

DOI: <http://doi.org/10.5281/zenodo.7992258>

Accepted: 28.05.2023

Üniversite Öğrencilerinin Romantik İlişkilerinde Belirsizliğe Tahammülsüzlük, Karar Verme ve Kaygı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi¹

Investigation of the Relationship between Intolerance of Uncertainty, Decision Making and Anxiety in Romantic Relationships of University Students

Funda ÖNEL

Yakın Doğu Üniversitesi

fundaonel183@hotmail.com, <https://orcid.org/0009-0005-0354-8375>**Ayşe BURAN**

Yakın Doğu Üniversitesi

ayse.buran@neu.edu.tr, <https://orcid.org/0000-0002-9697-7101>

Özet

Üniversite öğrencileriyle yapılan bu çalışmada amaç, romantik ilişkisi olan bireylerde belirsizliğe tahammülsüzlük, karar verme ve kaygı arasındaki ilişkiyi incelemektir. Araştırmanın evrenini TC ve KKTC de ikamet eden 18 yaş üstü romantik ilişkisi olan bireyler oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise amaçsal örnekleme yöntemiyle seçilen 268 kadın, 126 erkek toplam 394 kişiden oluşmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Sosyo-Demografik Bilgi Formu, Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği (BTÖ-12), İlişkide Karar Verme Ölçeği (İKVÖ) ve son olarak Kaygı Düşünceleri Envanteri (KDE) kullanılmıştır. Araştırma sonucunda Belirsizliğe Tahammülsüzlük ve Kaygı Düşünceleri Envanteri arasındaki anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir ($p<0,05$). Aynı zamanda Belirsizliğe Tahammülsüzlük ve Karar Verme arasında da anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($p<0,05$). Fakat öğrencilerin İlişkide Karar Verme ve Kaygı Düşünceleri Envanteri arasında anlamlı bir ilişki yoktur ($p>0,05$). Öğrencilerin BTÖ ileriye yönelik kaygı boyutundan aldıkları puanların KDE puanlarını istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yordamadığı görülmüştür. Fakat BTÖ engelleyici kaygı boyutundan aldıkları puanların KDE puanlarını istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ve pozitif yordamaktadır. Araştırma sonuçları romantik ilişkilerde yaşanan problemlerin birçok farklı sebepten kaynaklanabildiğini ve sonucunda kaygı gibi patolojik rahatsızlıkların ortaya çıkmasına neden olabildiğini göstermektedir. Bu yüzden bu alanda yapılacak olan çalışmaların artırılması ve daha geniş, kapsamlı örneklemeler üzerinde çalışmalar yapılması gerekmektedir.

Anahtar Kelimeler: Romantik İlişki, Belirsizliğe Tahammülsüzlük, Karar Verme, Kaygı.

¹Bu makale yüksek lisans tezi makalesidir.

Abstract

The aim of this study, which was conducted with university students, was to examine the relationship between intolerance of uncertainty, decision-making and anxiety in individuals with romantic relationships. The population of the research consists of individuals over the age of 18 who are in a romantic relationship, residing in TR and TRNC. The sample of the study consists of 268 women and 126 men, totally 394 people selected by the purposeful sampling method. Socio-Demographic Information Form, Intolerance of Uncertainty Scale (BST-12), Decision-Making in Relationship Scale (ICVS), and finally, Anxiety Thoughts Inventory (BDI) were used as data collection tools in the study. As a result of the research, it was determined that there was a significant relationship between Intolerance of Uncertainty and Anxiety Thoughts Inventory ($p<0.05$). At the same time, a significant relationship was found between Intolerance of Uncertainty and Decision Making ($p<0.05$). However, there was no significant relationship between students' Decision Making in Relationship and Anxiety Inventory ($p>0.05$). It was observed that the scores obtained by the students from the BBL dimension of anxiety for the future did not predict their BSI scores at a statistically significant level. However, the scores they got from the BDI disabling anxiety dimension predicted their BDI scores statistically significantly and positively. The results of the research show that the problems experienced in romantic relationships can be caused by many different reasons and as a result may cause pathological disorders such as anxiety. Therefore, it is necessary to increase the studies to be carried out in this field and to carry out studies on larger and more comprehensive samples.

Keywords: Romantic Relationship, İntolerance of Uncertainty, Decision Making, Anxiety.

GİRİŞ

Günümüz toplumunda insan, yaşamı boyunca yakın ilişkiler kurmaya çalışan, başkalarıyla birlikte var olduğunu düşünen ve yalnız yaşayamayan canlılardır (Atak & Taştan, 2012). Romantik ilişki ya da yakın ilişki ise daha çok bir insanın diğerine karşı duyduğu belli bir duyguyu belirtmek için kullanılmaktadır. Burada önemli olan nokta ise romantik ilişki ya da yakın ilişki için bir "diğer" kişi olması gerektiğidir (Rotenberg vd., 2001). Romantik ilişkinin tanımı bazen kültürden kültüre bazen de kişiden kişiye göre farklılık gösterebilmektedir. Bu ilişki durumu yakınlık, güven, bağlanma, sevgi ve saygı gibi duyguları da beraberinde getirmektedir (Atak & Taştan, 2012).

Romantik ilişki konusunda yapılan bir diğer yorum ise her iki tarafın gönüllü olduğu ve karşılıklı olarak kabul ettiği bir ilişki türü olmasıdır. Aynı zamanda bu ilişki türünün beş ayırt edici özelliği olduğu vurgulanmaktadır. Bunlar; katılım, eş seçimi, ilişki içeriği, ilişki kalitesi ve son olarak bilişsel ve duygusal süreçler olarak tanımlanmaktadır (Collins, 2003).

Bireyin üniversite yıllarında yani ileri ergenlik döneminde yaşamış olduğu romantik ilişki sosyal, duygusal ve bilişsel gelişimlerinde önemli rol oynamaktadır (Kılınçer & Dost, 2013). Erikson'a

(1968) göre genç yetişkinler, romantik ilişki aracılığıyla üç temel gelişim görevini gerçekleştirmektedirler. Bu görevlerden ilki kişiye özel bir kimlik oluşturmak, ikincisi karşı cinsle yakınlık ve ilişki becerilerini geliştirmek, son olarak üçüncüsü ise dürtü ve cinsel isteklerle sağlıklı bir şekilde başa çıkabilmek olarak adlandırılmaktadır (Saraç vd., 2015).

Romantik ilişki içerisinde sıkça yaşanan belirsizliğe tahammülsüzlük kavramı günlük hayatımızda da kaçınılmaz bir şekilde karşımıza çıkmaktadır. Kimse bir dakika sonrası ya da bir yıl sonrası hakkında kesin bir bilgi sahibi değildir. Bu açılardan değerlendirildiğinde belirsizlik hayatımızın büyük bir kısmında yer almaktadır (Günay, 2022). Belirsiz durumlara ve olaylara karşı duygusal, bilişsel ve davranışsal olarak negatif reaksiyon göstermeye olan yatkınlık belirsizliğe tahammülsüzlük olarak tanımlanmaktadır (Dugas vd., 2004). Belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyi yüksek olan kişilerde, belirsiz bir durumla karşılaştıklarında kaçınma davranışı sergileme, bu durumları stresli, keyif kaçırıcı olarak görme ve bu durumlarda işlevselliklerinde sıkıntı yaşama olasılıklarının daha yüksek olduğu belirtilmiştir (Buhr & Dugas, 2002). Belirsizlikle başa çıkmada zayıflık; belirsizlik karşısında kaygı duyma, belirsizliği ortadan kaldırmaya çalışma ve geleceği kontrol etmeye çalışma gibi olumsuz sonuçlara sebep olmaktadır (Toroslu, 2020). Kişi tam da bu süreçte belirsizliği ortadan kaldırabilmek için bir karar verme aşamasına geçiş yapabilmektedir. Karar verme; seçimi yapılan yolun uygulanmaya başlandığı, sonunda şüphelerin ve tartışmaların son bulduğu mantıksal bir sürecin ürünü olarak tanımlanmaktadır (Kurt, 2003). Karar vermenin farklı birçok tanımı bulunmaktadır. En basit şekliyle seçeneklerden bir tanesinin tercih edilmesi olarak adlandırılmaktadır (Sağır, 2006). Bu alanda yapılan tüm çalışmaların temelinde gelecekle ilgili bir takım endişe durumu söz konusudur. Geleceğin belirsizlikler dolu olması kişinin geçmişini değerlendirerek bir öngöründe bulunmasına, sonucu kesin olmayan faaliyetler üretmesine sebep olmaktadır (Dinçer & Fidan, 1996).

Karar verme süreci zihinsel bir çaba gerektirmektedir. Hem bu çaba hem de devam eden belirsizlik durumu kişide kaygı yaratmaktadır. Geleceğe yönelik endişe ve gerginlik durumu kaygı olarak tanımlanmaktadır (Kaya & Varol, 2004). İnsan hayatına bakıldığında en sık karşımıza çıkan duygulardan birinin kaygı olduğu söylenebilmektedir. Tehlike ve tehdit içeren durumlarda ortaya çıkmakta ve terleme, kasların gerilmesi gibi bedensel reaksiyonlarla kendini göstermektedir. Hoş olmayan bir duygulanım durumu olarak da tanımlanmaktadır (Lewis, 1970; akt: Yüksel, 2014). Kaygının yüksek seviyelerde olabilmesi için yaşanan durumun tehdit edici olarak algılanması gerekmektedir. Yani kişi bilgi işleme süreçlerinde, içinde bulunduğu durumu tehlikeli olarak algılamaya bilişsel olarak daha yatkın olması gerekmektedir (Spielberger, 1972).

Literatürde romantik ilişkisi olan bireyler üzerinde belirsizliğe tahammülsüzlük, karar verme ve kaygı arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışma bulunmamaktadır. Bu yüzden araştırmada üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerinde belirsizliğe tahammülsüzlük, karar verme ve kaygı arasındaki ilişkiyi ve yordama düzeylerini incelemek; ayrıca cinsiyet, yaş, aldatılma gibi demografik özelliklere göre değişimlerini gözlemlemek bu araştırmanın problemini oluşturmaktadır.

Araştırmanın Amacı ve Önemi

Genellikle 18-25 yaş arası kapsayan üniversite öğrenciliği dönemi, bireylerin kendi kimliklerini keşfetmeleri açısından önemli bir dönemdir. Sayısız seçenekler arasında kendine odaklanma, değişkenlik ya da arada kalmışlık gibi duygularla karakterize olan bir yetişkinlik dönemidir. Bu dönem psikolojik iyi oluş ya da ruh sağlığı açısından yüksek riskler barındırmaktadır ve bireylerin bu dönemde ruh sağlığı problemleri ile karşılaşma olasılığı daha yüksektir (Arnett, 2004). Günlük hayatımızda da sürekli olarak seçim ve değerlendirme yapmamız gereken durumlarla karşı karşıya kalmaktayız. Bu seçimleri yaparken de hiçbir zaman sonucun garantisi yoktur. Bu nedenle kaygıya yatkınlığı yüksek olan ya da belirsizliğe tahammülsüzlüğü olan bireylerde karar verme süreci oldukça zor ve stresli bir hal almaktadır (Tantan Ulu & Yaka, 2020). Romantik ilişkisi olan bireylerde ise bu durum daha sık yaşanmaktadır. İlişki içerisinde sık sık önemli kararlar alınması gereken durumlar söz konusu olmaktadır. Bu çalışmada öncelikli amaç üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerinde belirsizliğe tahammülsüzlük, karar verme ve kaygı değişkenleri arasındaki ilişkiyi incelemek, bunları kontrol edebilecek yöntemler geliştirmek ve literatüre katkı sağlamak hedeflenmektedir. Araştırmanın amacına uygun olarak aşağıdaki sorulara yanıtlar aranmaktadır.

1. Üniversite öğrencilerinin sosyo-demografik değişkenlerine göre kaygı düzeyleri farklılık göstermekte midir?
2. Üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerinde belirsizliğe tahammülsüzlük, karar verme ve kaygı arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
3. Üniversite öğrencilerinin belirsizliğe tahammülsüzlük ve karar verme düzeyleri kaygı düzeylerini yordamakta mıdır?

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Romantik ilişkisi olan üniversite öğrencileriyle yapılmış olan bu çalışmada ölçülebilir, sayısal veriler elde etmek amacıyla nicel veriler toplanmıştır. Hem nicel veriler toplayabilmek hem de değişkenler arasındaki ilişkiyi tespit edebilme amacıyla nicel araştırma desenlerinden biri olan korelasyonel araştırma deseni kullanılmıştır. Korelasyonel yani ilişkisel araştırma deseni iki ya da daha fazla değişken arasındaki ilişkinin herhangi bir şekilde bu değişkenlere müdahale edilmeden incelendiği araştırmalardır (Neuman, 2006).

Çalışma Grubu

Bu çalışmanın evrenini üniversitede eğitim gören tüm öğrencilerden romantik ilişkisi olan bireyler oluşturmaktadır. Evrenin içinden örneklem seçimi amaçsal örnekleme yöntemiyle gerçekleştirilmiştir. Evrenin yani üniversitede eğitim görüp romantik ilişkisi olan kişilerin sayısı bilinmediği için bilinmeyen örneklem formülü kullanılmıştır.

Bilinmeyen Örneklem Formülü:

$$n = \frac{t^2 \cdot p \cdot q}{d^2} = \frac{(1,96)^2 \cdot 0,50 \cdot 0,50}{(0,05)^2} = 384$$

n: Örnekleme alınacak birey sayısı

p: İncelenen olayın görülme sıklığı (olasılığı)

q: İncelenen olayın görülmememe sıklığı (olasılığı)

t: Belirli serbestlik derecesinde ve saptanan yanılma düzeyinde t tablosundan bulunan teorik değer

d: Olayın görülme sıklığına göre yapılmak istenen \pm sapma (Büyüköztürk vd., 2008).

Bu formül sonucunda ulaşılması gereken örneklem sayısı 384 kişidir. Araştırma sonunda ise 268 kadın, 126 erkek, toplam 394 katılımcıya ulaşım sağlanmıştır. Araştırma katılımcıları olan üniversite öğrencilerine ait kişisel bilgiler incelendiğinde öğrencilerin %68,02'sinin kadın, %50,76'sının 22-25 yaş arası, % 72,84'ünün lisans eğitim aldığı, %62,69'unun TC vatandaşı, %37,31'inin KKTC vatandaşı olduğu, %47,46'sının çalıştığı, %79,95'inin bekar olduğu, %90,61'inin çocuğunun olmadığı, %53,55'inin aile bireyleriyle yaşadığı, %10,66'sının psikolojik destek aldığı, %10,41'inin ilaç kullandığı belirlenmiştir. Ayrıca öğrencilerden elde edilen bilgilere göre öğrencilerin %53,05'inin 1 yıl ve altı, %33,25'inin 2-5 yıl arası süredir romantik ilişkisinin olduğu, %44,16'sının daha önce aldatıldığı belirlenmiştir. Öğrencilerin %49,24'ünün ilişkisinde küçük konulara partneriyle ortak karar verdiği belirlenmiştir.

Verilerin Analizi ve Yorumlanması

Araştırma verileri Sosyal Bilimler İçin İstatistik Paket Programında (SPSS) analiz edilmiştir. Katılımcıların ölçek yanıtlarının güvenilirliklerinin incelenmesi için Cronbach Alfa testi uygulanmış ve alfa katsayıları Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği için 0,832, İlişkide Karar Verme Ölçeği için 0,808 ve Kaygı Düşünceleri Envanteri için 0,921 bulunmuştur. Araştırmada kullanılan ölçeklerin normallik dağılımları incelendiğinde, Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği, İlişkide Karar Verme Ölçeği ve Kaygı Düşünceleri Envanteri puanlarının normalliği için yapılan Kolmogorov-Smirnov testi sonuçlarına göre normal dağılım bulunmazken, çarpıklık ve basıklığın $\pm 1,5$ olmasından dolayı normal dağılıma uyduğu belirlenmiştir. Tabachnick ve Fidell (2013) çarpıklık ve basıklık değerlerinin $\pm 1,5$ olmasında halinde verilerin normal dağılım gösterdiğini belirtmiştir.

Araştırma verileri normal dağılım gösterdiğinden dolayı araştırmada parametrik testler kullanılmıştır. İki grup için yapılan karşılaştırmalarda t testi kullanılırken, ikiden fazla sayıda grup için karşılaştırmalarda ANOVA uygulanmış ve ileri analizlerde Tukey testi uygulanmıştır. Öğrencilerin Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği, İlişkide Karar Verme Ölçeği ve Kaygı Düşünceleri Envanteri puanları arasındaki korelasyonlar için Pearson testi yapılmıştır. Ayrıca çok

değişkenli regresyon analizi uygulanmıştır.

Çalışma Planı

Araştırma verileri 2022-2023 eğitim dönemi içerisinde çevrimiçi bir şekilde toplanmıştır. Katılımcılara whatsapp, instagram, telegram gibi sosyal medya uygulamaları aracılığıyla ulaşım sağlanmıştır. Google formlar üzerinden sosyo-demografik bilgi formu, belirsizliğe tahammülsüzlük ölçeği, ilişkide karar verme ölçeği ve kaygı düşünceleri envanteri gibi veri toplama araçları hazırlanmıştır. Sosyal medya uygulamalarından geri dönüş yapan, araştırma kriterlerine uyan ve araştırmaya katılmaya gönüllü olan kişilere bu veri toplama araçları uygulanmıştır. Bu ölçüm araçları ile birlikte katılımcılara yine çevrimiçi bir şekilde, araştırmacı tarafından hazırlanan Aydınlatılmış Onam Formu ve Katılımcı Bilgi Formu verilmiştir.

BULGULAR

Katılımcıların ölçek puanlarına ilişkin betimsel analizler incelendiğinde, bu bireylerin Kaygı Düşünceleri Envanteri genelinden $43,73 \pm 12,47$ puan, envanterdeki üst-biliş alanından $18,19 \pm 5,81$ puan, kendi bedeniyle ilgili alandan $13,12 \pm 4,27$ puan ve çevresel alandan $12,42 \pm 3,85$ puan aldığı görülmüştür. Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği puanları incelendiğinde, öğrencilerin ölçeğin genelinden $35,22 \pm 9,74$ puan, ileriye yönelik kaygıdan $20,86 \pm 5,59$ puan ve engelleyici kaygıdan $14,36 \pm 5,20$ puan aldıkları görülmüştür. Ayrıca öğrencilerin İlişkide Karar Verme Ölçeğindeki ilişkide kendine güvenden $10,45 \pm 5,09$ puan, ilişkiyi yönetmeden $17,22 \pm 7,02$ puan ve ölçeğin genelinden $27,67 \pm 10,52$ puan aldıkları belirlenmiştir.

Tablo 1. Üniversite Öğrencilerinin Kaygı Düşünceleri Envanteri Puanlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırma Bulguları

	Cinsiyet	n	\bar{x}	s	t	p
Üst-biliş alanı	Kadın	268	18,34	5,68	0,774	0,439
	Erkek	126	17,86	6,08		
Kendi bedeniyle ilgili alan	Kadın	268	13,31	4,17	1,292	0,197
	Erkek	126	12,71	4,46		
Çevresel alan	Kadın	268	12,74	3,89	2,399	0,017*
	Erkek	126	11,75	3,71		
Kaygı Düşünceleri Envanteri	Kadın	268	44,39	12,11	1,542	0,124
	Erkek	126	42,32	13,15		

* $p < 0,05$

Tablo 1.'de öğrencilerin Kaygı Düşünceleri Envanteri puanları cinsiyete göre t testi kullanılarak karşılaştırılmıştır. Öğrencilerin cinsiyetine göre Kaygı Düşünceleri Envanteri genelinden, üst-biliş ve kendi bedeniyle ilgili alandan aldığı puanların arasında istatistik açısından fark yoktur ($p > 0,05$). Buna rağmen, öğrencilerin Kaygı Düşünceleri Envanterindeki çevresel alandan aldıkları puanların arasında istatistik açısından anlamlı fark olduğu ve kadınların puanlarının erkeklerden yüksek

olduğu gözlenmiştir ($p < 0,05$).

Tablo 2. Üniversite Öğrencilerinin Kaygı Düşünceleri Envanteri Puanlarının Yaşa Göre Karşılaştırma Bulguları

	Yaş	n	\bar{x}	S	Min	Max	F	p	Fark
Üst-biliş alanı	18-21 yaş	84	19,57	5,99	9	36	5,958	0,003*	a-c
	22-25 yaş	200	18,39	5,71	9	36			
	26 ve üstü	110	16,76	5,59	9	36			
Kendi bedeniyle ilgili alan	18-21 yaş	84	13,89	4,47	7	26	3,133	0,045*	a-c
	22-25 yaş	200	13,21	4,16	7	27			
	26 ve üstü	110	12,37	4,23	7	28			
Çevresel alan	18-21 yaş	84	13,44	4,02	6	24	6,731	0,001*	a-c
	22-25 yaş	200	12,53	3,73	6	23			
	26 ve üstü	110	11,45	3,76	6	24			
Kaygı Düşünceleri Envanteri	18-21 yaş	84	46,90	12,72	23	85	6,501	0,002*	a-c
	22-25 yaş	200	44,13	12,03	22	84			
	26 ve üstü	110	40,58	12,47	22	88			

* $p < 0,05$

Tablo 2.'de verilen ANOVA bulguları incelendiğinde, öğrencilerin Kaygı Düşünceleri Envanteri genelinden, üst-biliş alanı, kendi bedeniyle ilgili alan ve çevresel alandan aldıkları puanların arasında istatistik açısından anlamlı fark vardır ($p < 0,05$). 18-21 yaş öğrencilerin Kaygı Düşünceleri Envanteri genelinden, üst-biliş alanı, kendi bedeniyle ilgili alan ve çevresel alandan aldıkları puanlar 26 yaş ve üstündeki öğrencilerden fazladır.

580

Tablo 3. Üniversite Öğrencilerinin Kaygı Düşünceleri Envanteri Puanlarının Eğitime Göre Karşılaştırma Bulguları

	Eğitim	n	\bar{x}	s	Min	Max	F	p
Üst-biliş alanı	Ön lisans	46	18,78	6,20	9	36	0,834	0,435
	Lisans	287	18,26	5,79	9	36		
	Lisansüstü	61	17,39	5,59	9	36		
Kendi bedeniyle ilgili alan	Ön lisans	46	13,83	4,37	7	25	2,476	0,085
	Lisans	287	13,22	4,34	7	28		
	Lisansüstü	61	12,10	3,70	7	21		
Çevresel alan	Ön lisans	46	11,98	3,98	6	24	0,343	0,710
	Lisans	287	12,48	3,87	6	24		
	Lisansüstü	61	12,48	3,71	6	23		
Kaygı Düşünceleri Envanteri	Ön lisans	46	44,59	12,99	22	85	0,768	0,465
	Lisans	287	43,97	12,60	22	88		
	Lisansüstü	61	41,97	11,51	22	75		

Tablo 3. incelendiğinde, öğrencilerin eğitime göre Kaygı Düşünceleri Envanteri genelinden, üst-biliş alanı, kendi bedeniyle ilgili alan ve çevresel alandan aldıkları puanların arasında istatistik açısından anlamlı fark olmadığı görülmüştür ($p>0,05$). Üniversite öğrencilerinin eğitime göre Kaygı Düşünceleri Envanteri genelinden, üst-biliş alanı, kendi bedeniyle ilgili alan ve çevresel alandan aldıkları puanlar benzerdir.

Tablo 4. Üniversite Öğrencilerinin Kaygı Düşünceleri Envanteri Puanlarının Yaşanılan Yere Göre Karşılaştırma Bulguları

	Yaşanılan yer	n	\bar{x}	s	t	p
Üst-biliş alanı	TC	247	18,46	5,74	1,213	0,226
	KKTC	147	17,73	5,92		
Kendi bedeniyle ilgili alan	TC	247	13,18	4,30	0,354	0,723
	KKTC	147	13,02	4,24		
Çevresel alan	TC	247	12,49	3,80	0,484	0,629
	KKTC	147	12,30	3,96		
Kaygı Düşünceleri Envanteri	TC	247	44,13	12,23	0,835	0,404
	KKTC	147	43,05	12,89		

Tablo 4.'de öğrencilerin Kaygı Düşünceleri Envanteri genelinden, üst-biliş alanı, kendi bedeniyle ilgili alan ve çevresel alandan aldıkları puanlar yaşanılan yere göre karşılaştırılırken t testi kullanılmış olup, öğrencilerin yaşadığı yere göre Kaygı Düşünceleri Envanteri genelinden, üst-biliş alanı, kendi bedeniyle ilgili alan ve çevresel alandan aldıkları puanlar arasında fark yoktur ($p>0,05$).

Tablo 5. Üniversite Öğrencilerinin Kaygı Düşünceleri Envanteri Puanlarının Mevcut İş Durumuna Göre Karşılaştırma Bulguları

	Mevcut iş durumu	n	\bar{x}	s	t	p
Üst-biliş alanı	Çalışan	187	17,60	5,81	-1,902	0,058
	Çalışmayan	207	18,71	5,77		
Kendi bedeniyle ilgili alan	Çalışan	187	12,79	4,26	-1,474	0,141
	Çalışmayan	207	13,42	4,27		
Çevresel alan	Çalışan	187	11,89	3,71	-2,604	0,010*
	Çalışmayan	207	12,90	3,93		
Kaygı Düşünceleri Envanteri	Çalışan	187	42,28	12,54	-2,196	0,029*
	Çalışmayan	207	45,03	12,30		

* $p<0,05$

Tablo 5.'de verilen t testi sonuçlarına incelendiğinde, öğrencilerin çalışma durumuna göre Kaygı Düşünceleri Envanteri genelinden ve çevresel alandan aldıkları puanların arasında istatistik açısından anlamlı fark görülmüştür ($p<0,05$). Çalışmayan öğrenciler Kaygı Düşünceleri Envanteri

genelinden ve çevresel alandan çalışan öğrencilere gör daha fazla puan almışlardır.

Tablo 6. Üniversite Öğrencilerinin Kaygı Düşünceleri Envanteri Puanlarının Medeni Durumuna Göre Karşılaştırma Bulguları

	Medeni durum	n	\bar{x}	s	Min	Max	F	p	Fark
Üst-biliş alanı	Bekar	315	18,70	5,87	9	36	6,204	0,002*	a-b
	Nişanlı/ Sözlü	31	16,42	4,59	9	26			a-c
	Evli	48	16,00	5,47	9	29			
Kendi bedeniyle ilgili alan	Bekar	315	13,37	4,40	7	28	2,790	0,063	
	Nişanlı/ Sözlü	31	12,39	3,50	7	20			
	Evli	48	11,96	3,67	7	20			
Çevresel alan	Bekar	315	12,72	3,88	6	24	4,762	0,009*	a-b
	Nişanlı/ Sözlü	31	11,39	3,03	6	19			a-c
	Evli	48	11,15	3,85	6	23			
Kaygı Düşünceleri Envanteri	Bekar	315	44,78	12,60	22	88	5,803	0,003*	a-b
	Nişanlı/ Sözlü	31	40,19	9,59	23	61			a-c
	Evli	48	39,10	12,01	22	66			

* $p < 0,05$

Tablo 6.'da üniversite öğrencilerinin Kaygı Düşünceleri Envanteri puanlarının medeni durumuna göre karşılaştırma bulguları verilmiştir.

Öğrencilerin medeni duruma göre Kaygı Düşünceleri Envanteri genelinden ve çevresel alandan aldıkları puanların arasında fark olduğu saptanmıştır ($p < 0,05$). Bekar öğrencilerin Kaygı Düşünceleri Envanteri genelinden ve çevresel alandan aldıkları puanlar nişanlı/sözlü ve evli olan öğrencilere göre istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

582

Tablo 7. Üniversite Öğrencilerinin Kaygı Düşünceleri Envanteri Puanlarının Çocuğu Olma Durumuna Göre Karşılaştırma Bulguları

	Çocuk	n	\bar{x}	s	t	p
Üst-biliş alanı	Var	37	15,76	5,38	-2,696	0,007*
	Yok	357	18,44	5,80		
Kendi bedeniyle ilgili alan	Var	37	11,86	3,54	-1,883	0,060
	Yok	357	13,25	4,32		
Çevresel alan	Var	37	11,03	3,72	-2,324	0,021*
	Yok	357	12,57	3,85		
Kaygı Düşünceleri Envanteri	Var	37	38,65	11,51	-2,622	0,009*
	Yok	357	44,25	12,47		

* $p < 0,05$

Tablo 7.'ye göre öğrencilerin çocuğu olma duruma göre Kaygı Düşünceleri Envanteri genelinden, üst-biliş alanı ve çevresel alandan aldıkları puanların arasında fark olduğu görülmüştür ($p < 0,05$).

Çocuğu olan öğrencilerin Kaygı Düşünceleri Envanteri genelinden, üst-biliş alanı ve çevresel alandan aldıkları puanlar çocuğu olmayan öğrencilere göre istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde düşüktür.

Tablo 8. Üniversite Öğrencilerinin Kaygı Düşünceleri Envanteri Puanlarının İlişki Süresine Göre Karşılaştırma Bulguları

	İlişki süresi	n	\bar{x}	s	Min	Max	F	p	Fark
Üst-biliş alanı	1 yıl ve altı	209	19,00	5,92	9	36	5,345	0,005*	a-b
	2-5 yıl	131	17,63	5,66	9	36			a-c
	6 yıl ve üstü	54	16,39	5,20	9	28			b-c
Kendi bedeniyle ilgili alan	1 yıl ve altı	209	13,51	4,51	7	28	1,895	0,152	
	2-5 yıl	131	12,69	3,95	7	25			
	6 yıl ve üstü	54	12,63	3,98	7	26			
Çevresel alan	1 yıl ve altı	209	12,82	3,87	6	24	3,788	0,023*	a-b
	2-5 yıl	131	12,27	3,88	6	23			a-c
	6 yıl ve üstü	54	11,24	3,53	6	20			b-c
Kaygı Düşünceleri Envanteri	1 yıl ve altı	209	45,33	12,70	23	88	4,420	0,013*	a-b
	2-5 yıl	131	42,60	12,28	22	83			a-c
	6 yıl ve üstü	54	40,26	11,19	22	69			b-c

* $p < 0,05$

Tablo 8. İncelendiğinde öğrencilerin Kaygı Düşünceleri Envanteri genelinden, üst-biliş alanı ve çevresel alandan aldıkları puanların arasında fark olduğu tespit edilmiştir ($p < 0,05$). İlişki süresi 1 yıl ve altı olan öğrencilerin Kaygı Düşünceleri Envanteri genelinden, üst-biliş alanı ve çevresel alandan aldıkları puanların ilişki süresi 2-5 yıl arası ve 6 yıl ve üstü olan öğrencilerden yüksek olduğu belirlenmiştir. Ayrıca ilişki süresi 2-5 yıl arası olan öğrencilerin Kaygı Düşünceleri Envanteri genelinden, üst-biliş alanı ve çevresel alandan aldıkları puanlar ilişki süresi 6 yıl ve üstü olanlardan yüksek bulunmuştur.

Tablo 9. Üniversite Öğrencilerinin Kaygı Düşünceleri Envanteri Puanlarının Daha Önce Aldatılama Durumuna Göre Karşılaştırma Bulguları

	Daha önce aldatılma	n	\bar{x}	s	t	p
Üst-biliş alanı	Evet	174	18,19	5,61	0,006	0,996
	Hayır	220	18,19	5,98		
Kendi bedeniyle ilgili alan	Evet	174	13,37	4,16	1,027	0,305
	Hayır	220	12,92	4,35		
Çevresel alan	Evet	174	12,36	3,76	-0,271	0,787
	Hayır	220	12,47	3,93		
Kaygı Düşünceleri Envanteri	Evet	174	43,92	12,12	0,270	0,787
	Hayır	220	43,58	12,77		

Tablo 9. incelendiğinde öğrencilerin daha önce aldatılma durumuna göre Kaygı Düşünceleri Envanteri genelinden, üst-biliş alanı, kendi bedeniyle ilgili alan ve çevresel alandan aldıkları puanlar arasında istatistik açısından anlamlı fark yoktur ($p>0,05$). Daha önce aldatılan ve aldatılmayan öğrencilerin Kaygı Düşünceleri Envanteri genelinden, üst-biliş alanı, kendi bedeniyle ilgili alan ve çevresel alandan aldıkları puanlar benzerdir.

Tablo 10. Üniversite Öğrencilerinin Kaygı Düşünceleri Envanteri Puanlarının Birlikte Yaşanan Kişilere Göre Karşılaştırma Bulguları

	Birlikte yaşanan kişiler	n	\bar{x}	s	Min	Max	F	p
Üst-biliş alanı	Yalnız	68	18,74	6,42	9	36	1,178	0,318
	Aile bireyleriyle	211	18,41	5,44	9	36		
	Eş/partner	51	16,92	6,00	9	36		
Kendi bedeniyle ilgili alan	Arkadaşlarıyla	64	17,88	6,12	9	35	1,481	0,219
	Yalnız	68	13,68	5,14	7	28		
	Aile bireyleriyle	211	13,30	3,99	7	27		
	Eş/partner	51	12,33	4,35	7	28		
Çevresel alan	Arkadaşlarıyla	64	12,55	4,05	7	24	1,404	0,241
	Yalnız	68	12,78	4,01	6	24		
	Aile bireyleriyle	211	12,57	3,76	6	23		
Kaygı Düşünceleri Envanteri	Eş/partner	51	11,45	3,93	6	24	1,595	0,190
	Arkadaşlarıyla	64	12,31	3,89	6	23		
	Yalnız	68	45,19	14,29	22	88		
	Aile bireyleriyle	211	44,29	11,54	22	84		
	Eş/partner	51	40,71	13,32	22	88		
	Arkadaşlarıyla	64	42,73	12,52	22	82		

Tablo 10da verilen ANOVA sonuçları incelendiğinde, öğrencilerin birlikte yaşadığı kişilere göre Kaygı Düşünceleri Envanteri genelinden, üst-biliş alanı, kendi bedeniyle ilgili alan ve çevresel alandan aldıkları puanlar arasında istatistik açısından anlamlı fark yoktur ($p>0,05$). Yalnız yaşayan, aile bireyleriyle, eş/partneriyle ve arkadaşlarıyla yaşayan öğrencilerin Kaygı Düşünceleri Envanteri genelinden, üst-biliş alanı, kendi bedeniyle ilgili alan ve çevresel alandan aldıkları puanlar benzerdir.

Tablo 11. Üniversite Öğrencilerinin Kaygı Düşünceleri Envanteri Puanlarının İlişkide Küçük Konulara Karar Veren Kişiye Göre Karşılaştırma Bulguları

	Karar veren	n	x	s	Min	Max	F	p	Fark
Üst-biliş alanı	Kendisi	146	18,55	6,02	9	36	3,154	0,044*	b-c
	Partneri	54	19,59	6,45	9	36			
	Ortak	194	17,53	5,38	9	36			
Kendi bedeniyle ilgili alan	Kendisi	146	13,86	4,49	7	28	6,020	0,003*	a-c
	Partneri	54	13,80	4,57	7	26			
	Ortak	194	12,37	3,89	7	25			
Çevresel alan	Kendisi	146	12,62	3,91	6	24	0,942	0,391	
	Partneri	54	12,83	3,85	6	23			
	Ortak	194	12,16	3,82	6	24			
Kaygı Düşünceleri Envanteri	Kendisi	146	45,03	13,33	22	88	3,662	0,027*	a-c
	Partneri	54	46,22	12,58	26	75			
	Ortak	194	42,06	11,58	22	85			

* $p < 0,05$

Tablo 11. incelendiğinde öğrencilerin ilişkide küçük konulara karar veren kişiye göre Kaygı Düşünceleri Envanteri genelinden, üst-biliş alanı ve kendi bedeniyle ilgili alandan aldıkları puanlar arasında istatistik açısından anlamlı farklar olduğu gözlemlenmiştir ($p < 0,05$). İlişkide küçük konulara kararları ortak veren öğrencilerin Kaygı Düşünceleri Envanteri genelinden, üst-biliş alanı ve kendi bedeniyle ilgili alandan aldıkları puanlar daha düşük bulunmuştur.

Tablo 12. Üniversite Öğrencilerinin Kaygı Düşünceleri Envanteri Puanlarının Herhangi Bir Psikolojik Destek Alma Durumuna Göre Karşılaştırma Bulguları

	Destek Alma	n	\bar{x}	s	t	p
Üst-biliş alanı	Evet	42	20,40	6,78	2,637	0,009*
	Hayır	352	17,92	5,63		
Kendi bedeniyle ilgili alan	Evet	42	14,36	4,97	1,995	0,047*
	Hayır	352	12,97	4,16		
Çevresel alan	Evet	42	13,88	4,43	2,615	0,009*
	Hayır	352	12,25	3,75		
Kaygı Düşünceleri Envanteri	Evet	42	48,64	14,74	2,723	0,007*
	Hayır	352	43,14	12,07		

* $p < 0,05$

Tablo 12.'ye göre öğrencilerin psikolojik destek alma durumuna göre Kaygı Düşünceleri Envanteri genelinden, üst-biliş alanı, kendi bedeniyle ilgili alan ve çevresel alandan aldıkları puanlar arasında istatistik açısından anlamlı fark vardır ($p < 0,05$). Destek alan öğrencilerin Kaygı Düşünceleri

Envanteri genelinden, üst-biliş alanı, kendi bedeniyle ilgili alan ve çevresel alandan aldıkları puanlar almayanlardan fazladır.

Tablo 13. Üniversite Öğrencilerinin Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği, İlişkide Karar Verme Ölçeği ve Kaygı Düşünceleri Envanteri Puanları Arasındaki İlişki

		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1.İleriye yönelik kaygı	r	1									
	p										
2.Engelleyici kaygı	r	0,630	1								
	p	0,000*									
3.Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği	r	0,910	0,895	1							
	p	0,000*	0,000*								
4.İlişkide kendine güven	r	0,120	0,172	0,107	1						
	p	0,017*	0,015*	0,033*							
5.İlişkiyi yönetme	r	0,223	0,218	0,244	0,498	1					
	p	0,000*	0,000*	0,000*	0,000*						
6.İlişkide Karar Verme Ölçeği	r	0,207	0,180	0,215	0,816	0,908	1				
	p	0,000*	0,000*	0,000*	0,000*	0,000*					
7.Üst-biliş alanı	r	0,210	0,323	0,293	-0,038	0,018	-0,006	1			
	p	0,000*	0,000*	0,000*	0,457	0,722	0,903				
8.Kendi bedeniyle ilgili alan	r	0,243	0,307	0,304	-0,003	0,043	0,027	0,710	1		
	p	0,000*	0,000*	0,000*	0,946	0,392	0,591	0,000*			
9.Çevresel alan	r	0,262	0,283	0,301	-0,017	0,070	0,039	0,748	0,609	1	
	p	0,000*	0,000*	0,000*	0,741	0,164	0,443	0,000*	0,000*		
10.Kaygı Düşünceleri Envanteri	r	0,262	0,343	0,334	-0,024	0,045	0,018	0,940	0,861	0,866	1
	p	0,000*	0,000*	0,000*	0,637	0,374	0,716	0,000*	0,000*	0,000*	

* $p < 0,05$

Tablo 13.'e göre Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeğinin genelinden, ileriye yönelik kaygı ve engelleyici kaygıdan aldıkları puanlar ile Kaygı Düşünceleri Envanteri genelinden, üst-biliş alanı, kendi bedeniyle ilgili alan ve çevresel alandan aldıkları puanlarında arasındaki korelasyonların istatistik açısından anlamlı ve pozitif yönlü olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerin İlişkide Karar Verme Ölçeği Puanları ile Kaygı Düşünceleri Envanteri genelinden, üst-biliş alanı, kendi bedeniyle ilgili alan ve çevresel alandan aldıkları puanlar arasında anlamlı korelasyon yoktur ($p > 0,05$). Araştırmaya katılan öğrencilerin Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeğinin genelinden, ileriye yönelik kaygı ve engelleyici kaygıdan aldıkları puanlar ile İlişkide Karar Verme Ölçeği genelinden, ilişkide kendine güven ve ilişkiyi yönetmeden aldıkları puanlar arasında istatistik açısından anlamlı ve pozitif yönlü korelasyonlar olduğu belirlenmiştir ($p < 0,05$).

Tablo 14. Üniversite Öğrencilerinin Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği Puanları Kaygı Düşünceleri Envanteri Puanlarını Yordayıcılığı

	Std. Olm. β	S.H.	Std. β	t	p	F p	R ² DüzR ²
(Sabit)	30,03	2,31		13,018	0,000*	26,978	0,121
İleriye yönelik kaygı	0,17	0,14	0,08	1,242	0,215	0,000*	0,117
Engelleyici kaygı	0,71	0,15	0,30	4,838	0,000*		

* $p < 0,05$

Tablo 14.'de üniversite öğrencilerinin Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği puanları Kaygı Düşünceleri Envanteri puanlarını yordayıcılığının incelendiği çok değişkenli regresyon modelinin istatistik açısından anlamlı olduğu ve varyansın %11,7'sini açıkladığı görülmüştür. Öğrencilerin Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeğindeki ileriye yönelik kaygıdan aldıkları puanların Kaygı Düşünceleri Envanteri puanlarını istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yordamadığı görülmüştür ($\beta=0,08;p>0,05$). Öğrencilerin Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeğindeki engelleyici kaygıdan aldıkları puanlar Kaygı Düşünceleri Envanteri puanlarını istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ve pozitif yordamaktadır ($\beta=0,30;p<0,05$).

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu araştırmada romantik ilişkisi olan üniversite öğrencilerinin belirsizliğe tahammülsüzlük, karar verme ve kaygı düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Aynı zamanda katılımcıların bazı sosyo-demografik özellikleri ile kaygı arasındaki ilişki de ele alınmıştır. Araştırmanın bu kısmında ise elde edilen bulgular literatürde yer alan önceki çalışmalar doğrultusunda tartışılmış ve yorumlanmıştır.

Yapılan bu araştırmada kadınların ve erkeklerin kaygı düzeyinin üst biliş ve kendi bedeniyle ilgili alan boyutunda benzer olduğu, çevresel alan boyutunda ise kadınların erkeklerden daha yüksek kaygı düzeyine sahip olduğu sonucuna varılmıştır. Literatür incelendiğinde kadınların erkeklere oranla daha yüksek düzeyde kaygı yaşadıklarını gösteren birçok araştırma bulunmaktadır. Yıldız ve Doğu (2022) tarafından sporcular üzerine yapılan bir araştırmada, kadın sporcuların erkek sporculara göre daha yüksek düzeyde kaygı yaşadıkları gözlenmiştir. Başka bir araştırmada yine kadınların algıladıkları stres ve kaygı düzeylerinin erkeklere oranla daha yüksek olduğu belirtilmiştir (Göksu & Kumcağız, 2020). Kadınların daha hassas ve daha duygusal bireyler olmaları bu konuda etken olabilmektedir. Aynı zamanda kadınların kaygı veren bir durumla karşı karşıya kaldıklarında baş etme stratejileri anlamında erkeklere oranla daha pasif olmalarının da etkili olabileceği düşünülebilir.

Araştırmanın bir diğer bulgusunda üniversite öğrencilerinin 18-21 yaş arasındaki kaygı düzeylerinin 26 yaş ve üzerine göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir. Çoban ve Karaman (2013) tarafından yapılan bir araştırmada ise 21-25 yaş aralığındaki üniversite öğrencilerinde diğer yaş gruplarına göre daha yüksek düzeyde kaygı yaşandığı vurgulanmıştır. Öz Ceviz vd. (2020) tarafından yapılan bir araştırmada da 18-22 yaş öğrencilerin hayata karşı henüz bir deneyim yaşamadıklarından ötürü kaygı düzeyleri yüksek çıkmaktadır. Aynı zamanda 30 yaş üstü bireylerde de hem ilerleyen yaş hem de olumsuz ekonomik koşullar sebebiyle hayata karşı bir belirsizlik yaşadıkları, bu belirsizliğinde onların daha yüksek düzeyde kaygı sahibi olmalarına neden olduğu düşünülmektedir. Literatürde bu bulgular hakkında tam bir görüş birliği bulunmamaktadır. O yüzden daha kapsamlı bulgulara ihtiyaç duyulmaktadır.

Yapılan araştırmada eğitim değişkeni ele alındığında ön lisans, lisans ve lisansüstü öğrencilerinin kaygı düzeylerinin benzer olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Güncel araştırmalar incelendiğinde ise

daha farklı sonuçlara ulaşılmıştır. Ön lisans okuyan öğrencilerin kaygı düzeylerinin lisans ve yüksek lisans okuyan öğrencilere göre daha yüksek olduğu gözlenmiştir. Özellikle pandemiyle birlikte ön lisans yapan öğrencilerin bu süreci uzaktan eğitim ve büyük bir belirsizlikle geçirmeleri bu farklılığın oluşmasına yol açmıştır. Eğitim hayatları boyunca okulu görmemeleri ve iş hayatında karşılaşacakları problemleri düşünmeleri kaygı oluşturmaktadır (Öz Ceviz vd., 2020).

Araştırmanın bir diğer bulgusunda öğrencilerin yaşadıkları yerin kaygı düzeyini etkilemediği görülmektedir. Bu araştırma verileri KKTC ve TC de yaşayan üniversite öğrencilerinden toplandığı için bu iki grup arasında bir karşılaştırma yapılmış ve sonucunda her iki grubunda kaygı düzeylerinin benzerlik gösterdiği fark edilmiştir. Ziyalan (2019) tarafından yapılan bir araştırmada da bu araştırmanın bulgularına paralel bir şekilde yaşanan yer değişkeninin öğrencilerin kaygı düzeyini etkilemediği görülmektedir. Aynı zamanda bu araştırmada öğrencilerin birlikte yaşadıkları kişilerin de kaygı düzeyinde etkili olmadığı görülmektedir. Yalnız yaşayan, aile bireyleriyle yaşayan, eşiyile, partneriyile ya da arkadaşıyla yaşayan öğrencilerin kaygı düzeyleri benzerdir.

Çalışan ve çalışmayan öğrenciler arasında yapılan karşılaştırmada ise kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir fark bulunmuştur. Anket sonuçlarına göre çalışmayan öğrencilerin kaygı düzeyleri çalışan öğrencilere göre daha yüksektir. Kaya ve Varol (2004) tarafından yine öğrencilerle yapılan bir araştırmada, çalışmayan öğrencilerin sürekli kaygı düzeyleri çalışan öğrencilere göre daha yüksek bulunmuştur. Yıldız (2018)'in kadınlar üzerine yaptığı bir araştırmada ise çalışmayan kadınların kaygı puanlarının çalışan kadınlara oranla daha yüksek olduğu belirtilmiştir. Literatürde yer alan bu bulgular, çalışmanın bulgularını destekler niteliktedir.

Araştırma bulguları öğrencilerin medeni durumlarının kaygı üzerinde etkili olduğunu göstermektedir. İstatistiksel açıdan incelendiğinde bekar öğrencilerin, nişanlı/sözlü ve evli olan öğrencilere göre kaygı düzeyleri daha yüksek bulunmuştur. Çocuğu olan ve çocuğu olmayan öğrenciler üzerine yapılan karşılaştırmada ise yüksek düzeyde fark olduğu görülmektedir. Araştırma bulguları çocuğu olan öğrencilerin kaygı düzeylerinin olmayan öğrencilere göre oldukça düşük olduğunu göstermektedir. Literatür incelendiğinde ise bu bulgularla çelişen sonuçlara rastlanmaktadır. Çifçi ve Demir (2020) tarafından yapılan bir araştırmada medeni durumun kaygı düzeyi üzerinde belirleyici bir etken olmadığı belirtilmektedir. Kaya ve Varol (2004) ise yaptıkları çalışmada nişanlı/sözlü olan öğrencilerin kaygı düzeylerinin bekar ve evli olan öğrencilere göre daha yüksek olduğunu belirtmişlerdir. Araştırma sonuçlarımla paralel sonuçlara ulaşan araştırmalara baktığımızda ise bekar bireylerin durumluk kaygı düzeylerinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (Kul vd., 2020).

Çalışmanın bir diğer bulgusunda ilişki süresinin kaygı düzeyi üzerine etkisi incelenmiştir. Toplanan veriler sonucunda ilişki süresi 1 yıl ve altı olan öğrencilerin kaygı düzeylerinin ilişki süresi 2-5 yıl arası olan öğrencilerden ve aynı zamanda 6 yıl ve üstü olan öğrencilerden daha yüksek olduğu belirlenmiştir. İlişki süresi 2-5 yıl arası olan öğrencilerin ise ilişkisi süresi 6 yıl ve üzeri olan öğrencilerden daha yüksek olduğu bulunmuştur. Literatür incelendiğinde araştırma sonuçlarına paralel bulgulara rastlanmaktadır. Akdağ (2017), romantik ilişkisi olan bireylerle

yaptığı çalışmada ilişki süresinin kaygı puanlarını anlamlı düzeyde etkilediğini belirtmektedir. Yaptığı araştırmaya göre ilişki süresi arttıkça kaygı ve bağlanmaya ilişkin kaçınma puanları düşüş göstermektedir.

Araştırma bulguları aldatılan ve aldatılmayan bireylerin kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir fark olmadığını, sonuçların benzer olduğunu göstermektedir. Literatür incelediğinde aldatılan ve aldatılmayan bireylerin kaygı düzeylerini karşılaştıran herhangi bir bulguya rastlanmamaktadır. Fakat bağlanma boyutları açısından incelendiğinde kaygılı bağlanan bireylerin aldatma eğilimlerinin yüksek olduğu belirtilmektedir (Adaylar, 2021). Bu çalışmada ayrıca ilişkide küçük konulara ortak karar veren kişilerin kaygı düzeylerinin diğer gruplara göre oldukça düşük olduğu sonucuna varılmıştır. Aynı zamanda psikolojik destek alan bireylerin kaygı düzeylerinin almayan bireylere göre daha yüksek bulunmuştur.

Araştırmanın en önemli bulgusu olan belirsizliğe tahammülsüzlük, karar verme ve kaygı arasındaki ilişki istatistiksel olarak incelendiğinde, belirsizliğe tahammülsüzlük ve kaygı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Belirsizliğe tahammülsüzlük ve ilişkide karar verme arasında ise anlamlı bir ilişki bulunuyorken ilişkide karar verme ve kaygı arasında anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır. Bunun yanı sıra Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeğinin ileriye yönelik kaygı boyutundan alınan puanların Kaygı Düşünceleri Envanterini istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yordamadığı görülmektedir. Fakat Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeğinin engelleyici kaygı boyutundan alınan puanlar, Kaygı Düşünceleri Envanteri puanlarını anlamlı düzeyde pozitif yordamaktadır. Literatür incelendiğinde bu araştırmaya en yakın araştırma Tantan Ulu ve Yaka (2020) tarafından Ege Üniversitesi Eğitim Fakültesi lisans öğrencileriyle yapılmıştır. Araştırmada üniversite öğrencilerinin sürekli kaygı düzeyi, belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyi ve karar verme davranışı arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma bulguları bu çalışmayla paralellik göstermektedir. Değişkenler arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Fakat belirsizliğe tahammülsüzlük ve sürekli kaygı arasında pozitif düzeyde bir ilişki bulunmuştur.

Literatürde belirsizliğe tahammülsüzlük ve kaygı arasındaki ilişkiyi inceleyen çok sayıda araştırma bulunmakta ve yapılan araştırmaların sonuçları bu araştırma ile tutarlı bir şekildedir. Belirsizlik sonucunda çoğunlukla kaygı oluşmaktadır. Bu durumda belirsizliğe tahammülsüzlüğün kaygının yordayıcılarından biri olduğu söylenebilmektedir (Yüksel, 2014). Hatta Dugas ve Koerner (2005) yaptıkları çalışmalarda yaygın kaygı bozukluğuna sebep olan dört bilişsel süreçten birinin belirsizliğe tahammülsüzlük olduğunu öne sürmüşlerdir. Belirsizliğe tahammülsüzlük ve kaygı birbirinden farklı iki kavram olmalarına rağmen genelde birlikte ele alınmakta ve ayrı bir değerlendirme yapılmamaktadır. Aynı zamanda kaygının artmasında ve sürekliliğinde belirsizliğe tahammülsüzlüğün temel bir belirleyici olduğu savunulmaktadır (Laugesen vd., 2003).

Belirsizliğe tahammülsüzlük ve kaygı arasındaki ilişkiyi açıklamak için yapılan deneysel çalışmalarda ise belirsizliğe tahammülsüzlüğün manipülasyonu sonucu kaygı düzeyinde de bir farklılaşma söz konusu olmuştur. Belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyinin artması kaygısında artış göstermesine yani yüksek düzeyde bir kaygının oluşmasına neden olmaktadır (Ladouceur vd., 2000). Daha önceki bölümlerde Spielberger (1972) tarafından yapılan bir araştırma sonucunda

kaygının yüksek seviyede oluşabilmesi için içinde bulunulan durumun tehlikeli olarak algılanması gerektiği belirtilmiştir. Belirsizliğe tahammülsüzlükle ilgili yapılan araştırmalar da aynı durum söz konusudur. Yani bilişsel yatkınlığı yüksek seviyelerde olan kişilerin içinde buldukları durumu negatif yorumlamaya daha meyilli oldukları belirtilmiştir. Koerner ve Dugas (2008) tarafından aşırı endişeye açık bireylerle yapılan bir araştırma sonucunda da belirsizliğe tahammülsüzlüğün doğrudan kaygıya öncülük ettiği savunulmuştur. Araştırma sonucunda belirsizliğe tahammülsüzlük ile kaygı ve anksiyete arasında yüksek düzeyde pozitif bir ilişki bulunduğu saptanmıştır.

Karar verme ve kaygı arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalara baktığımızda ise bazı bulgular sürekli kaygı ve karar verme arasında anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir. Aynı zamanda yüksek kaygı düzeyinin karar verme davranışını pozitif yönde etkilediği görülmektedir (Werner vd., 2009). Başka bir araştırmada ise sürekli kaygı düzeyleri yüksek olan bireylerin karar verme performanslarının düştüğü ve bu sürecin olumsuz bir şekilde ilerlediği görülmektedir (Çobanoğlu, 2017). Maner vd. (2007) tarafından yapılan bir araştırmada ise kaygı seviyesi yüksek olan bireylerin karar verme aşamasında daha düşük riskler aldıkları, güvenli olan fakat daha düşük kazanç sağlayan seçimler yaptıkları görülmektedir. Literatürdeki bu araştırmalar karar verme ve kaygı arasında çoğunlukla anlamlı ilişkiler bulunduğunu fakat bu ilişkilerin yön açısından farklılık gösterdiğini kanıtlamaktadır. Araştırma bulgularının ilgili literatürde elde edilen sonuçlarla ters düşmesi, araştırmanın sadece romantik ilişkisi olan bireyler üzerinde gerçekleştirilmiş olmasından kaynaklanabileceği düşünülmektedir. Aynı zamanda literatürde ilişkide karar verme ve kaygı arasındaki ilişkiyi inceleyen herhangi bir bulguya rastlanmamaktadır. Bu anlamda araştırmada elde edilen verilerin literatüre önemli bir katkı sağlaması beklenmektedir.

Bireylerin özellikle genç yetişkinlik döneminde yaşadıkları romantik ilişkilerde meydana gelen sorunlar özellikle ruh sağlığı açısından büyük önem taşımaktadır. Bu yüzden ilişkilerinde evlilik, çocuk yapma, birlikte yaşama gibi önemli kararlar verme sürecinde olan çiftlerin bu süreçte yaşadıkları çatışmaları çözebilmeleri amacıyla terapi almaları ve bu problemleri çözüme kavuşturmadan ciddi bir karar almamaları önerilmektedir. Günümüzde romantik ilişki problemlerinin yol açtığı patolojik rahatsızlıklar artış gösterdiği için de klinik psikologların aile danışmanlığı, çift terapisi, cinsel terapi gibi alanlarda uzmanlaştıktan sonra danışmanlık ve psikoterapi hizmetlerini sunmaları önerilmektedir.

KAYNAKÇA

Adaylar, E. (2021). *Yeni evli bireylerde bağlanma boyutları ve aldatma eğilimi ilişkisinde duygu düzenlemenin aracı rolü*. Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.

Akdağ, C. (2017). *Genç yetişkin bireylerin anne-babalarıyla kurdukları ilişki örüntüsünün romantik ilişkilerindeki kaygı ve kaçınma düzeylerini yordama gücü*. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Arnett, J. J. (2014). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties*. Oxford University Press.

Atak, H., & Taştan, N. (2012). Romantik ilişkiler ve aşk. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 4(4), 520-546.

Buhr, K. ve Dugas, MJ (2002). Belirsizliğe tahammülsüzlük ölçeği: İngilizce versiyonun psikometrik özellikleri. *Davranış araştırması ve terapisi*, 40 (8), 931-945.

Büyüköztürk, Ş., Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2008). Bilimsel araştırma yöntemleri. *Pegem Akademi, Ankara*.

Collins, W. A. (2003). More than myth: The developmental significance of romantic relationships during adolescence. *Journal of research on adolescence*, 13(1), 1-24.

Çifçi, F., & Demir, A. (2020). COVID-19 Pandemisinde Türk Profesyonel Futbolcuların COVID-19 Korkusu ve Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi. *Spor ve Rekreasyon Araştırmaları Dergisi*, 2(1), 26-38.

Çoban, A. E., & Karaman, N. G. (2013). Üniversite öğrencilerinin umutsuzluk, kaygı ve ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaları. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*, 2(2), 78-88.

Çobanoğlu, S. (2017). *An experimental investigation of the effects of state & trait anxiety and self esteem on decision making*. Yüksek Lisans Tezi, Doğu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Dinçer, Ö., & Fidan, Y. (1996). *İşletme yönetimine giriş*. Beta Yayıncılık.

Dugas, M. J., Buhr, K., & Ladouceur, R. (2004). The role of intolerance of uncertainty in etiology and maintenance.

Dugas, M. J., & Koerner, N. (2005). Cognitive treatment for generalized anxiety disorder: current status and future directions. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 19, 61-81.

Erikson, E. (1968). *Identity: Kouth and crisis*. New York: Northon & Company.

Göksu, Ö., & Kumcağız, H. (2020). Covid-19 Salgınında Bireylerde Algılanan Stres Düzeyi ve Kaygı Düzeyleri. *Electronic Turkish Studies*, 15(4).

Günay, B. (2022). *Üniversite öğrencilerinin akademik erteleme davranışı, kaygı ve belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.

Kaya, M. & Varol, K. (2004). İlahiyat fakültesi öğrencilerinin durumluk-sürekli kaygı düzeyleri ve kaygı nedenleri (Samsun örneği). *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 17(17), 31-63.

Kılınçer, A. S., & Dost, M. T. (2013). Romantik İlişkiyi Değerlendirme Ölçeği'nin Geliştirilmesi. *Journal of Measurement and Evaluation in Education and Psychology*, 4(1), 15-32.

Koerner, N., ve Dugas, M. J. (2008). An investigation of appraisals in individuals vulnerable to excessive worry: The role of intolerance of uncertainty. *Cognitive Therapy and Research*, 32, 619-638.

Kul, A., Demir, R., & Katmer, A. N. (2020). Covid-19 Salgını Döneminde Psikolojik Sağlamlığın Yordayıcısı Olarak Yaşam Anlamı ve Kaygı. *Electronic Turkish Studies*, 15(6).

Kurt, Ü. (2003). *Karar verme sürecinde yöneticileri kişilik yapılarının etkileri*. Yüksek Lisans Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Ladouceur, R., Gosselin, P., & Dugas, M. J. (2000). Experimental manipulation of intolerance of uncertainty: A study of a theoretical model of worry. *Behaviour Research and Therapy*, 38(9), 933-941.

Laugesen, N., Dugas, M. J., & Bukowski, W. M. (2003). Understanding adolescent worry: The application of a cognitive model. *Journal of Abnormal and Clinical Psychology*, 31, 55- 64.

Maner, J. K., & Schmidt, N. B. (2006). The role of risk avoidance in anxiety. *Behavior therapy*, 37(2), 181-189.

Neuman, W.L. (2006). Toplumsal araştırma yöntemleri. *Nitel ve Nicel Yaklaşımlar* (S. Özge, Çev.). İstanbul: Yayın Odası, 2.

Öz Ceviz, N., Tektaş, N., Basmacı, G., & Tektaş, M. (2020). Covid 19 pandemi sürecinde üniversite öğrencilerinin kaygı düzeylerini etkileyen değişkenlerin analizi. *International Journal of Scholars in Education*, 3(2), 312-329.

Rotenberg, K. J., Shewchuk, V.-A., & Kimberley, T. (2001). Loneliness, Sex, Romantic Jealousy, and Powerlessness. *Journal of Social and Personal Relationships*, 18(1), 55-79.

Sağır, C. (2006). *Karar verme sürecini etkileyen faktörler ve karar verme sürecinde etinin önemi: Uygulamalı bir araştırma*. Yüksek Lisans Tezi, Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Saraç, A., Hamamcı, Z., & Güçray, S. (2015). Üniversite öğrencilerinin romantik ilişki doyumunu yordaması. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 5(43), 69-81.

Spielberger, C. D. (1972). Anxiety as an emotional state. *Anxiety: trends in theory and research*, 23-49.

Tantan Ulu, Ş. & Yaka, B. (2020). Kaygı, belirsizliğe tahammülsüzlük ve karar verme arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Ege Eğitim Dergisi*, 21(1), 89-100.

Toroslu, B. (2020). *Erken dönem uyum bozucu şemalar ile romantik ilişki ve partnerodaklı obsesif kompulsif belirtiler arasındaki ilişkide mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün aracı rolü*. Yüksek Lisans Tezi, Başkent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Werner, N. S., Duschek, S., & Schandry, R. (2009). Relationships between affective states and decision-making. *International Journal of Psychophysiology*, 74(3), 259-265.

Yıldız, A. B., & Doğu, G. A. (2022). Covid-19 pandemisinde sporcuların depresyon ve kaygı düzeylerinin incelenmesi. *Kocaeli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 8(1), 105-112.

Yıldız, B. (2018). *Çalışan ve çalışmayan kadınların sosyal görünüş kaygısı ve psikolojik iyi oluş açısından incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Yüksel, B. (2014). *Kaygı belirtilerini açıklamada bağlanma, pozitif ve negatif duygu düzenleme ve belirsizliğe tahammülsüzlük arasındaki ilişkiyi bütünleyici model arayışı*. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Ziyalan, M. G. (2019). *Üniversite öğrencilerinde sürekli kaygı düzeyi ve bilişsel davranışsal kaçınma ilişkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Haliç Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.