AYNA Klinik Psikoloji Dergisi, 2026, 13(2), 372-392

AYNA Klinik Psikoloji Dergisi

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

Araştırma Makalesi

Belirsizliğe Tahammülsüzlük, Sağlık Bilgisi Arama Davranışı ve Siberkondri İlişkisi

Ahmet BÜLBÜL[1*]

[1] Sakarya Üniversitesi, İşletme Enstitüsü, Sağlık Kurumları Yönetimi Bölümü, Sakarya, Türkiye

Makale Bilgisi

Anahtar kelimeler:

belirsizliğe tahammülsüzlük, sağlık bilgisi arama davranışı, siberkondri

Öz

Siberkondri, bireylerin sağlıkla ilgili bilgi arama davranışlarını tekrarlayıcı ve kaygı artırıcı şekilde sürdürmeleriyle ortaya çıkan bir psikolojik sorundur. Literatürde, belirsizliğe tahammülsüzlük ile siberkondri arasındaki ilişkiyi açıklayan çalışmalar bulunmakla birlikte, sağlık bilgisi arama davranışının bu ilişkideki aracı rolü ve cinsiyetin düzenleyici etkisi yeterince araştırılmamıştır. Bu çalışmanın amacı, belirsizliğe tahammülsüzlüğün siberkondri üzerindeki etkisinde sağlık bilgisi arama davranışının aracı rolünü ve cinsiyetin düzenleyici etkisini incelemektir. Araştırma, 15 Mart–30 Nisan 2025 tarihleri arasında Ağrı ilinde yaşayan 327 yetişkin birey ile yürütülmüştür. Veriler yüz yüze anket yöntemiyle toplanmış; Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği, Sağlık Bilgisi Arama Davranışı Ölçeği ve Kısa Siberkondri Ölçeği kullanılmıştır. Analizlerde tanımlayıcı istatistikler, Pearson korelasyon, aracılık ve düzenleyicilik analizleri uygulanmıştır. Bulgular, belirsizliğe tahammülsüzlük ile siberkondri arasında anlamlı ve pozitif bir ilişki olduğunu, sağlık bilgisi arama davranışının bu ilişkide kısmi aracı rol oynadığını göstermiştir. Cinsiyetin ise bu ilişkide anlamlı bir düzenleyici etkisi bulunmamıştır. Sonuç olarak, dijital sağlık okuryazarlığının artırılması ve psikolojik başa çıkma stratejilerinin geliştirilmesi önerilmektedir.

Keywords:

intolerance of uncertainty, health information-seeking behavior, cyberchondria

Abstract

Cyberchondria is a psychological condition that arises when individuals persistently and anxiously engage in repetitive health information-seeking. Although there are studies in the literature explaining the relationship between intolerance of uncertainty and cyberchondria, the mediating role of health information-seeking behavior in this relationship and the moderating effect of gender have not been sufficiently investigated. The aim of this study is to examine the mediating role of health information-seeking behavior and the moderating effect of gender in the impact of intolerance of uncertainty on cyberchondria. The research was conducted with 327 adults living in Ağrı between March 15 and April 30, 2025. Data were collected through face-to-face surveys using the Intolerance of Uncertainty Scale, Health Information-Seeking Behavior Scale, and Short Cyberchondria Scale. Descriptive statistics, Pearson correlations, mediation, and moderation analyses were conducted. The findings showed a significant and positive relationship between intolerance of uncertainty and cyberchondria, and that health information-seeking behavior partially mediates this relationship. Gender, however, did not have a significant moderating effect. As a result, it is recommended to improve digital health literacy and develop psychological coping strategies.

* Sorumlu Yazar, Sakarya Üniversitesi, Esentepe Kampüsü, İşletme Fakültesi, Kat 3, No: 54050, Serdivan, Sakarya.
e-posta: abulbul@agri.edu.tr
DOI: 10.31682/ayna.1741980
Gönderim Tarihi (Received): 14.07.2025; Kabul Tarihi (Accepted): 15.04.2026
ISSN: 2148-4376

Giriş

Bu çalışmanın amacı belirsizliğe tahammülsüzlükle (BT) siberkondri arasındaki ilişkide çevrim içi sağlık bilgisi arama davranışının (SBAD) aracılık ve cinsiyetin düzenleyici rolünü belirlemektedir. Bireyler, sağlık durumlarına ilişkin bilgi edinme ihtiyacı doğrultusunda çevrim içi ve çevrim dışı kaynaklara yönelerek SBAD sergilemektedir (Cline ve Haynes, 2001; Tesfa ve ark., 2024). Bu davranış, sağlık okuryazarlığını artırma, tedavi kararlarını destekleme ve öz bakım süreçlerini güçlendirme gibi önemli katkılar sunmaktadır (Dean ve ark., 2017; Merati-Fashi ve ark., 2022). Bununla birlikte, bazı bireylerde bu bilgi arama süreci arttıkça; kaygı düzeyinde artış, zihinsel karışıklık ve sürekli güvence arama gibi eğilimlere yol açabilmekte ve bu durum literatürde aşırı bilgi arama olarak nitelendirilen siberkondriye neden olabilmektedir (Laato ve ark., 2020; Starcevic ve Berle, 2013). Siberkondri, bireylerin sağlıkla ilgili endişeleri nedeniyle internet üzerinden tekrarlayan ve çoğu zaman kontrolsüz bilgi arayışına girmeleriyle tanımlanan bir davranış biçimi olarak tanımlanmaktadır (Laato ve ark., 2020). Siberkondri, yalnızca bireyin psikolojik durumunu olumsuz etkilemekle kalmaz; aynı zamanda yaşam kalitesini düşürebilmektedir (Mathes ve ark., 2018). Bu durum; uyku problemleri, panik ataklar, sağlık hizmetlerini aşırı kullanma gibi sonuçlara da yol açabilir (Muse ve ark., 2012; Xu ve ark., 2025). Bunun yanı sıra, çevrim içi aramalar sonrası sağlık profesyonellerine duyulan güvenin azalması da sıkça gözlemlenebilmektedir (McElroy ve Shevlin, 2014). Bazı bireylerde bu süreç, doktor başvurularına rağmen ikna olmamaya ve sürekli yeni bilgi arayışına girmeye neden olabilmektedir (Starcevic, 2017). Üstelik bilgiye erişim arttıkça kaygı da artmakta ve birey bir tür geri besleme döngüsüne sıkışmaktadır (Norr ve ark., 2015). Tüm bu sonuçlar göz önüne alındığında, siberkondriyi tetikleyen psikolojik ve çevresel nedenlerin anlaşılması, bu döngünün kırılmasında kritik öneme sahiptir.

Siberkondrinin gelişiminde sağlık kaygısı, anksiyete duyarlılığı, düşük e-sağlık okuryazarlığı ve güvence arama ihtiyacı gibi birçok psikolojik değişken öne çıkmaktadır (Kefeli Col ve ark., 2025; Vismara ve ark., 2020). Özellikle internette karşılaşılan çelişkili sağlık bilgileri, bireylerde şüphe ve belirsizlik duygularını artırarak daha yoğun bilgi arayışlarını tetikleyebilmektedir (Muse ve ark., 2012). Bu süreçte bireyler, kaygılarını yatıştırmak amacıyla güvence arama davranışına yönelmekte; ancak bu çaba çoğu zaman kaygıyı azaltmak yerine daha fazla tehdit algısı yaratmaktadır. Sosyal medyada maruz kalınan bilgi fazlalığı da bu kısır döngüyü besleyerek siberkondrik eğilimleri artırmaktadır (Błoch ve Misiak, 2025; Wang ve ark., 2024). Düşük benlik saygısı gibi bireysel özellikler ise, kişilerin uzman görüşüne olan güvenini zayıflatıp kişisel araştırmalara daha fazla ağırlık vermesine yol açabilmektedir (Vismara ve ark., 2020). Tüm bu faktörler içinde özellikle BT ve SBAD, siberkondriyle yakından ilişkili yapılar olduğu birçok çalışmada vurgulanmıştır (Fergus, 2013; Guo ve ark., 2025; Norr ve ark., 2015). Belirsizlik karşısında

hissedilen yoğun rahatsızlık, bireyi tekrar eden bilgi arama döngüsüne sürükler ve bu davranış geçici rahatlama sunsa da uzun vadede kaygıyı besler. Bu nedenle, siberkondrinin altında yatan mekanizmaları anlamak adına BT ve SBAD'a odaklanmak büyük önem taşımaktadır.

BT, bireyin olası olumsuzlukların gerçekleşme ihtimalini, ihtimalin düşük olup olmamasına bakılmaksızın, kabul edilemez bulma eğilimiyle tanımlanan bilişsel ve duygusal bir özellik olarak tanımlanmaktadır (Carleton ve ark., 2007). Bu özellik, bireyin belirsiz durumlara karşı olumsuz duygusal, düşünsel ve davranışsal tepkiler vermesiyle kendini gösterebilmektedir (McEvoy ve Mahoney, 2011). BT'nin oluşumunda, kontrol edilebilirlik ve öngörülebilirlik arayışı önemli bir rol oynamaktadır. Birey, belirsizliğin tehditle eşdeğer olduğunu düşündüğünde endişe düzeyinde artış meydana gelmektedir (Carleton, 2016). Bu durum, özellikle yaygın anksiyete bozukluğu, obsesif-kompulsif bozukluk ve sağlık anksiyetesi gibi psikopatolojilerde daha yoğun gözlemlenmektedir (Buhr ve Dugas, 2002; Mertens ve ark., 2020). BT, bireyin çevrim içi SBAD'ında da belirleyici bir etken olarak görülmekte ve bu davranış, siberkondri gelişimini tetikleyebilmektedir (Starcevic ve ark., 2021). Yüksek BT düzeyine sahip bireyler, belirsiz sağlık belirtilerini tehdit olarak değerlendirme eğiliminde olup, sıklıkla internet üzerinden bilgi arayışına yönelerek güvence arama davranışı sergilerler (Bartoszek ve ark., 2022). Ancak bu bilgi arayışı, genellikle endişeyi azaltmak yerine daha fazla kafa karışıklığına ve tehdit algısına yol açmakta; bu da siberkondri davranışlarının sürmesine neden olmaktadır (Arsenakis ve ark., 2021; Norr ve ark., 2015). Dahası, BT düzeyi arttıkça, çevrim içi bilgi arama davranışı sadece daha sık hale gelmekle kalmaz, aynı zamanda daha kompulsif ve işlevsiz bir hâl alarak bireyin günlük yaşam işlevselliğini de olumsuz etkileyebilir (Guo ve ark., 2025).

SBAD, bireylerin sağlıklarına ilişkin bilgi edinme amacıyla çevrim içi ya da çevrim dışı kaynaklara yönelmesini ifade etmektedir (Cline ve Haynes, 2001). Bu davranış genellikle karar verme, güven kazanma ya da sağlık profesyonellerine başvurmadan önce hazırlık yapma amacı taşımaktadır (Anker ve ark., 2011). Ancak yüksek belirsizlik düzeyi ve yetersiz sağlık okuryazarlığı, bu davranışı işlevsellikten çıkararak kaygı düzeyinin yükselmesine yol açabilmektedir (Gong ve ark., 2023). Özellikle BT'si yüksek bireyler, anlam verilemeyen belirtileri açıklamak için daha fazla bilgi arayışına girer ve bilgi karmaşası bu bireylerde tehdit algısını artırabilir (Starcevic ve ark., 2021). Nitekim, çevrim içi SBAD ile siberkondri arasında anlamlı bir ilişki saptanmış; bilgi arayışı sıklığı arttıkça siberkondri şiddetinin de yükseldiği görülmüştür (Guo ve ark., 2025). SBAD'ın kaygı temelli yürütülmesi, özellikle belirsiz sağlık durumlarında bilgi arayışının kompulsif hâle gelmesine ve kişinin güvence arama davranışına dönüşmesine neden olabilmektedir (Norr ve ark., 2015). Bu kompulsif bilgi arama süreci, bireyin kaygısını azaltmak yerine daha fazla belirsizlik ve tehdit algısı üretmekte; böylece siberkondrinin karakteristik özellikleri olan tekrarlayıcı aramalar, yanlış yorumlamalar ve

işlevsellik kaybı tetiklenebilmektedir (Arsenakis ve ark., 2021). Dahası, özellikle belirsizlikten duyulan rahatsızlığın yüksek olduğu bireylerde, SBAD'ın temel motivasyonunun bilgiye erişmekten çok belirsizliği azaltmak olduğu gösterilmiştir (Torunsky ve ark., 2025). Bu durum, SBAD'nin siberkondriye evrilmesine zemin hazırlamakta ve bireyin dijital sağlık ekosistemine güvenini zedeleyerek profesyonel yardım arayışını da geciktirebilmektedir (Bartoszek ve ark., 2022). Dolayısıyla, SBAD'nin yapısı, içeriği ve bireysel psikolojik eğilimlerle olan etkileşimi, siberkondrinin hem başlangıcı hem de sürdürücüsü olarak dikkatle ele alınmalıdır.

Literatürde BT, SBAD ve siberkondri kavramları sıklıkla birbirinden bağımsız olarak incelenmiştir. Ancak bu üç yapının etkileşimli doğasını birlikte ele alan çalışmalar oldukça sınırlı kalmıştır (Arsenakis ve ark., 2021; Rafieinasab ve ark., 2024). BT'nin bireyleri çevrim içi sağlık bilgisi aramaya yönlendirdiği (Rosen ve Knäuper, 2009) ve SBAD'ın kaygı ile birlikte kompulsif bilgi aramaya evrildiğinde siberkondri ile örtüştüğü gösterilmiştir (Diviani ve ark., 2015; Starcevic ve Berle, 2013). Ancak bu bulgular genellikle iki değişken arasındaki ikili ilişkilere odaklanmış; SBAD'ın BT ile siberkondri arasındaki potansiyel bir bilişsel-geçiş mekaniği olduğu sistematik biçimde değerlendirilmemiştir. Oysa bilgi arama davranışı, belirsizlikten kaynaklanan bilişsel gerilimle başlayan ve bu gerilimi azaltma çabasıyla sürdürülen, ancak kimi zaman ters etki yaratarak kaygıyı artıran çok katmanlı bir süreç olarak değerlendirilmelidir (Gong ve ark., 2023; Torunsky ve ark., 2025). Dahası, bireylerin SBAD sırasında karşılaştığı aşırı bilgi yükü ve güven problemi, BT'yi pekiştirerek siberkondrik döngüyü besleyebilir (Bartoszek ve ark., 2022; Guo ve ark., 2024). SBAD'ın bu iki uç arasında nasıl konumlandığına dair ampirik bir netlik olmaması, bu alanın hem kuramsal hem de uygulamalı olarak derinleştirilmesi gerektiğini göstermektedir (Lambert ve Loiselle, 2007; Tesfa ve ark., 2024). Mevcut bilgiler ışığında, BT, SBAD ve siberkondri üçlüsünün birlikte ele alındığı model önerilerine duyulan ihtiyaç, sadece teorik bir boşluk değil, aynı zamanda pratik bir gerekliliktir. Çünkü SBAD'ın siberkondriye bağlı kaygıyı nasıl artırıp azaltabileceğini açıklığa kavuşturan bu model, sağlık politikası kararlarına ölçülebilir hedefler ve önceliklendirme sağlayarak klinik yükü ve kullanıcı kaygısını azaltmada doğrudan değer üretebilir. Bu bağlamda, SBAD'ın bu yapılar arasındaki muhtemel aracı rolünü açıklığa kavuşturmak, literatüre çok boyutlu bir katkı sağlayacaktır.

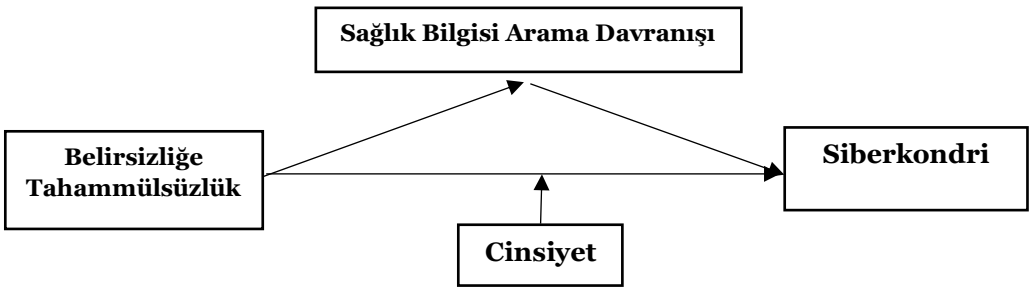
SBAD'ın aracı rolünün belirlenmesi gerekliliğinin yanında, BT ile siberkondri arasındaki ilişkiye cinsiyet gibi demografik değişken bağlamında ele alındığında, ortaya çıkan farklılıkların daha derinlemesine incelenmesi gerektiği anlaşılmaktadır. Çünkü literatürde, cinsiyetin, BT ve siberkondri için önemli bir risk faktörü olduğu ve bireysel farklılıkların bu döngünün başlangıç noktası olan kaygı ve belirsizliğe yönelik temel tepkileri tetiklediği ifade edilmektedir (Norr ve ark., 2015; Starcevic ve ark., 2020). Bu bağlamda, kadınların hem ergenlikte hem de yetişkinlikte erkeklere göre daha fazla kaygı ve endişe belirtileri bildirdiği ve BT'nin ise bunun temelinde yer alan bir mekanizma olduğu ifade edilmektedir (Akgül ve Atalan

Ergin, 2021; Bajcar ve Babiak, 2020 Kefeli Col ve ark., 2025). Bununla birlikte, BT ile siberkondri arasında cinsiyetin farklılaşabileceği diğer bir faktör ise kadın ve erkekler arasındaki duygusal ifade biçimidir. Literatür, kadınların, kaygı ve korku gibi duygularını genellikle daha açık bir şekilde ifade etmeye eğilimli olduğunu, erkeklerin ise duygularını bastırmaya ve korkularını kontrol etmeye eğilimli olduğunu belirtmektedir (Kefeli Col ve ark., 2025; Tunç ve ark., 2023). Dolayısıyla, cinsiyet hem belirsizliğe verilen tepkilerde hem de sağlık bilgisi arama örüntülerinde anlamlı farklılıklar yaratabilmektedir (Ek, 2015; Wang ve ark., 2021). Kadınlar, sağlıkla ilgili bilgileri daha sık ve daha yoğun şekilde ararken, bu süreçte kaygı ve tehdit algıları erkeklere kıyasla farklı bilişsel yollarla işlenebilmektedir (Ahadzadeh ve ark., 2018; Percheski ve Hargittai, 2011). Araştırmalar, erkeklerin belirsizliği daha az tolere edebildiklerini ve çevrim içi sağlık içeriklerine daha yüksek düzeyde siberkondrik tepki verebildiklerini göstermiştir (Guo ve ark., 2025; Şahan ve Kaçmaz, 2024). Dolayısıyla, cinsiyetin düzenleyici rolü, BT'nin siberkondri üzerindeki etkisinin şiddetini ve ifade biçimini değiştirerek ortaya çıkabilmektedir. Kadınlarda, BT'nin açık duygusal ifade eğilimi aracılığıyla siberkondrik davranışlara daha doğrudan yol açarken; erkeklerde duygusal bastırma ve kontrol arayışı nedeniyle BT'nin siberkondri üzerindeki etkisi farklı bilişsel ve davranışsal yollardan geçebilmektedir. Bu bağlamda, BT ile siberkondri arasındaki ilişkide cinsiyetin, bireyin bilgiye erişim stratejilerini ve tehdit algı düzeyini biçimlendirerek düzenleyici bir rol oynayabileceği düşünülmektedir. Bu etkileşimin açıklığa kavuşturulması, cinsiyet temelli farklılıklara duyarlı müdahale yaklaşımlarının geliştirilmesi açısından önem taşımaktadır.

Araştırmanın amacı belirsizliğe tahammülsüzlüğün siberkondri üzerine etkisinde sağlık bilgisi arama davranışının aracılık rolünün belirlenmesidir. Ayrıca cinsiyetin BT ile siberkondri arasında düzenleyici olup olmadığı da çalışmanın ikinci amacıdır.

Araştırma Modeli ve Hipotezleri

Araştırma amacı doğrultusunda araştırma modeli ve hipotezleri aşağıda sunulmuştur.



Şekil 1.
Araştırmanın Modeli

H1: Katılımcıların BT ile siberkondri düzeyleri arasında anlamlı ve pozitif bir ilişki vardır.
H2: Katılımcıların BT ile SBAD düzeyleri arasında anlamlı ve pozitif bir ilişki vardır.
H3: Katılımcıların SBAD ile siberkondri düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki vardır.
H4: SBAD, BT ile siberkondri arasındaki ilişkide aracı rol oynar.
H5: Cinsiyet, BT ile siberkondri arasındaki ilişkide düzenleyici bir etkiye sahiptir.

Yöntem

Evren ve Örneklem

Bu araştırmanın evrenini, Ağrı ilinde ikamet eden bireyler oluşturmaktadır. Araştırma, Ağrı'da ikamet eden ve 18 ve üzeri yaş grubunda olan genel halkın görüşlerini kapsayacak şekilde yapılandırılmıştır. Katılımcıların sosyo-demografik özellikleri Tablo 1'de gösterilmiştir. Katılımcıların %57,2'si erkek, %68,5'i bekar, %70,6'sı 18–30 yaş aralığındadır. Eğitim düzeyine bakıldığında %61,1'i ön lisans ve lisans mezunu, %22,6'sı lise ve altı, %16,2'si ise yüksek lisans ve üzeri eğitim düzeyine sahiptir (Tablo 1).

Tablo 1.

Sosyo-Demografik Özellikler

		N	**%**
Cinsiyet	Erkek	187	57,18
	Kadın	140	42,81
Medeni Durum	Evli	103	31,49
	Bekar	224	68,50
Yaş	18 -30	231	70,64
	31+	96	29,36
Eğitim	Lise ve altı	74	22,62
	Önlisans ve Lisans	200	61,16
	Yükseklsians ve üzeri	53	16,20

Çalışmada örneklem, kolayda örnekleme yöntemiyle belirlenmiş ve yüz yüze uygulanan anketler yoluyla veriler toplanmıştır. Araştırma kapsamında toplam 327 bireyden geçerli veri elde edilmiştir Özellikle çok değişkenli analizlerde, her bir bağımsız değişken için en az 10-30 katı kadar gözlem gerekliliği dikkate alındığında örneklem sayısının çalışma için yeterli olduğu düşünülmektedir (Tabachnick ve Fidell, 2013). Çalışma, Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu'ndan (27.02.2025/77) onay almıştır. ('Belirsizliğe Tahammülsüzlük, Sağlık Bilgisi Arama Davranışı ve Siberkondriya Arasındaki İlişki' başlıklı araştırma, Eleşkirt Meslek Yüksekokulu Müdürlüğü'nün resmi yazısına (25.02.2024/127088) istinaden incelenmiş ve onaylanmıştır.)

Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada "Demografik Bilgi Formu, Sağlık Arama Davranışı Ölçeği, Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği (IU-12) ve Kısa Siberkondri Ölçeği" kullanılmıştır.

Kişisel Bilgi Formu. Kişisel Bilgi Formunda Ağrı'da ikamet eden bireylerin cinsiyet, yaş, medeni durum, eğitim durumuna yönelik ifadeler yer almaktadır.

Sağlık Arama Davranışı Ölçeği. Kıraç (2019) tarafından geliştirilmiş ve bireylerin sağlık sorunları karşısında gösterdikleri davranışları değerlendirmek amacıyla yapılandırılmıştır. Ölçek, 3 alt boyut (geleneksel, profesyonel ve online yöntem) ve 12 ifadeden oluşmakta olup 5'li Likert tipi ölçekle (1=Kesinlikle Katılmıyorum, 5=Kesinlikle Katılıyorum) yanıtlanmaktadır. Yüksek puanlar genel olarak daha fazla sağlık arama davranışına işaret etmektedir. Ölçeğin geçerlik ve güvenirlik çalışmaları kapsamında doğrulayıcı faktör analizi yapılmış ve Cronbach alfa güvenirlik katsayısı .755 bulunmuştur. Uyum iyiliği değerleri (CFI=0.92, GFI=0.93, RMSEA=0.068) ölçeğin yapı geçerliliğini desteklemektedir. Çalışmamızda Cronbach alfa değeri .86 olarak hesaplanmıştır.

Kısa Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği (BTÖ-12). Carleton ve arkadaşları (2007) tarafından geliştirilen kısa formun Türkçeye uyarlaması Sarıçam ve arkadaşları (2014) tarafından yapılmıştır. Ölçek, ileriye yönelik kaygı ve engelleyici kaygı olmak üzere iki alt boyutta toplam 12 maddeden oluşmaktadır. Sarıçam ve arkadaşlarının (2014) çalışmasında, 5'li Likert tipi derecelendirme ile yanıtlanan ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı ölçeğin bütünü için .88, ileriye yönelik kaygı alt boyutu için .84, engelleyici kaygı alt boyutu için .77 olarak belirlenmiştir. Yüksek puanlar genel olarak daha fazla belirsizliğe tahammülsüzlüğe işaret etmektedir. Doğrulayıcı faktör analizinde (RMSEA=.073, CFI=.95, GFI=.94) modelin iyi uyum gösterdiği bulunmuştur. Çalışmamızda Cronbach alfa katsayısı 0.88 olarak bulunmuştur.

Kısa Siberkondri Ölçeği. Jokić-Begić ve arkadaşları (2019) tarafından geliştirilmiş ve bireylerin internet üzerinden sağlık bilgisi arama davranışına bağlı olarak yaşadıkları kaygı ve korkuyu ölçmek amacıyla yapılandırılmıştır. Ölçek, 4 maddeden oluşmakta olup 5'li Likert tipi (1 = Kesinlikle Katılmıyorum, 5 = Kesinlikle Katılıyorum) ile yanıtlanmaktadır. Yüksek puanlar genel olarak daha fazla siberkondri davranışına işaret etmektedir. Ölçeğin Türkçeye uyarlaması ve psikometrik analizleri Durmuş ve arkadaşları (2022) tarafından yapılmış olup; Cronbach alfa değeri .93 olarak hesaplanmıştır. Doğrulayıcı faktör analizleri sonucunda ölçeğin yapı geçerliliği ve güvenilirliği sağlanmıştır. Çalışmamızda Cronbach alfa değeri .93 olarak hesaplanmıştır.

Verilerin Analizi

Veriler, 15 Mart 2024 ile 30 Nisan 2025 tarihleri arasında toplanmıştır. Araştırmanın evrenini Ağrı ilinde ikamet eden 18 yaş ve üzeri bireyler oluşturmaktadır. Belirli bir meslek grubu, kurum veya eğitim düzeyi ile sınırlandırma yapılmaksızın, genel halk hedeflenmiştir. Bu süreçte yüz yüze anket uygulamalarıyla toplam 355 anket toplanmıştır. Yapılan ön kontroller sonucunda 28 anketin hatalı ya da eksik yanıt içerdiği belirlenerek analiz dışında bırakılmıştır. Analiz için SPSS ve SPSS Process Macro istatistik programları kullanılmıştır. Öncelikle katılımcıların demografik özelliklerini belirlemek ve verilerin (BT, SBAD ve Siberkondri) normal dağılıp dağılmadığını kontrol etmek için tanımlayıcı istatistikleri kullanılmıştır. Daha sonra kavramlar arasındaki ilişkileri belirlemek için Pearson Korelasyon analizi yapılmıştır. Son olarak SBAD'ın aracılık rolü için Process Macro Model 4 ve düzenleyicilik analizi için Process Macro Model 1 kullanılmıştır.

Bulgular

Çalışmaya dahil edilen değişkenlere ilişkin tanımlayıcı istatistikler Tablo 2'de sunulmuştur. Ortalama Belirsizliğe Tahammülsüzlük (BT) puanı 3.19'dur (*SS* = .80) ve puanlar 1 ile 5 arasında değişmektedir. Siberkondri için ortalama puan 2.85'tir (*SS* = 1.02). Sağlık Bilgisi Arama Davranışı (SBAD) için ortalama puan 3.14'tür (*SS* = .69). Değişkenlerin çarpıklık ve basıklık değerleri ±1 aralığında olup, dağılımların yaklaşık olarak normal olduğunu göstermektedir.

Tablo 2.

Tanımlayıcı İstatistikler

Değişken	Min-Maks	*Ort* ± *SS*	Çarpıklık	Basıklık	İç Tutarlılık Katsayısı (α)
BT	1–5	3,19 ± .80	-.095	-.568	.88
Siberkondri	1–5	2,85 ± 1.02	.065	-.693	.93
SBAD	1–5	3,14 ± .69	-.202	.620	.86

Yapılan Pearson korelasyon analizi, çalışmada yer alan üç temel psikolojik değişken arasındaki ilişkileri ortaya koymuştur. Analiz sonucuna göre, belirsizliğe tahammülsüzlük ile siberkondri arasında orta düzeyde, pozitif ve anlamlı bir ilişki saptanmıştır ($r = .511$; $p < .01$). Benzer şekilde, belirsizliğe tahammülsüzlük ile sağlık bilgisi arama davranışı arasında düşük düzeyde fakat anlamlı pozitif bir ilişki bulunmuştur ($r = .374$; $p < .01$). Ayrıca, siberkondri ile sağlık bilgisi arama davranışı arasında da istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif bir ilişki tespit edilmiştir ($r = .341$; $p < .01$) (Tablo 3).

Tablo 3.

Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları

		1	2	3	4	5	6	7
1. Cinsiyet		1						
2. Yaş		.073	1					
	p	.188						
3. Medeni Hal		.052	.492***	1				
	p	.349	.000					
4. Eğitim Durumu		.031	.317***	.115*	1			
	p	.574	.000	.038				
5. BT		.041	.000	-.028	.028	1		
	p	.465	.994	.620	.616			
6. SBAD		-.048	.058	.034	-.040	.374***	1	
	p	.384	.294	.535	.468	.000		
7. Siberkondri		-.083	.021	.040	.022	.511***	.341***	1
	p	.133	.711	.473	.697	.000	.000	

Not. **** p<0.001, ** p<0.01, * p<0.05*

Çalışmanın temel hipotezi olan SBAD'ın BT ile siberkondri arasındaki aracılık ilişkisini test etmek için Process Macro Model 4 analizi kullanılmıştır. BT değişkeninin siberkondri üzerindeki etkisinin hem doğrudan hem de dolaylı yollarla anlamlı ve pozitif olduğu görülmektedir. Bu bağlamda, Model 4 analiz sonuçlarına göre, BT'nin SBAD üzerindeki doğrudan etkisi pozitif ve anlamlıdır (b = .3250, SE = .0447, t = 7.27, p < .001, β = .3742). BT'nin siberkondri üzerindeki doğrudan etkisi pozitif ve anlamlıdır (b = .5706, SE = .0648, t = 8.81, p < .001, β = .4455). SBAD'nin siberkondri üzerindeki etkisi de pozitif ve anlamlıdır (b = .2571, SE = .0746, t = 3.45, p < .001, β = .1743). BT'nin siberkondri üzerindeki etkisinin SBAD aracılığıyla dolaylı olarak da gerçekleştiği (b = .0836, SE = .0326, β = .0652) ve bu etkinin istatistiksel olarak pozitif ve anlamlı olduğu görülmektedir (LLCI = .0252, ULCI = .1551). Sonuç olarak, BT'nin siberkondri üzerindeki toplam etkisi oldukça güçlüdür (b = .6542, SE = .0611, t = 10.71, p < .001, β = .5108) ve bu toplam etkinin hem doğrudan hem de SBAD aracılığıyla gerçekleşen dolaylı yollardan oluştuğu anlaşılmaktadır (Tablo 4 – Şekil 2).

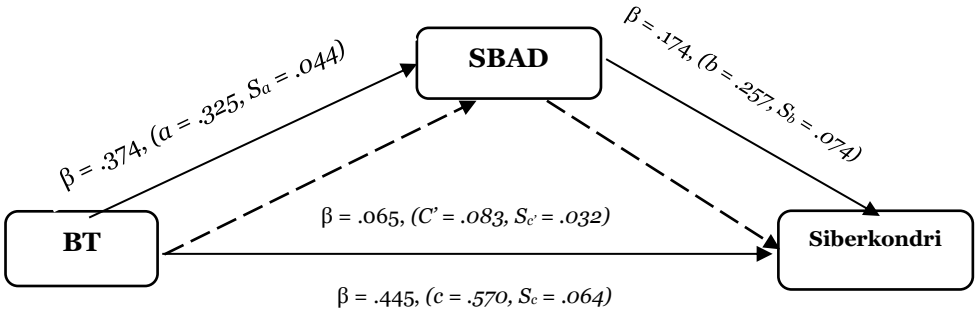
Process Macro Model 1 ile yapılan düzenleyicilik analizinde, belirsizliğe tahammülsüzlüğün siberkondri üzerindeki etkisinde cinsiyetin düzenleyici rolü incelenmiştir. Analiz sonuçları, belirsizliğe tahammülsüzlüğün siberkondriyi anlamlı düzeyde yordadığını (B = .6751, p = .001) ve cinsiyetin bu modelde anlamlı bir ana etkisi olduğunu göstermektedir (B = -.2151, p = .034). Ancak, etkileşim terimi olan BT × Cinsiyet değişkeni anlamlı bulunmamıştır (B = -.0111, p = .933), bu da cinsiyetin belirsizliğe tahammülsüzlük ile siberkondri arasındaki ilişkiyi anlamlı biçimde değiştirmediğini ortaya koymaktadır. Dolayısıyla, "Cinsiyet, belirsizliğe tahammülsüzlük ile siberkondri arasındaki ilişkide düzenleyici bir etkiye sahiptir" şeklinde formüle edilen hipotez, bu bulgular doğrultusunda desteklenmemiştir.

Tablo 4.

Sağlık Bilgisi Arama Davranışının Belirsizliğe Tahammülsüzlük ile Siberkondri Arasındaki İlişkide Aracılık Rolü Analizi Sonuçları

Doğrudan Etki	***b***	**SH**	***t***	***P***	***β***	**95% Confidence Interval**	
						LLCI	**ULCI**
BT → SBAD	.3250	.0447	7.27	< .001	.3742	.2371	.4130
BT → SB	.5706	.0648	8.81	< .001	.4455	.4432	.6981
SBAD → SB	.2571	.0746	3.45	< .001	.1743	.1103	.4038
Dolaylı Etki							
BT → SBAD → SB	.0836	.0326	-	-	.0652	.0252	.1551
Toplam Etki							
BT → SB	.6542	.0611	10.71	< .001	.5108	.5340	.7743

Not. *BT: Belirsizliğe Tahammülsüzlük, SBAD: Sağlık Bilgisi Arama Davranışı, SB: Siberkondri, b: regresyon katsayısı, SE: standart hata, t: t-değeri, p: anlamlılık düzeyi, LLCI: alt %95 güven aralığı, ULCI: üst %95 güven aralığı, β: standartlaştırılmış katsayı.*



Şekil 2.

Sağlık Bilgisi Arama Davranışının Belirsizliğe Tahammülsüzlük ile Siberkondri Arasındaki İlişkide Aracılık Rolü Analizi Sonuçları Çıktısı

Tablo 5.

Belirsizliğe Tahammülsüzlük ile Siberkondri Arasındaki İlişkide Cinsiyetin Düzenleyicilik Rolü Analizi Sonuçları

	B	**SE**	**t**	**p**	**LLCI**	**ULCI**
Sabit	3.157	.144	21.99	.000	2.875	3.440
Belirsizliğe Tahammülsüzlük	.675	.191	3.54	.001	.300	1.050
Cinsiyet	-.215	.101	-2.13	.034	-.414	-.017
BT × Cinsiyet (Etkileşim)	-.011	.134	-.08	.934	-.275	.253

Tartışma

Bu çalışmanın temel amacı, belirsizliğe tahammülsüzlük (BT) ile siberkondri arasındaki ilişkide sağlık bilgisi arama davranışının (SBAD) aracı rolünü incelemek; ikincil amacı ise bu ilişkide cinsiyetin düzenleyici etkisini test etmektir. Araştırmanın ilk hipotezi BT ile siberkondri arasında ilişki olduğudur. Bu bağlamda, BT'nin siberkondri üzerindeki etkisi anlamlı ve pozitiftir. BT, bireylerin belirsizlik durumlarını tolere edememesi ve bu durumları tehdit olarak değerlendirmesiyle karakterize edilir (Carleton, 2016). Bu bilişsel yapı, bireyleri çevrim içi sağlık bilgisi aramaya yönlendirmekte ve bu davranış çoğu zaman başlangıçta kaygıyı azaltmayı hedeflese de elde edilen bilgilerin çelişkili, güvenilmez veya fazlaca detaylı olması sonucunda kaygıyı daha da artırmaktadır (Muse ve ark., 2012; Starcevic ve Berle, 2013). Bu sonuçlar literatürle paraleldir. Norr ve arkadaşları (2015) çalışmalarında BT'nin siberkondri ile anlamlı ve pozitif ilişkisi olduğunu ifade etmektedir. Arsenakis ve arkadaşları (2021) sağlık kaygısı, obsesif-kompulsif belirtiler ve BT'nin siberkondri ile ilişkili olduğunu ifade etmektedir. Bajcar ve Babiak (2020) BT'nin nevrotiklik ve siberkondri arasındaki aracılık rolünü araştırdığı çalışmasında BT'nin siberkondriyi anlamlı ve pozitif olarak etkilediğini ifade etmektedir. Son olarak Boysan ve arkadaşları (2022), BT'nin korku yoluyla siberkondriye katkı sağladığını belirtmektedir. İlgili literatürün (Arsenakis ve ark., 2021; Bajcar ve Babiak, 2020; Boysan ve ark., 2022; Norr ve ark., 2015) bulgularıyla paralel olması, araştırmanın geçerliliğini güçlendirmekte ve gelecekteki müdahale programlarının belirsizliğe tahammülsüzlüğü hedefleyerek siberkondriyi azaltmada etkili olabileceğini göstermektedir. Dolaysıyla H1 kabul edilmiştir.

Araştırmanın ikinci hipotezi BT ile SBAD arasında ilişki olduğudur. Bu bağlamda yapılan korelasyon ve aracılık analizleri BT ile SBAD arasında anlamlı ve pozitif yönde bir ilişki olduğunu göstermektedir. Bu bulgu, SBAD'ın BT düzeyi yüksek bireylerde kontrolsüz ve kompulsif hâle gelerek psikolojik işlevselliği bozan bir nitelik kazanabileceğini göstermektedir (Doherty-Torstrick ve ark., 2016). Literatür incelendiği zaman, bulgular literatürle paralellik göstermektedir. Bu doğrultuda, Rosen ve Knäuper (2009), BT'si ve durum belirsizliği yüksek olan bireylerin daha fazla bilgi aradığını ve daha fazla endişelendiğini belirtmektedir. Starcevic ve arkadaşları (2021), BT'si yüksek bireylerin, anlam veremedikleri belirtileri anlamak için daha fazla bilgi arayışına girdiğini ifade etmektedir. Son olarak, Torunsky ve arkadaşları (2025), belirsizlikten duyulan rahatsızlığın yüksek olduğu bireylerde SBAD gibi temel motivasyonun oluştuğunu ifade etmektedir. Dolaysıyla H2 kabul edilmiştir.

Araştırmanın üçüncü hipotezi SBAD ile siberkondri arasında ilişki olduğudur. Bu bağlamda, yapılan korelasyon ve aracılık analizleri SBAD ile siberkondri arasında anlamlı ve pozitif bir ilişkinin varlığını göstermektedir. Bu bulgu, bireylerin sağlıkları için araştırma yaparken aşırı ve tekrarlayan bir şekilde arama yaptıkları için kaygı ve anksiyete yoluyla siberkondrik davranışları sergilediklerini göstermektedir (Gong ve ark., 2023). Literatür

incelendiği zaman, bulgular literatürle paralellik göstermektedir. Bu doğrultuda, Yang ve arkadaşları (2025), sürekli olarak SBAD gerçekleştiren bireylerde siberkondrik davranışların ortaya çıktığını belirtmektedir. Bahadır ve Dündar (2024) çalışmalarında sağlık bilgisi için gazete/dergi ve sosyal medya kullanan bireylerin siberkondri düzeylerinin yüksek olduğunu belirtmektedir. Zhu ve arkadaşları (2023), uyku kalitesi, e-sağlık okuryazarlığı ve SBAD'ın siberkondri ile anlamlı ve pozitif yönde ilişki gösterdiğini ifade etmektedir. Bu bulgular, bireylerin sadece çevrim içi arama yaparak siberkondrik davranışlar geliştirmediği aynı zamanda geleneksel sağlık arama davranışlarının da siberkondrik davranışlar sergileyebileceğini göstermektedir. Dolaysıyla H3 kabul edilmiştir.

Araştırmanın dördüncü hipotezi, SBAD'ın, BT ile siberkondri arasındaki ilişkide aracı bir rol üstlendiğidir. Gerçekleştirilen aracılık analizi sonuçları, BT'nin siberkondri üzerindeki etkisinin SBAD aracılığıyla dolaylı olarak da anlamlı olduğunu göstermiştir. SBAD'ın aracı rolde olması, BT'nin siberkondri davranışının gelişimindeki merkezi transdiagnostik rolünü desteklemektedir (Baerg ve Bruchmann, 2022; Bahadır, 2020). Yüksek BT seviyesi, bireyleri güvence arayışına itmekte ve bu durum SBAD'ın BT'den kaynaklanan kesinlik ve kontrol ihtiyacına neden olmaktadır (Wang ve ark., 2023; Fergus, 2013; Berle ve ark., 2020; Menon ve ark., 2020). Bununla birlikte literatür, BT'nin SBAD'a neden olmasının yanında, SBAD'ın kısır bir döngüye neden olduğunu belirtmekte ve bunun da bireyin kaygısını azaltmak yerine artırdığını ifade etmektedir (Menon ve ark., 2020; Starcevic ve Berle, 2013), Bu noktada, bireyin sürekli ve tekrarlayan bir şekilde sağlık bilgisi araması davranışı geliştirmesinin siberkondriye neden olduğu ifade edilmektedir (Tarcan ve ark., 2023; Wang ve ark., 2024). Nitekim daha önce yapılan çalışmalarda BT ile SBAD arasında pozitif ve anlamlı ilişkiler bildirilmiştir (Rosen ve Knäuper, 2009; Starcevic ve ark., 2021; Torunsky ve ark., 2025). Benzer şekilde, SBAD ile siberkondri arasındaki pozitif yönlü ilişkiler de birçok çalışmada vurgulanmıştır (Bahadır ve Dündar, 2024; Gong ve ark., 2023; Yang ve ark., 2025; Zhu ve ark., 2023). Bu doğrultuda elde edilen bulgular, SBAD'ın BT ile siberkondri arasındaki etkide kısmi bir aracı değişken olarak işlev gördüğünü desteklemekte ve H4 hipotezini doğrulamaktadır.

Araştırmanın beşinci hipotezi cinsiyetin BT ile siberkondri ilişkisinde düzenleyici rolü olduğudur. Yapılan analizler, cinsiyetin BT ile siberkondri arasındaki ilişkide düzenleyici rolünün olmadığını göstermektedir. Literatür incelendiğinde cinsiyetin BT ile siberkondri üzerinde etkisi olabileceğini gösteren çalışmalar bulunmaktadır (Uslu Şahan ve Purtul; 2023). Bazı çalışmalar kadınların daha fazla belirsizlik yaşadıklarında siberkondri davranışları sergilediğini (Latoo ve diğerleri, 2020; Uzun ve Karataş, 2018), bazı çalışmalar ise erkeklerin belirsizlik sonucunda daha fazla siberkondri davranışı sergilediğini (Üzüm ve ark., 2023; Khazaal ve ark., 2021) ve bazı çalışmalar ise cinsiyetin anlamlı bir fark üretmediğini (Fergus ve Spada., 2017; Akhtar ve Fatima, 2020) göstermektedir. Bu bağlamda, bu çalışmanın sonuçları da cinsiyetin BT ile siberkondri arasındaki ilişkide rolü olmadığını göstermektedir.

Bu bulgu, BT'nin cinsiyetten bağımsız işleyen temel bir bilişsel yapı olabileceğini düşündürmektedir (Mertens ve ark., 2020). Wright ve arkadaşları (2016), cinsiyetin BT ile siberkondri arasındaki ilişkide etkili olmamasını, BT'nin cinsiyetten bağımsız transdiagnastik bir yapı taşımasına bağlamaktadır. Transdiagnastik bir yapı olarak BT, siberkondri ile sınırlı olmayıp, kaygı bozukluğu, somatik semptom bozukluğu ve diğer psikolojik bozuklukların altında yatan ortak bir bilişsel mekanizmayı temsil etmektedir (Arsenakis ve ark., 2021; Bajcar ve Babiak, 2020). Dolayısıyla, BT ile siberkondri ilişkisinin cinsiyet farkı gözetmeksizin ortaya çıkan transdiognastik bir yapı olabileceği düşünülmektedir. Bu bağlamda, H5 reddedilmiştir.

Çalışmanın temel bulgusu, BT'nin bireylerin kaygısını gidermek için SBAD aracılığıyla siberkondriye dönüşmesinde merkezi bir rol oynadığını amprik olarak kanıtlamaktadır. Bu bağlamda, bu mekanizma, sağlık anksiyetesi şiddetlendikçe, bireylerde daha yüksek sağlık hizmeti kullanımına neden olarak sağlık sistemleri üzerindeki maliyet yükünü artırmaktadır (Laato ve ark., 2020; Tarcan ve ark., 2023). Dolayısıyla, bu kısır döngüyü kırmak için öncelikle BT'nin belirsiz durumları tehdit edici olarak algılama eğilimini hedefleyen psikoeğitim programları geliştirilmeli (Fergus, 2013) ve bireylerin belirsiz durumlarda problem çözme yeteneğinin geliştirilmesine odaklanılmalıdır (Arbona ve ark., 2021). İkinci olarak, SBAD'ı işlevsiz bir kompülsiyon olmaktan çıkarmak amacıyla, bireylere çevrim içi bilgileri doğruluk ve güvenirlik süzgecinden geçirme yetkinliği kazandıracak e-sağlık okuryazarlığı eğitimlerinin planlanması gereklidir (Starcevic ve Berle, 2013; Uslu Şahan ve Purtul, 2023). Son olarak, siberkondrinin temelinde yatan hekimlere ve sağlık kurumlarına güvensizliğin azaltılması için hekim-hasta iletişiminin iyileştirilmesi için önlemler alınması gerekmektedir (Bahadir, 2020; Starcevic ve ark., 2021).

Çalışmanın Sınırlılıkları

Bu araştırma bazı sınırlılıklar içermektedir. Öncelikle çalışma kesitsel bir tasarımla gerçekleştirilmiş olup, değişkenler arasındaki nedensel ilişkileri ortaya koymak mümkün değildir. Gelecekte yapılacak boylamsal çalışmalar, Belirsizliğe Tahammülsüzlük, Sağlık Bilgisi Arama Davranışı ve siberkondri arasındaki ilişkilerin zaman içerisindeki dinamiklerini inceleyerek daha güçlü çıkarımlar yapılmasına olanak sağlayabilir. Ayrıca veriler, katılımcıların öz-bildirimleri yoluyla toplanmıştır; bu durum yanıtlayıcı önyargısı (response bias) riski taşımakta ve elde edilen verilerin nesnelliğini sınırlayabilmektedir. Bununla birlikte bu çalışmadaki veriler yalnızca Ağrı ilinde yaşayan bireylerden toplandığı için bulgular Türkiye geneline doğrudan genellenemez. Bu bağlamda farklı bölgelerde, daha çeşitli ve temsili örneklemlerle yapılacak çalışmalara ihtiyaç vardır.

Sonuç

Sonuç olarak bu çalışma, belirsizliğe tahammülsüzlüğün (BT) siberkondri üzerindeki etkisinde sağlık bilgisi arama davranışının (SBAD) kısmi bir aracı rol oynadığını ve bireyin belirsizlikle başa çıkma biçiminin dijital ortamda gösterdiği davranış örüntüsüyle birleşerek psikolojik bir çıktıya dönüştüğünü göstermektedir. SBAD'ın bu süreçteki işlevi, yalnızca bilgi arama davranışı olmaktan öte, bireyin bilişsel-duygusal regülasyon stratejisinin bir parçası olarak anlaşılmalıdır. Cinsiyetin düzenleyicilik etkisinin anlamlı olmaması, BT'nin evrensel bir bilişsel yatkınlık olduğunu düşündürmekte; ancak keşifsel bulgular, cinsiyetin bazı yönlerde ayırt edici etkiler gösterebileceğini ima etmektedir. Bu bağlamda, siberkondrinin anlaşılması için yalnızca bireyin kaygı düzeyi değil, bilgiye erişim biçimi, bilgiyle başa çıkma stratejileri, dijital sağlık okuryazarlığı ve bilişsel-duygusal tolerans düzeyleri birlikte değerlendirilmelidir. Bu çalışma, BT, SBAD ve siberkondri arasındaki çok yönlü ilişkileri ortaya koyarak hem kuramsal literatüre hem de dijital çağın ruh sağlığı politikalarına katkı sağlamaktadır. Bu bağlamda, siberkondriye karşı etkili mücadele stratejileri geliştirmek, dijital sağlık okuryazarlığını artırmak ve bireylerin bilgiyle kurduğu ilişkiyi eleştirel düşünme çerçevesinde yeniden yapılandırmak büyük önem taşımaktadır. Uzun vadede, dijital çağın sunduğu sağlık bilgisini bireylerin faydasına dönüştürebilmek için hem bireysel farkındalık hem de sistematik müdahale gereklidir.

Bununla birlikte araştırmanın örneklemi belirli demografik özellikler taşıyan bireylerle sınırlı olup, bulguların genellenebilirliği açısından dikkatli olunmalıdır. Gelecek araştırmalarda daha geniş ve çeşitlendirilmiş örneklemlerle çalışılması, cinsiyet, yaş, sosyoekonomik düzey gibi değişkenlerin etkilerinin daha kapsamlı biçimde analiz edilmesini mümkün kılabilir. Ayrıca, SBAD gibi psikolojik süreçlerin daha derinlemesine anlaşılabilmesi için niteliksel yöntemlerle desteklenmiş karma yöntem araştırmaları önerilmektedir. Son olarak, dijital sağlık okuryazarlığı, bilgi güvenilirliği algısı ve dijital medya kullanımı gibi etmenlerin de bu ilişkilerde nasıl bir rol oynadığının araştırılması, siberkondriyi açıklayan modellerin daha da geliştirilmesine katkı sağlayacaktır.

Araştırmacıların Katkı Oranı Beyanı:
Bu çalışma tek yazarlıdır. Yazar çalışmanın tamamını bireysel olarak yürüttüğünü beyan etmektedir.
Çıkar Çatışması Beyanı:
Çalışmada çıkar çatışması bulunmamaktadır.
Finansal Destek Beyanı:
Çalışma için finansal destek alınmamıştır.
Etik Kurul Onayı:
Çalışma, Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi Etik Kurulu'ndan (27.02.2025/77) ve Eleşkirt MYO'nun yazısına (25.02.2024/127088) istinaden onaylanmıştır.

Kaynakça

Ahadzadeh, A. S., Sharif, S. P. ve Ong, F. S. (2018). Online health information seeking among women: the moderating role of health consciousness. *Online Information Review*, *42*(1), 58-72. https://doi.org/10.1108/OIR-02-2016-0066

Akhtar, M., Fatima, T. (2019). Exploring cyberchondria and worry about health among individuals with no diagnosed medical condition. *JPMA*, *70*(3), 90-95. https://doi.org/10.5455/JPMA.8682

Akgül, G. ve Atalan Ergin, D. (2021). Adolescents' and parents' anxiety during COVID-19: Is there a role of cyberchondriasis and emotion regulation through the internet? *Current Psychology*, *40*(10), 4750-4759. https://doi.org/10.1007/s12144-020-01229-7

Anker, A. E., Reinhart, A. M. ve Feeley, T. H. (2011). Health information seeking: a review of measures and methods. *Patient Education and Counseling*, *82*(3), 346-354. https://doi.org/10.1016/j.pec.2010.12.008

Arbona, C., Fan, W., Phang, A., Olvera, N. ve Dios, M. (2021). Intolerance of uncertainty, anxiety, and career indecision: A mediation model. *Journal of Career Assessment*, *29*(4), 699-716.

Arsenakis, S., Chatton, A., Penzenstadler, L., Billieux, J., Berle, D., Starcevic, V. ve Khazaal, Y. (2021). Unveiling the relationships between cyberchondria and psychopathological symptoms. *Journal of Psychiatric Research*, *143*(1), 254-261. https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2021.09.014

Baerg, L. ve Bruchmann, K. (2022). COVID-19 information overload: Intolerance of uncertainty moderates the relationship between frequency of internet searching and fear of COVID-19. *Acta Psychologica*, *224 (1)*. https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2022.103534

Bahadır, E. (2021). Çevrimiçi sağlık arama davranışı (siberkondri) üzerine bir gözden geçirme. *Klinik Psikoloji Dergisi*, *5*(1), 79-85. https://doi.org/10.5455/kpd.26024438m000031

Bahadir, O. ve Dundar, C. (2024). The impact of online health information source preference on intolerance to uncertainty and cyberchondria in a youthful generation. *Indian Journal of Psychiatry*, *66*(4), 360-366. https://doi.org/10.4103/indianjpsychiatry.indianjpsychiatry_715_23

Bajcar, B. ve Babiak, J. (2020). Neuroticism and cyberchondria: The mediating role of intolerance of uncertainty and defensive pessimism. *Personality and Individual Differences*, *162*(1), 1-9. https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110006

Bartoszek, G., Ranney, R. M., Curanovic, I., Costello, S. J. ve Behar, E. (2022). Intolerance of uncertainty and information-seeking behavior: Experimental manipulation of threat relevance. *Behaviour Research and Therapy*, *154*(1), 1-11. https://doi.org/10.1016/j.brat.2022.104125

Berle, D., Starcevic, V., Khazaal, Y., Viswasam, K., Hede, V. ve McMullan, R. D. (2020). Relationships between online health information seeking and psychopathology. *General Hospital Psychiatry*, *62(1)*, 96-97. https://doi.org/10.1016/j.genhosppsych.2019.04.006

Błoch, M. ve Misiak, B. (2025). Problematic online behaviors and their early patterns of co-occurrence in young adults: insights from directed and undirected networks. *Frontiers in Psychiatry*, *16*(1), 1-11. https://doi.org/10.3389/fpsyt.2025.1446338

Boysan, M., Eşkisu, M. ve Çam, Z. (2022). Relationships between fear of COVID-19, cyberchondria, intolerance of uncertainty, and obsessional probabilistic inferences: A structural equation model. *Scandinavian Journal of Psychology*, *63*(5), 439-448. https://doi.org/10.1111/sjop.12822

Buhr, K. ve Dugas, M. J. (2002). The intolerance of uncertainty scale: Psychometric properties of the English version. *Behaviour Research and Therapy*, *40*(8), 931-945. https://doi.org/10.1016/S0005-7967(01)00092-4

Carleton, R. N., Norton, M. P. J. ve 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

Carleton, R. N. (2016). Into the unknown: A review and synthesis of contemporary models involving uncertainty. *Journal of Anxiety Disorders*, *39*(1), 30-43. https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2016.02.007

Cline, R. J. ve Haynes, K. M. (2001). Consumer health information seeking on the Internet: The state of the art. *Health Education Research*, *16*(6), 671-692. https://doi.org/10.1093/her/16.6.671

Dean, C. A., Geneus, C. J., Rice, S., Johns, M., Quasie-Woode, D., Broom, K. ve Elder, K. (2017). Assessing the significance of health information seeking in chronic condition management. *Patient Education and Counseling*, *100*(8), 1519-1526. https://doi.org/10.1016/j.pec.2017.03.012

Diviani, N., Van Den Putte, B., Giani, S. ve van Weert, J. C. (2015). Low health literacy and evaluation of online health information: a systematic review of the literature. *Journal of Medical Internet Research*, *17*(5), 1-17. https://doi.org/10.2196/jmir.4018

Doherty-Torstrick, E. R., Walton, K. E. ve Fallon, B. A. (2016). Cyberchondria: Parsing health anxiety from online behavior. *Psychosomatics*, *57*(4), 390-400. https://doi.org/10.1016/j.psym.2016.02.002

Durmuş, A., Deniz, S., Akbolat, M. ve Çimen, M. (2022). Does cyberchondria mediate the effect of COVID-19 fear on the stress?. *Social Work in Public Health*, *37*(4), 356-369. https://doi.org/10.1080/19371918.2021.2014013

Ek, S. (2015). Gender differences in health information behaviour: A Finnish population-based survey. *Health Promotion International*, *30*(3), 736-745. https://doi.org/10.1093/heapro/dat063

Fergus, T. A. (2013). Cyberchondria and intolerance of uncertainty: Examining when individuals experience health anxiety in response to Internet searches for medical information. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, *16*(10), 735-739. https://doi.org/10.1089/cyber.2012.0671

Fergus, T. A. ve Spada, M. M. (2017). Cyberchondria: Examining relations with problematic Internet use and metacognitive beliefs. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, *24*(6), 1322-1330. https://doi.org/10.1002/cpp.2102

Gong, H., Deng, S., Wang, H. ve Cao, G. (2023). Using the ABC theory of emotion to examine the relationship between health anxiety and health information-seeking behavior among the rural population. *Digital Health*, *9*(1), 1-12. https://doi.org/10.1177/20552076231208559

Guo, Y., Wang, Y. ve Li, Y. (2024). Online health information seeking, health anxiety and cyberchondria among men who engage in sexual risk taking: The mediating role of medical consultation about HIV/AIDS. *Journal of Community & Applied Social Psychology*, *34*(4). https://doi.org/10.1002/casp.2845

Guo, Y., Wang, Y. ve Li, Y. (2025). Online health information seeking and cyberchondria among men at risk of hiv infection: A moderated mediation model. *International Journal of Sexual Health*, *37*(1), 102-115. https://doi.org/10.1080/19317611.2024.2444590

Jokić-Begić, N., Mikac, U., Čuržik, D. ve Sangster Jokić, C. (2019). The development and validation of short cyberchondria scale (SCS). *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, *41*(1), 662-676. https://doi.org/10.1007/s10862-019-09744-z

Kefeli Col, B., Gumusler Basaran, A. ve Genc Kose, B. (2025). The relationship between e-health literacy, health anxiety, cyberchondria, and death anxiety in university students that study in health related department. *Journal of Multidisciplinary Healthcare*, *18*(1), 1581-1595. https://doi.org/10.2147/JMDH.S513017

Khazaal, Y., Chatton, A., Rochat, L., Hede, V., Viswasam, K., Penzenstadler, L., Berle, D. ve Starcevic, V. (2021). Compulsive health-related internet use and cyberchondria. *European Addiction Research*, *27*(1), 58-66. https://doi.org/10.1159/000510922

Kıraç, R. (2019). *Sağlık arama davranışını etkileyen faktörler: Yapısal eşitlik modellemesine dayalı bir çalışma* [Yayınlanmamış Doktora Tezi]. Selçuk Üniversitesi.

Laato, S., Islam, A. N., Islam, M. N. ve Whelan, E. (2020). What drives unverified information sharing and cyberchondria during the COVID-19 pandemic?. *European Journal of Information Systems*, *29*(3), 288-305. https://doi.org/10.1080/0960085X.2020.1770632

Lambert, S. D. ve Loiselle, C. G. (2007). Health information—seeking behavior. *Qualitative Health Research, 17(*8), 1006-1019. https://doi.org/10.1177/1049732307305199

Mathes, B. M., Norr, A. M., Allan, N. P., Albanese, B. J. ve Schmidt, N. B. (2018). Cyberchondria: Overlap with health anxiety and unique relations with impairment, quality of life, and service utilization. *Psychiatry Research*, *261*(1), 204-211. https://doi.org/10.1016/j.psychres.2018.01.002

McElroy, E. ve Shevlin, M. (2014). The development and initial validation of the cyberchondria severity scale (CSS). *Journal of Anxiety Disorders*, *28*(2), 259-265. https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2013.12.007

McEvoy, P. M. ve Mahoney, A. E. (2011). Achieving certainty about the structure of intolerance of uncertainty in a treatment-seeking sample with anxiety and depression. *Journal of Anxiety Disorders*, *25*(1), 112-122. https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2010.08.010

Menon, V., Kar, S. K., Tripathi, A., Nebhinani, N. ve Varadharajan, N. (2020). Cyberchondria: Conceptual relation with health anxiety, assessment, management and prevention. *Asian Journal of Psychiatry*, *53*. https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.102225

Merati-Fashi, F., Dalvandi, A. ve Yekta, Z. P. (2022). Health Information seeking and its achievements in patients with chronic disease. *The Journal for Nurse Practitioners*, *18*(4), 411-416. https://doi.org/10.1016/j.nurpra.2021.12.024

Mertens, G., Gerritsen, L., Duijndam, S., Salemink, E. ve Engelhard, I. M. (2020). Fear of the coronavirus (COVID-19): Predictors in an online study conducted in March 2020. *Journal of Anxiety Disorders*, *74*(1), 1-8. https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2020.102258

Muse, K., McManus, F., Leung, C., Meghreblian, B. ve Williams, J. M. G. (2012). Cyberchondriasis: Fact or fiction? A preliminary examination of the relationship between health anxiety and searching for health information on the Internet. *Journal of Anxiety Disorders*, *26*(1), 189-196. https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2011.11.005

Norr, A. M., Allan, N. P., Boffa, J. W., Raines, A. M. ve Schmidt, N. B. (2015). Validation of the Cyberchondria Severity Scale (CSS): Replication and extension with bifactor modeling. *Journal of Anxiety Disorders*, *31*(1), 58-64. https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2015.02.001

Percheski, C. ve Hargittai, E. (2011). Health information-seeking in the digital age. *Journal of American College Health*, *59*(5), 379-386. https://doi.org/10.1080/07448481.2010.513406

Rafieinasab, F., Khademizadeh, S., Peymannia, B., Ghazavi, R. ve Sheikhshoaei, F. (2024). Exploring psychological variables in users' health information-seeking behavior: A systematic review. *Journal of Education and Health Promotion*, *13*(1), 1-11. https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_973_23

Rosen, N. O. ve Knäuper, B. (2009). A little uncertainty goes a long way: State and trait differences in uncertainty interact to increase information seeking but also increase worry. *Health Communication*, *24*(3), 228-238. https://doi.org/10.1080/10410230902804125

Sarıçam, H., Erguvan, F., Akın, A. ve Akça, M. (2014). Belirsizliğe tahammülsüzlük ölçeği BTÖ 12 Türkçe- formu geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Route Educational and Social Science Journal*, *1*(3), 148-157. http://doi.org/10.17121/ressjournal.109

Starcevic, V. ve Berle, D. (2013). Cyberchondria: towards a better understanding of excessive health-related Internet use. *Expert Review of Neurotherapeutics*, *13*(2), 205-213. https://doi.org/10.1586/ern.12.162

Starcevic, V. (2017). Cyberchondria: challenges of problematic online searches for health-related information. *Psychotherapy and Psychosomatics*, *86*(3), 129-133. https://doi.org/10.1159/000465525

Starcevic, V., Schimmenti, A., Billieux, J. ve Berle, D. (2021). Cyberchondria in the time of the COVID-19 pandemic. *Human Behavior and Emerging Technologies*, *3*(1), 53-62. https://doi.org/10.1002/hbe2.233

Şahan, S. ve Kaçmaz, E. D. (2024). Searching for health information on the internet; determining the relationship between nurses' cyberchondria levels, health anxiety, and effective factors. *Mediterranean Nursing and Midwifery*, *4*(3), 159-165. https://doi.org/10.4274/MNM.2024.24209

Tabachnick, B. G. ve Fidell, L. S. (2013). *Using Multivariate Statistics* (6. Basım). Pearson Education.

Tarcan, G. Y., Karahan, A. ve Sebik, N. B. (2023). Kısa Form Siberkondri (CSS-12) Ciddiyet Ölçeğinin geçerlik ve güvenirliği: Sağlık bilişimi alanına özel bir uygulama. *Hacettepe Sağlık İdaresi Dergisi*, *26*(1), 207-218.

Tesfa, G. A., Demeke, A. D., Zewold, M. ve Ngusie, H. S. (2024). Health information-seeking behavior among people living with the two common chronic diseases in low and middle-income countries (LMICs). A systematic review and meta-analysis. *Digital Health*, *10*(1), 1–11. https://doi.org/10.1177/20552076241302241

Torunsky, N. T., Kedrick, K. ve Vilares, I. (2025). Information seeking and the expected utility of information about COVID-19 can be associated with uncertainty and related attitudes. *Scientific Reports*, *15*(1), 1-21. https://doi.org/10.1038/s41598-025-89781-9

Tunç, T., Demirci, H. F. ve Şahin, M. (2023). The relationship between life satisfaction and cyberchondria in the pandemic period. *Black Sea Journal of Health Science*, *6*(4), 534-542. https://doi.org/10.19127/bshealthscience.1250641

Uslu Şahan, F. ve Purtul, S. (2023). Health anxiety and eHealth literacy as predictors of cyberchondria in women. *Acıbadem Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, *14*(3), 454-461. https://doi.org/10.31067/acusaglik.1285876

Uzun, K. ve Karataş, Z. (2018). Belirsizliğe tahammülsüzlüğün yordayıcısı olarak endişe ile ilgili olumlu ve olumsuz inançlar. *Kastamonu Education Journal*, *26*(4), 1267-1276. https://doi.org/10.24106/kefdergi.434169

Üzüm, Ö., Ince, G., Eliaçık, K., Kanık, A., Elmalı, F. ve Helvacı, M. (2023). Investigating the potential connection between cyberchondria and vaccine hesitancy in high school students. *Cureus*, *15*(1), 1-6. https://doi.org/10.7759/cureus.34218

Vismara, M., Caricasole, V., Starcevic, V., Cinosi, E., Dell'Osso, B., Martinotti, G. ve Fineberg, N. A. (2020). Is cyberchondria a new transdiagnostic digital compulsive syndrome? A systematic review of the evidence. *Comprehensive Psychiatry*, *99*(1), 1-13. https://doi.org/10.1016/j.comppsych.2020.152167

Wang, X., Shi, J. ve Kong, H. (2021). Online health information seeking: a review and meta-analysis. *Health Communication*, *36*(10), 1163-1175. https://doi.org/10.1080/10410236.2020.1748829

Wang, T., Jiang, L., Li, T., Zhang, X. ve Xiao, S. (2023). The relationship between intolerance of uncertainty, coping style, resilience, and anxiety during the COVID-19 relapse in freshmen: A moderated mediation model. *Frontiers in Psychiatry*, *14*(1), 1-9. https://doi.org/10.3389/fpsyt.2023.1136084

Wang, Z., Hu, Y., Huang, B., Zheng, G., Li, B. ve Liu, Z. (2024). Is there a relationship between online health information seeking and health anxiety? A systematic review and meta-analysis. *Health Communication*, *39*(12), 2524-2538. https://doi.org/10.1080/10410236.2023.2275921

Wright, K. D., Lebell, M. A. A. ve Carleton, R. N. (2016). Intolerance of uncertainty, anxiety sensitivity, health anxiety, and anxiety disorder symptoms in youth. *Journal of Anxiety Disorders*, *41*(1), 35-42. https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2016.04.011

Xu, R. H., Liang, X. ve Starcevic, V. (2025). Exploring the relationship between cyberchondria and suicidal ıdeation: cross-sectional mediation analysis. *Journal of Medical Internet Research*, *27*(1), 1-11. https://doi.org/10.2196/72414

Yang, X., Luo, C., Xu, Y., He, Y. ve Zhao, R. (2025). Unpacking cyberchondria: The roles of online health information seeking, health information overload, and health misperceptions. *Telematics and Informatics*, *97*(1), 1-14. https://doi.org/10.1016/j.tele.2024.102225

Zhu, X., Zheng, T., Ding, L. ve Zhang, X. (2023). Exploring associations between eHealth literacy, cyberchondria, online health information seeking and sleep quality among university students: A cross-section study. *Heliyon*, *9*(6), 1-9. https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e17521

The Relationship Between Intolerance of Uncertainty, Health Information Seeking Behavior and Cyberchondria

Summary

Health information-seeking behavior (HISB) has become increasingly common, especially via online sources (Cline & Haynes, 2001). While HISB can improve health literacy, excessive searching may lead to cyberchondria, causing anxiety and mistrust of physicians (Muse et al., 2012; Starcevic & Berle, 2013). Intolerance of uncertainty (IU) is a key factor in this process (Fergus, 2013). However, the mediating role of HISB and the moderating effect of gender in the relationship between IU and cyberchondria remain underexplored (Arsenakis et al., 2021). Understanding these relationships is essential to addressing the negative impacts of cyberchondria.

This descriptive and cross-sectional study aimed to examine the mediating role of HISB between IU and cyberchondria, as well as the moderating effect of gender. The sample consisted of 327 individuals residing in Ağrı province, selected through convenience sampling and surveyed face-to-face. Data were collected using a Demographic Information Form, the Health Seeking Behaviour Scale (Kıraç, 2019), the Intolerance of Uncertainty Scale-12 (Sarıçam et al., 2014), and the Short Cyberchondria Scale (Durmuş et al., 2022), all of which have established reliability and validity. Statistical analyses were performed with SPSS 26.0, including descriptive statistics, Pearson correlation, and mediation and moderation analyses using PROCESS Macro (Model 4 and Model 1), with significance set at $p < .05$.

A total of 327 participants took part in the study, with 57.2% male and 42.8% female. Pearson correlation analysis revealed significant positive relationships between IU and cyberchondria ($r = .511$), IU and HISB ($r = .374$), and HISB and cyberchondria ($r = .341$). Mediation analysis indicated that IU affected cyberchondria both directly and indirectly through HISB, with the indirect effect being significant. The total effect of IU on cyberchondria was strong, suggesting that higher intolerance of uncertainty increases the risk of cyberchondria, both directly and via health information-seeking. Moderation analysis showed that gender did not significantly moderate this relationship. These results emphasize the need to address both psychological and behavioral factors in managing cyberchondria.

The findings revealed a significant positive correlation between IU and cyberchondria, supporting previous research suggesting that searching for health information, while intended to reduce anxiety, can actually increase it when the information is contradictory or unreliable (Arsenakis et al., 2021; Bajcar & Babiak, 2020; Norr et al., 2015). Additionally, a significant positive relationship was found between IU and HISB, indicating that individuals with higher intolerance of uncertainty tend to seek health information more compulsively, which may negatively impact psychological well-being (Starcevic et al., 2021; Torunsky et al., 2025). The

study also demonstrated a significant positive association between HISB and cyberchondria, suggesting that excessive and repetitive information-seeking increases cyberchondria levels, consistent with findings that both online and traditional sources can contribute to this behavior (Bahadır & Dündar, 2024; Yang et al., 2025; Zhu et al., 2023). Mediation analysis showed that HISB partially mediates the relationship between IU and cyberchondria, highlighting the indirect pathway through which IU influences cyberchondria via information-seeking behavior. However, the moderation analysis indicated that gender does not significantly alter the relationship between IU and cyberchondria, suggesting that intolerance of uncertainty may serve as a transdiagnostic factor independent of gender differences (Mertens et al., 2020). Overall, these results underscore the importance of addressing both psychological and behavioral factors in interventions aimed at reducing cyberchondria.

The widespread availability of digital health information has fundamentally changed how individuals seek health information, but it has also increased psychological risks such as cyberchondria. Excessive and repetitive online health searches, often driven by health anxiety and intolerance of uncertainty, can heighten anxiety instead of reducing it. Information overload and conflicting online content may undermine trust in medical professionals and negatively affect attitudes towards healthcare. This study shows that HISB partially mediates the relationship between intolerance of uncertainty and cyberchondria, highlighting the psychological impact of digital behaviors. Therefore, HISB should be considered not only as a means of gathering information but also as part of individuals' emotional regulation strategies. Improving health literacy and restructuring health information in both traditional and digital media are essential steps to reduce the negative effects of cyberchondria. Further research and targeted interventions are needed to identify and address the key factors contributing to cyberchondria and to support individuals in managing uncertainty and anxiety in the digital age.