

Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği, Endişe ile İlgili Olumlu İnançlar Ölçeği ve Endişenin Sonuçları Ölçeğinin Türkçeye uyarlanması, geçerliliği ve güvenilirliği*

Sevda SARI,¹ İhsan DAĞ²

ÖZET

Amaç: Bu çalışmada bireylerin belirsizliğe tahammülsüzlüklerini, endişe ile ilgili olumlu inançlarını, endişe ile olumlu ve olumsuz değerlendirmelerini ölçen üç farklı ölçeğin Türkçeye uyarlanması ve normallerden oluşan bir örnekleme psikometrik özelliklerinin araştırılması amaçlanmıştır. **Yöntem:** Araştırmanın örneklemi Hacettepe Üniversitesi'nin çeşitli bölümlerinde öğrenim gören 441 öğrenciden oluşmuştur. Veri toplamak amacıyla Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği (BTÖ), Endişe ile İlgili Olumlu İnançlar Ölçeği (EOİÖ), Endişenin Sonuçları Ölçeği (ESÖ) ve Sürekli Kaygı Envanteri (SKE) kullanılmıştır. **Bulgular:** Analiz sonuçlarında BTÖ, EOİÖ ve ESÖ'nin tüm ve alt ölçek olarak iç tutarlıklarının tatmin edici düzeyde olduğu görülmüştür. BTÖ'ne uygulanan faktör analizinde dört faktör elde edilmiştir: 'belirsizlik stres verici ve üzücüdür', 'belirsizlik ile ilgili olumsuz benlik değerlendirmeleri', 'geleceği bilmemek rahatsız edicidir' ve 'belirsizlik eyleme geçmeyi engeller'. EOİÖ'ne uygulanan faktör analizinde 'endişelenmek problem çözmeye yardımcı olur ve motivasyon kaynağıdır', 'endişelenmek tehlikeli ve olumsuz sonuçları engeller', 'endişelenmek olumsuz duygulara karşı korur' şeklinde adlandırılan üç faktöre ulaşılmıştır. ESÖ'nin 'endişe ile ilgili olumsuz değerlendirmeler' ve 'endişe ile ilgili olumlu değerlendirmeler' şeklinde iki faktörünün olduğu görülmüştür. **Sonuç:** BTÖ, EOİÖ ve ESÖ'nin Türk kültüründe normallerden oluşan örneklemlerde kullanılabilecek geçerli ve güvenilir ölçekler olduğu, ancak elde edilen bulguların klinik örneklemleri de kapsayan yeni çalışmalarla desteklenmesi gerektiği düşünülmektedir. (Anadolu Psikiyatri Derg 2009; 10:261-270)

Anahtar sözcükler: Belirsizliğe tahammülsüzlük, endişe ile ilgili olumlu inançlar, endişe ile ilgili olumsuz değerlendirmeler, ölçek, geçerlilik, güvenilirlik

Problem Solving Style, Hopelessness, Helplessness and Haplessness as the predictors of Psychopathology assessed by MMPI-2

ABSTRACT

Objective: The aim of the study was to adapt three different scales to Turkish population which were measuring intolerance to uncertainty, assessing positive beliefs about worry and positive and negative appraisals about worry. **Methods:** The sample consisted of 441 students from various departments of the Hacettepe University. Intolerance of Uncertainty Scale (IUS), Why Worry-II Scale (WW-II), Consequences of Worrying Scale (COWS), State-Trait Anxiety Inventory-Trait Anxiety Form (TAI) was used to collect data. **Results:** Findings revealed that internal consistencies of IUS, WW-II, COWS and their subscales were satisfactory. The factor analysis of IUS revealed a four factor solution: 'uncertainty is stressful and upsetting', 'negative self-assessment about uncer-

* Bu çalışma ilk yazarın H.Ü. Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı gereği olarak ikinci yazarın danışmanlığı altında yapılmış ve 2007'de tamamlanmış Yüksek Lisans Tezine dayanmaktadır.

¹ Uzm.Klin.Psk., ² Prof. Dr., Hacettepe Üniversitesi Psikoloji Bölümü, Beytepe/Ankara

Yazışma adresi/Address for correspondence:

Uzm.Klin.Psk. Sevda SARI, Hacettepe Üniversitesi Psikoloji Bölümü, Beytepe/Ankara

E-mail: sevda.ksm@gmail.com

tainty, 'disturbing thoughts about the uncertainty of future', 'uncertainty keeps someone from acting'. The factor analysis of WW-II revealed a three factor solution: 'worrying helps problem solving and is a source of motivation', 'worrying prevents dangerous and negative consequences', 'worrying protects against negative emotions'. The factor analysis of COWS revealed a two factor solution: 'negative appraisal about worry' and 'positive appraisal about worry'. **Conclusion:** It is concluded that Turkish versions of the IUS, WW-II, and COWS were reliable and valid instruments that can be used in normal Turkish samples; however the results should be supported in further studies that include clinical samples. (*Anatolian Journal of Psychiatry* 2009; 10:261-270)

Key words: intolerance of uncertainty, positive beliefs about worry, negative appraisal about worry, scale, validity, reliability

GİRİŞ

Aşırı ve kontrol edilemeyen endişe, yaygın kaygı bozukluğunun (YKB) temel tanı ölçütüdür,¹ bu nedenle YKB ile ilgili yapılan araştırmalar, patolojik endişeye odaklanmıştır. Patolojik endişeyi ve bu endişenin altında yatan bilişsel süreçleri temel alan bu araştırmalar, YKB'nin etiyolojisinin ve tedavisinin anlaşılması için önem taşımaktadır. Bir grup araştırmacı² YKB'nin bilişsel modelini açıklarken patolojik endişenin altında yatan dört temel bilişsel süreçten söz etmiştir: Belirsizliğe tahammülsüzlük, endişe ile ilgili olumlu inançlar, problem çözmede yetersizlik ve bilişsel kaçınma. Belirsizliğe tahammülsüzlük, belirsiz olay ve durumlara karşı duygusal, bilişsel ve davranışsal olumsuz tepki verme yatkınlığı olarak tanımlanır,³ bu bileşen patolojik endişe ve YKB ile anlamlı olarak ilişkilidir.^{4,5} Endişe ile ilgili olumlu inançlar YKB'nin diğer bilişsel bileşenidir.⁶ Bu iki kavram, YKB'nin bilişsel modeli^{2,5} ve endişenin üst bilişsel modeli^{7,8} çerçevesinde çeşitli yayınlarda^{9,10} ele alınıp tanıtılmıştır.

Bulgular, belirsizliğe tahammülsüzlüğün patolojik olmayan endişenin ayırt edici bir bilişsel süreci olabileceğini ortaya koymaktadır.¹¹ Ergenlerle yapılan bir çalışmada¹² en güçlü pozitif ilişkinin belirsizliğe tahammülsüzlük ile endişe arasında olduğu bulunmuş, belirsizliğe tahammülsüzlüğün orta ve yüksek düzeyde endişeli grupları ayırt edebildiği anlaşılmıştır. Diğer çalışmalarda da benzer ilişki ortaya konmuştur.^{5,13,14-16}

YKB'nin üst bilişsel modelinde bireylerin endişeleri ile ilgili hem olumlu, hem de olumsuz inançlarının olabileceği belirtilir.^{7,8} Endişenin bir baş etme stratejisi olarak değerlendirildiği, endişenin olumsuz şeylerin olmasını engellediği, en kötü olasılık için hazırladığı, daha duygusal konulardan uzaklaştırdığı gibi inançlar endişe ile ilgili olumlu inançlardır. Endişenin kişide baskı yaratacağı, sorunları çözmesini ve performansını olumsuz etkileyeceği gibi inançlarsa, endişe ile ilgili olumsuz inançlardır. Wells⁷ YKB'nin gelişmesini ve sürmesini açıkladığı üst-bilişsel modelinde, kişilerin kendi endişeleri ile ilgili olumsuz inançları olduğunda, endişe yaratacak durumlar-

dan kaçınmaya ya da endişe yaratan durumu düşünmemeye çalışabileceklerini, bu kaçınmanın endişenin sürdürülmesine ve endişe ile ilgili olumsuz inançların sürmesine neden olabileceğini belirtir. Endişe ile ilgili olumlu inançlar ise, bir baş etme becerisi olarak kullanıldığında kısa süreli olarak kaygıyı azaltır, ancak bu baş etme becerisi uzun dönemde işlevsel olmaması nedeniyle duygu düzenlemesinde soruna neden olarak, kaygıda da artışa yol açabilir. Bu görüşler çeşitli araştırmalarda da desteklenmiştir.¹⁸⁻²⁴

Belirsizliğe tahammülsüzlük kavramının ölçülmesi çabaları²⁵ 1962'ye kadar uzanmakla birlikte, bu boyutun değerlendirilmesi ve diğer kavramlarla ilişkisinin anlaşılması amacı ile yapılan ilk ölçek Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeğidir. Bu ölçek belirsiz durumlara verilen duygusal, davranışsal tepkileri ölçen bir ölçek olup bir grup araştırmacı²⁶ tarafından Fransızca olarak geliştirilmiştir. Daha sonra İngilizceye uyarlanmıştır.³

Endişe ile ilgili olumlu inançları ölçmek amacı ile orijinali²⁶ Fransızca olarak geliştirilen 'Endişe ile İlgili Olumlu İnançlar Ölçeği' de sonradan İngilizceye çevrilmiş ve tekrar gözden geçirilmiştir.²⁷

Endişe ile ilgili olumsuz inançlar da araştırmacıların ilgi odağı olmuş ve endişe ile ilgili olumlu ve olumsuz inançları birlikte ölçmek üzere 'Endişenin Sonuçları Ölçeği' geliştirilmiştir.²⁴

Ülkemizde endişe ile ilgili inançlar ve belirsizliğe tahammülsüzlük kavramlarını ölçmek amacı ile geliştirilmiş ölçme araçları yoktur. Bu çalışmanın amacı özellikle YKB, obsesif kompulsif bozukluk (OKB), normal ya da patolojik endişe ve kaygı ile ilişkili olan belirsizliğe tahammülsüzlük ve endişeyle ilgili olumlu-olumsuz inançlar kavramlarını ölçmek amacı ile yurt dışında kullanılan bu üç ölçeği Türk kültürüne kazandırmaktır. Bu çerçevede anılan üç ölçeğin geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları yapılmıştır.

YÖNTEM

Örneklem

Çalışmada yabancı kaynaklı üç yeni ölçeğin

uyarlamasının yapılması nedeniyle, asıl araştırma konusunu incelemeyen önce, uyarlama çalışması yapılan ölçeklerin psikometrik özelliklerinin uygunluğunun bir ön çalışmayla gösterilmesi ve ardından asıl araştırma konusunun incelenmesi kararlaştırılmıştır. İlk yazarın Yüksek Lisans Tezi olan asıl araştırma konusu bu makalenin kapsamı dışında tutulmuştur ve bu makalede yalnızca üç yeni ölçeğin geçerlilik-güvenirlilik çalışmasının sunulması amaçlanmıştır. Uyarlanan ölçeklerin Türkçe formlarının geçerlilik ve güvenirliliğinin araştırıldığı ön çalışmada, Hacettepe Üniversitesi'nin çeşitli bölümlerinde öğrenim gören 204 öğrenciye ulaşılmıştır. Öğrencilerin araştırmaya katılımları gönüllülük temelinde gerçekleşmiştir. Yaş ortalaması 20.7 ± 2.03 olan katılımcıların 153'ü kadın (%75), 51'i erkektir (%25). Ön çalışmada uyarlanan ölçeklerin geçerlilik ve güvenirliliğine ilişkin ilk kanıtlar sağlandıktan sonra asıl çalışmada araştırma ölçeklerinin tamamı aynı üniversitenin çeşitli bölümlerinden 149'u kadın (%62), 88'i erkek (%38) toplam 237 katılımcı tarafından doldurulmuştur. 17-27 yaş arasındaki katılımcıların yaş ortalaması 20 ± 2.00 'dir. Asıl çalışmada ön çalışmada uyarlanan ölçekler yeterli görülerek değiştirilmeden kullanıldığı için, analizlerin daha geniş sayıda bir örnekleme dayanması amacıyla tüm analizler her iki çalışmanın katılımcılarından alınan veriler kullanılarak toplam 441 katılımcı üzerinden yapılmıştır.

Veri toplama araçları

Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği (BTÖ) (Intolerance of Uncertainty Scale): Giriş bölümünde tanıtılan bu 27 maddelik ölçeğin iç tutarlılığı 0.91, test-tekrar test güvenirliliği 0.78 olarak bulunmuştur.²⁶ Bu ölçeğin klinik olmayan örneklemde yüksek ve düşük endişe düzeyindeki kişileri ayırt edebildiği, bu nedenle ölçüt geçerliliğinin yeterli olduğu vurgulanmaktadır.³ İngilizce versiyonunun iç tutarlılığı 0.94, test-tekrar test güvenirliliğinin 0.74 olarak bulunmuştur.³ Bu ölçek dört faktörden oluşmaktadır: 1) 'Belirsizlik üzücü ve stres vericidir', 2) 'Belirsizlik eyleme geçmeyi engeller', 3) 'Belirsiz olaylar olumsuzdur ve kaçınılması gerekir', 4) 'Belirsizlik adil değildir'.

Endişe ile İlgili Olumlu İnançlar Ölçeği (EOİO) (Why Worry Questionnaire II): Giriş bölümünde tanıtılan bu ölçeğin²⁶ İngilizceye uyarlama çalışmasında Penn State Endişe Ölçeği, Beck Kaygı Envanteri ve Beck Depresyon Envanteri-II kullanılmıştır.²⁷ EOİO'nin iç tutarlılık katsayısı toplam puanı için 0.93 olarak bulun-

muştur. Test-tekrar test güvenirliliği altı hafta ara ile 0.80 bulunmuştur.²⁷ Ölçekte endişe ile ilgili olumlu ifadeleri içeren 25 madde vardır. Katılımcılardan bu maddeleri 5'li Likert tipi ölçekte değerlendirmeleri istenir (1=benim için hiç doğru değil, 5=benim için tamamen doğru). Faktör analizi sonucunda ölçeğin beş faktörlü bir yapıda olduğu ortaya çıkmıştır: 1) 'Endişenin problem çözme yolu olduğu inancı', 2) 'Endişenin motivasyon kaynağı olduğu inancı', 3) 'Endişenin olumsuz duyguları engellemeye yaradığı inancı', 4) 'Endişenin olumsuz sonuçları engellemeye yaradığı inancı' ve 5) 'Endişenin olumlu bir kişilik özelliği olduğu inancıdır'.²⁷

Endişenin Sonuçları Ölçeği (ESÖ) (Consequences of Worrying Scale): ESÖ²⁴ endişe ile ilgili olumlu ve olumsuz inançları ölçmek için geliştirilmiştir. Ölçekte toplam 29 ifade bulunmaktadır, ifadeler 5'li Likert tipi ölçekle (1=hiç, 5=çok) değerlendirilmektedir. Ölçeğin beş faktörlü yapısının olduğu saptanmıştır. Endişenin olumsuz sonuçları ile ilgili üç faktör ve olumlu sonuçları ile ilgili iki faktör bulunmuştur. Endişenin olumsuz sonuçları ile ilgili ilk faktör 'Endişelenmenin performansı olumsuz etkilediği'; ikinci faktör 'Endişelenmek sorunu abartır'; üçüncü faktör 'Endişelenmek duygusal olarak sıkıntıya neden olur' şeklindedir. Endişenin olumlu sonuçları ile ilgili ilk faktör 'Endişe motive eder', ikinci faktör 'endişelenmek analitik düşünmeye yardımcı olur' şeklinde adlandırılmıştır.²⁴ Ölçeğin iç tutarlılığı her alt ölçek için hesaplanmış ve 0.72-0.87 arasında değiştiği gözlenmiştir.²⁴

Sürekli Kaygı Envanteri (SKE): Çalışmada Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri'nin²⁸ sadece SKE kısmı ölçeklerin uygunluk/benzerlik geçerliliğini (congruent validity) değerlendirmek amacı ile kullanılmıştır. Envanterde sürekli kaygıyla ilgili 20 ifade vardır ve deneklerden 4'lü Likert tipi bir ölçekte bu ifadeleri hangi sıklıkta yaşadıklarını değerlendirmeleri istenir. Orijinalinin iç tutarlılığı 0.86-0.92 arasında bulunmuştur. Yapı ve ölçüt geçerliliği de anlamlı bulunmuştur. Envanterin Türkçeye uyarlama çalışmasında²⁹ iç tutarlılığı 0.83-0.87 arasında bulunmuştur.

İşlem

Araştırmada psikometrik özellikleri incelenen üç ölçek yazarlarından özel olarak temin edildikten sonra önce Türkçeye uyarlanmıştı. Bunun için konunun uzmanı olan beş yargıcı, ilk araştırmacı tarafından ilk çevirisi yapılan, sonra da ikinci araştırmacı tarafından kontrol edilen ölçek çevirilerini çeviri/uyarlama uygunluğu açısından

Tablo 1. Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeğinin faktör örüntüsü

Madde	Faktör yükü	Madde-faktör korelasyonu
Faktör 1. Belirsizlik stres verici ve üzücüdür/ Öz değer=10.07/ Cronbach α =0.88 Açıkladığı varyans yüzdesi=%16		
6. Belirsizlik beni rahatsız, endişeli ya da stresli yapıyor	0.76	0.66
3. Belirsizlik yaşamı katlanılmaz hale getiriyor	0.73	0.54
1. Belirsizlik, sağlam bir fikre sahip olmamı engelliyor	0.66	0.49
9. Belirsizlik istediğim şekilde bir yaşam sürmemi engelliyor	0.61	0.71
26. Hayattaki belirsizlikler beni strese sokuyor	0.60	0.77
17. Belirsizlik beni kırılgan, mutsuz ya da hüzünlü kılıyor	0.54	0.72
27. Geleceğimle ilgili kararsız olmaya katlanamıyorum.	0.52	0.66
8. İhtiyaç duyduğum bilginin tümüne sahip olamamak beni engelliyor	0.45	0.59
4. Yaşamda bir güvencenizin olmaması adaletsiz bir durumdur	0.39	0.41
Faktör 2. Belirsizlik ile ilgili olumsuz benlik değerlendirmeleri/ Öz değer=1.55/ Cronbach α =0.79 Açıkladığı varyans yüzdesi=%13		
13. Belirsizlik içinde olmam, benim en iyi olmadığımı gösterir	0.70	0.56
23. Başkalarının kendi geleceklerinden eminmiş gibi görünmeleri adaletsizliktir	0.67	0.44
22. Emin olamamam, güvensiz olduğum anlamına gelir	0.67	0.50
16. Benim aksime, diğer insanlar ne yapacaklarından emin gözüküyorlar	0.47	0.49
20. En ufak bir şüphe bile harekete geçmemi engelliyor	0.55	0.64
25. Bütün belirsiz durumlardan uzaklaşmalıyım	0.46	0.67
2. Emin olamama, kişinin düzensiz olduğu anlamına gelir	0.43	0.40
24. Belirsizlik derin uyumamı engelliyor	0.42	0.50
Faktör 3. Geleceği bilememek rahatsız edicidir/ Öz değer=1.42/ Cronbach α =0.79 Açıkladığı varyans yüzdesi=%11		
18. Geleceğin benim için neler getireceğini her zaman bilmek isterim	0.72	0.48
5. Yarın ne olacağını bilemezsem zihnim rahat olmaz	0.68	0.58
19. Beklenmedik olaylara katlanamıyorum	0.62	0.65
7. Önceden kestirilemeyen olaylar beni alt üst ediyor	0.54	0.67
Faktör 4. Belirsizlik eyleme geçmemi engelliyor/ Öz değer=1.12/ Cronbach α =0.79 Açıkladığı varyans yüzdesi=%8.9		
11. Çok iyi planlanmışken bile beklenmeyen ufaklık bir durum her şeyi bozabilir	0.72	0.40
14. Emin olmadığım zaman, yapacaklarım konusunda ilerleyemiyorum	0.62	0.63
15. Emin olmadığım zaman çok iyi iş çıkartamıyorum	0.51	0.59
12. Harekete geçme zamanı geldiğinde belirsizlik elimi kolumu bağlıyor	0.51	0.67
10. Beklenmeyen durumlardan kaçınmak için insan hep ileriye bakmalıdır (Kullanılmayan madde)		

Açıklanan toplam varyans yüzdesi=%48.9, tüm ölçek Cronbach α =0.79

bağımsız olarak değerlendirmiştir. Bu çalışma sonunda yargıcıların önerileri doğrultusunda ölçeğe son şekilleri verilmiş ve anlaşılabilirlik kontrolü 10 üniversite öğrencisi üzerinde yapılarak anlaşılabilirlik açısından herhangi bir sorun olmadığı anlaşılmıştır.

Test-tekrar test güvenilirliğini değerlendirmek için, ön çalışma örnekleminde 59 kişilik bir gruba ilk uygulamadan üç hafta sonra ölçekler

tekrar uygulanmıştır. Asıl çalışmada veri toplama araçlarında tanıtılan tüm ölçekler, demografik bilgi formu dışında seçkisiz sırada verilmiştir. Uygulamalar araştırmacı tarafından bizzat yürütülmüştür. İlgili bölümlerden izin alınarak, tüm katılımcılara toplu olarak sınıflarında uygulama yapılmıştır. Katılımcıların ölçek bataryasını doldurma süresi ortalama 30-40 dakika olmuştur.

Tablo 2. Endişe ile İlgili Olumlu İnançlar Ölçeğinin faktör örüntüsü

Madde	Faktör yükü	Madde-faktör korelasyonu
Faktör 1. Endişelenmek problem çözmeye yardımcı olur ve motivasyon kaynağıdır/ Öz değer=11.63/ Cronbach α =0.94/ Açıkladığı varyans yüzdesi=%29		
16. Endişelenmek harekete geçmemi teşvik ediyor	0.82	0.82
8. Endişelerim sayesinde yapmam gereken işe girişirim	0.81	0.77
19. Endişelenmek, yapmam gereken işleri yapmak konusunda beni motive ediyor	0.80	0.81
15. Endişelenmek beni kamçılıyor ve daha etkili olmamı sağlıyor	0.79	0.83
10. Endişelenmek sorunlarımı önemseyip, ilgilenmem anlamına geliyor	0.72	0.74
5. Endişelenmek bir sorunu çözmek için adımlarımı planlamamda bana yardımcı oluyor	0.69	0.75
9. Endişeleniyorum çünkü bunun sorunuma bir çözüm bulmamda bana yardımcı olacağını düşünüyorum	0.69	0.77
14. Endişelenerek, bazı şeyleri yapmanın daha iyi yöntemlerini bulabilirim	0.66	0.72
1. Endişelenmezsem, dikkatsiz ve sorumsuz olurum	0.59	0.60
18. Endişelenmek, normalde yapmaya karar vermeyeceğim işleri yapmamı sağlar	0.58	0.63
7. Endişelenmezsem, bu beni ihmalkar biri yapar	0.58	0.66
12. Endişelenmek tedbirli bir kişi olduğumun kanıtıdır	0.58	0.68
6. Endişelenmek kendi başına bazı olumsuzlukların oluşmasını engelleyebilir	0.52	0.64
3. Ne yapacağımı bilme konusunda endişelenirim	0.30	0.39
Faktör 2. Endişelenmek tehlikeli ve olumsuz sonuçları engeller/ Öz değer=1.61/ Cronbach α =0.82 Açıkladığı varyans yüzdesi=%15		
24. İnsan endişelenmezse talihsizliği üzerine çekebilir	0.76	0.64
25. Endişelenmem iyi bir insan olduğumu gösterir	0.72	0.55
20. Endişelerim, kendi başına tehlike riskini azaltabilir	0.65	0.70
17. Endişelenmek kendi başına tehlikeli şeylerin olma riskini azaltır	0.61	0.70
21. Daha az endişelenirsem, en iyi çözümü bulma şansım azalır	0.50	0.55
11. Olumlu şeyler hakkında çok fazla düşünmek bunların olmasını engelleyebilir	0.46	0.40
Faktör 3. Endişelenmek olumsuz duygulara karşı korur/ Öz değer=1.30/ Cronbach α =0.82 Açıkladığı varyans yüzdesi=%13		
13. Talihsiz bir şey olursa, daha önceden bunu düşünmüşsem, kendimi daha az sorumlu hissedirim	0.71	0.64
2. Endişelenirsem, tahmin edilemeyen olaylar olduğunda daha az rahatsız olacağım	0.69	0.54
4. Önceden endişelenirsem, ciddi bir şey olduğunda daha az hayal kırıklığına uğrarım	0.64	0.55
23. Olumsuz bir olay olmadan önce endişelenirsem daha az mutsuz olurum	0.63	0.67
22. Endişelenmek ciddi bir şey olduğunda kendimi daha az suçlu hissetmemi sağlar	0.55	0.65

Açıklanan toplam varyans yüzdesi=%57, tüm ölçek Cronbach α =0.95

Analizler

Araştırmada ölçeklerin geçerlilik ve güvenilirliğine yönelik olarak toplanan verilerin analizinde, ölçeklerin yapı geçerliliklerini incelemek amacıyla Temel Bileşenler Analizi ve Varimax dönüştürmesi kullanılarak faktör analizi yapılmış; iç tutarlılık katsayıları hesaplanmış; uygunluk geçerliliğine temel olmak üzere kullanılan SKE'den elde edilen puanlarla ilişkileri incelemek amacıyla da Pearson Korelasyon tekniği kullanılmıştır.

BULGULAR

Ölçeklerin geçerlilik incelemelerine ilişkin bulgular

BTÖ, EÖİÖ ve ESÖ'nin faktör yapısını incelemek amacıyla her üç ölçek ile sağlanan verilere Temel Bileşenler Analizi ve Varimax dönüştürmesi kullanılarak faktör analizi yapılmıştır.

BTÖ için uygulanan analiz sonucunda öz değeri 1'in üstünde olan beş faktör ortaya çıkmıştır. Bu faktörlerin adları, yüklenen maddeler, öz değeri-

Tablo 3. Endişenin Sonuçları Ölçeğinin faktör örüntüsü

Madde	Faktör yükü	Madde-faktör korelasyonu
Faktör 1. Endişe ile ilgili olumsuz değerlendirmeler/ Öz değer=9.95/ Cronbach α=0.95		
<i>Açıkladığı varyans yüzdesi=%33</i>		
6. Endişelenmek kaygımı artırıyor bu da performansımı düşürüyor	0.82	0.79
20. Endişelenmek doğru düşünmemi engelliyor	0.81	0.79
19. Endişelenmek kaygı düzeyimi yükseltiyor.	0.80	0.78
6. Endişelenmek enerji seviyemi etkileyerek beni zayıf düşürüyor	0.80	0.77
12. Endişelenmek beni sinirli yapıyor	0.78	0.76
7. Endişelenmek beni gergin ve sinirli yapıyor	0.78	0.75
26. Endişe duyduğumda yersiz kuşuklara kapılıyorum	0.77	0.74
14. Endişelenmek beni yorgun düşürüyor	0.77	0.74
5. Endişelenmem, kararlı adımlar atmamı engelliyor	0.77	0.73
11. Endişelenmek belirli sorunlarla uğraşmamı engelliyor	0.76	0.72
4. Endişelenmek beni depresyona sokuyor, bu yüzden olaylara odaklanıp onları çözemiyorum	0.75	0.71
27. Endişe kötümser ve kaderci olmama neden oluyor	0.74	0.70
18. Sorunlara yoğunlaştığımda, gözümde büyüyorlar	0.73	0.70
23. Endişelenmek yanlış şeylere yoğunlaşmama neden oluyor	0.71	0.68
1. Endişelenmek sorunumu karmaşık hale getiriyor, bu yüzden bu sorunu çözemiyorum	0.68	0.65
15. Aslında o kadar endişelenmeye gerek olmadığını çok iyi biliyorum, ama endişelenmekten kendimi alamıyorum	0.62	0.58
10. Endişelenmek bende baskı yaratıyor	0.44	0.39
Faktör 2. Endişe ile ilgili olumlu değerlendirmeler/ Öz değer=6.61/ Cronbach α=0.93		
<i>Açıkladığı varyans yüzdesi=%33</i>		
29. Endişelenmek, farkındalığımı artırarak performansımı yükseltiyor	0.82	0.79
22. Endişelenmek adrenalin düzeyimi yükselterek sorunları çözmemi sağlıyor	0.80	0.76
17. Endişelenmek durum analizi yapmam ve konunun olumlu ve olumsuz yönlerini değerlendirmem için fırsat sağlıyor	0.78	0.74
28. Endişelenmek soruna ilgimi artırıyor ve farklı olasılıkları görmemi sağlıyor	0.78	0.73
8. Endişelenmek düşünmemi ve yoğunlaşmamı sağlıyor	0.77	0.72
9. Endişelenmek bir uyarıcı işlevi görüyor	0.77	0.71
24. Bir şeyleri adam akıllı yapabilmek için endişelenmem gerekiyor	0.76	0.71
13. Endişelenmek beni mücadeleye yöneltip motive ediyor, endişe etmeden hayatta hiçbir şeyi elde edemem	0.73	0.70
3. Endişelenmek, bende yeni durumlara hazırlık süreci başlatıyor	0.72	0.66
2. Endişelenerek zamanımı daha iyi planlayıp ayarlayabiliyorum, bunu yaptığımda kendimi daha iyi hissediyorum	0.72	0.65
21. Endişelenmek en kötüye karşı hazır olmamı sağladığı için sonrasında her şey gözüme daha iyi görünüyor	0.66	0.61

Açıklanan toplam varyans yüzdesi=%66

Birbirinin zıttı iki alt ölçekten oluştuğu için tüm ölçek Cronbach α değeri hesaplanmamıştır.

leri, açıklanan varyans oranları ve her birinin iç tutarlılık katsayıları Tablo 1'de özetlenmiştir. Beşinci faktör bir maddeden oluştuğu (10. madde: Beklenmeyen durumlardan kaçınmak için insan hep ileriye bakmalıdır) ve madde-toplam korelasyonu düşük olduğu ($r=0.29$) için ölçekten çıkarılmasına karar verilmiştir. BTÖ'nin 21. maddesi de (Her şeyi önceden organize edebilmeliyim) hiçbir alt ölçeğe girememiştir.

Böylece 26 maddeli ve dört faktörlü bir ölçek elde edilmiştir. Bu dört faktör toplam varyansın %51'ini açıklamaktadır.

EOİÖ için uygulanan analiz sonucunda öz değeri 1'in üstünde olan üç faktör ortaya çıkmıştır. Bu faktörlerin adları, yüklenen maddeler, öz değerleri, açıklanan varyans yüzdesi ve her birinin iç tutarlılık katsayıları Tablo 2'de özetlenmiştir.

ESÖ için uygulanan analiz sonucunda öz değeri 1'in üstünde olan iki faktör ortaya çıkmıştır. Bu faktörlerin adları, yüklenen maddeler, öz değerleri, açıklanan varyans yüzdeleri ve her birinin iç tutarlılık katsayıları Tablo 3'te özetlenmiştir.

BTÖ, ESÖ ve EOİÖ'nin uygunluk/benzerlik geçerliliğini değerlendirmek amacıyla ölçeklerin toplam puanları ve alt ölçek puanları ile SKE puanları arasındaki korelasyonlara bakılmıştır. Bu korelasyon değerleri Tablo 4'te özetlenmiştir.

Tablo 4. SKE toplam puanlarının BTÖ, ESÖ ve EOİÖ toplam puan ve alt ölçek puanlarıyla korelasyonları

	SKE
1. BTÖ toplam	0.58**
2. BTÖ-BSÜ	0.54**
3. BTÖ-BOD	0.58**
4. BTÖ-GBR	0.40**
5. BTÖ-BEE	0.48**
6. ESÖ-Olumsuz	0.58**
7. ESÖ-Olumlu	0.12**
8. EOİÖ toplam	0.17**
9. EOİÖ-EPÇ-MK	0.17**
10. EOİÖ-OSE	0.14**
EOİÖ-ODE	0.14**

** p<0.01, EOİÖ=Endişe ile ilgili Olumlu İnançlar Ölçeği, EOİÖ-EPÇ-MK=Endişelenmek problem çözmeye yardımcı olur ve motivasyon kaynağıdır, EOİÖ-OSE=Endişelenmek tehlikeli ve olumsuz sonuçları engeller, EOİÖ-ODK=Endişelenmek olumsuz duygulara karşı korur, BTÖ=Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği, BTÖ-BSÜ=Belirsizlik stres verici ve üzücüdür, BTÖ-BOD=Benlik ile ilgili olumsuz değerlendirme, BTÖ-GBR=Geleceği bilmemek rahatsız edicidir, BTÖ-BEE=Belirsizlik eyleme geçmemi engeller, ESÖ-O'suz D= Endişenin Sonuçları Ölçeği-Endişe ile ilgili olumsuz değerlendirme, ESÖ-O'lu D=Endişe ile ilgili olumlu değerlendirme

Ölçeklerin güvenilirliklerine ilişkin bulgular

Ölçeklerin güvenilirliği iki teknikte test edilmiştir. Bunlar iç tutarlılık ve test-tekrar test güvenilirliğidir. Ölçekler için yüksek iç tutarlılık değerlerinin elde edildiği ön çalışma örneklemini asıl çalışma örneklemine dahil edilerek yapılan analizlerde elde edilen iç tutarlılık katsayıları sırasıyla Tablo 1, 2 ve 3'te gösterilmiştir.

Test-tekrar test tekniği ile üç ölçeğin zaman içindeki tutarlılığına bakılmıştır. Ölçeklerin toplam

puanları için test-tekrar test korelasyonlarında, BTÖ'nün toplam puanının ($r=0.66$, $p<0.01$); EOİÖ'nün toplam puanının ($r=0.74$, $p<0.01$); ESÖ'nün endişe ile ilgili olumsuz değerlendirme alt ölçeğinin $r=0.46$ ($p<0.01$), endişe ile ilgili olumlu değerlendirme alt ölçeğinin ($r=0.72$, $p<0.01$) tekrar test puanlarıyla korelasyonlarının pozitif yönde ve anlamlı olduğu görülmüştür. BTÖ'nin alt ölçeklerinin test-tekrar test korelasyon katsayıları da anlamlı ve kabul edilebilir düzeylerde ($r=0.51-0.67$, $p<0.01$). EOİÖ'nin alt ölçeklerinin test-tekrar test korelasyon katsayıları da anlamlıdır ($r=0.56-0.73$, $p<0.01$).

TARTIŞMA

Bu bölümde öncelikle geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapılmış olan üç ölçeğin psikometrik özellikleri tartışılacak daha sonra çalışmanın alana katkısı ve sınırlılıkları ele alınacaktır.

Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği

BTÖ'ne yapılan faktör analizinde 1) Belirsizlik stres verici ve üzücüdür, 2) Belirsizlik ile ilgili olumsuz benlik değerlendirmeleri, 3) Geleceği bilmemek rahatsız edicidir, 4) Belirsizlik eyleme geçmeyi engeller şeklinde adlandırılan dört faktör elde edilmiştir. Ölçeğin orijinal çalışmadaki³ birinci faktörü ve çalışmamızdaki birinci faktör belirsizliğin stres verici, üzücü olduğu inancı ile ilgilidir ve belirsizliğe verilen duygusal bir tepkidir. Bu faktör, belirsizliğe tahammülsüzlüğü yüksek olan kişilerin belirsiz durumlara karşı duygusal tepki verdiği, belirsiz durumları üzücü ve stres verici olarak değerlendirdiği, bu nedenle belirsiz durumlardan kaçınmaya çalıştığı bilgisi⁵ ile tutarlıdır. BTÖ'nün ikinci faktörü ölçeğin orijinal formunda bulunmamaktadır ve belirsizlik ile ilgili olumsuz benlik değerlendirmelerini içerir. Bu faktörde kişinin emin olamamasının onun düzensiz, iyi olmayan, güvensiz biri olabileceği ile ilgili değerlendirmeler vardır. BTÖ'nün orijinal versiyonunda kişinin belirsiz durumlarla ilgili, yani dış dünya ile ilgili yaptığı olumsuz değerlendirmeleri içeren faktörler yer alırken (örn., belirsizlik olumsuzdur, adil değildir), Türkçe versiyonunda kişinin hem dış dünya, hem de kendi benliği ile ilgili yaptığı olumsuz değerlendirmeleri içeren bir faktör yapısı olduğu görülmüştür. BTÖ'nün İngilizce versiyonunun³ ikinci faktörü, bu ölçeğin dördüncü faktörüdür ve belirsizliğin kişinin eyleme geçmesini engellediğini gösterir. Bu, kişinin belirsizlik algısının davranışsal boyutta etkisini anlatır. Bu faktör belirsizliğe tahammülsüz kişilerin belirsiz durum-

ları tehlikeli algılayabileceği ve kişinin bir işe girişmesini olumsuz etkileyebileceği bilgisi⁵ ile tutarlıdır. İngilizce versiyonundaki 'belirsizlik adil değildir' faktörü altındaki maddeler BTÖ'de diğer faktörlere dağılmıştır.

Araştırmada BTÖ ve SKE'nin uygunluk geçerliliği sonuçları incelendiğinde, sürekli kaygı ile belirsizliğe tahammülsüzlüğün ve alt ölçeklerinin (sırasıyla $r=0.58, 0.54, 0.58, 0.40, 0.48$; $p<0.01$) pozitif yönde ve anlamlı olarak ilişkili olduğu bulunmuştur. Bulgular literatürdeki belirsizliğe tahammülsüzlüğün, endişe ve kaygı ile pozitif yönde ilişkili olduğu bilgisini desteklemektedir.^{10-12,30,31} BTÖ'nün bu çalışmada elde edilen iç tutarlılık katsayısı (0.93) ve test-tekrar test güvenilirlik katsayısı da (0.66) orijinal çalışmadakine³ paralel şekilde yüksek ve yeterli düzeylerde bulunmuştur. Sonuç olarak BTÖ Türkçe versiyonunun faktörlerinin belirsizliğe tahammülsüzlüğün bilişsel, duygusal ve davranışsal boyutlarını yansıtabildiği söylenebilir.

Endişe ile İlgili Olumlu İnançlar Ölçeği

EOİÖ İngilizce formu beş faktörlü bir yapıdan oluşmaktadır.²⁷ Ölçeğin Türkçe formu ise üç faktörden oluşmaktadır: 1) Endişelenmek problem çözmeye yardımcı olur ve motivasyon kaynağıdır, 2) Endişelenmek tehlikeli ve olumsuz sonuçları engeller, 3) Endişelenmek olumsuz duygulara karşı korur. İlk faktör ölçeğin orijinal formundaki birinci faktör 'endişe problem çözmeye yardımcı olur' ve ikinci faktörün 'endişe motivasyon kaynağıdır' birleşmesinden oluşmuştur. Endişelenmenin tehlikeli durumlara, en kötü olasılığa karşı kişiyi hazırladığına³² yönelik bilgiye paralel olarak, bu faktörde de olumsuz bir duruma karşı kişinin planlama yapmasında, hazırlanması ve çözüm yolu bulmasında endişelenmenin yardımcı olduğu ile ilgili maddeler bulunmaktadır. Bu faktördeki üç madde ölçeğin orijinal formunun beşinci faktöründeki 'endişelenmenin olumlu bir kişilik özelliği olduğu' ile ilgili maddelerdir.

İkinci faktördeki beş madde ölçeğin orijinal formunun dördüncü faktöründeki (Endişenin olumsuz sonuçları engellemeye yaradığı inancı) maddelerdir. Bir madde endişelenmenin olumlu bir kişilik özelliği olduğu ile ilgilidir. Üçüncü faktör ölçeğin orijinal formundaki üçüncü faktörün maddelerini aynen içermiştir. Görüldüğü gibi ölçeğin orijinal formundaki 'endişenin olumlu bir kişilik özelliği olduğu' inancı ölçeğin Türkçe formunda üç madde (madde 1, 12 ve 17) birinci faktörde, 25. madde ise ikinci faktörde bulunmaktadır. Buna göre birinci faktördeki üç

maddenin içerikleri incelenmiştir. Bu maddelerde kişinin endişelenmezse ihmalkar ve sorumsuz olacağı, endişelenirse tedbirli bir kişi olacağı inancı vardır ve bu maddelerdeki ortaklık endişelenmenin kişiyi hayata karşı sorumlu ve tedbirli yapmasıdır. Bu da bir problem çözme becerisi olarak düşünülebilir ve maddelerin birinci faktör altında toplanmasını anlamlı kılar.

EOİÖ'nün uygunluk geçerliliğini değerlendirmek amacıyla SKE ile korelasyon sonuçlarına bakıldığında, sürekli kaygının EOİÖ puanlarıyla pozitif yönlü ve düşük ama anlamlı bir ilişkide ($r=0.17$, $p<0.01$) olduğu görülmüştür. Endişelenmek problem çözmeye yarar ve motivasyon kaynağıdır, endişelenmek tehlikeli ve olumsuz sonuçları engeller, endişelenmek olumsuz duygulara karşı korur inançlarının kaygı ile ilişkisinin (sırasıyla $r=0.17, 0.17, 0.14$, $p<0.01$) anlamlı ve pozitif yönde olduğu görülmüştür. Bu olumlu sonuçlara ilişkin alt ölçek puanlarıyla elde edilen korelasyon değerlerinin anlamlı olmakla beraber düşük olması, SKE maddelerinin çok büyük ölçüde endişenin olumsuz sonuçlarını yansıtmamasından dolayıdır. Literatürde de benzer şekilde, endişenin problem çözücü ve motivasyonel yönünün olduğu, endişenin kişiyi rahatsız edici olumsuz duygulardan koruduğu gibi olumlu inançlarının endişe ve kaygı ile ilişkili olduğu bulunmuştur.^{2,18,22,23,27,33}

EOİÖ'nün bu çalışmada elde edilen iç tutarlılık katsayısı (0.95) ve test-tekrar test güvenilirlik katsayısı ($r=0.74$, $p<0.01$) orijinal çalışmadakine²⁷ paralel şekilde yüksek ve yeterli düzeylerde bulunmuştur. Sonuç olarak EOİÖ Türkçe versiyonunun endişeye ilişkin olumlu inançları yansıtabildiği söylenebilir.

Endişenin Sonuçları Ölçeği

ESÖ'nün orijinal çalışmasında²⁴ endişe ile ilgili olumlu ve olumsuz inançlar olmak üzere iki temel faktör rapor edilmiştir. İki faktöre yapılan faktör analizi sonucunda olumlu inançların iki, olumsuz inançların üç alt ölçeği olduğu bulunmuştur. ESÖ Türkçe formunda da 1) endişe ile ilgili olumlu değerlendirmeler ve 2) endişe ile ilgili olumsuz değerlendirmeler olmak üzere temel iki faktör oluşmuştur ve bu faktörlerdeki maddeler ölçeğin orijinal formundaki maddeler ile aynıdır. Ancak bu iki ana faktörün alt faktörleri orijinal çalışmadaki gibi oluşmamıştır.

Literatürde endişe ile ilgili olumlu ve olumsuz değerlendirmelerin endişe ve kaygı ile ilişkili olduğu bilinmektedir.^{8,24} ESÖ'nün uygunluk geçerliliğini değerlendirmek amacıyla SKE ile

korelasyon sonuçlarına bakıldığında, sürekli kaygının ESÖ-endişe ile ilgili olumlu değerlendirme alt ölçeği ile pozitif yönlü düşük ama anlamlı bir ilişki ($r=0.12$) içinde olduğu görülmüştür. Literatürde de benzer şekilde, endişenin problem çözücü ve motivasyonel yönünün olduğu, endişenin kişiyi rahatsız edici olumsuz duygulardan koruduğu gibi olumlu inançların endişe ile ilişki olduğu bulunmuştur.^{2,18,22,23,27,33}

ESÖ-endişe ile ilgili olumsuz değerlendirme ve olumlu değerlendirme alt ölçeklerinin SKE ile uygunluk geçerliliğine bakıldığında korelasyonun anlamlı ve pozitif yönde olduğu gözlenmiştir (ESÖ-olumsuz $r=0.58$, $p<0.01$; ESÖ-olumlu $r=0.12$, $p<0.01$). Bu bulgular endişe ile ilgili olumsuz değerlendirmelerin, olumlu değerlendirmeler ile karşılaştırıldığında sürekli kaygı ile daha yüksek ve pozitif yönde ilişkili olduğunu göstermektedir. Literatürde endişe ile ilgili olumsuz inançların kaygı ve endişeye özel olduğunu ve endişe ile ilgili olumlu inançlar ile karşılaştırıldığında olumsuz inançların kaygı ile daha yüksek ve pozitif bir ilişki içinde olduğunu belirten araştırmalar^{21,23,24,27} olduğu gibi, sadece endişe ile ilgili olumlu inançların patolojik endişe ile ilişkisini vurgulayan araştırma² da vardır. Buna karşılık birçok çalışma, endişe ile ilgili sadece olumsuz ya da sadece olumlu inançların değil, olumlu ve olumsuz inançların birlikte endişe ve kaygı ile ilişkili olduğunu göstermiştir.^{22,23} Araştırmamızdaki uygunluk geçerliliği bulguları endişe ile ilgili hem olumlu, hem de olumsuz değerlendirmelerin kaygı ile ilişkili olması açısından literatürü desteklemektedir.

ESÖ'nün endişe ile ilgili olumsuz ve olumlu değerlendirmeler alt ölçeklerinin iç tutarlılık katsayıları (sırasıyla 0.95 ve 0.93) ile test tekrar test korelasyonlarının da (ESÖ-olumsuz $r=0.46$, $p<0.01$; ESÖ-olumlu $r=0.72$, $p<0.01$) orijinal çalışmadakine²⁴ paralel olarak yeterli düzeylerde olduğu gözlenmiştir. Sonuç olarak ESÖ Türkçe versiyonunun endişeye ilişkin hem olumlu, hem de olumsuz değerlendirmeleri yansıtabildiği söylenebilir.

Katkı ve sınırlılıklar

Klinik ve klinik olmayan örneklem yapılan çalışmaların^{2,4,10,12,14,16,17,21-24,27,34} bulguları ışığında, araştırmamızda Türkçeye uyarlanmış olan BTÖ, EOİÖ ve ESÖ'nün klinik olmayan örneklemde kaygı ve endişe ile ilgili yapılabilecek araştırmalara, klinik örneklemde çalışıldıktan sonra ise obsesif kompulsif bozukluğun ve YKB'nin bilişsel modelinin test edileceği araştırmalara katkı sağlayabileceği düşünülmektedir.

YKB'nin üst bilişsel modelinde kişilerin endişeleri ile ilgili hem olumlu, hem de olumsuz inançlarının olabileceği,¹⁷ bu inançların terapide daha gerçekçi açıdan tekrar değerlendirilmesinin gerektiği belirtilmektedir.^{11,32} Bilişsel terapide, belirsizliğe tahammülsüzlüğün endişe ile paralel olarak azaldığı³⁵ ve YKB tanısı konan kişilerin bilişsel davranışçı terapidenden sonra endişe ile ilgili işlevsel olmayan inançlarında anlamlı bir azalma olduğu gözlenmiştir.³⁶ Bu nedenle, ölçeklerin klinik örneklemde çalışıldıktan sonra terapide sözü edilen bu inançların değerlendirilme sürecine katkı sağlayabileceği düşünülmektedir.

Araştırmanın sınırlılıklarından biri, örneklemin belirli bir yaş ve eğitim düzeyinde olmasıdır ve bu durum sonuçların genellenebilirliğini azaltmaktadır. Ölçeklerin çapraz geçerliliğinin yapılacağı yeni çalışmalarda örneklemin diğer yaş grupları ve eğitim düzeyindeki kişileri de kapsamaması gerektiği düşünülmekte, özellikle de klinik gruplarda (YKB, OKB, panik bozukluğu) çalışılması önerilmektedir.

Sonuç

Çalışmanın bulguları incelendiğinde, BTÖ, EOİÖ ve ESÖ'nün Türk kültüründe normallerden oluşan yüksek eğitilmiş örneklemelerde araştırma ve tarama amacıyla kullanılabilecek geçerli ve güvenilir ölçekler olduğu anlaşılmıştır.

KAYNAKLAR

1. American Psychiatric Association. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders. Fourth edition (DSM-IV)*. Washington, D.C., American Psychiatric Association, 1994.
2. Dugas MJ, Gagnon F, Ladouceur R, Freeston MH. Generalized anxiety disorder: a preliminary test of a conceptual model. *Behav Res Ther* 1998; 36:215-226.
3. Buhr K, Dugas MJ. The intolerance of uncertainty scale: Psychometric properties of the english version. *Behav Res Ther* 2002; 40:931-945.
4. Holaway RM, Heimberg RG, Coles ME. A comparison of intolerance of uncertainty in analogue obsessive-compulsive disorder and generalized anxiety disorder. *Anxiety Disord* 2006; 20:158-174.

5. Dugas MJ, Marchand A, Ladouceur R. Further validation of a cognitive behavioral model of generalized anxiety disorder: Diagnostic and symptom specificity. *Anxiety Disord* 2005; 19:329-343.
6. Dugas MJ, Koerner N. Cognitive-behavioral treatment for generalized anxiety disorder: current status and future directions. *J Cogn Psychother* 2005; 19:61-81.
7. Wells A. Meta-cognition and worry: A cognitive model of generalised anxiety Disorder. *Behav Cogn Psychother* 1995; 23:301-320.
8. Wells A, Carter K. Preliminary tests of a cognitive model of generalized anxiety disorder. *Behav Res Ther* 1999; 37:585-594.
9. Koerner N, Dugas MJ. An investigation of appraisals in individuals vulnerable to excessive worry: The role of intolerance of uncertainty. *Cogn Ther Res* 2008; 32:619-638.
10. Dugas MJ, Freeston MH, Ladouceur R. Intolerance of uncertainty and problem orientation in worry. *Cogn Ther Res* 1997; 21:593-606.
11. Dugas MJ, Schwartz A, Francis K. Intolerance of uncertainty, worry and Depression. *Cogn Ther Res* 2004; 28:835-842.
12. Laugesen N, Dugas MJ, Bukowski WM. Understanding adolescent worry: The application of a cognitive model. *J Abnorm Clin Psychol* 2003; 31:55-64.
13. Ladouceur R, Gosselin P, Dugas MJ. Experimental manipulation of intolerance of uncertainty: a study of a theoretical model of worry. *Behav Res Ther* 2000; 38:933-941.
14. Sica C, Coradeschi D, Sanavio E, Dorz S, Manchisi D, Novara C. A study of the psychometric properties of the obsessive beliefs inventory and interpretations of intrusions inventory on clinical Italian individuals. *J Anxiety Disord* 2004; 18:291-307.
15. Steketee G, Frost RO, Cohen I. Beliefs in obsessive-compulsive disorder. *J Anxiety Disord* 1998; 12:525-532.
16. Tolin DF, Abramowitz JS, Brigidi BD, Foa EB. Intolerance of uncertainty in obsessive-compulsive disorder. *Anxiety Disord* 2003; 17:233-242.
17. Hatton SC, Wells A. Beliefs about worry and intrusions: The meta-cognitions questionnaire and its correlates. *J Anxiety Disord* 1997; 11:279-296.
18. Francis K, Dugas MJ. Assessing positive beliefs about worry: validation of a structured interview. *Pers Individual Differ* 2004; 37:405-415.
19. Wells A. The metacognitive model of GAD: Assessment of meta-worry and relationship with DSM-IV generalized anxiety disorder. *Cogn Ther Res* 2005; 29:107-121.
20. Davis RN, Valentiner DP. Does meta-cognitive theory enhance our understanding of pathological worry and anxiety. *Pers Individual Differ* 2000; 29:513-526.
21. Ruscio AM, Borkovec TD. Experience and appraisal of worry among high worriers with and without generalized anxiety disorder. *Behav Res Ther* 2004; 42:1469-1482.
22. Borkovec TD, Roemer L. Perceived functions of worry among generalized anxiety disorder subjects: Distraction from more emotionally distressing topics? *J Behav Ther Exper Psychiatry* 1995; 26:25-30.
23. Bakerman D, Buhr K, Koerner N, Dugas MJ. 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, 2004.
24. Davey GCL, Tallis F, Capuzzo N. Beliefs about the consequences of worrying. *Cogn Ther Res* 1996; 20:499-520.
25. Budner S. Intolerance of ambiguity as a personality variable. *J Personality* 1962; 30:29-50.
26. Freeston MH, Rheaume J, Letarte H, Dugas MJ, Ladouceur R. Why do people worry? *Pers Individual Differ* 1994; 17:791-802.
27. Holowka DW, Dugas MJ, Francis K, Laugesen N. Measuring beliefs about worry: A psychometric evaluation of the Why Worry II Questionnaire. Poster presented at the 34 Annual Convention of the Association for the Advancement of Behavior Therapy, New Orleans, LA, 2000.
28. Spielberger CD. Anxiety as an emotional states. *Anxiety: Current Trends in Theory and Research*. New York, Academic Press, 1972.
29. Öner N, Le Compte A. *Durumluk/Süreklilik Kaygı Envanteri Elkitabı*. İkinci baskı, İstanbul, Boğaziçi Üniversitesi Matbaası, 1985.
30. Butler G, Mathews A. Cognitive processes in anxiety. *Adv Behav Res Ther* 1983; 5:51-62.
31. Buhr K, Dugas MJ. Investigating the construct validity of intolerance of uncertainty and its unique relationship with worry. *Anxiety Disord* 2006; 20:222-236.
32. Borkovec TD, Stevens HH, Diaz ML. The role of positive beliefs about worry in generalized anxiety disorder and its treatment. *Clin Psychol Psychother* 1999; 6:126-138.
33. Francis K, Fioriello A, Robichaud M, Dugas MJ. The relationship between beliefs about worry and gender. Poster presented at the Third Convention of the Association Troubles Anxieux, Quebec, Montreal, Canada, 2000.
34. Starcevic V, Berle D. Cognitive specificity of anxiety disorders: A review of selected key constructs. *Depress Anxiety* 2006; 23:51-61.
35. Ladouceur R, Dugas MJ, Freeston MH, Leger E, Gagnon F, Thibodeau N. Efficacy of a cognitive-behavioral treatment for generalized anxiety disorder: Evaluation in a controlled clinical trial. *J Consult Clin Psychol* 2000; 68:957-964.
36. Myriam MJ, Dugas MJ, Ladouceur R. Changes in dysfunctional beliefs before and after a cognitive behavioral treatment for people with generalized anxiety disorder. *Can J Behav Sci* 2000; 32:91-96.