



## Belirsizliğe Tahammülsüzlüğün Yordayıcısı Olarak Endişe ile İlgili Olumlu ve Olumsuz İnançlar

### Positive and Negative Beliefs about Worry as the Predictors of Intolerance of Uncertainty

Zeynep KARATAŞ<sup>a</sup>, Kıvanç UZUN<sup>b</sup>

<sup>a</sup>Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Burdur, Türkiye

<sup>b</sup>Milli Eğitim Bakanlığı, Fethiye Rehberlik ve Araştırma Merkezi, Muğla, Türkiye

#### Öz

Bu çalışmada üniversite öğrencilerinin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeylerinin endişe ile ilgili olumlu ve olumsuz inançlar tarafından ne derece yordandığının belirlenmesi amaçlanmıştır. Çalışma, Mehmet Akif Ersoy Üniversitesine devam etmekte olan 105 kadın ve 70 erkek olmak üzere toplam 175 üniversite öğrencisi üzerinde gerçekleştirilmiştir. Araştırma verileri; araştırmacılar tarafından geliştirilen kişisel bilgi formu, Sarıçam vd. (2014)'nin Türk Kültürüne uyarladığı Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği (BTÖ-12) ve Sarı ve Dağ (2009) tarafından Türk Kültürüne uyarlanan Endişenin Sonuçları Ölçeği ile toplanmıştır. Verilerin analizinde; değişkenler arasındaki ilişkiyi saptamak için pearson momentler çarpımı korelasyon katsayısı ile çoklu doğrusal regresyon analizi kullanılırken farklılıklara ilişkin analizde ise bağımsız gruplar t-testi analizi kullanılmış olup; SPSS 15.0 programından yararlanılmıştır. Araştırma sonucunda üniversite öğrencilerinin; belirsizliğe tahammülsüzlüklerinin endişe ile ilgili olumlu ve olumsuz inançlar tarafından pozitif yönde anlamlı şekilde yordandığı bulgusuna ulaşılmıştır. Ayrıca kadın üniversite öğrencilerinin erkek öğrencilere göre daha fazla belirsizliğe tahammülsüz oldukları tespit edilmiştir. Çalışma bulguları ilgili alan yazın ışığında tartışılmıştır.

#### Abstract

The aim of this study is to determine to what degree the level of the intolerance of uncertainty of university students is predicted by their positive and negative beliefs about worry. The study was conducted on 175 attending students of Mehmet Akif Ersoy University consisting of 105 female and 70 male students. The research data were collected via personal information form, The Intolerance of Uncertainty Scale (IUS-12) which is adapted to Turkish culture by Sarıçam et. al (2014) and the Results of Worry Scale which is adapted to Turkish culture by Sarı and Dağ (2009). In the analysis of the data Pearson product-moment correlation coefficient, multiple linear regression analysis, the t-test analysis, and SPSS 15.0 program were used to determine the relation between the variables. At the end of the research, it was concluded that the intolerance caused by uncertainty of the university students were predicted positively by positive and negative beliefs about worry. In addition, it was determined that female university students are more intolerant in the face of uncertainty than male university students. The findings of the study were discussed in the light of the related studies previously done by the other researchers.

#### Anahtar Kelimeler

belirsizliğe tahammülsüzlük  
endişe ile ilgili olumlu  
inançlar  
endişe ile ilgili olumsuz  
inançlar  
üniversite öğrencisi

#### Keywords

Intolerance of uncertainty  
positive beliefs about worry  
negative beliefs about worry  
university student

## Extended Abstract

**Purpose:** The aim of this study is to determine the relation between the positive and negative beliefs of university students and their intolerance in the face of uncertainty. In addition to this, it was aimed to determine to what degree the level of the intolerance in the face of uncertainty of university students are predicted by their positive and negative beliefs about worry in this study.

**Significance:** In every aspect of the life, the person needs a degree of foresight, balance and a sense of control over the situation in order to deal with difficulties. In order to have control and foresight, individuals need to deal with uncertainty. This study is significant for the literature, because the paper gives detailed information on the intolerance in the face of uncertainty and provides the new building blocks to such these studies reducing uncertainty.

**Method:** Relational Screening Model is used in this study which aims to determine the relation between intolerance of uncertainty, positive and negative beliefs about worry.

**Participants:** Participants of the study consist of 105 female (%60), 70 male (%40) and in total 175 university students who attended Mehmet Akif Ersoy University in 2015-2016 Academic year. In this study, the improbable sampling was used in the selection of sampling and the study group was formed based on volunteerism.

### **Instruments:**

**Personal Information Form:** It includes information related to students such as department of study, gender, age.

**Intolerance of Uncertainty Scale (IUS-12):** It was developed by Carleton, Norton and Asmundson (2007). It was adapted to Turkish culture by Sariçam and others (2014). The scale includes 12 items in total and it is a five point likert scale. It has two sub-dimensions: prospective worry and prohibitory worry. Points can be taken from the scale in total.

**Results of Worry Scale:** It was developed by Davey, Tallis and Capuzzo (1996) to measure the positive and negative beliefs about worry. It was adapted to Turkish culture by Sarı and Dağ (2009). The scale includes 29 items in total and it is a five point likert scale. It has two sub-dimensions: positive beliefs about worry and negative beliefs about worry. Total points are taken separately for each dimension.

**Data Analysis:** In the study, in order to determine the relation between variables, Pearson product-moment correlation coefficient was used and multiple linear regression analysis was used to determine to what degree the variables of positive and negative beliefs about worry predicting intolerance in the face of uncertainty. The t-test analysis was used to determine differences relating to the gender.

**Results and Discussion:** Arithmetic average Level of intolerance to uncertainty of the participants was found high. In a study which compares cultural features, Turkey is shown between countries which have high level of intolerance to uncertainty (Hofstede, 1980). High levels of intolerance to uncertainty contribute to the resistance against new ideas. Turkey has a culture highly resistant to change. The foundation of this resistance is uncertainty and a worry about future situations (Arbak, 2005).

At the end of the study, a correlation was found between university students' level of intolerance of uncertainty and negative beliefs about worry ( $\beta=.522$ ,  $t=8.193$ ,  $p<.05$ ), and positive beliefs about worry ( $\beta=.181$ ,  $t=2.843$ ,  $p<.05$ ). University students' positive and negative beliefs about worry predict meaningfully and positively their intolerance of uncertainty. ( $R^2=30.2$ ). In other words, university student's positive and negative beliefs about worry developed in the light of their experiences increase their intolerance of uncertainty. It is an expected result that individuals' development of negative beliefs about worry against the events they experienced or will experience will increase their intolerance of uncertainty; however, it was found that intolerance of uncertainty is meaningfully and positively predicted by positive beliefs about worry too. This shows us that individuals who have intolerance of uncertainty against uncertain future situations may have positive beliefs about worry; and may use worry to increase their tolerance against possible negative future situations, as a way of coping mechanism to prepare themselves against threats and as a way of problem solving. This finding of the study corresponds with the findings of the studies by Borkovec and Roemer (1995), Dugas, Freeston and Ladouceur (1997), Ladouceur et al. (2000), Ladouceur, Gosselin and Dugas (2000), Laugesen, Dugas and Bukowski (2003), Dugas, Schwartz and Francis (2004), Dugas et al. (2005), Buhru and Dugas (2006), Sarı (2007).

In the study, it was defined that female university students are more intolerance in the face of uncertainty than male university students. This result means that females have higher points of intolerance of uncertainty than males. This situation may have resulted from females being more nervous and uneasy than males in situations which may include or create uncertainty. Females' wish of having a guaranteed future and being more vulnerable to uncertain future situations may have caused their high level of intolerance of uncertainty. This finding of the study corresponds with findings of the studies by Terzi (2004), Sarı (2007), Korkut and Keskin (2015) and Macit (2010).

**Recommendations:** Psychoeducation programs must be formed in order to decrease the intolerance of uncertainty levels of university students. (especially for female students). In these programs, worry-reducing activities must be included. Psychological Counseling Centers must be opened at the universities. When the students who are nervous and uneasy faced with uncertain situations, they must keep informed about the nature of uncertainty, uncertainty management and approaches to responding uncertainty.

## 1. Giriş

Şüphesiz ki hayatın her alanında çeşitli zorluklar ile karşılaşmaktadır. Bu zorluklarla başa çıkabilmek için belli bir ölçüde öngörülebilirlik, denge ve duruma hâkim olunduğu duygusunun varlığına ihtiyaç vardır. Bireyin durumun ne olduğu, bu durumda ne yapılabileceği ve kendisini hangi olası sonuçların beklediğini bilmeye ihtiyacı vardır. Bir durum için sonuçların olumsuz olacağını bilmek, sonucun olumlu mu yoksa olumsuz mu olacağını bilmekten daha az endişe oluşturabilir. İnsanların birçoğu yaşamlarında şu ana ya da ileriye dönük belirsizlik hali içerisinde (Sarıçam, 2014). Bir olayın ya da herhangi bir davranışın sonucunda ne ile karşılaşılacağını tam olarak kestirilememesi şeklinde ifade edilen belirsizlik durumunun (Sarı, 2007) bireyin olaylara bakışını çoğunlukla negatif yönde etkileyebileceği ve bireyde bunalımlı bir ruh haline yol açabileceği belirtilmiştir (Çaplı & Taş, 2009).

Belirsizlik; ilk kez karşılaştığımız ve yabancılaşma çektığımız durumlar, maruz kaldığımız birden fazla etkenin bulunduğu ve anlaşılması güç karışık durumlar ve elimizdeki ipucunun birbirinden farklı bilgileri işaret ettiği tutarsız durumlar olarak üç farklı şekilde meydana gelebilir (Stanley Budner, 1962). Bireyin belirsizlik durumunda ortaya koyduğu davranış, boyun eğme veya inkâr olarak iki şekilde görülmektedir. Boyun eğmede kişi, yaşanan olay üzerinde herhangi bir etkide bulunamayacağına ikna olmuşken, inkârda ise yaşanan olay, algılayan birey tarafından farklı yorumlanır (Çardak, 2012). İnkâr ve boyun eğme davranışı belirsizliğin oluşmasına zemin hazırlayan bu üç farklı durumun sonucunda meydana geliyorsa kişinin, belirsizliğe karşı tahammülsüz olduğu söylenebilir (Stanley Budner, 1962).

Belirsizliğe tahammülsüzlük kavramı ilk kez Frenkel-Bruswick tarafından bir kişilik özelliği olarak ele alınmasıyla alan yazına girmiştir. Daha sonra Stanley Budner (1962), belirsizliğe tahammülsüzlüğü Frenkel-Bruswick tarafından değerlendirildiği gibi bir kişilik özelliği olarak değil, gerçeği algılama yolu olarak değerlendirmiştir. Bu bakış açısıyla beraber belirsizliğe tahammülsüzlük, belirsiz olay ve durumlara karşı duygusal, bilişsel ve davranışsal olarak olumsuz tepki verme yatkınlığı şeklinde tanımlanmıştır (Buhr & Dugas, 2002). Ayrıca, belirsizliğe karşı tahammülsüzlük; belirsiz durumları tehlike kaynağı olarak algılama yatkınlığı olarak belirtilmiş (Stanley Budner, 1962) bu yatkınlığın sebebinin ise insan doğasında bulunan başına geleceklerden haberdar olma ve ileriye dönük yaşantılarını garantileme güdüsü olduğu öne sürülmüştür (Grenier, Barette & Ladouceur, 2005). Psikolojide endişe kavramının bir alt bileşeni olarak kabul edilen belirsizliğe tahammülsüzlük kavramı (Çardak, 2012) endişenin ve yaygın kaygı bozukluğunun altında yatan dört temel bilişsel süreçten biridir. Dugas ve Koerner (2005) çalışmasında belirsizliğe tahammülsüzlük ve endişe kavramlarının birbirlerinden ayrı değerlendirilemeyeceğini vurgulamıştır.

Endişenin gelişimi ve devamında önemli bir rol oynadığı bilinen belirsizliğe tahammülsüzlüğün (Dugas, Freeston & Ladouceur, 1997) mükemmeliyetçilik, algılanan kontrol, depresyon ve işlevsel olmayan tutumlar gibi bilişsel süreçler ile karşılaştırıldığında, endişe ile ilişkisinin daha anlamlı olduğu bulunmuştur. Bu bağlamda belirsizliğe tahammülsüzlüğün, patolojik olmayan endişenin ayırt edici bir bilişsel süreci olabileceği söylenebilir (Dugas, Schwartz & Francis, 2004). Belirsizliğe tahammülsüzlüğün bireyde yıkıcı duygulara yol açmasına ve çoğunlukla endişe duygusuna kapılmasına neden olması beklenir. Buna bağlı olarak alan yazındaki çalışmalar incelendiğinde belirsizliğe tahammülsüzlük olgusunun daha çok endişe kavramı ile ilişkilendirildiği görülmektedir (Freeston vd., 1994; Dugas, Freeston & Ladouceur, 1997; Dugas, Buhr & Ladouceur, 2004; Dugas, Schwartz & Francis, 2004; Dugas vd., 2005; Buhr & Dugas, 2006; Sarı, 2007; Sarı & Dağ, 2009; Çardak, 2012; Arslan, 2013; Öztürk, 2013; Sarıçam, 2014; Yüksel, 2014; Korkut & Keskin, 2015; Eranlı & Uysal, 2015).

Bu çalışmada belirsizliğe tahammülsüzlükle ilişkili olduğu ve bireylerin belirsizliğe tahammülsüzlüğünü etkilediği düşünülen değişken ise endişe ile ilgili olumlu ve olumsuz inançlardır. Endişe olumsuz duygularla yüklü, kontrol edilemeyen düşünceler zinciri olarak tanımlanmış ve endişe yaşayan bireylerde daha çok belirsizliğin hâkim olduğu belirtilmiştir (Borkovec, Robinson, Pruzinsky & DePree, 1983). Belirsizlik ise herhangi bir şeyin nasıl olacağını bilinmemesi durumudur, birey için bir tehlike olarak kabul edilebilir (Spencer, 2002). Yaygın kaygı bozukluğunun üst bilişsel modeline göre kişiler yaşadıkları endişe duygusunun kendileri üzerindeki etkisi hakkında hem olumlu hem de olumsuz inançlar geliştirebilirler (Cartwright-Hatton & Wells, 1997). Bireyin endişeyi olaylar karşısında bir başa çıkma yöntemi olarak yorumlandığı, endişenin yıkıcı şeylerin meydana gelmesinin önüne geçtiği, bireyi en istenilmeyen ihtimalin gerçekleşmesine karşı önlemini almasını sağladığı ve bireyin olaylara daha duygusal açıdan bakmasının engellediği gibi düşünceler endişe ile ilgili olumlu inançlardır. Endişenin bireyde yıkıcı duygular yaratacağı, bireyin problemlerinin üstesinden gelmesini ve verimini olumsuz yönde etkileyeceği gibi düşünceler ise endişe ile ilgili olumsuz inançlardır (Sarı & Dağ, 2009).

Endişe ile ilgili hem olumlu hem de olumsuz inançların bir arada endişe ile anlamlı bir ilişki içerisinde olduğu bilinmektedir (Davey, Tallis & Capuzzo, 1996). Alan yazın incelendiğinde endişe ile ilgili olumlu ve olumsuz inançların,

farklı endişe seviyeleri ile ilişkisi olduğu görülmektedir. Klinik olmayan örneklemede endişe ile ilgili olumlu inançların, düşük endişe seviyesi ile ilişkili olduğu; endişe ile ilgili olumsuz inançların ise yüksek endişe seviyesi ile anlamlı olarak ilişkili olduğu görülmüştür (Holowka, Dugas, Francis & Laugesen, 2000; Bakerman, Buhr, Keorner & Dugas, 2004).

İnsanların, endişelerinin etkileri ve doğası hakkında sahip oldukları inançlar; yaygın kaygı bozukluğunun anlaşılmasındaki önemli faktörlerden biridir. Aşırı endişenin insanlar üzerinde; hoş olmayan duygular, fizyolojik belirtiler, olumsuz düşünceler ve zihinsel kontrolün kaybedildiği hissi gibi çeşitli olumsuz etkileri vardır. Elbette bu olumsuz duyguların sıklığı ve yoğunluğu, yaygın kaygı bozukluğu yaşayan insanların, tıbbi ve psikolojik yardım aramalarına neden olmaktadır. Bu nedenle kendileri üzerindeki bu olumsuz etkilerine rağmen neden hala endişelenmeye devam ettiklerini, hem danışanların anlaması hem de danışmanların bu alanda farkındalık kazanması sağlanmalıdır. Yıllar boyunca çeşitli araştırma merkezleri bu belirgin çelişkiyi anlamaya çalışmışlar, ortaya çıkan sonuç ise; aşırı endişelenen insanların, endişeleri ve endişelenmenin olumlu sonuçları ile ilgili sahip oldukları inançların, endişelenme davranışlarını pekiştirdiğini ortaya çıkarmışlardır (Wilkinson, Meares & Freeston, 2011).

Alan yazında belirsizliğe tahammülsüzlük ve endişe ile ilgili olumlu ve olumsuz inanç kavramları hakkında ayrı ayrı tanımlayıcı çalışmalar yapılmıştır. Ancak bu iki kavram arasındaki ilişkiye yönelik çok az sayıda çalışmaya rastlanılmıştır (Laugesen, Dugas & Bukowski, 2003; Sarı, 2007). Ayrıca belirsizliğe tahammülsüzlük ile ilgili yapılan betimsel çalışmalar da mevcuttur (Ersöz, Ersöz & Konuşkan, 2016; Erguvan, 2015; Korkut & Keskin, 2015; Macit, 2010; Sarı, 2007; Terzi, 2004). Alan yazın incelendiğinde belirsizliğe tahammülsüzlük ile ilgili sınırlı çalışmalar olduğu görülmektedir. Belirsizliğe tahammülsüzlük ile endişe ile ilgili inançlar arasında bulunacak bir ilişki belirsizliğe tahammülsüzlük kavramının karmaşık yapısının büyük ölçüde anlaşılmasına katkı sağlayacak ayrıca ilgili alan yazında da bilgi birikimine ve yeni yapılacak çalışmalara kaynak oluşturabilecektir. Cinsiyet açısından farklılığa yönelik olarak, farklılık saptanması durumunda kadın ya da erkek hangi grup olursa olsun önleyici kapsamda yapılacak çalışmalara ışık olacaktır.

### **Araştırmanın Amacı**

Bu araştırmanın amacı, üniversite öğrencilerinin belirsizliğe tahammülsüzlüklerinin endişe ile ilgili olumlu ve olumsuz inançlar tarafından yordanıp yordanmadığının belirlenmesi ve üniversite öğrencilerinin belirsizliğe tahammülsüzlüklerinin cinsiyet açısından farklılaşıp farklılaşmadığının saptanmasıdır. Buna yönelik araştırma soruları aşağıda belirtilmiştir.

- Üniversite öğrencilerinin belirsizliğe tahammülsüzlük puanları, endişe ile ilgili olumlu ve olumsuz inanç puanları tarafından ne derece yordamaktadır?
- Üniversite öğrencilerinin belirsizliğe tahammülsüzlük puanları, cinsiyet değişkenine göre anlamlı olarak farklılaşmakta mıdır?

### **Araştırmanın Problemi**

Alan yazın incelendiğinde, belirsizliğe tahammülsüzlük ile ilgili yapılan araştırmaların özellikle yurt içinde sınırlı sayıda olduğu görülmüştür. Yapılan çalışmalarda belirsizliğe tahammülsüzlük olgusunun daha çok endişe kavramı ile ilişkilendirildiği görülmektedir (Freeston vd., 1994; Dugas, Freeston & Ladouceur, 1997; Dugas, Buhr & Ladouceur, 2004; Dugas, Schwartz & Francis, 2004; Dugas vd., 2005; Buhr & Dugas, 2006; Sarı, 2007; Sarı & Dağ, 2009; Çardak, 2012; Arslan, 2013; Öztürk, 2013; Sariçam, 2014; Yüksel, 2014; Korkut & Keskin, 2015; Ersanlı & Uysal, 2015). Bu çalışmada daha önceki çalışmalardan farklı olarak belirsizliğe tahammülsüzlük ile endişe ile ilgili olumlu ve olumsuz inançlar arasındaki ilişki incelenmiştir. Bu çalışma üniversite öğrencilerinin belirsizliğe tahammülsüzlüklerinin açıklanması ve belirsizliğe tahammülsüzlüklerinin azaltılması ile ilgili yapılacak çalışmalarda dikkat edilecek yapı taşlarının belirlenmesi açısından önem arz etmektedir. Alan yazın incelendiğinde yapılan bazı araştırmalarda (Sarı, 2007; Terzi, 2004; Korkut & Keskin, 2015; Macit, 2010), kadın üniversite öğrencilerinin erkek öğrencilere göre belirsizliğe tahammülsüzlük puanlarının kadın öğrenciler lehine anlamlı olarak farklılaştığı bulunurken; bazı çalışmalarda ise (Erguvan, 2015; Ersöz, Ersöz & Konuşkan, 2016) üniversite öğrencilerinin cinsiyeti açısından belirsizliğe tahammülsüzlük puanları arasında anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir. Ayrıca cinsiyet açısından belirsizliğe tahammülsüzlük puanları arasında anlamlı fark olup olmasının incelenmesi, alan yazındaki ortaya çıkan çelişkinin giderilmesine ve belirsizliğe tahammülsüzlük kavramının anlaşılmasına ve alan yazındaki bilgi birikimine farklı açıdan katkı sağlayabilecektir.

## 2. Yöntem

### Araştırmanın Modeli

Araştırmada Mehmet Akif Ersoy Üniversitesinde öğrenimine devam eden üniversite öğrencilerinin belirsizliğe tahammülsüzlük durumlarının, endişe ile ilgili olumlu ve olumsuz inançları açısından incelenmesine yönelik olarak ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. İlişkisel tarama modeli iki ya da daha çok sayıda değişken arasında birlikte değişim olup olmadığını ve değişimin derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelidir (Karasar, 2005).

### Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubu 2015–2016 eğitim öğretim yılında Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesinde öğrenim gören 175 öğrenciden oluşmaktadır. Örneklem seçilirken basit olasılıksız örnekleme yöntemi kullanılmış olup, gönüllülük esas alınmıştır. Çalışma grubu ile ilgili demografik bilgiler Tablo 1’de verilmiştir.

**Tablo 1. Örnekleme ait tanımlayıcı istatistik bulgular**

Faktör	Değişken	n	%
Cinsiyet	Kadın	105	60.00
	Erkek	70	40.00
Yaş	17-19	110	62.90
	20-22	52	29.70
	23-25	13	7.40
Bölüm	Çağrı Merkezi Hizmetleri	52	29.70
	Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık	32	18.30
	Hemşirelik	38	21.70
	Acil İlk Yardım Yönetimi	53	30.30
Toplam Öğrenci Sayısı		175	100.00

Tablo 1 incelendiğinde araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin yaş ortalamasının 19.90 olduğu görülmektedir. Katılımcıların %60’ı (n=105) kadın, %40’ı (n=70) ise erkek öğrencilerden oluşmaktadır. Araştırmaya katılanların %29.70’i (n=52) Çağrı merkezi hizmetleri, %18.30’u (n=32) Rehberlik ve psikolojik danışmanlık, %21.70’i (n=38) Hemşirelik, %30.30’u (n=139) Acil ilk yardım yönetimi bölümlerinde öğrenim görmektedir.

### Veri Toplama Araçları

**Kişisel Bilgi Formu:** Araştırmaya katılan öğrencilerin demografik özellikleri hakkında bilgi edinmek amacıyla araştırmacılar tarafından kişisel bilgi formu geliştirilmiştir. Kişisel bilgi formunda öğrencilere yönelik kişisel bilgiler (Cinsiyet, yaş, bölüm) yer almaktadır.

**Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği (BTÖ-12):** Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği, Carleton, Norton ve Asmundson (2007) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkçe’ye uyarlaması Sarıçam vd. (2014) tarafından yapılmıştır. Ölçek toplam 12 madde ve 5’li likert tipindedir. Ölçeğin iki alt boyutu bulunmaktadır ve ölçekten toplam puan alınabilmektedir. Ölçek toplam varyansın %78.57’sini açıklamaktadır. BTÖ-12’nin genel iç tutarlık katsayısı .88’dir. Alt boyutlarının iç tutarlık katsayıları; ileriye yönelik kaygı .84; engelleyici kaygı .77’dir (Sarıçam vd., 2014). Bu çalışmada ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlık katsayı ölçeğin bütünü için .84; ileriye yönelik kaygı alt boyutu için .75, engelleyici kaygı alt boyutu için .83 olarak bulunmuştur.

**Endişenin Sonuçları Ölçeği:** Endişenin Sonuçları Ölçeği, Davey, Tallis ve Capuzzo (1996) tarafından endişe ile ilgili olumlu ve olumsuz inançları ölçmek için geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkçe’ye uyarlaması Sarı ve Dağ (2009) tarafından yapılmıştır. Ölçek toplam 29 madde ve 5’li likert tipindedir. Ölçeğin iki alt boyutu bulunmaktadır ve her bir alt boyutu için ayrı toplam puan alınmaktadır. Ölçek toplam varyansın %66’sını açıklamaktadır. Birinci alt boyut olan endişe ile ilgili olumsuz inançların, iç tutarlığı .95; ikinci alt boyut olan endişe ile ilgili olumlu inançların, iç tutarlığı .93’tür (Sarı & Dağ, 2009). Bu çalışmada ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlık katsayı endişe ile ilgili olumsuz inançlar alt boyutu için .95, endişe ile ilgili olumlu inançlar alt boyutu için .92 olarak bulunmuştur.

### Verilerin Analizi

Öncelikle verilerin regresyon analizi için gerekli olan parametrik özellikleri karşılayıp karşılamadığı test edilmiştir. Bu amaçla verilerin normal dağılım sayılıtısını karşılayıp karşılamadığına ilişkin basıklık ve çarpıklık katsayılarına bakılmıştır. Tüm veriler için basıklık ve çarpıklık katsayıları -1.0 ve +1.0 arasında değişmektedir. Kolmogorov simirnov

normallik testinde verilerin normal dağıldığı saptanmıştır. Veri setinde aykırı değer incelemesi için Mahalonobis uzaklık katsayıları ve z puan incelemesi yapıldığında uçlarda yer alan veriye rastlanmamıştır. Ayrıca regresyon varsayımını sağlayabilmek için modelde hata terimleri arasında ilişki olmaması gerekir (Kalaycı, 2006). Bu doğrultuda öncelikle modelde otokorelasyonu test etmede kullanılan Durbin Watson değerine bakıldığında 1.50 ile 2.50 arasında olması arzulanan değer (Kalaycı, 2006) 1.99 olduğu, modelde otokorelasyon olmadığı, b katsayılarının standart hatalarının çok küçük olduğu ve regresyon varsayımının sağlandığı görülmektedir. Yapılan bu istatistikler sonucunda terimlerin bağlantılı olmadığına karar verilmiştir. Verilerin analizinde, değişkenler arasındaki ilişkiyi saptamak için pearson momentler çarpımı korelasyon katsayısı, değişkenlerin belirsizliğe tahammülsüzlüğü ne derece yordadığını saptayabilmek için ise çoklu doğrusal regresyon analizi ve farklılıklara ilişkin analizde bağımsız gruplar t-testi kullanılmıştır. İstatistik analizlerde SPSS 15.0 programı kullanılmış, anlamlılık düzeyi .05 olarak kabul edilmiştir.

### 3. Bulgular ve Yorumlar

Üniversite öğrencilerinin endişe ile ilgili olumlu ve olumsuz inançlarının belirsizliğe tahammülsüzlüklerini ne derece yordadığını saptamak için çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Regresyon analizi öncesinde bağımlı ve bağımsız değişkenler arasında çoklu bağlantının olup olmadığını incelemek üzere bağımlı ve bağımsız değişkenler arasındaki ikili korelasyon katsayıları hesaplanmış ve sonuçlar Tablo 2’de verilmiştir.

**Tablo 2. Değişkenler arası pearson momentler çarpımı korelasyon katsayıları**

Değişkenler	X	S	1	2	3
Belirsizliğe Tahammülsüzlük	40.36	8.98	-		
Endişe ile İlgili Olumsuz İnançlar	50.80	17.69	.518**	-	
Endişe ile İlgili Olumlu İnançlar	33.09	11.85	.170**	-.021	-

\*\* $p < .01$

Tablo 2’ye göre katılımcıların belirsizliğe tahammülsüzlük ortalamasının 40.36, standart sapmasının ise 8.98 olduğu görülmektedir. Ayrıca üniversite öğrencilerinin belirsizliğe tahammülsüzlükleri ile endişe ile ilgili olumsuz inançları ( $r=.518$ ,  $p<.01$ ) ve endişe ile ilgili olumlu inançları ( $r=.170$ ,  $p<.01$ ) arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır. Bu ilişkilerin modelde çoklu bağlantı sorunu yaratacak şekilde olmadığı (.70’den küçük olduğu), ilişkilerin orta seviyede olduğu, verilerin analizi bölümünde verilmiş olan regresyon varsayımı için yapılan analizlerden ve orada verilen Durbin Watson değerinden de anlaşılmaktadır.

Değişkenlerin belirsizliğe tahammülsüzlüğü anlamlı olarak yordayıp yordamadığını saptamak için yapılan çoklu doğrusal regresyon analizinden elde edilen sonuçlar Tablo 3’te sunulmuştur.

**Tablo 3. Belirsizliğe tahammülsüzlüğün yordayıcıları olarak endişe ile ilgili olumlu ve olumsuz inançlara ilişkin çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçları**

Değişkenler	R	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> <sub>ch</sub>	F	Df	B	b	t	p
Sabit						22.339		9.358**	.000
Endişe ile İlgili Olumsuz İnançlar	.549	.302	.302	37.132**	2/172	.265	.522	8.193*	.000
Endişe ile İlgili Olumlu İnançlar						.137	.181	2.843*	.005

\* $p < .05$ , \*\* $p < .001$

Tablo 3’te görülen çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçlarına göre endişe ile ilgili olumlu ve olumsuz inançlar değişkenleri birlikte, öğrencilerin belirsizliğe tahammülsüzlük puanlarını anlamlı olarak yordamakta ve regresyon için kurgulanan modelin anlamlı olduğu görülmektedir ( $R=.549$ ,  $R^2=.302$ ,  $F_{(2,172)}=37.132$ ,  $p<.001$ ). Adı geçen değişkenler hep birlikte, üniversite öğrencilerinin belirsizliğe tahammülsüzlüklerinin %30.2’sini açıklamaktadır. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t-testi sonuçları incelendiğinde değişkenlerin belirsizliğe tahammülsüzlük üzerinde pozitif yönde anlamlı birer yordayıcı olduğu görülmektedir. Standardize edilmiş regresyon katsayısına ( $\beta$ ) göre, yordayıcı değişkenlerin belirsizliğe tahammülsüzlük üzerindeki görece önem sırası endişe ile ilgili olumsuz inançlar ( $\beta=.522$ ,  $t=8.193$ ,  $p<.001$ ) ve endişe ile ilgili olumlu inançlar ( $\beta=.181$ ,  $t=2.843$ ,  $p<.05$ )’dir.

Üniversite öğrencilerinin cinsiyeti açısından belirsizliğe tahammülsüzlük puanları arasında anlamlı farkın olup olmadığını incelemek için bağımsız örneklem t-testi analizi gerçekleştirilmiş ve sonuçlar Tablo 4’te verilmiştir.

**Tablo 4. Üniversite öğrencilerinin cinsiyet açısından belirsizliğe tahammülsüzlük puanlarının incelenmesine ilişkin bağımsız örneklem t-testi sonuçları**

	Cinsiyet	n	$\bar{x}$	S	sd	t	p
Belirsizliğe	Kadın	105	41.90	9.91	173	1.134	.02
Tahammülsüzlük	Erkek	70	38.10	7.31			

\* $p < .05$

Tablo 4'te görüldüğü gibi kadın ve erkek üniversite öğrencilerinin belirsizliğe tahammülsüzlük puanları ( $t_{(173)} = 1.134$ ,  $p < .05$ ) anlamlı olarak farklılaşmaktadır. Bu farklılık kadın öğrencilerin belirsizliğe tahammülsüzlük puan ortalamalarının ( $\bar{x}=41.90$ ,  $ss=9.91$ ), erkek öğrencilerin belirsizliğe tahammülsüzlük puan ortalamalarından ( $\bar{x}=38.10$ ,  $ss=7.31$ ) daha yüksek olmasından kaynaklanmaktadır.

#### 4. Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Üniversite öğrencilerinin belirsizliğe tahammülsüzlüklerinin endişe ile ilgili olumlu ve olumsuz inançları tarafından ne derece yordandığını incelemeyi amaçlayan bu çalışmada; değişkenler arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu saptanmış, endişe ile ilgili olumlu ve olumsuz inançların belirsizliğe tahammülsüzlüğü anlamlı olarak yordadığı belirlenmiştir. Başka bir deyişle üniversite öğrencilerinin yaşadıkları olaylar karşısında geliştirdikleri endişe ile ilgili hem olumlu inançları hem de olumsuz inançları belirsizliğe tahammülsüzlük düzeylerini arttırmaktadır. Bireylerin yaşadıkları ya da yaşayacakları olaylar karşısında endişe ile ilgili olumsuz inançlar geliştirmelerinin belirsizliğe tahammülsüzlüklerini arttıracakları beklenen bir sonuçtur. Bununla beraber belirsizliğe tahammülsüzlüğün, endişe ile ilgili olumlu inançlar tarafından da anlamlı olarak pozitif yönde yordandığı bulgusuna ulaşılmıştır. Bu durum gelecekle ilgili belirsiz durumlar karşısında tahammülsüzlük gösteren bireylerin endişe ile ilgili olumlu inançlarının da olabileceği; endişeyi, ileride karşılaşılabileceği olumsuz durumlar karşısında toleransını arttırmak için tehditlere karşı hazırlayıcı bir baş etme mekanizması ve problem çözme yolu olarak kullanabileceğini göstermektedir (Borkovec & Roemer, 1995).

Araştırmanın sonucunda elde edilen bulgulara paralel olarak Sarı (2007) üniversite öğrencileri üzerinde yapmış olduğu çalışmada belirsizliğe tahammülsüzlüğün endişe ile ilgili olumlu ve olumsuz inançlar ile pozitif yönde anlamlı ilişki içinde olduğunu bulgulamıştır. Ladouceur vd. (2000) yapmış oldukları çalışmada belirsizliğe tahammülsüzlüğün yaygın kaygı bozukluğunun bilişsel bir bileşeni olduğunu ve tedavi sonrasında belirsizliğe tahammülsüzlüğün endişe ile paralel olarak azaldığını gözlemlemişlerdir. Ayrıca Dugas, Freeston ve Ladouceur (1997); Dugas, Schwartz ve Francis (2004); Dugas vd. (2005); Buhr ve Dugas (2006) araştırmalarında belirsizliğe tahammülsüzlük ile endişe arasında güçlü bir ilişkinin olduğunu ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün endişenin güçlü bir yordayıcısı olduğunu bulgulamışlardır. Laugesen, Dugas ve Bukowski (2003) tarafından yapılan çalışmada belirsizliğe tahammülsüzlük, endişe ile ilgili olumlu inançlar ve olumsuz sorun yöneliminin endişe ile ilişkili olduğu ve en güçlü ilişkinin belirsizliğe tahammülsüzlük ve endişe arasında olduğu bulunmuştur. Bir başka çalışmada Ladouceur, Gosselin ve Dugas (2000) bilgisayarla kumar makinesinin simülasyonundan faydalanılarak bir grupta belirsizliğe tahammülsüzlük artırılmış, diğer grupta ise azaltılmıştır. Belirsizliğe tahammülsüzlüğün artırıldığı grupta, azaltılan gruba göre daha yüksek seviyede endişe ortaya çıkmıştır. Spencer (2002)'in endişe belirsizliği yordadığı gibi aynı zamanda belirsizlik de endişeyi yordayabilir bulgusu göz önüne alındığında, literatürde yer alan tüm bu bulguların araştırmanın sonuçlarını destekler nitelikte olduğu söylenebilir.

Araştırmada katılımcıların belirsizliğe tahammülsüzlük puanları incelendiğinde genel aritmetik ortalaması yüksek düzeyde ( $\bar{x}=40.36$ ) bulunmuştur. Hofstede (1980) kültürel özellikleri karşılaştırdığı çalışmasında Türkiye, kültürel olarak yüksek oranda belirsizliğe tahammülsüz ülkeler arasında gösterilmektedir. Belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyinin yüksek olması, toplumda yeniliklere karşı direnci de beraberinde getirmektedir. Türkiye değişime direncin yoğun olarak görüldüğü bir kültüre sahiptir. Bu direncin temelinde belirsizlik ve gelecekte karşılaşılabilecek durumlar hakkında endişe duyma yatmaktadır (Arbak, 2005).

Araştırmanın son bulgusunda üniversite öğrencilerinin belirsizliğe tahammülsüzlüklerinde cinsiyet açısından anlamlı farklılaşmakta olduğu görülmüştür. Bu sonuç kadınların belirsizliğe tahammülsüzlük puanlarının erkeklere göre daha yüksek olduğu anlamına gelmektedir. Bu durum kadınların erkeklere göre belirsizlik içerecek veya doğuracak durumlarda ya da ortamlarda daha gergin ve tedirgin olmalarından, olaylara bakış şekillerinden ya da kültürel olgulardan kaynaklanmış olabilir (Korkut & Keskin, 2015). Kadınların geleceklerini garantiye almak istemeleri ve geleceğe yönelik belirsizlik durumlarından daha olumsuz etkilenmeleri belirsizliğe tahammülsüzlüklerinin yüksek olmasına neden olmuş olabilir (Macit, 2010). Araştırmanın bu bulgusu Sarı (2007) tarafından üniversite öğrencileri üzerinde yapılan çalışmada elde edilen, kadın üniversite öğrencilerinin erkek öğrencilere göre belirsizliğe tahammülsüzlük puanlarının kadın öğ-

renciler lehine anlamlı olarak farklılaşmaktadır bulgusu ile paraleldir. Ayrıca Terzi (2004), Korkut ve Keskin (2015) ve Macit (2010) tarafından üniversitesi öğrencilerinin belirsizlikten kaçınma düzeyleri üzerine yapılan çalışmalarda kadın öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha fazla belirsizlikten kaçınma eğiliminde olduklarını bulgulamışlardır. Araştırma bulgusuna aykırı olarak Yanar (2015) organ transplantasyonu bekleme sürecindeki hastaların; Erguvan (2015), Ersöz, Ersöz ve Konuşkan (2016) üniversite öğrencilerinin; Gümüş ve Sezgin (2016) MS hastalarının; belirsizliğe tahammülsüzlüklerinin cinsiyete göre anlamlı farklılaşmadığını bulgulamışlardır.

Araştırma sonuçlarına göre şu öneriler sıralanabilir; Bu çalışmada kadın öğrencilerin, belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri yüksek olduğundan; kadın üniversite öğrencilerinin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeylerini düşürebilecek psikoeğitim programları oluşturulabilir. Bu programların içeriğinde endişe duygusunu azaltacak etkinliklere yer verilebilir. Üniversitelerin bünyesinde bulunan psikolojik danışma merkezlerinin belirsiz durumlar karşısında gergin ve tedirgin olan kadın öğrencilere belirsizliğin doğası, belirsizlik yönetimi ve belirsizliğe cevap verme yaklaşımlarını anlatması faydalı olabilir. Deneysel çalışmalar kurgulanarak belirsizliğe tahammülsüzlüğün endişe ile ilgili olumlu ve olumsuz inançları azaltıcı etkinliklerden ne derece etkilendiği ölçülebilir. Belirsizlikle başa çıkmanın önemini vurgulayacak seminerler düzenlenebilir ve belirsiz durumlar karşısında tolerans göstermeye ilişkin farkındalıklar artırılabilir. Çalışma, nitel araştırma yaklaşımıyla planlanarak farklı bir boyut kazandırılabilir. Bu çalışmada üniversite öğrencilerinin belirsizliğe tahammülsüzlüklerini yordayan endişe ile ilgili olumlu ve olumsuz inanç değişkenleri üzerinde durulmuştur. Bundan sonra yapılacak çalışmalarda farklı değişkenlerin üzerinde durulması üniversite öğrencilerinin belirsizliğe tahammülsüzlük davranışlarının daha iyi anlaşılmasına katkı sağlayabilir. Bu çalışma grubunu bir üniversitenin dört bölümünden seçilmiş öğrenciler oluşturmaktadır. Bu değişkenleri kapsayacak şekilde farklı farklı bölümlerde, farklı üniversitelerde veya farklı öğretim kademeleri üzerinde (ilkokul, ortaokul, lise, lisansüstü vs.) çalışılması önerilmektedir. Ayrıca bir meslek dalındaki bireylerin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri hakkında çalışmalar yapılarak karşılaştırmalarda bulunulabilir.

Araştırma, Burdur ili sınırları içerisindeki Mehmet Akif Ersoy Üniversitesinde 2015–2016 öğretim yılında öğrenim görmekte olan 175 üniversite öğrencisinin görüşleriyle ve değişkenleri ölçmek için geliştirilen kişisel bilgi formu, belirsizliğe tahammülsüzlük ve endişenin sonuçları ölçekleri ile toplanan verilerle sınırlandırılmıştır. Ayrıca gönüllülük ilkesi ile hareket edildiğinden üniversitede var olan her bölümden öğrencinin çalışmada yeteri kadar temsil edilmemesi de çalışmanın sınırlılığı olarak gösterilebilir.

## 5. Kaynakça

- Abel, J. L., & Borkovec, T. D. (1995). Generalizability of DSM-III-R generalized anxiety disorders to proposed DSM-IV criteria and cross-validation of proposed changes. *Journal of Anxiety Disorders*, 9(4), 303–315.
- Arbak, Y. (2005). Dominant values of Turkish organizations: A contradictory phenomenon. *Review of Social, Economic & Business Studies*, 5(6), 69–88.
- Arslan, Y. (2013). *Belirsizlik yönetimi (BELYÖN) programının belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyine etkisi; kadın öğretmen adayları üzerine deneysel bir araştırma* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Kocaeli Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kocaeli.
- Bakerman, D., Buhr, K., Koerner, N., & Dugas, M. J. (2004, November). *Exploring the link between positive beliefs about worry and worry*. 38. Annual Convention of the Association for the Advancement of Behavior Therapy, New Orleans, LA.
- Borkovec, T. D., Robinson, E., Pruzinsky, T., & DePree, J. A. (1983). Preliminary exploration of worry: Some characteristics and processes. *Behaviour Research and Therapy*, 21(1), 9–16.
- Borkovec, T. D., & Roemer, L. (1995). Perceived functions of worry among generalized anxiety disorder subjects: Distraction from more emotionally distressing topics? *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 26(1), 25–30.
- Budak, S. (2003). *Psikoloji sözlüğü*. Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları.
- Buhr, K., & Dugas, M. J. (2002). The intolerance of uncertainty scale: Psychometric properties of the english version. *Behaviour Research and Therapy*, 40(8), 931–945.
- Buhr, K., & Dugas, M. J. (2006). Investigating the construct validity of intolerance of uncertainty and its unique relationship with worry. *Journal of Anxiety Disorders*, 20(2), 222–236.
- Carleton, R. N., Norton, M. A. P. J., & Asmundson, G. J. G. (2007). Fearing the unknown: A short version of the intolerance of uncertainty scale. *Journal of Anxiety Disorders*, 21(1), 105–117.
- Cartwright-Hatton, S., & Wells, A. (1997). Beliefs about worry and intrusions: The meta-cognitions questionnaire and its correlates. *Journal of Anxiety Disorders*, 11(3), 279–296.
- Çaplı, B., & Taş, O. (2010). Kriz haberciliği. In B. Çaplı ve H. Tuncel (Eds.), *Televizyon haberciliğinde etik* (pp.237-251). Ankara: Fersa Matbaacılık.
- Çardak, M. (2012). *Affedicilik yönelimli psiko-eğitim programının affetme eğilimi, belirsizliğe tahammülsüzlük, psikolojik iyi oluş, süreklilik kaygı ve öfke üzerindeki etkisinin incelenmesi* (Yayımlanmamış doktora tezi). Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.



- Davey, G. C. L., Tallis, F., & Capuzzo, N. (1996). Beliefs about the consequences of worrying. *Cognitive Therapy and Research*, 20(5), 499-520.
- Develi, E. (2006). *Konya'da ilköğretim okullarında görev yapan beden eğitimi öğretmenlerinin sürekli kaygı durumlarının incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Dugas, M. J., Buhr, K., Ladouceur, R., Heimberg, R. G., Turk, C. L., & Mennin, D. S. (2004). The role of intolerance of uncertainty in etiology and maintenance. *Generalized Anxiety Disorder: Advances in Research and Practice*, 143-163.
- Dugas, M. J., Freeston, M. H., & Ladouceur, R. (1997). Intolerance of uncertainty and problem orientation in worry. *Cognitive Therapy and Research*, 21(6), 593-606.
- Dugas, M. J., Hedayati, M., Karavidas, A., Buhr, K., Francis, K., & Phillips, N. A. (2005). Intolerance of uncertainty and information processing: Evidence of biased recall and interpretations. *Cognitive Therapy and Research*, 29(1), 57-70.
- Dugas, M. J., & Koerner, N. (2005). Cognitive-behavioral treatment for generalized anxiety disorder: Current status and future directions. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 19(1), 61-81.
- Dugas, M. J., Schwartz, A., & Francis, K. (2004). Intolerance of uncertainty, worry, and depression. *Cognitive Therapy and Research*, 28(6), 835-842.
- Erguvan, F. M. (2015). *Üniversite öğrencilerinin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri ile psikolojik iyi olma düzeylerinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Ersanlı, K., & Uysal, E. (2015). Belirsizliğe karşı tutum ölçeğinin geliştirilmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 14(54), 46-53.
- Ersöz, F., Ersöz, T., & Konuşkan, Ö. (2016). Belirsizlikle başa çıkmada etkili olan kriterlerin araştırılması: Bir üniversite uygulaması. *Ç.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 25(3), 215-232.
- Freeston, M. H., Rhéaume, J., Letarte, H., Dugas, M. J., & Ladouceur, R. (1994). Why do people worry? *Personality and Individual Differences*, 17(6), 791-802.
- Grenier, S., Barrette, A. M., & Ladouceur, R. (2005). Intolerance of uncertainty and intolerance of ambiguity: Similarities and differences. *Personality and Individual Differences*, 39(3), 593-600.
- Gümüş, K., & Sezgin, S. (2016). Multiple skleroz hastalarında belirsizliğe tahammülsüzlüğün intihar düşüncesine etkisi. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 9(47), 475-486.
- Hofstede, G. (1980). *Culture's consequences*. California: Sage Publication.
- Holowka, D.W., Dugas, M.J., Francis, K., & Langesen, N. (2000). Measuring beliefs about worry: A psychometric evaluation of the why worry-II questionnaire. In M. J. Dugas & M. Robichaud (Eds.), *Cognitive-behavioral treatment for generalized anxiety disorder* (pp.70-71). New York, NY: Taylor & Francis Group.
- Kalaycı, Ş. (Ed.). (2006). *SPSS uygulamalı çok değişkenli istatistik teknikleri*. Ankara: Asil Yayın Dağıtım.
- Karasar, N. (2005). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Korkut, A., & Keskin, İ. (2015). Öğretmen adaylarının belirsizlikten kaçınma düzeylerine ilişkin karşılaştırmalı bir analiz. *Electronic International Journal of Education, Arts and Science*, 1(2), 31-57.
- Ladouceur, R., Dugas, M. J., Freeston, M. H., Léger, E., Gagnon, F., & Thibodeau, N. (2000). Efficacy of a cognitive-behavioral treatment for generalized anxiety disorder: Evaluation in a controlled clinical trial. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 68(6), 957-964.
- Ladouceur, R., Gosselin, P., & Dugas, M. J. (2000). Experimental manipulation of intolerance of uncertainty: A study of a theoretical model of worry. *Behaviour Research and Therapy*, 38(9), 933-941.
- Laugesen, N., Dugas, M. J., & Bukowski, W. M. (2003). Understanding adolescent worry: The application of a cognitive model. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 31(1), 55-64.
- Macit, G. (2010). *İletişim tarzları üzerinde kültürel değerlerin etkisi: Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi öğrencileri üzerinde bir araştırma* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Burdur.
- Öztürk, Ö. (2013). *İntihar olasılığı ve aile işlevselliği arasındaki ilişkide bilişsel esneklik ve belirsizliğe tahammülsüzlük değişkenlerinin aracı rolü* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Sarı, S. (2007). *Sürekli kaygının yordayıcıları olarak belirsizliğe tahammülsüzlük, endişe ile ilgili inançlar ve kontrol odağının incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Sarı, S., & Dağ, D. (2009). Belirsizliğe tahammülsüzlük ölçeği, endişe ile ilgili olumlu inançlar ölçeği ve endişenin sonuçları ölçeğinin Türkçe'ye uyarlanması, geçerliliği ve güvenilirliği. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 10, 261-270.
- Sarıçam, H. (2014). Belirsizliğe tahammülsüzlüğün mutluluğa etkisi. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 4(8), 1-12.
- Sarıçam, H., Erguvan, F. M., Akın, A., & Akça, M. Ş. (2014). Belirsizliğe tahammülsüzlük ölçeği (BTÖ-12) Türkçe formu: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Route Educational and Social Science Journal*, 1(3), 148-157.
- Spencer, P. (2002). Anxiety. Palliative practices from AZ for the bedside clinician. In K. K. Kim & E. Peg (Eds.), *Oncology nursing society* (pp.23-26). Pittsburgh: PA.
- Stanley Budner, N. Y. (1962). Intolerance of ambiguity as a personality variable. *Journal of Personality*, 30(1), 29-50.

- Terzi, A. R. (2004). Üniversite öğrencilerinin güç mesafesi ve belirsizlikten kaçınma algıları üzerine bir araştırma. *Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(2), 65–76.
- Wells, A. (1995). Meta-cognition and worry: A cognitive model of generalized anxiety disorder. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 23(3), 301.
- Wilkinson, A., Meares, K., & Freeston, M. (2011). *CBT for worry and generalised anxiety disorder*. Sage.
- Yanar, M. (2015). *Organ transplantasyonu bekleme sürecindeki hasta ve yakınlarının belirsizliğe tahammülsüzlük, umutsuzluk ve depresyon düzeyleri arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Medipol Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Yüksel, B. (2014). *Kaygı belirtilerini açıklamada bağlanma, pozitif ve negatif duygu düzenleme ve belirsizliğe tahammülsüzlük arasındaki ilişkiyi bütüncü model arayışı* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.