

# Gaslighting ve Kişilerarası İlişkiler: Sistematik Derleme Çalışması

## Gaslighting and Interpersonal Relationships: Systematic Review

✉ Büşra Akdeniz<sup>1</sup>, ✉ Hüdayar Cihan<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Ankara

### ÖZ

Gaslighting failin mağdurun aklından şüphe etmesini sağlayan, gerçeklik algısını sorgulatan ve kişinin delirdiğini düşündüren bir manipülasyon tekniğidir. Gaslighting'in bir evlilik sendromu olduğu düşünülse de gaslighting sadece evliliklerde değil bütün ilişkilerde ortaya çıkabilmektedir. Bu derleme çalışmasının amacı da gaslighting ve ilişkiler üzerine yapılan çalışmaları sistematik olarak derlemek, hangi tür ilişkilerde gaslighting görüldüğünü ve bunun çıktılarının neler olduğunu ortaya koymaktır. Araştırmada Scopus, PubMed, Cochrane Library, TRDizin ve Web of Science veri tabanları kullanılmıştır. Sistematik derleme PRISMA kriterlerine göre yürütülmüştür. Veri tabanlarında taratılmak üzere Türkçe ve İngilizce dilinde "gaslighting", "gaslight" "relationship/ilişkiler" terimleri anahtar kelime olarak kullanılmıştır. Veri tabanlarından 97 çalışmaya ulaşılmış, 31 çalışma görüntülenmiş ve bunların 17 tanesi çalışmaya dahil edilmiştir. Araştırmaların çoğu ABD kaynaklıdır. Çalışma bulguları gaslighting'in sağlık, politika, romantik ve sosyal ilişkiler gibi birçok farklı alanda ortaya çıkabildiğini göstermiştir. İlişkilerde mağdurun ve failin kişiliğinin, partner bağımlılığının ve ilişkideki güç dengesinin gaslighting'i etkileyen unsurlar olduğu görülmüştür. Ayrıca alanyazında, gaslighting ile ilgili araştırmaların çok sınırlı sayıda olduğu bulgusuna erişilmiştir. Özellikle Türkçe kaynaklarda, gaslighting'e maruz kalmış kişileri doğrudan konu alan nicel veya nitel çalışma bulgularına rastlanamamıştır. Bunun nedeninin, Türkiye'de henüz gaslighting konusunda ölçekli bir çalışma yapılmamış olmasıyla ilişkili olduğu düşünülmüştür.

**Anahtar sözcükler:** Gaslighting, duygusal istismar, manipülasyon, kişilerarası ilişkiler

### ABSTRACT

Gaslighting is a manipulation technique that makes the perpetrator doubt the mind of the victim, questions the perception of reality, and makes the person think that they are crazy. Although gaslighting is thought to be a marriage syndrome, gaslighting can occur not only in marriages but also in all relationships. The purpose of this review study is to systematically compile the studies on gaslighting and relationships, to reveal what kind of relationships gaslighting is seen and what its outputs are. Scopus, PubMed, Cochrane Library, TRDizin, and Web of Science databases were used in the research. The systematic review was carried out according to the PRISMA criteria. The terms "gaslighting", "gaslight" and "relationship" were used as keywords in Turkish and English to be scanned in databases. 97 studies were accessed from the databases, 31 studies were viewed and 17 of them were included in the study. Most of the studies were conducted in the USA. The study findings showed that gaslighting can occur in many different areas such as health, politics, and romantic and social relationships. It has been seen that the personality of the victim and the perpetrator, partner addiction, and the balance of power in the relationship are the factors that affect gaslighting. In addition, it has been found in the literature that there are a very limited number of studies on gaslighting. Especially in Turkish literature, quantitative or qualitative study findings directly addressing people who have been exposed to gaslighting have not been found. The reason for this was thought to be related to the fact that a scale study on gaslighting has not yet been carried out in Türkiye.

**Keywords:** Gaslighting, emotional abuse, manipulation, interpersonal relationship

### Giriş

Türkiye'de ve dünyanın pek çok yerinde şiddet olayları gün geçtikçe artmaya devam etmektedir. COVID-19 pandemi döneminde sosyal izolasyonlar ve mecburi ev karantinaları sebebiyle Malezya ve Çin'de aile içi şiddet mağdurlarının çoğaldığı ve boşanmalarının arttığı görülmektedir (İsmail ve ark. 2021). Dünya Sağlık Örgütü'nün (WHO 2021) kadına yönelik şiddet ile ilgili yayınladığı raporda dünya genelinde her üç kadından birinin (%30) fiziksel ve cinsel şiddet mağduru olduğu, şiddete maruz bırakanların ise genelde yakın partnerler olduğu bildirilmiştir. Türkiye'de de 2014 yılında Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı'nın yapmış olduğu bir çalışmada evli kadınların %36'sının aile içi fiziksel şiddete, %12'sinin de cinsel şiddete maruz kaldığı saptanmıştır. Şiddetin fiziksel ve cinsel türlerinin yanında duygusal, psikolojik ve ekonomik türleri de vardır. Yine aynı raporun

sonuçlarına göre, Türkiye’de kadınların yaşamlarının en az bir döneminde maruz kaldığı duygusal (%44) ve ekonomik (%30) şiddetin/istismarın oranının da yüksek olduğu görülmektedir. 2008 yılında yayınlanan raporla karşılaştırıldığında bu oranların oldukça benzer olduğu da bulgular arasındadır (Kaptanoğlu ve ark. 2015). Türkiye’deki evli kadınların yaklaşık yarısının aile içi duygusal şiddete maruz kalmasının ciddi psikolojik sorunları da beraberinde getirebileceği ön görülmektedir.

Duygusal şiddet/istismarda aşağılama, küçük düşürme, mağduru iradesini, ihtiyaçlarını ve isteklerini yok sayma veya görmezden gelme, kendi aklından şüphe duymasına neden olma gibi taktikler, failer tarafından uygulanabilmektedir (Lackhar 2001). Glaser (2002), sürekli olarak duygusal/psikolojik şiddete maruz kalan kişilerde derin ve gizli yaraların oluşabileceğini ve bu durumun da mağdurda psikolojik sonuçları doğurabileceğini iddia etmektedir. Duygusal şiddet/istismar manipülasyon türlerinden biri olan gaslighting de mağdurların psikolojik sağlıklarını derinden etkileyen tehlikeli bir yöntem haline gelebilmektedir.

Gaslighting, failin mağduru aklından şüphe etmesini sağlayan, gerçeklik algısını sorgulatan ve kişinin delirdiğini düşündüren bir manipülasyon tekniğidir (Calef ve Weinshel 1981). Kelime anlamını 1938 yılında Patrick Hamilton tarafından yazılmış *Gas Light* adlı bir tiyatro oyunundan almıştır. Bella ve Jack çiftinin hikayesini anlatan oyunda Jack evdeki çalışanlarla flört etmektedir ve esrarengiz bir şekilde her gün evden kaybolmaktadır. Nereye gittiğini Bella ile paylaşmamakta ve karısını aldatığını inkâr etmektedir. Bununla birlikte Jack her geçen gün gaz lambasının ışığını kısmaya başlar. Bella bu durumu fark etse bile Jack öyle bir şey olmadığını, Bella’nın hayal gördüğünü iddia eder ve Bella’yı bu duruma ikna eder. Bella ise kendi psikolojik sağlığından şüphe etmeye başlar. Jack ise gün geçtikçe Bella’nın kendine bağımlı olmasına yol açmaktadır (Thomas 2018). Daha sonrasında benzer konu ve işleyiş biçimiyle 1944’te George Cukor ve 2022 yılında Harold Jackson’ın yönettiği *Gaslight* adında iki ayrı film de ortaya çıkmıştır. 1960’ların sonuna doğru da oyunların ve filmlerin yanında gaslight terimi akademik anlamda da ele alınmaya başlanmıştır (Barton ve Whitehead 1969, Calef ve Weinshel 1981, Gass ve Nichols 1988).

Oyun, film ve akademik yayınların da bahsettiği şekliyle gaslight terimi failin (gaslighter), mağduru (gaslightee) zihni üstünde çalışan, fikirlerini etkileyen, gerçeklik algısını sorgulatan ve nihayetinde düşüncelerini değiştirmesine ve kişinin aklını kaybettiğini düşünmesine sebep olan bir manipülasyon yöntemidir (Calef ve Weinshel 1981). Türkiye’de gaslight üzerine yayınlanmış çok fazla bir çalışmaya rastlanmamıştır. Varolan çalışmalarda da (Akiş ve Öztürk 2021, Nazir ve Özçiçek 2022) İngilizce terim olan gaslighting kelimesi kullanılmıştır. Nazir ve Özçiçek (2022) “birini/bir grubu gaslight etmek” şeklinde ifade etse de kavramın tam manasıyla Türkçe olmaması sebebiyle bu alanda Türkçe bir kelimeye ihtiyaç olduğu görülmektedir. Henüz Türkçe bir karşılığının olmaması sebebiyle, bu çalışmada da “gaslighting” kavramı kullanılmıştır.

Gaslighting iki aşamadan oluşmaktadır. İlk aşama olan manipülasyonda fail mağduru üzerinde kontrol kurmaya çalışır ve onun düşüncelerini kendi olmasını istediği şekle büründürür. İkinci aşamada ise fail bu manipülasyonu uygulamaya geçirir ve bunu yaparken profesyonel bir biçimde yerine getirir. Fail doğrudan düşmanca bir tutumun içinde olmadıkça mağdur nasıl olduğunu anlamadan failin söylediklerine inanabilir veya kendinden şüphe edebilir (Dorpat 1996). Gaslighting’e maruz kalanların, içinde buldukları ilişkiyi neden bitirmedikleri ve birlikte olmaya devam ettikleri merak edilir. Bunun sebebi mağduru içinde bulunduğu ilişkinin şiddetinin boyutunu anlamlandıramaması olabilir. Yahut mağdur, partneri tarafından duygusal şiddet uygulandığının farkında olmayabilir, çünkü fail o kadar inandırıcı ve örtük bir biçimde manipülasyonunu yapıyordur ki mağdur gerçeklik algısını kaybederek kendisinin haksız olduğunu düşünebilir ve kendini suçlayabilir.

Gass ve Nichols (1988) klinik tecrübelerinden yola çıkarak devam eden ilişkilerde kadınların verdikleri tepkileri gözlemlemişlerdir. Bu tepkiler sırasıyla inkâr etme, aklını kaçıyorum düşüncesi ve keder/üzüntü şeklindedir. Evli erkeğin (kocanın) evlilik dışı ilişkisini öğrenen veya bununla ilgili şüphesi olan kadının inkâr etme eğilimi gösterdiği görülmektedir. Kadın eşinin kendisini aldatmayacağına kendini inandırmaya çalışmaktadır. Diğer bir şekilde de kadın kocasına yeterince ilgi gösteremediği için kendini suçlayabilmektedir ve kendi davranışlarını değiştirdiğinde bu durumun ortadan kalkacağına inanmaktadır.

Bir diğer tepki ise aklını kaçıyorum; kadın eşinin yalanlarının aksini kanıtlayamadıkça kendisinin aklından şüphe etmeye başlar. “İkimizden biri aklını kaçırmış olmalı” düşüncesi aklını bulandırırken erkeğin kendinden emin duruşu kadının aklını daha fazla kurcalamakta ve nitekim akli dengesini yitirdiğini, bunların hepsinin bir hayal ürünü olduğunu düşünebilmektedir. Bununla birlikte paranoid düşünceleri yüzünden eşiyile ilişkilerinin bozulmasına yol açtığı için de kadın, kendine kızabilmektedir (Gass ve Nichols 1988).

Kadının verdiği bir başka tepki olan keder/üzüntü ise ilişkide devam eden belirsizliğin olması ile ilişkili olduğu görülmektedir. İnkâr, suçluluk, öfke duygularıyla baş eden kadın bir yandan da sorgulamaya devam etmektedir.

Fakat paranoid düşüncelerden de kurtulmak istemektedir. Keder tepkisi, ilişkiyi yok eden mi yoksa kurtaran kişi mi olacağını belirlemekten yorulan kadının yaşadığı derin üzüntü ve depresif duyguları ifade etmektedir (Gass ve Nichols 1988).

Erkek ise davranışını rasyonelleştirmeye çalışmakta ve mağduru suçlamaya devam etmektedir. Örneğin, kadının yatakta çok soğuk olduğu, evde yeterince şık giyinmediği, ona güzel yemekler yapamadığı gibi şeyleri ifade ederek aldatma davranışını rasyonelleştirebilmekte veya her erkeğin hayatında bir kere hata yapabileceğini ifade ederek de durumu normalleştirebilmektedir. Erkek yeterince ikna edici olduğunda ise kadın suçluluk duygusu ile birlikte depresif duygularla da baş etmek zorunda kalmaktadır. Bununla birlikte mağdurda anksiyete, depresyon, psikoz gibi çeşitli psikolojik bozukluklar da ortaya çıkabilmektedir (Dorpat 1996). Başka bir çalışmada Stern (2007) de mağdurun üzerindeki etkilere, benzer bir yaklaşım geliştirmiş ve o da bu tepkilerin üç aşamada meydana geldiğini, bunların ilkinin inançsızlık, ikincisinin savunma ve sonuncusun da depresyon olduğunu ifade etmiştir.

Gass ve Nichols (1988)'a göre gaslighting bir evlilik sendromu olsa da bazı yazarlar gaslighting'in sadece evliliklerde değil bütün ilişkilerde ortaya çıkabileceğini ifade etmiştir. Bunun da altında yatan sebepler mikro-saldırganlık (Johnson ve ark. 2021) ve makro- saldırganlık kuramları (Sweet 2019) ile açıklanır. Mikro saldırganlık kuramına göre kişiler marjinal/azınlık grupta yer alan kişileri hedef almakta ve onlara kasıtlı veya kasıtsız hem sözel hem de sözel olmayan yolla düşmanca, hakarete varan, olumsuz, aşağılayıcı tutumlar sergilemektedir (Sue 2010). Bu durum ilişkisel problemleri ortaya çıkarabilir ve buna maruz kalan kişinin ilişkisini sonlandırmasına sebep olabilir. Aynı zamanda mikro saldırganlık bireylerde psikolojik sonuçlar açısından doğrudan ayrımcılıktan daha fazla etkiye sahip olabilir (Er 2021). Johnson ve arkadaşları (2021) mikro saldırganların kendi gerçeklik algılarını, mağdurların akıllarından şüphe etmesine sebep olacak derecede savunduklarını ifade eder ve bu sebeple gaslighting teriminin bir tür mikro- saldırganlık olduğunu savunur.

Diğer yandan Sweet (2019) gaslighting'in mikro-saldırganlık türü olduğunu inkâr eder ve makro-saldırganlık olarak tanımlar. Bunun sebebinin ise gaslighting'in cinsiyet, ırk, millet ve statüye bağlı bir sosyal eşitsizlik durumunda ortaya çıktığını düşünmesidir. Hatta bu sebeple gaslighting'in erkek fenomen bir yapıya sahip olduğunu iddia etmektedir. Kısaca Sweet'e göre gaslighting yakın ilişkilerde sosyal eşitsizlik meydana geldiğinde incinebilirliğin sömürülmesinden ortaya çıkacağını savunmuştur. Abramson (2014) da benzer biçimde, gaslighting'in bilinçli veya bilinçsiz yapılan kötü niyetli bir güç taktiği olduğunu iddia eder. Bu sebeple güç ilişkisinin olduğu her kurumda veya yapıda, örneğin patron-çalışan, ebeveyn-çocuk, öğretmen-öğrenci, yönetici-halk gibi yapılarda gaslighting görülebilmesi olası bir sonuçtur.

Bu çalışmanın amacı da gaslighting ve ilişkiler üzerine yapılan çalışmaları sistematik olarak derlemek ve çalışmalarda hangi tür ilişkilerin gaslighting taktiklerini kullandığı ve bunun çıktılarının neler olduğunu ortaya koymaktır.

## Yöntem

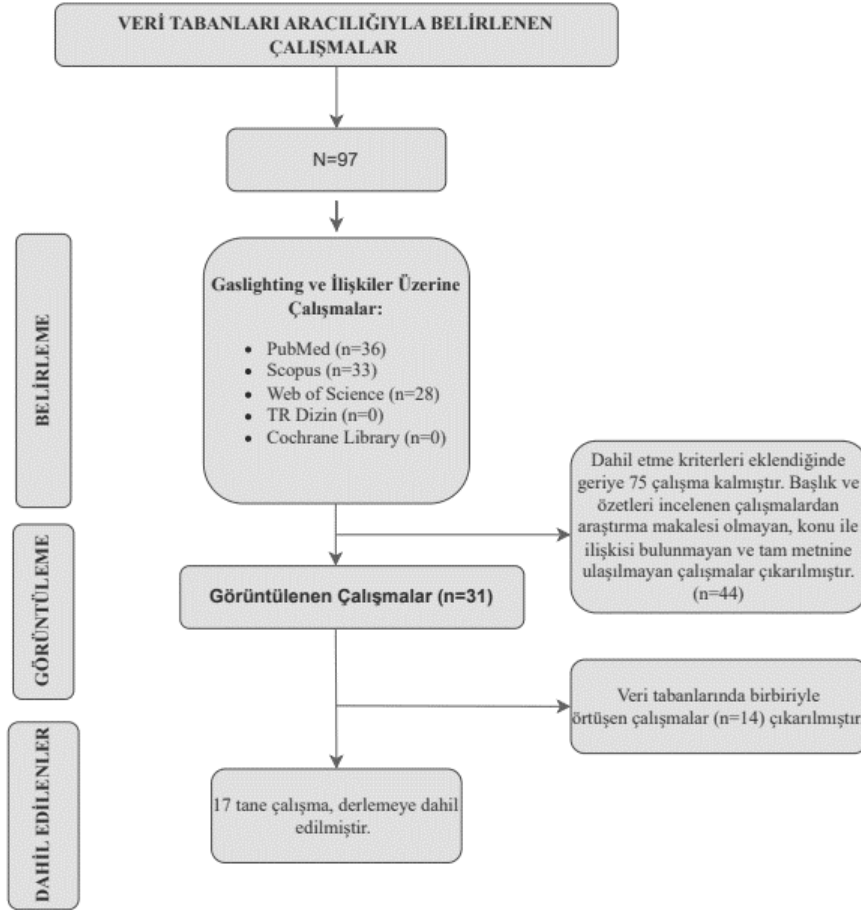
Alan yazın taraması 10 Mayıs 2023 tarihinden geriye dönük bir biçimde yapılmıştır. Scopus, PubMed, Cochrane Library, TRDizin ve Web of Science veri tabanları kullanılmıştır. Sistematik derleme PRISMA kriterlerine göre yürütülmeye çalışılmıştır (Moher ve ark. 2009). Veri tabanlarında taratılmak üzere Türkçe ve İngilizce dilinde "gaslighting", "gaslight" "relationship/ilişkiler" terimleri anahtar kelime olarak kullanılmıştır.

Dahil etme kriterleri (a) çalışmaların araştırma makalesi olması, (b) İngilizce ve Türkçe dilinde yazılmış olması, (c) tam metnine erişim sağlanması şeklindedir. Dışlama kriterleri olarak, (a) çalışmaların derleme, kitap bölümü, tartışma, haber yazısı vs. olması, (b) İngilizce ve Türkçe dışında farklı dillerde yazılmış olması, (c) sadece özetine veya başlığına erişim sağlanması olarak belirlenmiştir. Sistematik derlemenin alanyazın taramasına dair akış şeması Şekil 1'de verilmiştir.

## Bulgular

Sistematik derleme çalışması için anahtar kelimeler veri tabanlarında taratıldığında toplamda 97 çalışmaya ulaşılmıştır. Dahil etme kriterlerine göre bu sayı 75'e düşmüştür. Başlık ve özetleri incelenen 75 çalışmada araştırma makalesi olmayan, gaslighting ile ilişkili bulunmayan ve tam metnine ulaşılmayan 44 çalışma çıkarılmıştır. Görüntülenen 31 çalışmanın 14'ü, PubMed, Scopus ve Web of Science veri tabanlarında birbiriyle örtüşmektedir. Bu çalışmalar da elendikten sonra derlemeye toplamda 17 çalışma dahil edilmiştir. Mevcut çalışmaların 11 tanesi nitel, 3 tanesi nicel, 3 tanesi ise hem nicel hem nitel çalışmadan oluşmaktadır. Araştırmaların çoğu ABD (n=9)'de yapılmış olup birer adet İtalya, Avustralya ve Pakistan, Hindistan, Mısır, Karadağ, Birleşik Krallık çalışmasına da ulaşılmıştır. Araştırmaların bir tanesinin hangi ülkede yapıldığı

çalışmada belirtilmemiştir. Çalışmalarda toplam 2835 katılımcı olduğu, bunların çoğunun kadın olduğu tespit edilmiştir. Riggs ve Bartholomaeus (2018)'un inceledikleri 3 vaka çalışmasında aileler değerlendirilmiştir. Bu sebeple toplam katılımcı sayısına dahil edilmemiştir. Shane ve arkadaşlarının (2022) yürüttükleri çalışmada ise sosyal medya verileri incelenmiş olup çalışmada toplamda 11.910 veri incelemeye alınmıştır. Aynı şekilde Kim ve arkadaşlarının (2023) çalışmasında 300 sosyal medya (Reddit) gönderisinin analizi yapılmıştır. Araştırmanın bulgularına dair tablo Tablo.1'de verilmiştir. Çalışma bulgularına göre gaslighting sağlık sektöründe, politik yapılarda, romantik ilişkilerde, çalışma hayatında ve cinsiyet ve cinsel yönelime dair mevzularda ortaya çıkmıştır.



**Şekil 1. Alanyazın taramasına dair akış şeması**

## Sağlıkta Gaslighting Davranışları

COVID-19 belirtilerini uzun süre yaşayan kişilerle yapılan çalışmalar doktorların ve diğer sağlık çalışanlarının hastalara gaslighting uyguladıklarını ortaya koymuştur (Au ve ark. 2022). Bulgular, tıp uzmanlarının Covid-19 belirtileri uzun süren hastalarını dramatik ve kaygılı olmakla suçladığını göstermiştir. Hastalar yeterince dinlenilmediğinde, belirti ve şikayetleri dikkate alınmadığında, farklı tanı ve tedaviler uygulandığında hayal kırıklığı, dışlanmışlık duyguları yaşamış ve kendilerini desteksiz hissetmişlerdir. Bunun sonucunda da hastalar bütün her şeyi kafalarında büyüttüklerine ve delirmiş olabileceklerini kendilerine ikna etmeye çalışmışlardır. Russel ve arkadaşları (2022) da ortalama 232 gün COVID-19 semptomu gösteren hastalarla yaptıkları görüşmeler neticesinde benzer sonuçlara ulaşmışlardır. Çalışma sonunda üç tema ortaya çıkmıştır; ön görülemeyen semptomlar, hayal kırıklığı ve sosyal destek. Hastalar ön görülemeyen semptomlar karşısında sağlık çalışanlarının uyguladığı gaslighting'in sonucunda büyük hayal kırıklıkları yaşamışlardır. Çeşitli sosyal medya sitelerinde aynı tecrübeleri yaşamış insanlarla sohbet etmek, aynı duyguları paylaşmak ise kişilerin maruz kaldığı gaslighting deneyimlerinin olumsuz etkilerini azaltmıştır. Sağlık çalışanlarının uyguladığı gaslighting davranışlarını ortaya koyan bir başka çalışma ise Vargas ve Mahalingam (2020) tarafından yapılmıştır. Çalışmada bir hasta epiduralin işe yaramadığını söylediği halde doktorlar ona inanmayarak vücudunu kesmeye başlamışlar ve hasta çığlık çığlığa kalmıştır. Diğer bir hastanın ise hastalığı anlaşılmamaktadır ve doktorlar hastayı, sağlık çalışanlarını boşuna oyalamakla suçlamış, hiçbir şeyinin olmadığına ikna etmeye çalışmışlardır. Fakat hasta başka bir hastaneye gittiğinde acil ameliyat olması gerektiğini öğrenmiştir. Fielding-Singh ve Dmowska (2022)

da travmatik doğum deneyimi yaşamış annelerle, doğum öncesi, doğum anı ve doğum sonrası deneyimlerine dair yaptıkları görüşmelerde, doktorların ve hemşirelerin annelere uyguladıkları gaslighting tekniklerine dair dört temaya ulaşmışlardır. İlk temada sağlık çalışanlarının, annelerinin insanlığını inkâr ettikleri; ikincisinde, annelerin bilgilerini geçersiz kıldıkları; üçüncüsünde annelerin mantıksal yargılarını reddettikleri ve dördüncüsünde de annelerin duygularını meşru görmemedikleri sonucuna ulaşılmıştır.

<b>Tablo 1. Gaslighting ve kişilerarası ilişkiler üzerine araştırmalar</b>				
<b>Yazar /Yıl /Ülke</b>	<b>Katılımcı</b>	<b>Yaş</b>	<b>Yöntem/Ölçümler</b>	<b>Bulgular</b>
Au ve ark. (2022) ABD	N=334 %75 kadın %22 erkek %3 diğer	M=42 yıl	Nitel Yöntem Açık ve kapalı uçlu sorular uzun süreli COVID-19 yaşayan hastalara sorulmuş bazıları ile görüşmeler yapılmıştır.	Yanıtların %21'i olumluken %79'u olumsuz nitelik taşımakta, tıp uzmanlarının büyük oranda uzun süreli COVID-19 hastalarına gaslighting uyguladığı bulunuyor.
Bashford ve Leschziner, (2015)	N=1 Erkek	67 yaş	Nitel Yöntem Vaka analizi yapılmıştır. Uykusunda konuştuğu ve uyur gezer olduğu iddia edilen erkek bir danışanın vakası analiz edilmiştir.	Fizyolojik bulguları normalin dışında olmayan şahsın karısı tarafından gaslighting'e uğradığı, gece konuşmalarının karısı tarafından uydurulduğu sonucuna ulaşılmıştır.
Bhatti ve ark. (2023) Pakistan	Odak grup n=8 Pilot çalışma n=20 Asıl çalışma N=150 %100 kadın	M=23,88 SS= 4,03 yıl	Nitel ve Nicel Yöntem Ölçek Geliştirme	Pilot çalışma (35 madde), Asıl çalışma (15 madde) 2 alt ölçek: a) Akran anlaşmazlığı, b) kendine güvenin kaybı Toplam Cronbach alpha: a= 0,93 Akran anlaşmazlığı: a= 0,92 Kendine güvenin kaybı: a= 0,85
Dickson ve ark. (2023) Birleşik Krallık	N= 386 E= 78 K=298	M=33,73 SS=13,74 yıl	Nitel ve Nicel Yöntem İlk çalışmada üç ayrı veri tabanından alınan toplamda 50 makale incelenmiş ve tematik analiz yapılmıştır. Ölçekler: Gaslighting Davranış Ölçeği, Saldırganlık Ölçeği, Çok Boyutlu Duygusal İstismar Ölçeği	5 Tema (1) Gaslighting'in içeriği, (2) Suistimal aracı olarak gaslighting (3) Zarar görmüş manipülatörler olarak failer, (4) Mağdurların tecrübe ve karakterleri, (5) Kurumsal ve ırksal gaslighting Mağdurun Risk Faktörleri: Duygusal istismar mağduru olmak ve sürekli saldırganlık, Sonuç: Yüksek öfke ve düşmanlık puanları Fail için; yüksek duygusal istismar suçu olan daha fazla gaslighting davranışı, daha fazla öfke ve sözel saldırganlık.
Fielding-Singh ve Dmowska (2022) ABD	N= 46	Belirtilmemiş	Nitel Yöntem Travmatik doğum deneyimi olan katılımcılarla doğum öncesi, doğum anı ve doğum sonrasında sağlık çalışanlarının davranışlarına dair yarı yapılandırılmış görüşme yapılmıştır. Görüşmeler telefondan 1-3 saat sürmüştür. İçerik analizi yapılmıştır.	4 Tema (1) annelerin insanlığını inkar etmek, (2) annelerin bilgilerini geçersiz kılmak, (3) annelerin mantıksal yargılarını reddetmek, (4) annelerin duygularını meşru görmemek
Graves ve Samp (2021) ABD	N=298 K= % 72,5 E= %27,5	M=19,48 SS= 1,33 yıl	Nicel Yöntem Çevrimiçi anket ölçümleri Partnerine bağlılık gücü ve gaslighting arasındaki ilişki incelenmiştir.	Gaslighting ile ilişki: Düşük ve yüksek düzeyde bağımlılık gücüne sahip olan bireyler, orta düzeyde güce sahip bireylere göre daha fazla gaslighting deneyimlemişler.

Jones (2023) Karadağ	N=28 görüşme E=3 K=25	25-45 yaş	Nitel Yöntem Karadağ merkezli bir kadın STK'da 30 aylık etnografik çalışma, Yarı yapılandırılmış görüşmeler gerçekleştirilmiştir.	Hükümet Temsilcilerinin Kullandığı Taktikler: Kanıtları yok etme, gerçekleştirilmeyen toplantılardan bahsetme, inkâr etmek, failken kurban rolü oynamak, konudan uzaklaşmaya çalışmak
Kim ve ark. (2023) ABD	N=300 gönderi incelenmiştir.	Yok	Nitel Yöntem 1 Ocak 2020 ve 31 Mart 2021 tarihleri arasında yayınlanmış Reddit sosyal medya ağında pandemi döneminde yakın partner şiddetine maruz kalmış kişilerin gönderileri incelenmiştir. Nicel içerik analizi yapılmıştır.	Hayatta kalanların çoğu psikolojik saldırganlığa ve fiziksel şiddete maruz kaldığını, psikolojik saldırganlığın % 54,3 'ünün gaslighting olduğunu ifade etmişlerdir.
Kukreja ve Pandey (2023) Hindistan	1. Ön-test: n= 35 (% 42 kadın) 2. Açıklayıcı Faktör Analizi: n= 205 Çalışma tecrübesi: 6-446 ay 3. Doğrulayıcı faktör analizi: n=216 Çalışma tecrübesi: 6 ay - 30 yıl 4. Üç zamanlı çalışma: n= 258 Çalışma tecrübesi: M=65,6 ay, SS = 36,6 ay	1: M= 27 yıl 2: M = 30,96 SS = 8,032 yıl 3: M = 26,88 SS = 0,403 yıl 4: M=36,5 SS = 9,93 yıl	Nicel Yöntem En az 6 ay bir kurumda çalışmış bireylerle "İş Yerinde Gaslighting Ölçeği"ni geliştirebilmek amacıyla çalışma toplamda 6 aşamadan oluşmuştur. Üç zamanlı çalışmada zamanlar arasında 3 gün süre vardır. T1'de katılımcıların deneyimlediği rol çatışması, T2'de iş yerinde gaslighting, T3'de iş memnuniyeti ile ilgili ölçümler yapılmıştır.	12 maddelik bir İş Yerinde Gaslighting Ölçeği geliştirildi. 2 alt boyutu vardır; önemsizleştirme ve ızdırıp.  Gaslighting ile İlişki: Pozitif> Rol çatışması, Negatif> İş memnuniyeti
Li ve Samp (2023), ABD	N=365 LGBTQ+ Yetişkinler, Gey (%45,75), Lezbiyen (%37,53), Biseksüel (%16,71).	M= 34,73 SS = 9,86 yıl	Nicel ve Nitel Yöntem Anket çalışması, Katılımcıların kimlik gelişimi, gaslighting deneyimleri, ilişkisel güç ve ilişki doyumları, içselleştirilmiş sorunları, kaygı ve depresyon düzeyleri, benlik saygısı, stres düzeyi ve fiziksel sağlık düzeyleri incelenmiştir. Maruz kalınan gaslighting teknikleri kodlama yöntemi ile analiz edilmiştir.	İrk, yaş, eğitim ve gelirleri ile ilişkili değil. Eş cinsel yönelime sahip olanlar, biseksüel kişilere göre daha fazla gaslighting mağduru. Gaslighting ile İlişki: Pozitif> İçselleştirilmiş cinsel damgalama, depresyon, algılanan stres, Negatif> Benlik saygısı, ilişki doyumu ve fiziksel sağlık Kullanılan Taktikler: Önemsizleştirme, görmezden gelme, unutmama, saklama, karşı koyma
Miano ve ark. (2021) İtalya	N= 250 K (%50,4), E (%49,6)	M=22,99 SS= 3,02 yıl	Nicel Yöntem Anket Çalışması Bir partnere sahip üniversite öğrencilerinin gaslighting tecrübelerine dair bilgiler alınmıştır. Hem mağdur hem de maktullerin kişilik özellikleri incelenmiştir.	Fail sonuçları: Gösterişli gaslighting, iyi adam gaslighting ve göz dağı veren gaslighting ile psikotizm ile pozitif ilişkilidir. Mağdur Sonuçları: Dürtüsellik ile gaslighting davranışlarının üç türü ile pozitif ilişkilidir.
Riggs ve Bartholomaeus (2018) Avustralya	3 Klinik vaka	-	Nitel Yöntem Vaka çalışması	İncelenen üç vakanın ebeveyn-transeksüel çocuk ilişkisinde gaslighting üç şekilde ortaya çıkmıştır; (1) ertelenmiş eylem, (2) kasıtlı unutmama ve (3) çocuğa

				duygusal bir yük yükleme şeklindedir.
Rodrigues ve ark. (2021) ABD	6 odak grup (OG) N=15 Beyaz olmayan kadın	Belirtilmemiş	Nitel Yöntem 6 adet odak grup, katılımcılar üniversitelerde yüksek mevkilerde olan siyahi katılımcılardan seçilmiştir. Gaslighting deneyimlerine ilişkin tematik analiz yapılmıştır.	Tema (1) Kaba davranış, (2) Cinsiyete dayalı taciz, Irka dayalı taciz Sonuç: Sosyal izolasyon Koruyucu Faktör: Sosyal destek
Russell ve ark. (2022) ABD	N=20 K= % 80, E= %15, Diğer= %5	M= 42,0 SS = 12,4 yıl	Nitel Yöntem Çevrimiçi gruplardan 18 yaş üstü katılımcılar seçilmiştir. Görüşmeler ortalama 36 dk. telefon ve video-konferans yoluyla yapılmıştır. Katılımcılar ort. 232 gün boyunca Covid-19 semptomları göstermiştir. Tematik analiz yapılmıştır.	3 Tema (1) Ön görülemeyen semptomlar, (2) Hayal kırıklıkları, (3) Sosyal destek Uzun süren belirsiz semptomlar karşısında sağlık çalışanları hastaları kaygılı, abartılı bulmuş, onları inandırıcı bulmamakla suçlamışlardır. Koruyucu Faktör: Sosyal destek
Shane ve ark. (2022) ABD	Twitter (n = 10,491), 4chan's (n = 1,419) gönderi	-	Nitel Yöntem Epistemolojik Çalışma Gaslighting terimi ile ilgili sosyal medya sitelerinden yapılan araştırmalar.	1 Ocak 2020 ve 2021 tarihleri arasında iki platformda da giderek artan bir gaslighting kullanımı, Gaslighting'in seçim provokasyonlarındaki komplo teorilerinin yaygınlaşmasında ve yankılanmasında etkili olduğu gözükmektedir.
Shousha (2023) Mısır	N=27 İlişki Süresi: M = 6,44 yıl, SS = 6,05 yıl	M = 35,55 SS = 8,33 yıl	Nitel Yöntem Yarı yapılandırılmış görüşmeler neticesinde tematik analiz yapılmıştır. Katılımcılar "Narsistlerin Kurbanları" gibi Facebook gruplarından seçilmiştir. Görüşmeler çevrimiçi 40-60 dk. sürecek şekilde Arapça yapılmıştır. 3 tur yüz yüze görüşme yapılmıştır.	Kadınların çoğu gaslighting'e maruz kalmıştır. 4 Tema: (1) Kadının maruz kaldığı istismar yaşantıları, (2) Narsistin istismarcı partner olarak algılanması, (3) Narsist ilişkisinin kadın üzerindeki olumsuz sosyal ve psikolojik etkisi, (4) Kadının ayrıldıktan sonra dayanıklılık kaynakları Koruyucu Faktörler: Psiko-sosyal destek ve maneviyat
Vargas ve Mahalingam, (2020) ABD	N=173 E=66 K=107	M= 36,53 SS= 10,61 yıl	Nitel Yöntem Hastalara daha önce hastanede yaşadıkları kaba, nezaketsiz diyebileceğimiz deneyimleri ile ilgili sorular sorulmuştur. Başlıca temaları belirlemek amacıyla yorumlayıcı fenomenolojik analiz yöntemi kullanılmıştır.	Sağlık çalışanlarının hastalara gösterdiği kaba davranışlarla ilgili Tema (1) Duyarsızlık, (2) Kimlik damgalaması, (3) Gaslighting, (4) Çocuk muamelesi yapma, (5) Görmezden gelme, (6) Zayıf iletişim

E= Erkek Katılımcı, K= Kadın Katılımcı M= Ortalama, N= Toplam Katılımcı Sayısı, n= Grup İçi Örneklem Sayısı SS=Standart Sapma

### Politik Yapılarda Gaslighting Davranışları

Gaslighting'in uygulandığı bir diğer alan ise politik alan olmuştur. Toplamda 11.910 (Twitter (n = 10.491), 4chan's (n = 1.419) sosyal medya verisini inceleyen Shane ve arkadaşları (2022) Amerika'da Trump ve Biden'ın rakip olduğu seçim sonuçları açıklandıktan sonra sosyal medyada çok büyük bir gaslighting yankısının olduğundan bahsetmektedir. Twitter kullanıcıları Trump'ın söylemleri üzerine çarpıtılmış veya doğru bilgileri yayarken, 4chan kullanıcıları onu savunan nitelikte ve karşı tarafı suçlayan şekillerde paylaşım yapmışlardır. En çok paylaşım konusu ise Trump'ın toplumu gaslight ettiği ve gerçekleri saptırdığı ile ilişkilidir.

Karadağ'da 11 ayı sahada gözlemci-katılımcı olmak üzere, 30 aylık etnografik bir çalışma yürüten Jones (2023) çalışmasında hükümet ve STK'lar arasında toplumsal cinsiyete dayalı yozlaşmış düzeni teorize edebilmek adına kendisinin ve diğer katılımcıların gaslighting deneyimlerini aktarmıştır. 25'i kadın, 3'ü erkek olmak üzere toplamda 28 kişiyle yarı yapılandırılmış görüşme gerçekleştirmiştir. Gözlem ve görüşmeler neticesinde hükümet temsilcilerinin cinsiyet eşitsizliği, kadına yönelik şiddet gibi konularda STK savunucularına karşı yozlaşmış düşüncelerinin olduğu görülmüştür. Temsilciler, STK savunucularının düşüncelerini inkâr etmiş, onları görmezden gelip konuyu değiştirmiş, gerçekleşmeyen toplantılardan bahsetmiş ve kanıtları yok etmeye çalışmışlardır. Hükümet temsilcileri, uyguladıkları gaslighting teknikleri ile failken kurban rolüne bürünmeye çalışmışlardır. Kısaca araştırma cinsiyet eşitsizliğinin ve güç dengesizliğinin olduğu yapılarıdaki gaslighting davranışlarını ortaya koymuştur.

### **Romantik İlişkilerde Gaslighting Davranışları**

Romantik ilişkilerde ise durum şu şekildedir; yakın partner şiddetine maruz kalmış kişilerin Reddit'te yayınladıkları gönderiler incelendiğinde hayatta kalanlarının çoğunun psikolojik ve fiziksel şiddete maruz kaldığını, psikolojik saldırganlıkların %54,3'ünün ise gaslighting davranışlarından oluştuğu bulunmuştur (Kim ve ark. 2023). Shousha (2023) narsist partnerle yaşamış, ilişki süresi ortalama 6,44 yıl olan 27 kadınla yarı yapılandırılmış görüşme gerçekleştirmiştir. Görüşmeler 40-60 dakika boyunca devam etmiştir. Narsistlerinin kurban olduğunu iddia eden kadınların gaslighting'e maruz kaldıkları ortaya çıkmıştır. Kurbanlar psikolojik sağlıklarını korumak için maneviyata yöneldiklerini ve psiko-sosyal destek sağlamaya çalıştıklarını ifade etmişlerdir. Bir gaslighting örneği olan Bashford ve Leschziner (2015)'un sundukları vaka analizinde 67 yaşında erkek bir danışanın uykusu sırasında konuşma problemi üzerine kliniğe başvurmasıyla ortaya çıkmıştır. Geceleri sürekli uykusu sırasında konuştuğu ve eski ilişkilerini anlattığı karısı tarafından iddia edilen kişinin fizyolojik bulguları normalin dışında seyretmemektedir ve verilen ilaçlara devam edilmesine rağmen konuşmalarının devam ettiği söylenmiştir. Doktorlar bir sorun görmediğinden, konuştuğu iddia edilen eş, yatak odasına kamera koymuştur ve kadının maddi çıkarlar için kocasını bu duruma sürüklediği, doğru olmayan bir durumu kocasına inandırmaya çalıştığı görülmüştür.

Gaslighting'in bağımlılık ile bir ilişkisinin olabileceğini düşünen Graves ve Samp (2021) ise 298 katılımcı ile nicel bir çalışma yapmış ve partnerlerin eşlerine bağımlılık gücü ile gaslighting düzeylerini karşılaştırmıştır. Bu çalışmanın bulgularına göre orta düzey bağımlılığa sahip olan bireyler daha sağlıklı bir ilişkiye sahipken düşük ve yüksek düzey bağımlılık gücüne sahip katılımcılar daha fazla gaslighting deneyimlemişlerdir. Bir başka çalışma ise gaslight uygulayan (fail) ve gaslight'a maruz kalan (mağdur) genç yetişkinlerin patolojik kişilik özelliklerini incelemiştir (Miano ve ark. 2021). Çalışmada beş adet kişilik özelliği belirlenmiştir. Bunlar, negatif duygulanım, kayıtsızlık (detachment), düşmanlık (antagonism), dürtüsellik (disinhibition) ve psikotizmdir. Çalışmanın bulguları gaslighting'de cinsiyetin ve yaşın anlamlı bir etkisinin olmadığını göstermiştir. Bununla birlikte, fail tarafından sonuçlara bakıldığında failin psikotizm kişilik özelliği bütün gaslighting türleriyle ilişkili bulunmuştur. Bu türler, gösterişli/göz kamaştırıcı gaslighting (glamour), iyi adam gaslighting (good-guy), göz dağı veren/korkutan gaslighting (intimidator) şeklindedir. Ayrıca, dürtüsellik iyi adam, kayıtsızlık ise gösterişli gaslighting ile pozitif ilişkili bulunmuştur. Mağdur sonuçlarında ise dürtüsellik gaslighting'in üç türüyle de ilişkili bulunurken, düşmanlık, gösterişli ve iyi adam gaslighting ile, psikotizm ise ile göz dağı veren gaslighting ile pozitif ilişkili bulunuyor. Mağdur ve fail açısından ayrı ayrı değerlendirilen bir başka çalışmada (Dickson ve ark. 2023) önce 50 adet makale incelenmiş ve bazı temalar ortaya çıkmıştır. Daha sonra 386 kişiyle nicel bir çalışma yürütülmüştür. Sonuçlar gaslighting'in yakın partner ilişkilerinde olduğu gibi yakın arkadaş ve iş arkadaşlarıyla olan ilişkilerde de görülebileceğini bulmuştur. Çalışmalar neticesinde duygusal istismara ve sürekli saldırganlığa maruz kalanların gaslighting'e de maruz kalabileceğini ortaya koymuştur. Mağdurlarda yüksek öfke ve düşmanlık duygularının görüldüğü; failerde ise yüksek duygusal istismar suçu olanların daha fazla gaslighting davranışlarında bulunduğu, yüksek öfke ve sözel saldırganlık davranışları gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır.

### **Çalışma Hayatında Gaslighting Davranışları**

İş yerinde görülen gaslighting davranışları ile ilgili de en az 6 ay bir kurumda çalışmış bireylerle yürütülmüş bir çalışmada önce bir ölçek geliştirme çalışması yapılmış, daha sonrasında cinsiyet, yaş ve eğitim düzeyi kontrol edilerek rol çatışması ve iş memnuniyeti arasındaki ilişki incelenmiştir. Sonuçlar, iş yerindeki gaslighting'in rol çatışması ile pozitif, iş memnuniyeti ile negatif bir ilişkisinin olduğunu ortaya koymuştur (Kukreja ve Pandey 2023). Üniversitelerde yüksek mevkilerde (kadrolu profesör vb.) çalışan siyahi kadınlarla yapılan başka bir çalışma ise bu kadınların cinsiyetlerine, ırklarına dayalı tacizlere ve kaba davranışlara maruz kaldığını ifade etmiştir. Savundukları söylemlerin gerçek olmadığına inandırılmaya çalışılıyor, olayları abartmakla veya yanlış anlamakla suçlanıyorlar. Katılımcılar, bunları genelde müttefik olmayan beyazların uyguladığını ifade etse de



zaman zaman beyaz müttefiklerin de yapabileceğini, desteklerinin yüzeysel kalabildiğini de iddia etmişlerdir. Gaslighting'e maruz kalan siyahi kadın profesörlerin çok fazla sosyal izolasyon yaşadıklarını ama özellikle kendi ırklarından kişilerin sosyal desteğinin ise bilinçli farkındalık yarattığı ve gaslighting'in negatif etkisini azalttığı görülmüştür (Rodrigues ve ark. 2021).

### **Cinsiyete ve Cinsel Yönelime Dair Gaslighting Davranışları**

LGBTQ+ yetişkinlerin gaslighting deneyimlerinin incelendiği bir çalışmada ırk, yaş, maddi gelir ve eğitimin gaslighting ile ilişkili olmadığı bulunmuştur. Bununla birlikte, eş cinsel yönelime sahip kişilerin biseksüel olanlara göre daha fazla gaslighting mağduru olduğu görülmüştür. Yaş ortalaması 34,73 yıl olan 365 yetişkinin gaslighting ve kimlik belirsizliği, kimlik memnuniyetsizliği, gizleme motivasyonu, zor süreç yaşama ve damgalama ile pozitif bir ilişkisi bulunurken; gaslighting ve kimlik üstünlüğü ve ilişkisel güç arasında negatif bir ilişki bulunmuştur. Aynı zamanda gaslighting'e maruz kalan kişilerin psikolojik sağlıkları incelendiğinde, içselleştirilmiş cinsel damgalamaları, depresyon seviyeleri ve algılanan stres seviyeleri yüksek bulunmuş; benlik saygıları ilişki doyumu ve fiziksel sağlıkları düşük bulunmuştur. Faillerin ise büyük çoğunluğunun heteroseksüel bireyler ve ebeveynler olduğu ortaya çıkmıştır. Özellikle babaların gaslighting uyguladığı da çalışmada vurgulanmıştır. Katılımcıların çoğu faili "kötü adam gaslighter" olarak nitelendirmekte ve uyguladıkları taktikleri sırasıyla önemsizleştirme, görmezden gelme, unutmama, saklama ve karşı koyma olarak nitelendirmektedirler (Li ve Samp 2023).

Riggs ve Bartholomaeus (2018) da çocuklarının cinsiyet değiştirme istekleri ile ilgili terapiye başvuran ebeveynlerin çocuklarına uyguladıkları bazı gaslighting türlerini (erteleme, unutmama, yanlış telafuz etme, duygu sömürsü yapma vb.) incelemişlerdir. Bahsi geçen çalışmada çocuklarının cinsiyetleri atanan değil, onaylanan cinsiyetler üzerinden aktarılmıştır ve ebeveynlerin hepsi bu çocuklarının bu kararlarını onaylamaktadır. İlk vakada 8 yaşında bir kız çocuğu bulunmaktadır. Bu çocuk okul üniformasının kendisine uygun olmasını ve adının değiştirilmesini talep etmektedir. Aile istekli olmasına karşı çocuklarının bu taleplerini ertelemişlerdir. İkinci vakada da 11 yaşında bir erkek çocuğunun ergenliği engelleme veya erteleme isteğinden terapiye gelinmiştir. Aile kasıtlı olarak randevulara gelmemiş, psikiyatrist randevularını da kaçırmışlardır. Üçüncü vaka ise 13 yaşındaki kızın transseksüel olduğunu geniş ailesiyle paylaşma stratejileri üzerinedir. Ebeveynleri bu konu hakkında fazlasıyla endişelidirler ve çocuklarının cinsiyetini istemeden de olsa yanlış ifade ediyorlardı. Ebeveynler sürekli kendi üzüntülerinden bahsetmekte ve kızlarının yeterince empatik olmaması ile de kızlarına duygusal bir yük bindirmektedirler.

Son olarak, gaslighting'in genelde kadınlara uygulandığını iddia eden Bhatti ve arkadaşları (2023) Pakistan'da, kadın katılımcılarla bir ölçek geliştirme çalışması yürütmüşlerdir. Çalışmada ölçek maddelerini ortaya çıkarabilmek için önce mağdur kişilerle bir odak grup çalışması yapmışlardır. Daha sonrasında maddelerin faktör yüklerini saptamak için pilot çalışma gerçekleştirmişler. Pilot çalışmada 35 olan madde sayısı son çalışmada 15'e düşürülmüştür. Gaslighting'e maruz kalan kişilerin genelde bu kişilerle olayların doğruluğu ve gerçekliği konusunda anlaşmazlık yaşadığı ve kişinin kendine güveninin kaybolduğu görülmüştür. Bu anlamda oluşturulan ölçeğin iki alt faktörü ortaya çıkmıştır. Alt faktörlerin ve toplam skorun Cronbach alfa değerleri ise toplam  $\alpha = 0,93$ , akran anlaşmazlığı  $\alpha = 0,92$ , kendine güvenin kaybı  $0,85$  şeklindedir.

### **Tartışma**

Mevcut sistematik derleme çalışmasının amacı gaslighting ve ilişkiler üzerine yapılmış güncel araştırmalara ulaşmak, bu ilişkilerin hangi bağlamlarda geliştiğini görmek ve sistematik bir biçimde değerlendirmektir. Konuyla ilişkin, Scopus, PubMed, Cochrane Library, TR Dizin ve Web of Science veri tabanları taranarak dahil etme kriterleri sonucunda toplamda 31 adet İngilizce dilinde yayınlanmış araştırma makalesi görüntülenmiştir; bunların 17 tanesi derleme çalışmasına dahil edilmiştir. Dahil etme kriterlerinde Türkçe dilinin de var olmasına karşın hiçbir Türkçe araştırma makalesine ulaşılmamıştır. Araştırma sonuçları derinlemesine incelenmiş ve bulgularda raporlanmıştır.

Bulgular gaslighting'in birçok farklı kapsamda ve bağlamda ortaya çıkabileceğini göstermiştir. Çalışmalarda kadın katılımcıların erkek katılımcılardan daha fazla olduğu ve kadınların gaslighting'e daha fazla maruz kaldıkları görülmüştür. Gass ve Nichols (1988) gibi birçok araştırmacı da gaslighting çalışmalarında genellikle fail için erkek, mağdur için ise kadın rolünü tanımlamıştır. Erkeklerin kadınlara nazaran daha fazla duygusal manipülasyon taktikleri uyguladığı düşünülmektedir (Anderson 2009). Bhatti ve arkadaşları (2023) Pakistan gibi ataerki toplum yapısının hâkim olduğu ülkelerde kadına yönelik şiddetin daha fazla olması sebebiyle erkeklerin daha fazla gaslighting yapacaklarını düşünmüşler ve çalışmalarını sadece kadınlar (mağdurlar) ile

gerçekleştirmişlerdir. Diğer çalışmalarda da yine kadınların daha fazla gaslighting'e maruz kaldıkları iddia edilmiştir (Jones 2023, Rodrigues ve ark. 2021, Shousha 2023). Bu sonuçlar, Abramson (2014) ve Sweet (2019)'in gaslighting'in cinsiyetçi bir yapıya sahip olduğu iddiasını kuvvetlendirmektedir. Buna karşılık, Stern (2007) ise gaslighting'in cinsiyet normlarından bağımsız bir şiddet/suiistimal biçimi olabileceği önerisinde bulunmuştur. Nitekim derlemeye dahil edilen bir çalışmada da (Bashford ve Leschziner 2015) bir kadının kocasına gaslighting uyguladığı görülmüştür. Bu sebeple erkekler kadar kadınların da gaslighting uygulayabileceği gözden kaçırılmamalıdır. Miano ve arkadaşları. (2021) gaslighting davranışında kadın ve erkek katılımcılar arasında anlamlı bir fark bulamamıştır. Geçmiş çalışmalar, genç çiftlerin partnerlerine uyguladıkları şiddette de cinsiyete özgü bir farklılığa rastlayamamışlardır (Fortin ve ark. 2011). Bu anlamda gelecek çalışmalarda gaslighting'in cinsiyet farklılığı yaratıp yaratmadığı araştırılabilir.

Bulgularda göze çarpan bir başka konu ise cinsel yönelime ve ırka dayalı gaslighting uygulamalarıdır. Eş cinsel yönelime sahip olan bireylerin daha çok heteroseksüel bireyler ve ebeveynler tarafından gaslighting'e maruz kalması bireyselleşmesinin ve özgür düşüncenin önem verildiği ABD'de dahi hem toplumda hem de aile içinde LGBTQ+'ın henüz kabul edilemediğini gösterebilir veya sözel olarak onaylandığı ifade edilse dahi örtük bir biçimde kabullenmediğini ortaya çıkarabilir (Riggs ve Bartholomaeus 2018). Gaslighting'e maruz kalan bu kişilerin ikili ilişkileri, psikolojik ve fiziksel sağlıkları olumsuz etkilenmektedir (Li ve Samp 2023). Bu nedenle ileriye dönük olarak gaslighting'e maruz kalmak mikro ve makro düzeyde hem maddi hem de manevi anlamda sıkıntıları da beraberinde getirebilir. Bununla birlikte, siyahilerin çok fazla tacize ve gaslighting'e maruz kaldığını iddia eden çalışmalar mevcuttur (Davis ve Ernst 2019, Roberts ve Andrews 2013, Rodrigues ve ark. 2021). Diğer yandan Li ve Samp (2023) ırkın gaslighting'e maruz kalmakla ilişki olmadığı bulgusunu elde etmişlerdir. Gelecek çalışmalarda ırkın gaslighting'e maruz kalmakta etkili olup olmadığı araştırılabilir.

Tartışmaya açık olan bir diğer bulgu ise mağdurun ve failin kişilik özellikleridir. Akiş ve Öztürk (2021) gaslighting'in narsistik kişilik bozukluğu ile ilişkili olduğunu ve narsistik bireyin partneri üzerinde kurmaya çalıştığı güç ve kontrol çabası ile karakterize olduğunu savunmaktadır. Shousha (2023) de bu bulguyu destekler nitelikte narsist partnerle ilişki içinde olan kadınların gaslighting'e maruz kaldıklarını ifade etmiştir. Bununla birlikte, Miano ve arkadaşları (2021) çalışmalarında psikotik kişilik özelliklerinin daha çok fail ile ilişkili olduğunu, düşmancıl (antagonist) kişilik yapısıyla ilişkili olmadığını bulmuştur. Psikodinamik açıdan bakıldığında şizoid ve narsistik kişilerin gelişmemiş süperego ve çözülmemiş ödipus kompleksi gibi ortak noktalarının bulunması sonuçların bu yönde çıkmasını destekleyebilir (Çakır ve Bilge 2020). Bir diğer çarpıcı sonuç ise, mağdurun dürtüsel kişilik özelliğine sahip olmasıdır. Bu anlamda da bu kişilik özelliğine sahip kişiler daha tehlikeli ilişkiler içine girebileceğinden gaslighting ilişkisindeki tehlikeyi fark edemiyor ve ilişkiyi devam ettiriyor olabilir.

İlişkilerde gaslighting'i etkileyen bir başka faktör de bireylerin partnerlerine yönelik bağımlılık gücüdür (Graves ve Samp 2021). Bağımlı partnerler genelde birbirlerine güvenmediklerinden dolayı kaybetme korkusu içindedirler, fakat birbirlerine de bağlı kaldıklarından ilişkinin içerisinden çıkmak istemezler (Atak ve Taştan 2012). Kemalioğlu (2021)'nin çalışmasında da bağımlılık duygusal istismarın bir yordayıcısı olarak bulunmuştur. Bu bulgular ışığında bağımlılığın, gaslighting'in oluşumunu ve devamını sağlayan bir faktör olduğu vurgusu desteklenmektedir.

Au ve arkadaşları (2022) gaslighting'in oluşumunu destekleyen bir başka unsur bireysel güç farklılığı olacağını savunmuştur. Sweet (2019) bunu sosyal eşitsizlik olarak nitelendirmektedir. Hükümet temsilcileri ve kadın STK savunucuları arasındaki anlaşmazlıkların ve gaslighting davranışlarının sebebi de bir nevi güç dengesizliğinden kaynaklı olabilir (Jones 2023). Bunun yanında, romantik ilişkilerde de erkek ve kadın arasındaki güç dengesizliği gaslighting davranışını ortaya çıkarabilir veya ilişki doyumunu etkileyebilir (Çaykuş 2020). Aynı şekilde ebeveyn ve çocuk arasındaki sistemik güç dengesizliği de gaslighting'i ortaya çıkaran bir faktör olabilir (Riggs ve Bartholomaeus 2018). Ebeveyn-çocuk hiyerarşisinde ebeveynin üst konumda olması çocukların isteklerinin küçük veya mantıksız görülmesine sebep olabilir. Transseksüel çocukların ebeveynleri her ne kadar çocukların değişimini kabul etmiş olsa da söz verdiklerinden farklı davranışları çocukların gaslighting'e maruz kalmalarına bir örnek teşkil edebilir (Riggs ve Bartholomaeus 2018). Fakat ebeveynler bunu isteyerek yapmamaktadır. Abramson (2014)'ün de dediği gibi gaslighting bilinçsiz, iyi niyetle de gerçekleştirilen bir durum olabilir. Bununla birlikte, heteroseksüel olmanın toplum tarafından daha üstün bir özellik olarak algılanması, LGBTQ+ bireyler ve heteroseksüel bireyler arasında bir güç dengesizliği yaratabilir. Bu sebeple gaslighting davranışları ortaya çıkabilir. Kişinin aklından şüphe etmesine sebep olan bu uygulamaların özellikle okullarda olması daha büyük sorunları da beraberinde getirebilir (Wozolek 2018).

Güç dengesizliğinin olduğu bir başka yapı ise sağlık sektörüdür. Sağlık çalışanları ve hastalar arasındaki güç dengesizliği hastaların gaslighting'e maruz kalmasına yol açabilmektedir. Derleme çalışmasına dahil edilen

araştırmalarda sağlık sektöründe gaslighting ile ilgili çalışmaların sayısı göze çarpmaktadır. Nitekim sayının bu denli fazla olması hastaların maruz kaldıkları gaslighting davranışlarının hiç de nadir olmadığını gözler önüne serebilir. Hatta sosyal medyada açılan “tıbbi gaslighting/ medical gaslighting” hashtaglerinin popüler olması da durumun ne kadar yaygın olduğunu gösteren başka bir unsur olarak görülebilir (Barnes 2023). Doktorların, hastaların şikayetlerini dikkate almaması, semptomları abarttıklarını düşünmesi, tedavi için herhangi bir harekette bulunmaması, hastaların doktorlara ve tıbbı karşı güvensizlik duymasına yol açabilmektedir (Barnes 2023). Tam tersi durumda ise “doktorlar her zaman haklıdır” düşüncesiyle hareket eden bir hasta, doktoruna güven duyacak, hastalıklarının sebebinin psikolojik kaynaklı olduğuna ve kendi kendilerini hasta ettiklerine inanacak, tedavi için hiçbir eylemde bulunmayacaktır. Bunun sonucunda ise, zamanında tedavi edilmesi gereken hastalıklar için geç kalınabilir. Bu gibi durumların yaşanmaması adına nedeni anlaşılabilen hastalıklar için sağlık çalışanları uzman meslektaşlarından süpervizyon alabilirler. Aynı zamanda hastalara daha empatik yaklaşabilmeleri için sağlık çalışanlarına belirli aralıklarla zorunlu eğitimler verilebilir.

Bunun yanında, bulgular gaslighting’in sadece romantik ilişkilere indirgenebilen bir durum olmadığını, romantik ilişkilerde olduğu kadar yakın arkadaşlıklarda, iş arkadaşlıklarında ve aile ilişkilerinde de görülebildiğini ortaya koymuştur. Bu yapılar da güç dengesizliğinin yanında sosyal eşitsizlikler de gündeme gelebilmektedir. Nitekim Rodrigues ve arkadaşlarının (2021) yürüttükleri çalışmada katılımcılar kadrolu profesör gibi üniversitelerin yüksek mevkilerinde bulunan kişilerden seçilmiş olmasına rağmen sahip oldukları cinsiyetin ve ırklarının yine de gaslighting’e maruz kalmalarına sebep olduğu görülmüştür.

Çalışmalar aynı zamanda bireylerin psikolojik ve fiziksel sağlıklarında gaslighting’in önemli bir yere sahip olduğunu da vurgulamıştır. Özellikle mağdurların geçmişlerinde duygusal istismar, travma, düşük benlik saygısı, depresyon deneyimleri bulunuyorsa bu kişiler gaslighting’e karşı daha savunmasız olabilmektedir (Dickson ve ark. 2023, Evans 2023). Aynı zamanda gaslighting’in bir sonucu olarak da mağdur kişilerde, depresyon, kaygı, psikoz madde kullanımı, intihar, öz güven eksikliği, kimlik bunalımı gibi rahatsızlıklar da görülebilmektedir (Dorbat 1996, Evans 2023, Gass ve Nichols 1988, Li ve Samp 2023). Gaslighting’in olumsuz etkilerini azaltabilmek için sosyal desteğin önemli olduğu Rodrigues ve arkadaşları (2021), Russel ve arkadaşları (2022) ve Shousha (2023) tarafından kanıtlanmıştır. Eğer bir kişi yakın partneri, arkadaşı, iş arkadaşı, patronu, doktoru vb. biri tarafından gaslighting’e maruz kaldığını düşünüyor ise kendisine empatik bir şekilde yaklaşacağını düşündüğü bir eş, dost, akraba, arkadaştan veya bir uzmandan destek alabilirler. Böylelikle kişi yaşadığı durumu üçüncü bir kişinin gözünden gözlemleyebilir, olaya ilişkin farkındalık kazanabilir ve gerekli müdahalelerde bulunabilir. Aynı zamanda maneviyatın da psikolojik sağlamlık için önemli olduğu bilinmektedir (Shousha 2023). Mağdur kişiler kendilerini koruyabilmek adına bu faktörü de değerlendirmelidirler.

## Sonuç

Çalışma bulguları, gaslighting’in romantik ilişkilerde, sosyal yapılar da, politika ve sağlık gibi çeşitli alanlarda bilinçli veya bilinçsiz bir şekilde ortaya çıkabileceğini göstermiştir. Bunun yanında, gaslighting bazı mikro ve makro saldırganlık durumlarından ortaya çıktığı da bilinmektedir. Güç dengesizliği ve sosyal eşitsizlikler bunlardan birkaçıdır. Ayrıca bireyin kişiliği ve partnerine bağımlılık düzeyi de gaslighting’i etkileyen diğer unsurlar olarak bulunmuştur. Çalışma bulguları kapsamında, kişinin gaslighting’e maruz kalıp kalmadığını anlayabilmesi için, bireylerin kişilik özelliklerini, bağımlılık düzeylerini ve ilişki dinamiklerinin doğru değerlendirilmesi gerektiği düşünülmektedir. Kişinin kendi ve partnerinin benliğinin farkında olması bireylerin daha fazla ilişki doyumu yaşamasına ve kendi psikolojik sağlamlığını koruyabilmesine fayda sağlayabilir. Bunun yanında klinisyenlerin gaslighting’e maruz kalmış kişilere daha empatik yaklaşımlarının danışan-terapist ilişkisini kuvvetlendireceği, danışanın bulunduğu konumdan daha hızlı çıkabileceği de düşünülmektedir.

Gaslighting ile ilgili yayınlanan Türkçe literatür incelendiğinde araştırma niteliği taşıyan bir çalışmanın olmadığı, var olan çalışmaların ise kitap bölümü, geleneksel derleme şeklinde olduğu görülmüş, sistematik derleme çalışmasına ise hiç rastlanmamıştır. Bu anlamda bu çalışmanın Türkçe literatüre önemli katkılar sağlayacağı düşünülmektedir. Bununla birlikte, sistematik derlemenin bazı sınırlılıkları da bulunmaktadır. Çalışmaya sadece 5 veri tabanı dahil edilmiştir ve bunların ikisinden hiçbir sonuca ulaşılammıştır. Bunun yanında derlemeye Türkçe ve İngilizce araştırmalar dahil edilmiş olmasına karşın Türkçe araştırma makalesine ulaşılmadığından derlemeye sadece İngilizce yayınlar dahil edilmiştir. Gelecek çalışmalar, farklı dillerde yayınlanmış araştırma makalelerine göz atabilir, farklı veri tabanlarını dahil edebilir ve araştırmanın kapsamını genişletebilirler. Bunun yanında alanyazında ulaşılmış çalışmaların çoğu yakın partner şiddeti ile ilişkilidir; gaslighting ile ilgili özellikle nicel yöntemlerle yapılmış çok az çalışmaya ulaşılmıştır. Dahil edilen araştırmalarda üç adet ölçek geliştirme çalışmasına rastlanmıştır. Bunlardan biri Hindistan’da olup iş yerinde gaslighting davranışlarını ölçerken, diğeri Pakistan’da romantik ilişkilerdeki davranışları, üçüncüsü ise Birleşik Krallık’ta olup romantik ilişkilerde, yakın

arkadaşlarda ve iş arkadaşlarında gaslighting davranışlarını ölçmektedir. Bu bağlamda, Türkçe literatürde hem erkek hem kadınlara uygulanabilecek bir ölçeğin eksikliğinin olduğu göze çarpmaktadır. Gelecek çalışmalarda, romantik ilişkilerde ve diğer sektörlerde gaslighting davranışlarını ölçen bir ölçeğin geliştirilmesinin nicel çalışmaların sayısının artması anlamında önemli olduğu düşünülmektedir.

## Kaynaklar

- Abramson K (2014) Turning up the lights on gaslighting. *Philos Perspect*, 28:1-30.
- Akiş AD, Öztürk E (2021) Patolojik narsisizm: duygusal istismar ve "gaslighting" perspektifinden kapsamlı bir değerlendirme. *Artuklu İnsan ve Toplum Bilim Dergisi*, 6:1-31.
- Anderson KL (2009) Gendering coercive control. *Violence Against Women*, 15:1444-1457.
- Atak H, Taştan N (2012) Romantik ilişkiler ve aşk. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 4:520-546.
- Au L, Capotescu C, Eyal G ve Finestone G (2022) Long COVID and medical gaslighting: dismissal, delayed diagnosis, and deferred treatment. *SSM Qual Res Health*, 2:100167.
- Barnes E (2023) Trust, distrust, and 'medical gaslighting'. *Philos Q*, 0:35.
- Barton R, Whitehead JA (1969) The gas-light phenomenon. *Lancet*, 293:1258-1260.
- Bashford J, Leschziner G (2015) Bed partner "gas-lighting" as a cause of fictitious sleep-talking. *J Clin Sleep Med*, 11:1237-1238.
- Bhatti MM, Shuja KH, Aqeel M, Bokhari Z, Gulzar SN, Fatima T et al. (2023) Psychometric development and validation of victim gaslighting questionnaire: across female sample from Pakistan. *Int J Hum Rights Health*, 16:4-18.
- Calef V, Weinschel EM (1981) Some clinical consequences of introjection: gaslighting. *Psychoanal Q*, 50:44-66,
- Cukor G (1944) Gaslight. <https://www.imdb.com/title/tt0036855/>
- Çakır İ, Bilge Y (2020) Şizoid kişilik bozukluğu etiolojisi üzerine bir derleme. *Güncel Psikoloji Araştırmaları* (Ed İ Sanberk):113-127. Ankara, Akademiya Yayinevi.
- Çaykuş ET (2020) İlişki istikrarı: ilişkilerde güç algısı, ilişkisel alçakgönüllülük ve romantik ilişkilerde obsesyon ve kompulsiyon ilişkilerinin incelenmesi. (Doktora tezi) Eskişehir, Eskişehir Osman Gazi Üniversitesi.
- Davis AM, Ernst R (2019) Racial gaslighting. *Polit Groups Identities*, 7:761-774.
- Dickson P, Ireland JL, Birch P (2023) Gaslighting and its application to interpersonal violence. *J Criminol Res Policy Pract*, 9:31-46.
- Dorpat TL (1996) Gaslighting, The Double Whammy, Interrogation and Other Methods of Covert Control in Psychotherapy and Analysis. Lanham, MD, Jason Aronson.
- Er M (2021) Yabancılara Türkçe öğretiminde kültürlerarası iletişim ve mikro saldırganlık. (Doktora tezi) Ankara, Hacettepe Üniversitesi.
- Evans OG (2023) What is gaslighting? examples, types, causes, & how to respond. <https://www.simplypsychology.org/what-is-gaslighting.html>. (Accessed 26.05.2023)
- Fielding-Singh P, Dmowska A (2022) Obstetric gaslighting and the denial of mothers' realities. *Soc Sci Med*, 301:114938.
- Fortin I, Guay S, Lavoie V, Boisvert JM, Beaudry M (2011) Intimate partner violence and psychological distress among young couples: analysis of the moderating effect of social support. *J Fam Violence*, 27:63-73.
- Gass GZ, Nichols WC (1988) Gaslighting: a marital syndrome. *Contemp Fam Ther*, 10:3-16.
- Glaser D (2002) Emotional abuse and neglect (psychological maltreatment): a conceptual framework. *Child Abuse Negl*, 26:697-714.
- Graves CG, Samp JA (2021) The power to gaslight. *J Soc Pers Relat*, 38:3378-3386.
- Ismail S, Urus NST, Binawae FI, Siraji AHAS (2021) The protection of a wife's rights against the elements of narcissism and gaslighting in domestic violence: the impact during COVID-19 pandemic. *Linguist Cult Rev*, 5:2175-2194.
- Jackson H (2022) Gaslight. <https://www.imdb.com/title/tt15087414/>
- Johnson VE, Nadal KL, Sissoko DG, King R (2021) "It's not in your head": gaslighting, 'splainin, victim blaming, and other harmful reactions to microaggressions. *Perspect Psychol Sci*, 16:1024-1036.
- Jones SS (2023) Gaslighting and dispelling: experiences of non-governmental organization workers in navigating gendered corruption. *Hum Relat*, 76:901-925.
- Kemaloğlu S (2021) Üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerindeki duygusal istismar, kişiler arası bağımlılık ve romantik ilişki kalıp yargıları arasındaki ilişkilerin incelenmesi (Yüksek lisans tezi) İstanbul, Maltepe Üniversitesi.
- Kim S, Warren E, Jahangir T, Al-Garadi M, Guo Y, Yang YC et al. (2023) Characteristics of intimate partner violence and survivor's needs during the covid-19 pandemic: insights from subreddits related to intimate partner violence. *J Interpers Violence*, 38:9693-9716.
- Kukreja P, Pandey J (2023) Workplace gaslighting: conceptualization, development, and validation of a scale. *Front Psychol*, 14:1099485.
- Lachkar J (2001) Emotional abuse of high-functioning professional women. *J Emot Abuse*, 2:73-91.

- Li Y, Samp JA (2023) Gaslighting LGBTQ+ individuals: correlates of gaslighting experiences, gaslighters' characteristics, and gaslighting techniques. *Commun Stud*, 74:356-376.
- Miano P, Bellomare M, Genova VG (2021) Personality correlates of gaslighting behaviours in young adults. *J Sex Aggress*, 27:285-298.
- Nazir T, Özçiçek A (2022) Gaslighting: iki yüzlü bir duygusal istismarla yüzleşmek. *Anadolu Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 6:241-250.
- Riggs, DW, Bartholomaeus C (2018) Gaslighting in the context of clinical interactions with parents of transgender children. *Sex Relation Ther*, 33:382-394.
- Roberts T, Andrews DJC (2013) A critical race analysis of the gaslighting against African American teachers: Considerations for recruitment and retention. In *Contesting the Myth of a 'Post Racial' Era: The Continued Significance of Race in U.S. Education* (Eds DJC Andrews, F Tuitt): 69-94. Lausanne, Peter Lang Publishers.
- Rodrigues MA, Mendenhall R, Clancy KB (2021) "There's realizing, and then there's realizing": how social support can counter gaslighting of women of color scientists. *J Women Minor Sci Eng*, 27:1-23.
- Russell D, Spence NJ, Chase JAD, Schwartz T, Tumminello CM, Bouldin E (2022) Support amid uncertainty: long covid illness experiences and the role of online communities. *SSM Qual Res Health*, 2:100177.
- Shane T, Willaert T, Tutters M (2022) The rise of "gaslighting": debates about disinformation on twitter and 4chan, and the possibility of a "good echo chamber". *Pop Comm*, 20:178-192.
- Shousha NM (2023) Now, you can breathe: a qualitative study of the experiences and resilience of egyptian women victimized by narcissistic relationships. *J Int Womens Stud*, 25:14.
- Stern R (2007) *The Gaslight Effect: How To Spot And Survive The Hidden Manipulations Other People Use To Control Your Life*. New york, Morgan Road Books.
- Sue DW (2010) *Microaggressions In Everyday Life: Race, Gender, And Sexual Orientation*, Hoboken, NJ, John Wiley
- Sweet PL (2019) The sociology of gaslighting. *Am Sociol Rev*, 84:851-875.
- Thomas L (2018) Gaslight and gaslighting. *Lancet Psychiatry*, 5:117-118.
- Vargas EA, Mahalingam R (2020) Experiences of patient incivility: a qualitative study. *J Patient Exp*, 7:615-620.
- WHO (2021) Violence against women. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/violence-against-women>. (Accessed 09.03.2021)
- Wozolek B (2018) Gaslighting queerness: schooling as a place of violent assemblages. *J LGBT Youth*, 15:319-338.
- Yüksel-Kaptanoğlu İ, Çavlin A, Akadlı-Ergöçmen B (2015) *Türkiye'de Kadına Yönelik Aile İçi Şiddet Araştırması*. Ankara, Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı.

**Yazarların Katkıları:** Çalışmaya önemli bir bilimsel katkı sağlandığı ve makalenin hazırlanmasında veya gözden geçirilmesinde yardımcı olduğu tüm yazar(lar) tarafından beyan edilmiştir.

**Danışman Değerlendirmesi:** Dış bağımsız

**Çıkar Çatışması:** Çıkar çatışması bildirilmemiştir.

**Finansal Destek:** Bu çalışma için finansal destek alındığı beyan edilmemiştir.

**Authors Contributions:** The author(s) have declared that they have made a significant scientific contribution to the study and have assisted in the preparation or revision of the manuscript

**Peer-review:** Externally peer-reviewed.

**Conflict of Interest:** No conflict of interest was declared.

**Financial Disclosure:** No financial support was declared for this study.