

PAPER DETAILS

TITLE: Attachment Styles and Intolerance of Uncertainty as Predictors of Generalized Anxiety in Adults

AUTHORS: Binaz Bozkur,Özlem Gülgez,Mustafa Güler

PAGES: 1148-1168

ORIGINAL PDF URL: <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/3757917>

Attachment Styles and Intolerance of Uncertainty as Predictors of Generalized Anxiety in Adults

Binaz Bozkur^a  Özlem Eryılmaz^b  Mustafa Güler^c 

^a Assoc. Prof. Dr., Mersin University, Mersin, Türkiye, b.bozkur@hotmail.com

^b Dr., Ministry of Education, Antalya, Türkiye, ozlem3579@gmail.com

^c Assoc. Prof. Dr., Selçuk University, Konya, Türkiye, mustafaguler@selcuk.edu.tr

ABSTRACT

This study aims to examine the relationship between intolerance of uncertainty and attachment styles and generalized anxiety and the predictive status of these variables for generalized anxiety. The research study group consists of 938 people (634 women, 304 men) over the age of 18. In the data analysis, the relationship of the variables with each other was examined with the Pearson Correlation Coefficient; predictive status was examined by Stepwise Multiple Linear Regression Analysis. The results of the correlation analysis revealed that there is a positive correlation between generalized anxiety, intolerance of uncertainty, and insecure attachment styles (anxious and avoidant attachment) and a negative correlation with secure attachment style. The predictive analysis results show that both intolerance of uncertainty and attachment styles are significant predictors of generalized anxiety disorder. These data obtained from a large study group reveal that intolerance of uncertainty and attachment styles are important variables associated with generalized anxiety disorder.

Article Type
Research

Article Background

Received:
27.02.2024
Accepted:
22.07.2024

Keywords

Generalized Anxiety,
Intolerance of Uncertainty,
Attachment Styles

To cite this article: Bozkur, B., Eryılmaz, Ö., & Güler, M. (2024). Attachment styles and intolerance of uncertainty as predictors of generalized anxiety in adults. *International Journal of Turkish Education Sciences*, 12 (3), 1148-1168. <https://doi.org/10.46778/goputeb.1443772>

Corresponding Author: Binaz Bozkur, e-mail: b.bozkur@hotmail.com

Introduction

Anxiety is defined as a complex phenomenon that includes psychological and physiological responses arising from the expectation of a future threat (APA, 2013) or as a state of uneasiness and anxiety felt by the person due to the expectation of future danger (Scovel, 1991). The life of people who experience intense anxiety becomes challenging (Yavuzer, 1994) and significant deterioration may occur in their quality of life, cognitive, emotional, and behavioral functionality (Hoehn-Saric & McLeod, 2000; Kessler et al., 2005). Generalized anxiety disorder (GAD) is a chronic and very common disorder characterized by uncontrollable excessive worry, chronic anxiety, and tension. Generalized anxiety is usually accompanied by at least three symptoms of restlessness, tense muscles, sleep problems, trouble concentrating, fatigue quickly, excessive excitement or anxiety, and irritability (Hoffman et al., 2008). Findings from studies of approximately 150,000 adults in 26 countries show that the lifetime prevalence of GAD is 3.7%, the 12-month prevalence is 1.8%, and the 30-day prevalence is 0.8% (Ruscio et al., 2017). These results, which underline the importance of GAD for public health worldwide, make it important to examine the factors that may be associated with GAD.

There are many factors, both individual and environmental, associated with anxiety (Munir & Takov, 2021; Vasey & Dadds, 2001). One of the prominent individual factors is intolerance of uncertainty. It is stated that generalized anxiety is initiated and maintained by intolerance of uncertainty (Koerner & Dugas, 2006). In other words, intolerance of uncertainty is considered one of the main variables in explaining generalized anxiety (Dugas et al., 2001). The concept of intolerance of uncertainty was first discussed as a personality trait by Frenkel-Brunswik (1948). Later, Stanley Budner (1962) evaluated the intolerance of uncertainty as a way of perceiving reality, not as a personality trait as evaluated by Frenkel-Brunswick. From this point of view, the concept of "intolerance of uncertainty", which expresses people's reactions to uncertain situations, is defined as the tendency to give negative emotional, cognitive, and behavioral reactions to uncertain events and situations (Buhr & Dugas, 2002). It has been stated that the state of uncertainty can affect the individual's view of events in a negative way and may have negative effects on the individual's mood (Çaplı & Taş, 2010). It is stated that people with a high intolerance of uncertainty tend to have negative predictions they tend to see uncertain events negatively, they avoid uncertainty more than other people (Buhr & Dugas, 2002), and all of these increase their anxiety levels (Dugas et al., 2001). Indeed, the results of an experimental study conducted by Ladouceur, Gosselin and Dugas (2000) reveal that participants whose intolerance of uncertainty level was increased experienced higher levels of worry than participants whose intolerance of uncertainty level was reduced. That is, intolerance of uncertainty appears to be closely related to pathological worry and GAD (Dugas et al., 2001; Fracalanza et al., 2014; Holaway et al., 2006). Again, apart from generalized anxiety disorder, intolerance of uncertainty including obsessive-compulsive disorder (Holaway et al., 2006; Steketee et al., 1998), depression (Yook et al., 2010), eating disorders (Sternheim et al., 2011), and social phobia (Carleton et al., 2010) are also found in the literature.

In addition to intolerance of uncertainty, another personality trait that is thought to be associated with generalized anxiety disorder is attachment style. Bowlby (1980) defines attachment as "an individual's desire to establish a relationship with a figure or seek closeness when he/she is afraid" and argues that the cognitive structures formed by the child regarding the caregiver can continue throughout life. He states that attachment relationships can be defined as secure, insecure-anxious, and insecure-avoidant, and it can be explained by triple dimensioning. While secure attachment is

associated with positive psychological adjustment, insecure attachment (anxious and avoidant attachment) is associated with both depression and anxiety symptoms (Marganska et al., 2013). Attachment theory is one of the most widely used conceptual frameworks in examining individual differences in psychosocial development.

It has been demonstrated in the literature that individual differences in attachment are associated with anxiety disorders (Bar-Haim et al., 2007; Dadashzadeh et al., 2018). On the other hand, there are also studies examining the relationship between generalized anxiety disorder and attachment styles (Eng & Heimberg, 2006; Hale III et al., 2006; Marganska et al., 2013; Yüksel, 2014). Attachment theory suggests that anxiety-related problems such as generalized anxiety disorder are an understandable consequence of childhood insecure attachment (Bowlby, 1980). The insecurely attached person may feel that the world is dangerous, that he cannot cope with future events, and that he must predict the future for himself and even for the person(s) who take care of him, in order to survive and obtain love (Sibrava & Borkovec, 2006). This situation indicates the relationship between GAD, and intolerance of uncertainty.

The publications presented in the previous paragraphs reveal the relationship of GAD with both intolerance of uncertainty and attachment. Despite the close relationship between GAD and these two structures, no study has been found that examines GAD together with attachment and intolerance of uncertainty. It appears that two studies conducted with a limited sample examined the role of CT in the relationship between worry and attachment. (Clark et al., 2020; Wright et al., 2017). Although worry was addressed instead of GAD, the results of these studies indicate that GAD, attachment styles, and intolerance of uncertainty are interrelated structures. Considering the prevalence of generalized anxiety in society, its negative effects, and its importance both in general health services and in the field of mental health, it is important to determine which variables predict it. In this context, the aim of this study is to examine the relationships between anxiety, intolerance of uncertainty, and attachment styles in the general adult population, with data obtained from a large study group, and to examine whether these factors predict generalized anxiety disorder. The strengths of this study are that it brings together two separate structures (intolerance of uncertainty and attachment styles) that have been shown to be related to GAD in the literature and that the data were obtained from a large non-clinical adult study group.

Method

This research was designed as a descriptive and relational study aiming to examine the relationships between anxiety, intolerance of uncertainty, and attachment styles in the adult population. While descriptive researches aim to reveal the existing situation, relational research deal with the relationships between two or more than two variables (Karasar, 2012) and cannot establish a cause-and-effect relationship due to their nature (Erkuş, 2011).

Study Group

The research study group consists of 938 people who are literate and have internet access. Descriptive information about the study group is presented in Table 1.

Table 1

Descriptive Information of the Study Group

Variables		
Gender	F	%
Female	634	67.6
Male	304	32.4
Educational Status	F	%
Primary	23	2.5
High School	76	8.1
Two-year Degree	59	6.3
Graduate	618	65.9
Post-Graduate	162	17.3
Age	F	%
18-21	150	16.0
22-26	126	13.4
27-35	209	22.3
36-46	256	27.3
47-55	130	13.9
56 or above	67	7.1

Data Collection Tools

In this study, the General Anxiety Disorder Scale 7 (GAD-7), Attachment Styles in Interpersonal Relations Scale, Intolerance of Uncertainty Scale, and demographic information form were used as data collection tools.

Personal Information Form

The personal information form consists of questions determining the gender, Educational Status, and age of the participants. The personal information form was prepared by the researchers.

The Generalized Anxiety Disorder Scale

The Generalized Anxiety Disorder Scale – 7, developed by Spitzer et al. (2006), and adapted into Turkish by (Konkan et al., 2013) was used in this study. As a result of the validity and reliability studies carried out by the researchers, the psychometric properties of the scale were found to be similar and sufficient to the original scale. The Cronbach Alpha internal consistency coefficient of the scale was found to be .85. It is stated that the scale is a valid and reliable tool for measuring anxiety disorder (Konkan et al., 2013). Within the scope of this study, the Cronbach Alpha internal consistency coefficient of the scale was calculated as .84.

Intolerance of Uncertainty Scale

In this study, the 12-item Intolerance of Uncertainty Scale - Short Form (IUS - 12) developed by Carleton et al. (2007) and adapted into Turkish by Sarıçam et al. (2014) was used. The scale aims to measure the participants' intolerance of uncertainty levels. The Cronbach's alpha internal consistency coefficient of the scale was found to be .91 in the sample consisting of normal individuals and .92 in the sample consisting of clinical patients. In addition, the correlation of the scale with the original 27-item form was calculated as $r = .96$. These data show that the reliability of the scale is high. For this study, the Cronbach Alpha internal consistency coefficient of the scale was calculated as .88.

Attachment Styles Scale in Interpersonal Relationships

In this study, the Interpersonal Attachment Styles Scale developed by Kandemir and İlhan (2017) was used to measure the attachment styles of the participants. The scale consists of three dimensions and 21 items. These dimensions are “secure attachment”, “anxious/preoccupied attachment” and “avoidant attachment” dimensions. The Cronbach alpha internal consistency coefficients of the scale were calculated as .80 for the first factor (secure attachment), .74 for the second factor, (anxious/preoccupied attachment) and .72 for the third factor (avoidant attachment) (Kandemir & İlhan, 2017). These findings show that the reliability of the scale is within acceptable limits. In this study, the Cronbach Alpha internal consistency coefficients of the scale were calculated as .76 for the Secure Attachment sub-dimension, .73 for the Anxious Attachment sub-dimension, and .66 for the Avoidant Attachment sub-dimension.

Data Collection and Analysis

Approval for the research was obtained with the decision of the Selçuk University Faculty of Education Ethics Committee, dated 31.12.2021 and numbered 204929. Within the scope of the research, the data were collected through the Google form by contacting the participants by phone and e-mail. SPSS 25.00 package program was used to analyze the data collected for the research. Before the analysis, the assumption of normality was examined, and the skewness indices (-0.70-0.44) and kurtosis indices (-0.36-0.89) for all measurements in the study were in the range of -1 and +1, that is, within acceptable limits Köklü et al. (2007). In the analysis of the data, Pearson Correlation Coefficient was used to determine the relationship between the variables covered in the study and a stepwise multiple linear regression analysis was used to determine how much the variables predicted anxiety. In this framework, the assumptions of stepwise multiple linear multiple regression analysis were tested. As a criterion, the correlation coefficient between the variables should be below .80 for the multicollinearity assumption, the Durbin-Watson value should be around 2 for the independence of errors (Field, 2009). The criteria VIF (Variance Inflation Factor) value should be less than 10, and the tolerance value should be greater than 10 were taken into account (Hair et al., 2014). In the analyses made, it was observed that the data were linear, there was no multicollinearity problem (VIF: 1.00-1.23; Tolerance: .81-.98), and the errors were independent (Durbin-Watson: 1.99).

Findings

The relationship between participants' Generalized Anxiety, Intolerance of Uncertainty, and Attachment Styles was analyzed with the Pearson correlation coefficient and the results are given in Table 2.

Table 2

Correlation Values Showing the Relationship Between Generalized Anxiety, Intolerance of Uncertainty, and Attachment Styles

Variables	1	2	3	4	5
1. Generalized Anxiety	-				
2. Intolerance of Uncertainty	.42**	-			
3. Secure Attachment	-.15**	-.02	-		
4. Anxious Attachment	.32**	.37**	.12**	-	
5. Avoidant Attachment	.22**	.25**	-.15**	.08*	-

** . The correlations are significant at the .01 level (2-tailed).

* . Correlations are significant at the .05 level (2-tailed).

A correlation coefficient of less than 0.30 indicates a weak relationship, while a coefficient between 0.30 and 0.70 indicates a moderate relationship. A coefficient greater than 0.70 indicates a strong relationship (Köklü et al., 2007). When Table 2 is examined, it is seen that there is a positive and moderate relationship between participants' generalized anxiety, intolerance of uncertainty, and anxious attachment styles, and a negative and low-level significant relationship with secure attachment. (Respectively, $p < .001$, $r = .42$; $p < .001$, $r = .32$; $p < .001$, $r = -.15$). Again, it was determined that there was a moderate and positive relationship between the participants' intolerance of uncertainty and anxious attachment styles and positive and low-level significant relationship between their intolerance of uncertainty and avoidant attachment styles. It was determined that anxious attachment had a positive relationship with other attachment styles, and low-level avoidant attachment had a negative and low-level significant relationship with secure attachment. In other words, it is possible to state that adults with high anxiety levels experience more intolerance of uncertainty and have more insecure attachment styles.

Stepwise Linear Regression Analysis was performed regarding the prediction of anxiety by intolerance of uncertainty and attachment styles, and the results are shown in Table 3.

Table 3

Table of Stepwise Linear Regression Analysis for the Prediction of Generalized Anxiety Disorder in Adults

Model	Predictive Variables	B	SE	β	t	p	R	R ²
1	Fixed	6.30	.53		11.89	.00		
	Intolerance of Uncertainty	.18	.01	.42	14.20	.00	.42	.18
2	Fixed	4.94	.56		8.75	.00		
	Intolerance of Uncertainty	.15	.01	.35	11.15	.00		
	Anxious Attachment	.10	.02	.20	6.23	.00	.46	.21
3	Fixed	9.05	.88		10.27	.00		
	Intolerance of Uncertainty	.14	.01	.34	10.95	.00		
	Anxious Attachment	.11	.02	.22	7.08	.00	.49	.24
	Secure Attachment	-.11	.02	-.17	-6.00	.00		
4	Fixed	7.51	.97		7.71	.00		
	Intolerance of Uncertainty	.13	.01	.31	9.87	.00		
	Anxious Attachment	.11	.02	.22	7.12	.00	.50	.25
	Secure Attachment	-.10	.02	-.16	-5.45	.00		
	Avoidant Attachment	.06	.02	.11	3.63	.00		

Table 3 illustrates that the stepwise multiple linear regression analysis was completed in four stages, highlighting the significant predictors of generalized anxiety based on their contribution to the variance. Initially, intolerance of uncertainty emerges as the most substantial predictor, explaining 18% of the total variance ($R = .42$, $R^2 = .18$, $P < .05$). This indicates that individuals who struggle with uncertainty are more likely to experience higher levels of generalized anxiety. In the second stage, the inclusion of the anxious attachment variable increases the explained variance to 21% ($R = .46$, $R^2 = .21$, $p < .05$). This suggests that individuals with an anxious attachment style also tend to have higher levels of generalized anxiety, emphasizing the role of attachment in anxiety levels. In the third stage, adding the secure attachment variable further increases the explained variance to 24% ($R = .49$, $R^2 = .24$, $p < .05$). The presence of secure attachment as a predictor highlights its potential protective effect against generalized anxiety as those with secure attachment styles may experience lower anxiety levels. Finally, in the fourth stage, the inclusion of the avoidant attachment variable raises the explained variance to 25% ($R = .50$, $R^2 = .25$, $p < .05$). This suggests that avoidant attachment also plays a role in generalized anxiety, contributing to an increased understanding of the factors that influence anxiety levels. Overall, the four-stage model explains 25% of the total variance in generalized anxiety, underscoring the importance of these psychological factors.

Discussion

In this study, the relationship of generalized anxiety disorder with intolerance of uncertainty and attachment styles and the predictive status of these characteristics for generalized anxiety were examined in a large sample. In the literature, generalized anxiety is associated with intolerance of uncertainty (Dugas et al., 2001; Fracalanza et al., 2014; Holaway et al., 2006; Ladouceur et al., 2000), and it is stated that it is initiated, maintained, and characterized by intolerance of uncertainty (Koerner & Dugas, 2006). On the other hand, although there are studies in the literature examining the relationships between attachment styles and generalized anxiety (Eng & Heimberg, 2006; Hale III et al., 2006; Marganska et al., 2013; Yüksel, 2014), it has been observed that there is a limited

number of studies dealing with generalized anxiety disorder, intolerance of uncertainty, and attachment styles together, and these studies only focus on insecure attachment styles (Clark et al., 2020; Wright et al., 2017).

The results of this study showed that generalized anxiety was positively correlated with intolerance of uncertainty and insecure attachment styles (anxious and avoidant attachment) and negatively correlated with secure attachment style. Hence, intolerance of uncertainty and attachment styles significantly predict generalized anxiety disorder. These results are in line with research results showing that generalized anxiety disorder is positively associated with intolerance of uncertainty (Dugas et al., 2001; Fracalanza et al., 2014; Holaway et al., 2006; Ladouceur et al., 2000; Ouellet et al., 2019). For instance, Dugas et al. (2001) found that intolerance of uncertainty is highly related to worry, which is a core component of generalized anxiety disorder. Fracalanza et al. (2014) demonstrated that intolerance of uncertainty mediates the relationship between generalized anxiety symptoms and anger, indicating that intolerance of uncertainty has significant behavioral and emotional implications. Holaway et al. (2006) reported that intolerance of uncertainty is strongly related to pathological worry and generalized anxiety disorder symptoms. Ouellet et al. (2019) further supported these findings by showing that intolerance of uncertainty contributes to worry through negative problem orientation and limited access to emotion regulation strategies. Additionally, intolerance of uncertainty has been associated with other anxiety disorders such as obsessive-compulsive disorder (Steketee et al., 1998), eating disorders (Sternheim et al., 2011), and social phobia (Carleton et al., 2010).

The results are also consistent with research showing that generalized anxiety disorder is associated with attachment styles (Eng & Heimberg, 2006; Hale III et al., 2006; Marganska et al., 2013; Yüksel, 2014). Eng and Heimberg (2006) found that individuals with generalized anxiety disorder often exhibit insecure attachment styles. Hale III et al. (2006) reported that insecure attachment is a risk factor for generalized anxiety. Marganska et al. (2013) identified a strong relationship between insecure attachment styles and generalized anxiety symptoms. Yüksel (2014) showed that insecure attachment styles are significantly related to higher levels of generalized anxiety. Additionally, Clark et al. (2020) found that intolerance of uncertainty mediates the relationship between generalized anxiety and insecure attachment styles, supporting the results of our research.

It is thought that generalized anxiety is initiated and maintained by intolerance of uncertainty (Koerner & Dugas, 2006), that is, intolerance of uncertainty is a basic factor in explaining generalized anxiety (Dugas et al., 2001). Considering that insecure attachment styles are a risk factor in many anxiety disorders, especially generalized anxiety disorder, and secure attachment styles are an effective factor in improving mental health; the results obtained in this study are important in terms of showing the predictors of two factors that form the basis of explanations for generalized anxiety. Especially in the past, the samples of the studies on this subject were mostly university students (Dugas et al., 2001; Eng & Heimberg, 2006; Fracalanza et al., 2014; Hale III et al., 2006; Holaway et al., 2006; Marganska et al., 2013; Ouellet et al., 2019). In this study, it is thought that the results obtained from a large study group selected from the general population make an important contribution to the literature.

Limitations and Recommendations

Despite its contributions to the literature and its strengths, our study has several limitations. First, we did not differentiate between individuals diagnosed with generalized anxiety disorder and those

without such a diagnosis. Consequently, we could not examine whether the predictors of intolerance of uncertainty and attachment styles differ between clinical and non-clinical samples. Future studies should consider incorporating clinical samples to address this limitation. Additionally, the data were collected through self-report scales, which may introduce social desirability bias. Collecting data online also poses a risk of sampling bias, and the study's sample might not fully represent the general population. The majority (80.2%) of participants had an associate or higher degree, and women constituted 67.6% of the sample. Future research should aim to include more diverse groups regarding education levels and gender to enhance generalizability.

For researchers, it is essential to investigate further the mechanisms by which intolerance of uncertainty and attachment styles influence generalized anxiety disorder. Longitudinal studies could provide deeper insights into these relationships and help establish causality. Examining the interaction between these variables in different cultural contexts could also be valuable.

For practitioners, understanding the role of intolerance of uncertainty and attachment styles in generalized anxiety disorder can inform intervention strategies. Mental health professionals should consider incorporating techniques that address intolerance of uncertainty and attachment-related issues into their therapeutic approaches. For instance, cognitive-behavioral interventions that target negative beliefs about uncertainty could be effective. Additionally, attachment-based therapies that enhance secure attachment patterns may help reduce anxiety symptoms. Training programs for mental health practitioners should include modules on recognizing and addressing these factors in clients with generalized anxiety disorder. By integrating these approaches, practitioners can provide more comprehensive and tailored treatment to their clients.

Conclusion

In conclusion, this study showed that generalized anxiety was positive with intolerance of uncertainty and insecure attachment styles (anxious and avoidant attachment) in the data obtained from a large study group in the general population. On the other hand, it shows that it has a negative correlation with secure attachment style. Besides, intolerance of uncertainty and three attachment styles (secure, anxious, and avoidant attachment) significantly predict generalized anxiety disorder. It is thought that these results can make important contributions to understanding the role of adult attachment styles and intolerance of uncertainty in interventions for generalized anxiety applied by mental health professionals.

Ethics Committee Approval: Approval for the research was obtained with the decision of the Selçuk University Faculty of Education Ethics Committee, dated 31.12.2021 and numbered 204929. The procedures used in this study adhere to the tenets of the Declaration of Helsinki.

Consent to Participate: Informed consent was obtained from all individual participants included in the study.

Author Contributions: All of the researchers contributed equally.

Conflict of Interest: The authors have no competing interests to declare that are relevant to the content of this article.

Yetişkinlerde Yaygın Anksiyetenin Yordayıcıları Olarak Bağlanma Stilleri ve Belirsizliğe Tahammülsüzlük

Binaz Bozkur^a  Özlem Eryılmaz^b  Mustafa Güler^c 

^a Doç. Dr., Mersin Üniversitesi, Mersin, Türkiye, b.bozkur@hotmail.com

^b Dr., Milli Eğitim Bakanlığı, Antalya, Türkiye, ozlem3579@gmail.com

^c Doç. Dr., Selçuk Üniversitesi, Konya, Türkiye, mustafaguler@selcuk.edu.tr

ÖZET

Bu çalışmanın amacı belirsizliğe tahammülsüzlük ve bağlanma stilleri ile yaygın anksiyete arasındaki ilişkiyi ve bu değişkenlerin yaygın anksiyete için yordayıcılığını incelemektir. Araştırmanın çalışma grubu 18 yaş üstü 938 kişiden (634 kadın, 304 erkek) oluşmaktadır. Veri analizinde değişkenlerin birbirleriyle ilişkisi Pearson Korelasyon Katsayısı ile; yordayıcılık Adımsal Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi ile incelenmiştir. Korelasyon analizi sonuçları yaygın anksiyete, belirsizliğe tahammülsüzlük ve güvensiz bağlanma stilleri (kaygılı ve kaçınan bağlanma) arasında pozitif korelasyon, güvenli bağlanma stili ile ise negatif korelasyon olduğunu ortaya koymaktadır. Yordayıcı analiz sonuçları hem belirsizliğe tahammülsüzlüğün hem de bağlanma stillerinin yaygın anksiyete bozukluğunun önemli yordayıcıları olduğunu göstermektedir. Büyük bir çalışma grubundan elde edilen bu veriler, belirsizliğe tahammülsüzlük ve bağlanma stillerinin yaygın anksiyete bozukluğuyla ilişkili önemli değişkenler olduğunu ortaya koymaktadır.

MAKALE BİLGİSİ

Makale Türü

Araştırma

Makale Geçmişi

Gönderim tarihi:

27.02.2024

Kabul tarihi:

22.07.2024

Anahtar Kelimeler

Yaygın Anksiyete,
Belirsizliğe Tahammülsüzlük,
Bağlanma Stilleri

Atıf Bilgisi: Bozkur, B., Eryılmaz, Ö., ve Güler, M. (2024). Yetişkinlerde yaygın anksiyetenin yordayıcıları olarak bağlanma stilleri ve belirsizliğe tahammülsüzlük. *Uluslararası Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 12 (3), 1148-1168. <https://doi.org/10.46778/goputeb.1443772>

Sorumlu yazar: Binaz Bozkur, e-posta: b.bozkur@hotmail.com

Giriş

Kaygı, gelecekteki bir tehdit ihtimalinden kaynaklanan psikolojik ve fizyolojik tepkileri içeren karmaşık bir olgu (APA, 2013) veya kişinin gelecekteki tehlikenin gerçekleşme ihtimali nedeniyle hissettiği huzursuzluk ve endişe hali (Scovel, 1991) olarak tanımlanmaktadır. Yoğun kaygı yaşayan kişilerin yaşamı zorlayıcı hale gelmekte (Yavuzer, 1994); bu kişilerin yaşam kalitelerinde, bilişsel, duygusal ve davranışsal işlevselliklerinde önemli bozulmalar meydana gelebilmektedir (Hoehn-Saric ve McLeod, 2000; Kessler ve diğerleri, 2005). Yaygın Anksiyete Bozukluğu (YAB), kontrol edilemeyen aşırı endişe, kronik kaygı ve gerginlikle karakterize kronik ve çok yaygın görülen bir bozukluktur. Yaygın anksiyeteye genellikle huzursuzluk, kaslarda gerginlik, uyku sorunları, dikkati odaklamada güçlük, çabuk yorulma, aşırı heyecan veya kaygı ve sinirlilik gibi en az üç belirti eşlik eder (Hoffman ve diğerleri, 2008). 26 ülkede yaklaşık 150.000 yetişkin üzerinde yapılan çalışmalardan elde edilen bulgular, YAB'nun yaşam boyu yaygınlığının %3,7; 12 aylık yaygınlığının %1,8 ve 30 günlük yaygınlığının %0,8 olduğunu göstermektedir (Ruscio ve diğerleri, 2017). YAB'nun halk sağlığı açısından önemini vurgulayan bu sonuçlar, YAB ile ilişkili olabilecek faktörlerin incelenmesini önemli hale getirmektedir.

Kaygı ile ilişkili birçok bireysel ve çevresel faktör bulunmaktadır (Munir ve Takov, 2021; Vasey ve Dadds, 2001). Bu faktörlerden önemli biri de belirsizliğe tahammülsüzlüktür. Belirsizliğe tahammülsüzlük, yaygın anksiyetenin başlamasında ve devam etmesinde önemli bir rol oynar (Koerner ve Dugas, 2006). Başka bir deyişle belirsizliğe tahammülsüzlük, yaygın anksiyeteyi açıklamadaki temel değişkenlerden biri olarak kabul edilmektedir (Dugas ve diğerleri, 2001). Belirsizliğe tahammülsüzlük kavramı ilk olarak Frenkel-Brunswik (1948) tarafından bir kişilik özelliği olarak ele alınmıştır. Daha sonra Stanley Budner (1962), belirsizliğe tahammülsüzlüğü, Frenkel-Brunswik'in önerdiği gibi bir kişilik özelliği olarak değil, gerçeği algılama biçimi olarak değerlendirmiştir. Bu noktadan hareketle, insanların belirsiz durumlara karşı tepkilerini ifade eden “belirsizliğe tahammülsüzlük” kavramı, belirsiz olay ve durumlara karşı olumsuz duygusal, bilişsel ve davranışsal tepkiler verme eğilimi olarak tanımlanmaktadır (Buhr ve Dugas, 2002). Belirsizlik durumunun bireyin olaylara bakış açısını olumsuz yönde etkileyebileceği ve bireyin ruh hali üzerinde olumsuz etkileri olabileceği ifade edilmektedir (Çaplı ve Taş, 2010). Belirsizliğe tahammülsüzlüğü yüksek olan kişilerin olumsuz öngörülere sahip ve belirsiz olayları olumsuz görme eğiliminde olan bireyler oldukları, belirsizlikten diğerlerine göre daha fazla kaçındıkları (Buhr ve Dugas, 2002) ve tüm bunların belirsizliğe tahammülsüz kişilerin kaygı düzeylerini artırdığı belirtilmektedir (Dugas ve diğerleri, 2001). Nitekim Ladouceur, Gosselin ve Dugas (2000) tarafından yapılan deneysel bir çalışmanın sonuçları, belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyi artan katılımcıların, tahammülsüzlük düzeyi azalan katılımcılara göre daha yüksek düzeyde endişe yaşadıklarını ortaya koymaktadır. Yani belirsizliğe tahammülsüzlüğün patolojik endişe ve YAB ile yakından ilişkili olduğu görülmektedir (Dugas ve diğerleri, 2001; Fracalanza ve diğerleri, 2014; Holaway ve diğerleri, 2006). Yaygın anksiyete bozukluğunun yanı sıra belirsizliğe tahammülsüzlük obsesif-kompulsif bozukluk (Holaway ve diğerleri, 2006; Steketee ve diğerleri, 1998), depresyon (Yook ve diğerleri, 2010), yeme bozuklukları (Sternheim ve diğerleri, 2011) ve sosyal fobi (Carleton ve diğerleri, 2010) ile de ilişkilidir.

Belirsizliğe tahammülsüzlüğün yanı sıra yaygın anksiyete bozukluğuyla ilişkili olduğu düşünülen bir diğer kişilik özelliği ise bağlanma stilidir. Bowlby (1980) bağlanmayı “Bireyin korktuğunda bir figürle ilişki kurmak ya da yakınlık aramak için duyduğu istek” olarak tanımlar ve çocuğun bakım verene ilişkin oluşturduğu bu bilişsel yapıların yaşam boyu devam edebileceğini savunur.

Bağlanma ilişkilerinin güvenli, güvensiz-kaygılı ve güvensiz-kaçıngan olarak tanımlanabileceğini ve üçlü boyutlandırma ile açıklanabileceğini belirtir. Güvenli bağlanma olumlu psikolojik uyumla ilişkiliyken, güvensiz bağlanma (kaygılı ve kaçıngan bağlanma) hem depresyon hem de anksiyete belirtileriyle ilişkilidir (Marganska ve diğerleri, 2013). Bağlanma kuramı, psikososyal gelişimdeki bireysel farklılıkların incelenmesinde en fazla kullanılan kavramsal çerçevelerden biridir.

Literatürde bağlanmadaki bireysel farklılıkların kaygı bozukluklarıyla ilişkili olduğu gösterilmiştir (Bar-Haim ve diğerleri, 2007; Dadashzadeh ve diğerleri., 2018). Diğer yandan yaygın anksiyete bozukluğu ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalar da bulunmaktadır (Eng ve Heimberg, 2006; Hale III ve diğerleri, 2006; Marganska ve diğerleri, 2013; Yüksel, 2014). Bağlanma teorisi, yaygın anksiyete bozukluğu gibi kaygıyla ilişkili sorunların çocukluk çağındaki güvensiz bağlanmanın anlaşılabilir bir sonucu olduğunu öne sürmektedir (Bowlby, 1980). Güvensiz bağlanan kişi dünyanın tehlikeli olduğunu, gelecekteki olaylarla baş edemeyeceğini ve hayatta kalmak ve sevgi görmek için kendisi ve hatta kendisine bakan kişi veya kişiler için geleceği tahmin etmesi gerektiğini hissedebilir (Sibrava ve Borkovec, 2006). Bu durum YAB ile belirsizliğe tahammülsüzlük arasındaki ilişkiye işaret etmektedir.

Önceki paragraflarda sunulan yayınlar YAB'nun hem belirsizliğe tahammülsüzlük hem de bağlanma ile ilişkisini ortaya koyar niteliktedir. YAB ile bu iki yapı arasındaki yakın ilişkiye rağmen, YAB'nu bağlanma ve belirsizliğe tahammülsüzlükle birlikte inceleyen bir çalışmaya rastlanmamıştır. Sınırlı bir örneklemle yürütülen iki çalışmanın endişe ve bağlanma arasındaki ilişkide belirsizliğe tahammülsüzlüğün rolünü incelediği görülmektedir (Clark ve diğerleri, 2020; Wright ve diğerleri, 2017). Her ne kadar YAB yerine endişe ele alınmış olsa da, bu çalışmaların sonuçları YAB, bağlanma stilleri ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün birbiriyle ilişkili yapılar olduğunu göstermektedir. Yaygın anksiyetenin toplumdaki yaygınlığı, olumsuz etkileri ve hem genel sağlık hizmetlerinde hem de ruh sağlığı alanındaki önemi göz önüne alındığında, yaygın anksiyeteyi yordayan değişkenlerin belirlenmesi önemli görünmektedir. Bu bağlamda mevcut çalışmanın amacı, yetişkin popülasyonda anksiyete, belirsizliğe tahammülsüzlük ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkileri; belirsizliğe tahammülsüzlük ve bağlanma stillerinin yaygın anksiyete bozukluğunu yordayıp yordamadığını incelemektir. Bu çalışmanın güçlü yönleri, literatürde YAB ile ilişkili olduğu gösterilen iki ayrı yapıyı (belirsizliğe tahammülsüzlük ve bağlanma stilleri) bir araya getirmesi ve verilerin klinik olmayan geniş bir yetişkin çalışma grubundan elde edilmiş olmasıdır.

Yöntem

Bu araştırma, yetişkin popülasyonda kaygı, belirsizliğe tahammülsüzlük ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkileri incelemeyi amaçlayan betimleyici ve ilişkisel bir çalışma olarak tasarlanmıştır. Betimleyici araştırmalar var olan durumu ortaya koymayı amaçlarken, ilişkisel araştırmalar iki veya ikiden fazla değişken arasındaki ilişkileri ele alan araştırmalardır (Karasar, 2012) ve bu araştırmalar doğaları gereği neden-sonuç ilişkisi kurmaya elverişli değildirler (Erkuş, 2011).

Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubu, okuryazar ve internet erişimi olan 938 kişiden oluşmaktadır. Çalışma grubuna ait tanımlayıcı betimleyici bilgiler Tablo 1'de sunulmuştur.

Tablo 1

Çalışma Grubuna Ait Betimsel Bilgiler

Değişkenler			
Cinsiyet		F	%
Kadın		634	67.6
Erkek		304	32.4
Eğitim Düzeyi		F	%
İlkokul		23	2.5
Lise		76	8.1
Önlisans		59	6.3
Lisans		618	65.9
Lisansüstü		162	17.3
Yaş		F	%
18-21		150	16.0
22-26		126	13.4
27-35		209	22.3
36-46		256	27.3
47-55		130	13.9
56 ve üzeri		67	7.1

Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada veri toplama aracı olarak Yaygın Anksiyete Bozukluğu Ölçeği 7 (YAB-7), Kişilerarası İlişkilerde Bağlama Stilleri Ölçeği, Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği ve kişisel bilgi formundan yararlanılmıştır.

Kişisel Bilgi Formu

Kişisel bilgi formu, katılımcıların cinsiyetini, eğitim durumunu, yaşını belirleyen sorulardan oluşmaktadır. Kişisel bilgi formu araştırmacılar tarafından hazırlanmıştır.

Yaygın Anksiyete Bozukluğu Ölçeği

Bu çalışmada Spitzer ve diğerleri (2006) tarafından geliştirilen ve Konkan ve diğerleri (2013) tarafından Türkçeye uyarlanan Yaygın Anksiyete Bozukluğu Ölçeği - 7 kullanılmıştır. Araştırmacılar tarafından yapılan geçerlik ve güvenirlik çalışmaları sonucunda ölçeğin psikometrik özelliklerinin orijinal ölçeğe benzer ve yeterli olduğu bulunmuştur. Ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı .85 olarak bulunmuştur. Ölçeğin kaygı bozukluğunu ölçmede geçerli ve güvenilir bir araç olduğu belirtilmektedir (Konkan ve diğerleri, 2013). Bu çalışma kapsamında ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı .84 olarak hesaplanmıştır.

Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği

Bu çalışmada katılımcıların belirsizliğe tahammülsüzlük düzeylerini ölçmek için Carleton, Norton ve Asmundson (2007) tarafından geliştirilen ve Sarıçam, Erguvan, Akın ve Akça (2014) tarafından Türkçeye uyarlaması yapılan 12 maddelik Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği - Kısa Formu (BTÖ - 12), kullanılmıştır. Ölçekte Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı normal bireylerden oluşan örneklemde .91, klinik hastalardan oluşan örneklemde ise .92 olarak bulunmuştur. Ayrıca ölçeğin, 27 maddelik orijinal form ile korelasyonu $r = .96$ olarak hesaplanmıştır. Bu verileri ölçeğin güvenirliğinin yüksek olduğunu göstermektedir. Bu çalışma için ise ölçeğin Cronbach Alpha iç

tutarlılık katsayısı .88 olarak hesaplanmıştır.

Kişilerarası İlişkilerde Bağlama Stilleri Ölçeği

Bu çalışmada katılımcıların bağlanma stillerini ölçmek amacıyla Kandemir ve İlhan (2017) tarafından geliştirilen Kişilerarası İlişkilerde Bağlanma Stilleri Ölçeği kullanılmıştır. Ölçek üç boyut ve 21 maddeden oluşmaktadır. Bu boyutlar “güvenli bağlanma”, “kaygılı/saplantılı bağlanma” ve “kaçıngan bağlanma” boyutlarıdır. Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayıları birinci faktör (güvenli bağlanma) için .80, ikinci faktör (kaygılı/saplantılı bağlanma) için .74 ve üçüncü faktör (kaçıngan bağlanma) için .72 olarak hesaplanmıştır (Kandemir ve İlhan, 2017). Bu bulgular ölçeğin güvenilirliğinin kabul edilebilir sınırlar içerisinde olduğunu göstermektedir. Bu çalışmada ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayıları Güvenli Bağlanma alt boyutu için .76, Kaygılı Bağlanma alt boyutu için .73 ve Kaçıngan Bağlanma alt boyutu için .66 olarak hesaplanmıştır.

Verilerin Toplanması ve Analizi

Araştırma için onay, Selçuk Üniversitesi Eğitim Fakültesi Etik Kurulu'nun 31.12.2021 tarihli ve 204929 sayılı kararıyla alınmıştır. Araştırma kapsamında veriler, katılımcılara telefon ve e-posta yoluyla ulaşılarak Google formu aracılığıyla toplanmıştır. Araştırma için toplanan verilerin analizinde SPSS 25.00 paket programı kullanılmıştır. Analiz öncesinde normallik varsayımı incelenmiş ve çalışmadaki tüm ölçümler için çarpıklık indeksleri (-0,70-0,44) ve basıklık indeksleri (-0,36-0,89) -1 ile +1 aralığında, yani kabul edilebilir sınırlar içerisinde bulunmuştur (Köklü ve diğerleri, 2007). Verilerin analizinde, çalışmada ele alınan değişkenler arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla Pearson Korelasyon Katsayısı ve değişkenlerin kaygıyı ne kadar yordadığını belirlemek amacıyla aşamalı çoklu doğrusal regresyon analizi kullanılmıştır. Bu çerçevede, aşamalı çoklu doğrusal regresyon analizinin varsayımları test edilmiştir. Ölçüt olarak, çoklu bağlantı varsayımı için değişkenler arasındaki korelasyon katsayısının .80'in altında olması, hataların bağımsızlığı için Durbin-Watson değerinin 2 civarında olması gerekmektedir (Field, 2009). Ölçüt olarak VIF (Variance Inflation Factor) değerinin 10'dan küçük, tolerans değerinin ise 10'dan büyük olması dikkate alınmıştır (Hair ve diğerleri, 2014). Yapılan analizlerde verilerin doğrusal olduğu, çoklu doğrusallık sorununun olmadığı (VIF: 1.00-1.23; Tolerans: .81-.98) ve hataların bağımsız olduğu (Durbin-Watson: 1.99) görülmüştür.

Bulgular

Katılımcıların, Yaygın Anksiyete, Belirsizliğe Tahammülsüzlük ve Bağlanma Stilleri Arasındaki arasındaki ilişki Pearson momentler çarpımı korelasyon katsayısı ile incelenmiş ve elde edilen sonuçlar Tablo 2’de verilmiştir.

Tablo 2

Yaygın Anksiyete, Belirsizliğe Tahammülsüzlük ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkiyi Gösteren Korelasyon Değerleri

Değişkenler	1	2	3	4	5
1. Yaygın Anksiyete	-				
2. Belirsizliğe Tahammülsüzlük	.42**	-			
3. Güvenli Bağlanma	-.15**	-.02	-		
4. Kaygılı Bağlanma	.32**	.37**	.12**	-	
5. Kaçınan Bağlanma	.22**	.25**	-.15**	.08*	-

**Korelasyonlar .01 düzeyinde anlamlıdır (2-tailed).

*. Korelasyonlar .05 düzeyinde anlamlıdır (2-tailed).

Korelasyon katsayısının 0,30'dan küçük olması zayıf düzeyde bir ilişkiyi, 0,30-0,70 arasında olması ise orta düzeyde bir ilişkiyi göstermektedir. Katsayının 0,70'den büyük olması ise güçlü düzeyde bir ilişkiyi göstermektedir (Köklü ve diğerleri, 2007). Tablo 2 incelendiğinde katılımcıların yaygın anksiyeteleri ile belirsizliğe tahammülsüzlük ve kaygılı bağlanma stilleri arasında pozitif ve orta düzeyde bir ilişki, güvenli bağlanma ile ise negatif yönde ve düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. (Sırasıyla, $p < .001$, $r = .42$; $p < .001$ $r = .32$; $p < .001$ $r = -.15$). Yine katılımcıların belirsizliğe tahammülsüzlük ile kaygılı bağlanma stilleri arasında orta düzeyde ve pozitif yönlü bir ilişki, belirsizliğe tahammülsüzlük ile kaçınan bağlanma stilleri arasında ise pozitif yönde ve düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Kaygılı bağlanmanın diğer bağlanma stilleriyle pozitif bir ilişkiye sahip olduğu, kaçınan bağlanmanın ise güvenli bağlanmayla negatif ve düşük düzeyde anlamlı bir ilişkiye sahip olduğu belirlenmiştir. Başka bir deyişle, yüksek kaygı düzeyine sahip yetişkinlerin belirsizliğe karşı daha fazla tahammülsüzlük yaşadıklarını ve daha güvensiz bağlanma stillerine sahip olduklarını söylemek mümkündür.

Kaygının belirsizliğe tahammülsüzlük ve bağlanma stilleri tarafından yordanmasına ilişkin Aşamalı Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi yapılmış ve sonuçlar Tablo 3'te gösterilmiştir.

Tablo 3

Yetişkinlerde Yaygın Anksiyete Bozukluğunun Yordanmasına İlişkin Aşamalı Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Tablosu

Model	Yordayıcı Değişkenler	B	Sh	β	t	p	R	R ²
1	Sabit	6.30	.53		11.89	.00		
	Belirsizliğe Tahammülsüzlük	.18	.01	.42	14.20	.00	.42	.18
2	Sabit	4.94	.56		8.75	.00		
	Belirsizliğe Tahammülsüzlük	.15	.01	.35	11.15	.00		
	Kaygılı Bağlanma	.10	.02	.20	6.23	.00	.46	.21
3	Sabit	9.05	.88		10.27	.00		
	Belirsizliğe Tahammülsüzlük	.14	.01	.34	10.95	.00		
	Kaygılı Bağlanma	.11	.02	.22	7.08	.00	.49	.24
4	Güvenli Bağlanma	-.11	.02	-.17	-6.00	.00		
	Sabit	7.51	.97		7.71	.00		
	Belirsizliğe Tahammülsüzlük	.13	.01	.31	9.87	.00		
	Kaygılı Bağlanma	.11	.02	.22	7.12	.00	.50	.25
	Güvenli Bağlanma	-.10	.02	-.16	-5.45	.00		
	Kaçınan Bağlanma	.06	.02	.11	3.63	.00		

Tablo 3, aşamalı çoklu doğrusal regresyon analizinin dört aşamada tamamlandığını ve varyansa katkılarına göre yaygın anksiyetenin anlamlı yordayıcılarını ortaya koyduğunu göstermektedir. Başlangıçta, belirsizliğe tahammülsüzlük en önemli yordayıcı olarak ortaya çıkmakta ve toplam varyansın %18'ini açıklamaktadır ($R = .42$, $R^2 = .18$, $P < .05$). Bu, belirsizlikle mücadele eden bireylerin daha yüksek düzeyde yaygın anksiyete yaşama olasılıklarının daha yüksek olduğunu göstermektedir. İkinci aşamada, kaygılı bağlanma değişkeninin dahil edilmesi açıklanan varyansı %21'e çıkarmaktadır ($R = .46$, $R^2 = .21$, $p < .05$). Bu, kaygılı bağlanma stiline sahip bireylerin aynı zamanda daha yüksek düzeyde yaygın anksiyeteye sahip olma eğiliminde olduklarını ve kaygı düzeylerinde bağlanmanın rolünü vurgulamaktadır. Üçüncü aşamada, güvenli bağlanma değişkeninin eklenmesi açıklanan varyansı %24'e daha da çıkarmaktadır ($R = .49$, $R^2 = .24$, $p < .05$). Güvenli bağlanmanın bir yordayıcı olarak varlığı, güvenli bağlanma stillerine sahip olanların daha düşük kaygı seviyesine sahip olacakları için, yaygın anksiyeteye karşı potansiyel koruyucu etkisini vurgulamaktadır. Son olarak, dördüncü aşamada, kaçınan bağlanma değişkeninin dahil edilmesi açıklanan varyansı %25'e çıkarır ($R = .50$, $R^2 = .25$, $p < .05$). Bu, kaçınan bağlanmanın yaygın anksiyetede de rol oynadığını ve kaygı seviyelerini etkileyen faktörlerin daha iyi anlaşılmasına katkıda bulunduğunu göstermektedir. Genel olarak, dört aşamalı model, yaygın anksiyetede toplam varyansın %25'ini açıklayarak bu psikolojik faktörlerin önemini vurgulamaktadır.

Tartışma

Bu çalışmada, yaygın anksiyete bozukluğunun belirsizliğe tahammülsüzlük ve bağlanma stilleriyle ilişkisi ve bu yapıların yaygın anksiyete için yordayıcılık durumu geniş bir örneklemde incelenmiştir. Literatürde, yaygın anksiyete belirsizliğe tahammülsüzlük ile ilişkilendirilmekte (Dugas ve diğerleri, 2001; Fracalanza ve diğerleri, 2014; Holaway ve diğerleri, 2006; Ladouceur ve diğerleri, 2000) ve hatta YAB'nun belirsizliğe tahammülsüzlük tarafından başlatıldığı ve

sürdürüldüğü belirtilmektedir (Koerner ve Dugas, 2006). Öte yandan, literatürde bağlanma stilleri ile yaygın anksiyete arasındaki ilişkileri inceleyen çalışmalar bulunmasına rağmen (Eng ve Heimberg, 2006; Hale III ve diğerleri, 2006; Marganska ve diğerleri, 2013; Yüksel, 2014), yaygın anksiyete bozukluğu, belirsizliğe tahammülsüzlük ve bağlanma stillerini birlikte ele alan sınırlı sayıda çalışma olduğu ve bu çalışmaların yalnızca güvensiz bağlanma stillerine odaklandığı görülmektedir (Clark ve diğerleri, 2020; Wright ve diğerleri, 2017).

Bu çalışmanın sonuçları, yaygın anksiyetenin belirsizliğe tahammülsüzlük ve güvensiz bağlanma stilleriyle (endişeli ve kaçınan bağlanma) pozitif, güvenli bağlanma stiliyle ise negatif ilişkili olduğunu göstermektedir. Dolayısıyla, belirsizliğe tahammülsüzlük ve bağlanma stilleri yaygın anksiyete bozukluğunu anlamlı şekilde yordamaktadır. Bu sonuçlar, yaygın anksiyete bozukluğunun belirsizliğe tahammülsüzlük ile pozitif ilişkili olduğunu gösteren araştırma sonuçlarıyla uyumludur (Dugas ve diğerleri, 2001; Fracalanza ve diğerleri, 2014; Holaway ve diğerleri, 2006; Ladouceur ve diğerleri, 2000; Ouellet ve diğerleri, 2019). Örneğin, Dugas vd. (2001), belirsizliğe tahammülsüzlüğün, yaygın anksiyete bozukluğunun temel bir bileşeni olan endişeyle oldukça ilişkili olduğunu bulmuştur. Fracalanza vd. (2014), belirsizliğe tahammülsüzlüğün yaygın anksiyete belirtileri ve öfke arasındaki ilişkiye aracılık ettiğini göstererek, belirsizliğe tahammülsüzlüğün önemli davranışsal ve duygusal etkileri olduğunu göstermiştir. Holaway vd. (2006), belirsizliğe tahammülsüzlüğün patolojik endişe ve yaygın anksiyete bozukluğu semptomlarıyla güçlü bir şekilde ilişkili olduğunu bildirmiştir. Ouellet vd. (2019), belirsizliğe tahammülsüzlüğün olumsuz sorun yönelimi ve duygu düzenleme stratejilerine sınırlı erişim yolu ile kaygının ortaya çıkmasına katkıda bulunduğunu göstererek bu bulguları desteklemişlerdir. Ek olarak, belirsizliğe tahammülsüzlüğün obsesif-kompulsif bozukluk (Steketee ve diğerleri, 1998), yeme bozuklukları (Sternheim ve diğerleri, 2011) ve sosyal fobi (Carleton ve diğerleri, 2010) gibi diğer anksiyete bozukluklarıyla da ilişkili olduğu bulunmuştur.

Sonuçlar ayrıca, yaygın anksiyete bozukluğunun bağlanma stilleriyle ilişkili olduğunu gösteren araştırmalarla da tutarlıdır (Eng ve Heimberg, 2006; Hale III ve diğerleri, 2006; Marganska ve diğerleri, 2013; Yüksel, 2014). Eng ve Heimberg (2006), yaygın anksiyete bozukluğu olan bireylerin sıklıkla güvensiz bağlanma stilleri sergilediğini göstermişlerdir. Hale III ve diğerleri (2006), güvensiz bağlanmanın yaygın anksiyete için bir risk faktörü olduğunu bildirmişlerdir. Marganska ve diğerleri (2013), güvensiz bağlanma stilleri ile yaygın anksiyete belirtileri arasında güçlü bir ilişki tanımlamışlardır. Yüksel (2014), güvensiz bağlanma stillerinin daha yüksek düzeyde yaygın anksiyete ile anlamlı şekilde ilişkili olduğunu göstermiştir. Ek olarak, Clark ve diğerleri (2020), belirsizliğe tahammülsüzlüğün yaygın anksiyete ile güvensiz bağlanma stilleri arasındaki ilişkiye aracılık ettiğini ortaya koymuşlardır ve bu sonuç da araştırmamızın sonuçlarını destekler niteliktedir.

Yaygın anksiyetenin belirsizliğe tahammülsüzlük tarafından başlatıldığı ve sürdürüldüğü (Koerner ve Dugas, 2006), yani belirsizliğe tahammülsüzlüğün yaygın anksiyeteyi açıklamada temel bir faktör olduğu düşünülmektedir (Dugas ve diğerleri, 2001). Güvensiz bağlanma stillerinin birçok kaygı bozukluğunda, özellikle yaygın anksiyete bozukluğunda risk faktörü olduğu, güvenli bağlanma stillerinin ise ruh sağlığını iyileştirmede etkili bir faktör olduğu düşünüldüğünde; bu çalışmada elde edilen sonuçlar, yaygın kaygının açıklamalarının temelini oluşturan iki faktörün yordayıcılarını göstermesi bakımından önemlidir. Özellikle geçmişte bu konuda yapılan çalışmaların örneklerinin çoğunlukla üniversite öğrencileri olduğu görülmektedir (Dugas ve diğerleri, 2001; Eng ve Heimberg, 2006; Fracalanza ve diğerleri, 2014; Hale III ve diğerleri, 2006; Holaway ve diğerleri, 2006; Marganska ve diğerleri, 2013; Ouellet ve diğerleri, 2019). Bu çalışmada, genel popülasyondan seçilen

geniş bir çalışma grubundan elde edilen sonuçların literatüre önemli bir katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Sınırlılıklar ve Öneriler

Literatüre katkılarına ve güçlü yönlerine rağmen, çalışmamızın birkaç sınırlılığı bulunmaktadır. İlk olarak, yaygın anksiyete bozukluğu tanısı almış bireyler ile böyle bir tanısı olmayan bireyler arasında ayırım yapılmamıştır. Sonuç olarak, belirsizliğe tahammülsüzlüğün ve bağlanma stillerinin yordayıcılarının klinik ve klinik olmayan örnekler arasında farklılık gösterip göstermediği bu araştırmada incelenememiştir. Gelecekteki çalışmalar bu sınırlılığı ortadan kaldırmak için araştırmalarına klinik örnekleme dahil etmeyi düşünebilirler. Ek olarak, veriler sosyal kabul hatasına yol açabilecek öz bildirim ölçekleri aracılığıyla toplanmıştır. Verileri çevrimiçi toplamak da örnekleme önyargısı riski taşımaktadır ve çalışmanın örnekleminin genel nüfusu tam olarak temsil etmiyor olabileceği düşünülmektedir. Katılımcıların çoğunluğu (%80,2) ön lisans veya daha yüksek dereceye sahiptir ve kadınlar örneklemin %67,6'sını oluşturmaktadır. Gelecekteki araştırmaların, genellenebilirliği artırmak için eğitim düzeyleri ve cinsiyet açısından daha çeşitli grupları çalışmalarına dahil etmeleri önerilebilir.

Belirsizliğe tahammülsüzlüğün ve bağlanma stillerinin yaygın anksiyete bozukluğundaki rollerinin ortaya çıkarılması için daha fazla araştırılma yapılması gerektiği görülmektedir. Gerçekleştirilecek boyamsal çalışmalar bu ilişkilere dair daha derin içgörüler sağlayabilecek ve nedensellik oluşturmaya yardımcı olabilecektir. Bu değişkenler arasındaki etkileşimi farklı kültürel bağlamlarda incelemenin de değerli olabileceği düşünülmektedir.

Uygulayıcılar için, belirsizliğe tahammülsüzlüğün ve bağlanma stillerinin yaygın anksiyete bozukluğundaki rolünü anlamak, müdahale stratejilerini zenginleştirebilir. Ruh sağlığı profesyonelleri, belirsizliğe tahammülsüzlüğü ve bağlanma ile ilgili sorunları ele alan teknikleri terapötik yaklaşımlarına dahil etmeyi düşünmelidirler. Örneğin, belirsizlik hakkındaki olumsuz inançları hedef alan bilişsel-davranışsal müdahaleler etkili olabilir. Ek olarak, güvenli bağlanmayı geliştiren bağlanma temelli terapiler, anksiyete semptomlarını azaltmaya yardımcı olabilir. Ruh sağlığı uygulayıcıları için düzenlenen eğitim programları, yaygın anksiyete bozukluğu olan danışanlarda bu faktörleri tanıma ve ele alma üzerine modüller içermelidir. Bu yaklaşımları entegre ederek, uygulayıcılar danışanlarına daha kapsamlı ve kişiye özel tedaviler sağlayabilirler.

Sonuç

Sonuç olarak, bu çalışma genel popülasyonda geniş bir çalışma grubundan elde edilen verilerde yaygın anksiyetenin belirsizliğe tahammülsüzlük ve güvensiz bağlanma stilleri (kaygılı ve kaçınan bağlanma) ile pozitif yönlü ilişkili olduğunu göstermiştir. Öte yandan, güvenli bağlanma stili ile negatif bir korelasyonu olduğunu göstermektedir. Ayrıca, belirsizliğe tahammülsüzlük ve üç bağlanma stili (güvenli, kaygılı ve kaçınan bağlanma) yaygın anksiyete bozukluğunu önemli ölçüde yordamaktadır. Bu sonuçların, ruh sağlığı profesyonelleri tarafından uygulanan yaygın anksiyete müdahalelerinde yetişkin bağlanma stilleri ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün rolünün anlaşılmasına önemli katkılar sağlayabileceği düşünülmektedir.

Etik Kurul Onayı: Araştırma için onay, Selçuk Üniversitesi Eğitim Fakültesi Etik Kurulu'nun 31.12.2021 tarihli ve 204929 sayılı kararıyla alınmıştır. Bu çalışmada kullanılan prosedürler Helsinki Bildirgesi ilkelerine

uymaktadır.

Katılım Onayı: Çalışmaya dahil edilen tüm bireysel katılımcılardan bilgilendirilmiş onam alınmıştır.

Araştırmacıların Katkı Oranı: Araştırmacıların hepsi eşit oranda katkı sağlamışlardır.

Çatışma Beyanı: Yazarların bu makalenin içeriğiyle ilgili olarak beyan edecekleri çıkar çatışması yoktur.

References

- APA. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-V)* (Fifth Edition). American Psychiatric Association.
- Bar-Haim, Y., Dan, O., Eshel, Y., & Sagi-Schwartz, A. (2007). Predicting children's anxiety from early attachment relationships. *Journal of Anxiety Disorders*, 21(8), 1061-1068. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2006.10.013>
- Bowlby, J. (1980). Attachment and loss: Volume III: Loss, sadness and depression. In *Attachment and Loss: Volume III: Loss, Sadness, and Depression* (pp. 1-462): The Hogarth Press and the Institute of psycho-analysis.
- 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. [https://doi.org/10.1016/S0005-7967\(01\)00092-4](https://doi.org/10.1016/S0005-7967(01)00092-4)
- Çaplı, B., & Taş, O. (2010). Kriz haberciliği [Crisis journalism.] . B. Çaplı & H. Tuncel (Eds.). Televizyon haberciliğinde etik [Ethics in television journalism] (pp.237-251). Fersa Matbaacılık.
- Carleton, R. N., Collimore, K. C., & Asmundson, G. J. (2010). "It's not just the judgements—It's that I don't know": Intolerance of uncertainty as a predictor of social anxiety. *Journal of Anxiety Disorders*, 24(2), 189-195. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2009.10.007>
- Carleton, R. N., Norton, M. P. J., & Asmundson, G. J. (2007). Fearing the unknown: A short version of the Intolerance of Uncertainty Scale. *Journal of anxiety disorders*, 21(1), 105-117. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2006.03.014>
- Clark, G. I., Rock, A. J., Clark, L. H., & Murray-Lyon, K. (2020). Adult attachment, worry and reassurance seeking: Investigating the role of intolerance of uncertainty. *Clinical Psychologist*, 24(3), 294-305. <https://doi.org/10.1111/cp.12218>
- Dadashzadeh, H., Musazadeh, T., Yusefi, M. E., & Amiri, S. (2018). Attachment styles of patients with major depressive, obsessive-compulsive, and generalized anxiety disorders. *Journal of Research in Clinical Medicine*, 6(1), 34-42. <https://doi.org/10.15171/jarcm.2018.006>
- Dugas, M. J., Gosselin, P., & Ladouceur, R. (2001). Intolerance of uncertainty and worry: Investigating specificity in a nonclinical sample. *Cognitive Therapy and Research*, 25(5), 551-558. <https://doi.org/10.1023/A:1005553414688>
- Eng, W., & Heimberg, R. G. (2006). Interpersonal correlates of generalized anxiety disorder: Self versus other perception. *Journal of Anxiety Disorders*, 20(3), 380-387. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2005.02.005>
- Erkuş, A. (2011). *Davranış bilimleri için bilimsel araştırma süreci [Scientific research process for behavioral sciences]*. Seçkin Yayınevi.
- Field, A. (2009). *Discovering statistics using SPSS*: SAGE Publications

- Fracalanza, K., Koerner, N., Deschênes, S. S., & Dugas, M. J. (2014). Intolerance of uncertainty mediates the relation between generalized anxiety disorder symptoms and anger. *Cognitive Behaviour Therapy*, 43(2), 122-132. <https://doi.org/10.1080/16506073.2014.888754>
- Frenkel-Brunswik, E. (1948). Tolerance toward ambiguity as a personality variable. *American Psychologist*, 3(268), 385-401.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2014). *Multivariate data analysis. 7th Edition*. Pearson Education.
- Hale III, W. W., Engels, R., & Meeus, W. (2006). Adolescent's perceptions of parenting behaviours and its relationship to adolescent Generalized Anxiety Disorder symptoms. *Journal of Adolescence*, 29(3), 407-417. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2005.08.002>
- Hoehn-Saric, R., & McLeod, D. R. (2000). Anxiety and arousal: physiological changes and their perception. *Journal of Affective Disorders*, 61(3), 217-224. [https://doi.org/10.1016/S0165-0327\(00\)00339-6](https://doi.org/10.1016/S0165-0327(00)00339-6)
- Hoffman, D. L., Dukes, E. M., & Wittchen, H. U. (2008). Human and economic burden of generalized anxiety disorder. *Depression and anxiety*, 25(1), 72-90. <https://doi.org/10.1002/da.20257>
- Holaway, R. M., Heimberg, R. G., & Coles, M. E. (2006). A comparison of intolerance of uncertainty in analogue obsessive-compulsive disorder and generalized anxiety disorder. *Journal of Anxiety Disorders*, 20(2), 158-174. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2005.01.002>
- Kandemir, M., & İlhan, T. (2017). Kişilerarası ilişkilerde bağlanma stilleri ölçeği: Geçerlik ve güvenirlik çalışması [A scale of attachment styles in interpersonal relationships: A study of validity and reliability]. *Avrasya Pozitif Psikoloji Kongresi*, 174-175.
- Karasar, N. (2012). Bilimsel araştırma yöntemi [Scientific research method.]. Nobel Yayıncılık.
- Kessler, R. C., Berglund, P., Demler, O., Jin, R., Merikangas, K. R., & Walters, E. E. (2005). Lifetime prevalence and age-of-onset distributions of DSM-IV disorders in the national comorbidity survey replication. *Archives of General Psychiatry*, 62(6), 593-602. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.62.6.593>
- Koerner, N., & Dugas, M. J. (2006). *A cognitive model of generalized anxiety disorder: The role of intolerance of uncertainty*. Wiley. <https://doi.org/10.1002/9780470713143.ch12>
- Köklü, N., Büyüköztürk, Ş., & Çokluk Bökeoğlu, Ö. (2007). *Sosyal bilimler için istatistik (Statistics for social sciences)*. Pegem yayıncılık.
- Konkan, R., Şenormancı, Ö., Güçlü, O., Aydın, E., & Sungur, M. Z. (2013). Yaygın anksiyete bozukluğu-7 (YAB-7) testi Türkçe uyarlaması, geçerlik ve güvenirliği [Generalized anxiety disorder-7 (GAD-7) test Turkish adaptation, validity and reliability]. *Archives of Neuropsychiatry/Noropsikiatri Arsivi*, 50(1), 53-58, <https://doi.org/10.4274/npa.y6308..>
- 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. [https://doi.org/10.1016/S0005-7967\(99\)00133-3](https://doi.org/10.1016/S0005-7967(99)00133-3)
- Marganska, A., Gallagher, M., & Miranda, R. (2013). Adult attachment, emotion dysregulation, and symptoms of depression and generalized anxiety disorder. *American journal of Orthopsychiatry*, 83(1), 131. <https://doi.org/10.1111/ajop.12001>
- Munir, S., & Takov, V. (2021). *Generalized Anxiety Disorder*: StatPearls Publishing, Treasure Island (FL), <http://europepmc.org/abstract/MED/28722900>.
- Ouellet, C., Langlois, F., Provencher, M., & Gosselin, P. (2019). Intolerance of uncertainty and difficulties in emotion regulation: Proposal for an integrative model of generalized anxiety

- disorder. *European Review of Applied Psychology*, 69(1), 9-18. <https://doi.org/10.1016/j.erap.2019.01.001>
- Ruscio, A. M., Hallion, L. S., Lim, C. C., Aguilar-Gaxiola, S., Al-Hamzawi, A., Alonso, J., ... & Scott, K. M. (2017). Cross-sectional comparison of the epidemiology of DSM-5 generalized anxiety disorder across the globe. *JAMA Psychiatry*, 74(5), 465-475.
- Sarıçam, H., Erguvan, F. M., Akın, A., & Akça, M. Ş. (2014). Belirsizliğe tahammülsüzlük ölçeği (BTÖ-12) Türkçe formu: Geçerlik ve güvenirlik çalışması [Intolerance of uncertainty scale (IUS-12) Turkish form: A study of validity and reliability]. *Route Educational and Social Science Journal*, 1(3), 148-157. <https://doi.org/10.17121/ressjournal.109>
- Scovel, T. (1991). *The effect of affect on foreign language learning: A review of the anxiety research*. Horwitz, D. J. Young, Edt.; Language anxiety: From theory and research to classroom implications. Prentice-Hall.
- Sibrava, N. J., & Borkovec, T. (2006). *The cognitive avoidance theory of worry*: West Sussex, England: Wiley. <https://doi.org/10.1002/9780470713143.ch14>
- Spitzer, R. L., Kroenke, K., Williams, J. B. W., & Löwe, B. (2006). A brief measure for assessing generalized anxiety disorder: The GAD-7. *Archives of Internal Medicine*, 166(10), 1092-1097. <https://doi.org/10.1001/archinte.166.10.1092>
- Stanley Budner, N. Y. (1962). Intolerance of ambiguity as a personality variable1. *Journal of personality*, 30(1), 29-50. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1962.tb02303.x>
- Steketee, G., Frost, R. O., & Cohen, I. (1998). Beliefs in obsessive-compulsive disorder. *Journal of anxiety disorders*, 12(6), 525-537. [https://doi.org/10.1016/S0887-6185\(98\)00030-9](https://doi.org/10.1016/S0887-6185(98)00030-9)
- Sternheim, L., Startup, H., & Schmidt, U. (2011). An experimental exploration of behavioral and cognitive-emotional aspects of intolerance of uncertainty in eating disorder patients. *Journal of Anxiety Disorders*, 25(6), 806-812. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2011.03.020>
- Vasey, M. W., & Dadds, M. R. E. (2001). The developmental psychopathology of anxiety, pp. 435-458. Oxford University Press. In. <https://doi.org/10.1093/med:psych/9780195123630.001.0001>
- Wright, C. J., Clark, G. I., Rock, A. J., & Coventry, W. L. (2017). Intolerance of uncertainty mediates the relationship between adult attachment and worry. *Personality and Individual Differences*, 112, 97-102. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.02.039>
- Yavuzer, H. (1994). *Ana-baba ve çocuk*[Parent and child.]. Remzi kitabevi.
- Yook, K., Kim, K.-H., Suh, S. Y., & Lee, K. S. (2010). Intolerance of uncertainty, worry, and rumination in major depressive disorder and generalized anxiety disorder. *Journal of Anxiety Disorders*, 24(6), 623-628. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2010.04.003>
- Yüksel, B. (2014). *Kaygı belirtilerini açıklamada bağlanma, pozitif ve negatif duygu düzenleme ve belirsizliğe tahammülsüzlük arasındaki ilişkiyi bütünleyici model arayışı* [Attachment, positive and negative emotion regulation, and intolerance of uncertainty in anxiety: searching for an integrative model]. [Yüksek lisans tezi [Master's Thesis]. Hacettepe Üniversitesi.