. (2003). Revisiting sample size and number of parameter estimates: Some support for the N:q hypothesis. *Structural Equation Modeling, 10*(1), 128–141. https://doi.org/10.1207/S15328007SEM1001_6

Kemper, C. J., Lutz, J., Bähr, T., Rüddel, H. ve Hock, M. (2012). Construct validity of the Anxiety Sensitivity Index-3 in clinical samples. *Assessment, 19*(1), 89–100. http://dx.doi.org/10.1177/1073191111429389

Kenny, D. A., Kaniskan, B. ve McCoach, D. B. (2015). The performance of RMSEA in models with small degrees of freedom. *Sociological Methods and Research*, *44*(3), 486-507. https://doi.org/10.1177/0049124114543236

Krantz, D. S., Baum, A. ve Wideman, M. (1980). Assessment of preferences for self-treatment and information in health care. *Journal of Personality and Social Psychology, 39*(5), 977–990. https://doi.org/10.1037//0022-3514.39.5.977

Krueger, R. F. ve Eaton, N. R. (2015). Transdiagnostic factors of mental disorders. *World Psychiatry, 14*(1), 27-29. https://doi.org/10.1002/wps.20175

Lang, M., Krátký, J. ve Xygalatas, D. (2022). Effects of predictable behavioral patterns on anxiety dynamics. *Scientific Reports, 12*(1), 19240. https://doi.org/10.1038/s41598-022-23885-4

Lake, J. I. ve LaBar, K. S. (2011). Unpredictability and uncertainty in anxiety: A new direction for emotional timing research. *Frontiers in Integrative Neuroscience, 5,* 55. https://doi.org/10.3389/fnint.2011.00055

Massazza, A., Joffe, H., Hyland, P. ve Brewin, C. R. (2021). The structure of peritraumatic reactions and their relationship with PTSD among disaster survivors. *Journal of Abnormal Psychology*, *130*(3), 248-259. https://doi.org/10.1037/abn0000663

Medley, A. N., Capron, D. W., Korte, K. J. ve Schmidt, N. B. (2013). Anxiety sensitivity: A potential vulnerability factor for compulsive hoarding. *Cognitive Behaviour Therapy, 42*(1), 45–55. http://dx.doi.org/10.1080/16506073.2012.738242

Miller, S. M. (1987). Monitors vs. Blunters: Validation of a questionnaire to assess styles of information-seeking under threat. *Journal of Personality and Social Psychology, 52*(2), 345–353. https://doi.org/10.1037/0022-3514.52.2.345

Mineka, S. ve Zinbarg, R. (1996). Conditioning and ethnological models of anxiety disorders: Stress-in-dynamic context anxiety models. İçinde D. Hope (Ed.), *Nebraska symposium on motivation* (ss. 135–210). University of Nebraska Press.

Nelson, B. D. ve Hajcak, G. (2017). Anxiety and depression symptom dimensions demonstrate unique relationships with the startle reflex in anticipation of unpredictable threat in 8 to 14 year-old girls. *Journal of Abnormal Child Psychology, 45*(2), 397-410. https://doi.org/10.1007/s10802-016-0169-1

Nelson, B. D., Hodges, A., Hajcak, G. ve Shankman, S. A. (2015). Anxiety sensitivity and the anticipation of predictable and unpredictable threat: Evidence from the startle response and event-related potentials. *Journal of Anxiety Disorders, 33,* 62-71. https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2015.05.003

Nelson, B. D., McGowan, S. K., Sarapas, C., Robison-Andrew, E. J., Altman, S. E., Campbell, M. L., Gorka, S. M., Katz, A. C. ve Shankman, S. A. (2013). Biomarkers of threat and reward sensitivity demonstrate unique associations with risk for psychopathology. *Journal of Abnormal Psychology, 122*(3), 662–671. http://dx.doi.org/10.1037/a0033982

Olthuis, J. V., Watt, M. C. ve Stewart, S. H. (2014). Anxiety Sensitivity Index (ASI-3) subscales predict unique variance in anxiety and depressive symptoms. *Journal of Anxiety Disorders, 28*(2), 115–124. http://dx.doi.org/10.1016/j.janxdis.2013.04.009

Otto, M. W., Eastman, A., Lo, S., Hearon, B. A., Bickel, W. K., Zvolensky, M., Smits, J. A. J. ve Doan, S. N. (2016). Anxiety sensitivity and working memory capacity: Risk factors and targets for health behavior promotion. *Clinical Psychology Review, 49,* 67–78. https://doi.org/10.1016/j.cpr.2016.07.003

Orçan, F. (2018). Exploratory and confirmatory factor analysis: Which one to use first?. *Journal of Measurement and Evaluation in Education and Psychology*, *9*(4), 413-421. https://doi.org/10.21031/epod.394323

Öner, N. ve Le Compte, A. (1983). *Handbook of State Trait Anxiety Inventory*. Boğaziçi University Publication.

Pedersen, W. S., Muftuler, L. T. ve Larson, C. L. (2019). A high-resolution fMRI investigation of BNST and centromedial amygdala activity as a function of affective stimulus predictability,

anticipation, and duration. *Social Cognitive and Affective Neuroscience, 14*(11), 1167-1177. https://doi.org/10.1093/scan/nsz095

Peers, P. V., Simons, J. S. ve Lawrence, A. D. (2013). Prefrontal control of attention to threat. *Frontiers in Human Neuroscience, 7,* 24. https://doi.org/10.3389/fnhum.2013.00024

Rachman, S. ve Cuk, M. (1992). Fearful distortions. *Behaviour Research and Therapy, 30*(6), 583–589. https://doi.org/10.1016/0005-7967(92)90003-Y

Ramakers, I., Fonteyne, R., Walentynowicz, M., Van Oudenhove, L., Van Den Houte, M. ve Bogaerts, K. (2025). The Need for Controllability and Predictability questionnaire (NCP-q): Psychometric properties and preliminary findings in a clinical sample. *Health Psychology Report*, *13*(2), 201-214.

Ray, R. D. ve Zald, D. H. (2012). Anatomical insights into the interaction of emotion and cognition in the prefrontal cortex. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews, 36*(1), 479-501. https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2011.08.005

Reiss, S., Peterson, R. A., Gursky, D. M. ve McNally, R. J. (1986). Anxiety sensitivity, anxiety frequency and the prediction of fearfulness. *Behaviour Research and Therapy, 24*(1), 1–8. https://doi.org/10.1016/0005-7967(86)90143-9

Riskind, J. H. (1997). Looming vulnerability to threat: A cognitive paradigm for anxiety. *Behaviour Research and Therapy, 35*(8), 685–702. https://doi.org/10.1016/s0005-7967(97)00011-9

Robichaud, M. ve Dugas, M. J. (2008). A cognitive-behavioral treatment targeting intolerance of uncertainty. İçinde G. C. L. Davey ve A. Wells (Edl.), *Worry and its psychological disorders: Theory, assessment and treatment* (ss. 289-304). Wiley. http://dx.doi.org/10.1002/9780470713143.ch17

Rollnik, J. D., Schmitz, N. ve Kugler, J. (1999). Anxiety moderates cardiovascular responses to painful stimuli during sphygmomanometry. *International Journal of Psychophysiology*, *33*(3), 253-257. https://doi.org/10.1016/s0167-8760(99)00065-3

Ross, L. T., Short, S. D. ve Garofano, M. (2016). Scale of unpredictability beliefs: Reliability and validity. *The Journal of Psychology, 150*(8), 976-1003. https://doi.org/10.1080/00223980.2016.1225660

Schermelleh-Engel, K., Moosbrugger, H. ve Müller, H. (2003). Evaluating the fit of structural equation models: Tests of significance and descriptive goodness-of-fit measures. *Methods of Psychological Research Online*, *8*(2), 23-74.

Schmidt, N. B., Buckner, J. D. ve Keough, M. E. (2007). Anxiety sensitivity as a prospective predictor of alcohol use disorders. *Behavior Modification, 31*(2), 202–219. http://dx.doi.org/10.1177/0145445506297019

Schulz, R. (1976). Effects of control and predictability on the physical and psychological well-being of the institutionalized aged. *Journal of Personality and Social Psychology, 33*(5), 563–573. https://doi.org/10.1037/0022-3514.33.5.563

Shackman, A. J., Tromp, D. P. M., Stockbridge, M. D., Kaplan, C. M., Tillman, R. M. ve Fox, A. S. (2016). Dispositional negativity: An integrative psychological and neurobiological perspective. *Psychological Bulletin, 142*(12), 1275–1314. https://doi.org/10.1037/bul0000073

Shankman, S. A., Nelson, B. D., Sarapas, C., Robison-Andrew, E. J., Campbell, M. L., Altman, S. E., McGowan, S. K., Katz, A. C. ve Gorka, S. M. (2013). A psychophysiological investigation of threat

and reward sensitivity in individuals with panic disorder and/or major depressive disorder. *Journal of Abnormal Psychology, 122*(2), 322-338. https://doi.org/10.1037/a0030747

Spielberger, C. D., Gorsuch, R. L., Lushene, R., Vagg, P. R. ve Jacobs, G. A. (1983). *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory (Form Y)*. Consulting Psychologists Press.

Stegmann, Y., Reicherts, P., Andreatta, M., Pauli, P. ve Wieser, M. J. (2019). The effect of trait anxiety on attentional mechanisms in combined context and cue conditioning and extinction learning. *Scientific Reports, 9*(1), 1-12.

Steptoe, A. ve Vögele, C. (1992). Individual differences in the perception of bodily sensations: The role of trait anxiety and coping style. *Behaviour Research and Therapy*, *30*(6), 597-607. https://doi.org/10.1016/0005-7967(92)90005-2

Şahin, N. H. ve Durak, A. (1994). Kısa Semptom Envanteri (Brief Symptom Inventory-BSI): Türk gençleri için uyarlanması. *Türk Psikoloji Dergisi, 9,* 44-56.

Stevens, J. P. (2002). *Applied multivariate statistics for the social sciences* (4. Basım). Erlbaum.

Tabachnick, B. G. ve Fidell, L. S. (2007). *Using multivariate statistics* (5. Basım). Allyn & Bacon/Pearson Education. & Bacon, Inc.

Viana, A. G. ve Rabian, B. (2009). Fears of cognitive dyscontrol and publicly observable anxiety symptoms: Depression predictors in moderate-to-high worriers. *Journal of Anxiety Disorders, 23*(8), 1126–1131. http://dx.doi.org/10.1016/j.janxdis.2009.07.017

Wheaton, M. G., Deacon, B. J., McGrath, P. B., Berman, N. C. ve Abramowitz, J. S. (2012). Dimensions of anxiety sensitivity in the anxiety disorders: Evaluation of the ASI-3. *Journal of Anxiety Disorders, 26*(3), 401–408. http://dx.doi.org/10.1016/j.janxdis.2012.01.002

Zuo, T. (2023). From tolerance for ambiguity to stress and anxiety: The mediating role of need for cognitive closure among Chinese university students. *Psychological Reports*, *128*(6), 3967-3998. https://doi.org/10.1177/00332941231212833

Zvolensky, M. J., Eifert, G. H., Lejuez, C. W., Hopko, D. R. ve Forsyth, J. P. (2000a). Assessing the perceived predictability of anxiety-related events: A report on the perceived predictability index. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry, 31*(3-4), 201-218. https://doi.org/10.1016/s0005-7916(01)00006-4

Zvolensky, M. J., Lejuez, C. W. ve Eifert, G. H. (2000b). Prediction and control: Operational definitions for the experimental analysis of anxiety. *Behaviour Research and Therapy, 38*(7), 653–663. https://doi.org/10.1016/s0005-7967(99)00090-x

Turkish Adaptation Study of the Perceived Predictability Index and Its Relationship with Psychological Symptoms

Summary

Introduction

The predictability of negative life events is considered a variable related to anxiety (Zvolensky et al., 2000a). Models of anxiety disorders highlight the role of unpredictability in anxious and fearful responses (Bouton et al., 2001). The more an object or event is perceived as unpredictable, the greater the level of anxiety and fear it tends to evoke (Riskind, 1997). Significant relationships have been found between the various psychological disorders and stronger responses to unpredictable threats (e.g., Nelson & Hajcak, 2017).

Studies on the predictability of threats and their associated negative outcomes are relatively new. Zvolensky et al. (2000a) developed the Perceived Predictability Index to assess the predictability of internal and external anxiety-related events. This research aims to adapt the Perceived Predictability Index (PPI) into Turkish. Moreover, the association between these anxiety-related events and various psychological symptoms has been investigated for the first time in the Turkish literature. It is believed that this research will contribute to the research conducted in Turkey and the accumulated knowledge in the field of anxiety.

Method

Participants

Two different participants were recruited for exploratory factor analysis (EFA) and confirmatory factor analysis (CFA). The first sample consisted of 209 university students aged between 18 and 40 (M = 20.86, SD = 2.73). The second sample consisted of 193 university students aged between 18 and 51 (M = 21.84, SD = 3.51). Participants were recruited through a convenience sampling method.

Measures

Data were collected using the Demographic Information Form, Perceived Predictability Index-PPI (higher scores indicate higher unpredictability), Trait Anxiety Inventory (TAI), Anxiety Sensitivity Index (ASI), and Brief Symptom Inventory (BSI).

Procedure

Ethical approval for the study was obtained. The PPI was then translated into Turkish by the researchers, and both the translated and original forms were sent to five judges for evaluation. Following the judges' feedback, the Turkish form was finalized and sent back to five judges for

back-translation into English. The English form, based on the back-translations from the judges, was sent to Michael J. Zvolensky, the index developer, and the researcher's approval was obtained.

Results

EFA and CFA were conducted. According to the results of EFA, the scale was found to have a single-factor structure, and based on item-level analyses, it was decided to remove item three. The single-factor structure explained 39% of the variance. Then, CFA was conducted. After a modification was proposed, the model fit indices yielded acceptable values (χ^2/df = 2.21, RMSEA = .080, SRMR = .050, CFI = .943, TLI = .908). As a result, it was determined that the PPI supported a unidimensional structure in Turkish culture with seven items.

Cronbach's Alpha coefficient, Spearman-Brown coefficient, and split-half correlation were calculated. The results were .73, .72, and .55, respectively. Test-retest reliability was also examined. The test-retest reliability coefficient was .61.

To assess the convergent validity of the Perceived Predictability Index, its relationships with the TAI, ASI, and BSI were examined. As expected, positive and moderately statistically significant relationships were found.

Discussion

In the current study, the PPI, developed to examine the perceived predictability of anxiety-related events, was adapted into Turkish. The findings indicated that the index consisted of a single dimension comprising seven items in a Turkish sample. The index was concluded to be valid and reliable for use in Turkey.

Zvolensky et al. (2000a) obtained a two-factor structure. However, in our study, a single-factor structure emerged. Specifically, the type of anxious events did not differ between ‘internal’ and ‘external’. This can be related to the culture.

The original index consisted of a total of eight items. However, in our study, the third item was removed. This item is the only reverse-coded item in the index. For this reason, this item may have been differentiated from the other items.

The results show that as perceived unpredictability increases, anxiety, depression, somatization, negative self-perception, and hostility increase. A recent review stated that a high level of uncertainty about threat is related to increased depression, anxiety, stress, and post-traumatic stress disorder (Massazza et al., 2021).

In conclusion, this study found that the Turkish version of PPI consists of a single factor comprising seven items. In addition, this research suggests that the PPI might be a transdiagnostic theme among the various psychological disorders.