

T.C.

İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ

LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI

GASLIGHTINGE MARUZ KALMA ÖLÇEĞİNİN  
TÜRKÇEYE UYARLANMASI: KADINLARDA  
GEÇERLİK ve GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Nisa GÖREN

İstanbul

Şubat-2024

T.C.

İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ

LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI

GASLIGHTINGE MARUZ KALMA ÖLÇEĞİNİN TÜRKÇEYE  
UYARLANMASI: KADINLARDA GEÇERLİK ve GÜVENİRLİK  
ÇALIŞMASI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Nisa GÖREN

Tez Danışmanı

Dr. Öğr. Üyesi Fatima Elif ERGÜNEY OKUMUŞ

İstanbul

Şubat-2024

## TEZ ONAYI

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürlüğüne,

Bu çalışma, jürimiz tarafından Psikoloji Anabilim Dalı, Klinik Psikoloji Bilim Dalında YÜKSEK LİSANS TEZİ olarak kabul edilmiştir.

Danışman Dr. Öğr. Üyesi Fatima Elif ERGÜNEY OKUMUŞ

Üye Dr. Öğr. Üyesi Sena ÖKSÜZ POPLATA

Üye Dr. Öğr. Üyesi Nermin TAŞKALE

Onay

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

Prof. Dr. Erhan İÇENER

## BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ

Yüksek lisans tezi olarak hazırladığım “**Gaslightinge Maruz Kalma Ölçeğinin Türkçeye Uyarlanması: Kadınlarda Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması**” adlı çalışmanın öneri aşamasından sonuçlandığı aşamaya kadar geçen süreçte bilimsel etiğe ve akademik kurallara özenle uyduğumu, tez içindeki tüm bilgileri bilimsel ahlak ve gelenek çerçevesinde elde ettiğimi, tez yazım kurallarına uygun olarak hazırladığımı, bu çalışmamda doğrudan veya dolaylı olarak yaptığım her alıntıya kaynak gösterdiğimi ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu beyan ederim.

Nisa GÖREN

## ÖN SÖZ

Araştırmamdaki her aşamada benim için oldukça öğretici, yol gösterici ve destekleyici olan, beni her zaman teşvik eden değerli tez danışmanım Dr. Öğr. Üyesi Fatima Elif Ergüney Okumuş'a, yüksek lisans sürecinde üzerimizde önemli emeği olan değerli hocam Dr. Öğr. Üyesi Yusuf Bilge'ye ve değerli katkılarından dolayı Öğretim Görevlisi Ayşe Beyza Bıçakçı'ya teşekkürlerimi sunarım.

Öncelikle, bugünlere gelmem için maddi manevi desteklerini esirgemeyen ve her koşulda sevgisiyle yanımda olan çok kıymetli babam Kazım Gören'e, annem Aynur Gören'e ve canım kardeşim Yasin Gören'e teşekkürlerimi sunarım.

Eğitim hayatımın ilk yıllarından beri yanımda olan ve bu yolda beni her zaman destekleyen kıymetli dostlarım Nergis Çevik Çakan, Tahsin Hakan Balaban ve İrem Turhan'a; yanı sıra beni bu sürece hazırlayan ve desteklerini eksik etmeyen değerli arkadaşlarım, Ayşe Doğan, Helin Sarya Ökmen, Şevval Soyırgaz'a ve birlikte çalışıp molalarımı paylaştığım çok kıymetli yardımsever arkadaşım Yaren Gönülcan'a teşekkürlerimi sunarım.

Bu süreci benimle paylaşırken umutsuzluğa kapıldığım her an yanımda durup motivasyon kaynağım olan çok kıymetli ortaklarım Umut Furkan Kebabcı ve Uğur Can Çelik'e ve bu süreçte bana her konuda destek ve yardımcı olan, bütün sıkıntılarımı ve mutluluklarımı paylaştığım değerli arkadaşım Mertkan Hergüner'e çok teşekkür ederim. İyi ki varsınız.

**Nisa GÖREN**

**İstanbul-2024**

## ÖZET

# GASLIGHTINGE MARUZ KALMA ÖLÇEĞİNİN TÜRKÇEYE UYARLANMASI: KADINLARDA GEÇERLİK ve GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI

Nisa GÖREN

Yüksek Lisans, Klinik Psikoloji

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Fatima Elif ERGÜNEY OKUMUŞ

Şubat, 2024 – 109 sayfa

Gaslighting, kişiyi akıl sağlığından şüphe ettirmek amacıyla yanlış bilgi sunmak anlamına gelen bir duygusal şiddet türüdür. Türkiye literatüründe bu şiddet türüne maruz kalmaya dair herhangi bir psikometrik ölçme ve değerlendirme aracı bulunmaması sebebiyle mevcut bir gaslightinge maruz kalma ölçeğinin uyarlama çalışmasının yapılması önem arz etmektedir. Bu çalışmada ilk olarak, Bhatti ve arkadaşları (2021) tarafından geliştirilen Gaslightinge Maruz Kalma Ölçeği (Victim Gaslighting Questionnaire)'nin Türkçe uyarlamasının ve Türkiye popülasyonunda geçerlik ve güvenirlik çalışmasının yapılması ve açık uçlu sorular ile gaslighting deneyimini derinlemesine anlamaya çalışılması amaçlanmıştır. Amaçlara yönelik olarak Demografik Bilgi Formu, Gaslightinge Maruz Kalma Ölçeği (GMKÖ), Duygusal Şiddete Maruz Kalma Ölçeği (DŞMKÖ) ve araştırmacı tarafından oluşturulan açık uçlu sorular formu kullanılmıştır. Araştırma örneklemini Türkiye popülasyonundaki 18-56 yaş arası 254 kadın oluşturmaktadır. Ölçeğin geçerliği, yapı geçerliği kapsamında faktör analizi, yakınsak geçerlik ve ayırt edici geçerlik yöntemleriyle; güvenirliği ise iç tutarlık analizi yöntemiyle değerlendirilmiştir. Araştırma sonucunda ölçeğin toplam varyansın %56.5'ini açıklayan Kendini Suçlama ve Kendine Güven Kaybı olarak adlandırılan iki faktörlü bir yapıdan oluştuğu belirlenmiştir. GMKÖ ile DŞMKÖ arasında pozitif yönde anlamlı korelasyonlar bulunmuştur. Ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı .93, kendini suçlama alt boyutunun güvenirliği .91; kendine güven kaybı alt boyutunun güvenirliği ise .88 olarak bulunmuştur. Araştırma sonuçları, ölçeğin gaslightinge maruz kalmayı ölçmede geçerli ve güvenilir bir ölçüm aracı olarak

kullanılabileceğine dair önemli bulgular sunmaktadır. Katılımcıların gaslightinge maruz kalma deneyimlerine dair sorulara verdikleri yanıtları incelendiğinde ise ilişkinin başlangıç evresini betimleyen love bombing, gaslighting davranış örüntüsünü tanımlayan şiddet davranışları ve gaslightinge maruz kalmanın etkilerinin bir araya toplandığı psikolojik etkiler olmak üzere üç tema dikkat çekmiştir. Bu bulgular da literatürde yer alan gaslighting özelliklerini doğrular niteliktedir. İleriki çalışmalarda farklı örneklerde ölçeğin çapraz geçerliğinin araştırılması önem taşımaktadır.

**Anahtar Kelimeler:** Gaslighting, Duygusal Şiddet, Ölçek Uyarlama



## **ABSTRACT**

# **THE ADAPTATION OF VICTIM GASLIGHTING QUESTIONNAIRE INTO TURKISH: VALIDITY AND RELIABILITY STUDY IN WOMEN**

**Nisa GÖREN**

Master, Clinical Psychology

Thesis Advisor: Asst. Prof. Fatima Elif ERGÜNEY OKUMUŞ

February, 2024 – 109 pages

Gaslighting is a type of emotional violence that means providing false information to make a person doubt their sanity. Since there is no psychometric measurement and evaluation tool regarding exposure to this type of violence in the Turkish literature, it is important to conduct an adaptation study of an existing gaslighting exposure scale. In this study, it was first aimed to conduct the Turkish adaptation of the Victim Gaslighting Questionnaire developed by Bhatti et al. (2021) and its validity and reliability study in the Turkish population, and to try to understand the gaslighting experience in depth with open-ended questions. For the purposes, the Demographic Information Form, Victim Gaslighting Questionnaire (VGQ), Emotional Violence Scale (EVS) and the open-ended question form created by the researcher were used. The research sample consists of 254 women between the ages of 18-56 in the Turkish population. The validity of the scale was assessed through factor analysis, convergent validity and discriminant validity methods within the scope of construct validity; Its reliability was evaluated using the internal consistency analysis method. As a result of the research, it was determined that the scale consists of a two-factor structure called Self-Blame and Loss of Self-Confidence, which explains 56.5% of the total variance. Significant positive correlations were found between VGQ and EVS. The Cronbach Alpha internal consistency coefficient of the scale is .93, the reliability of the self-blame subscale is .91; The reliability of the loss of self-confidence subscale was found to be .88. The research results provide important findings that the scale can be used as a valid and reliable measurement tool to measure exposure to gaslighting. When the participants' answers to questions about their experiences of

being exposed to gaslighting were examined, three themes stood out: love bombing, which describes the initial phase of the relationship, violent behavior, which defines the gaslighting behavior pattern, and psychological effects, which bring together the effects of exposure to gaslighting. These findings confirm the gaslighting characteristics found in the literature. It is important to investigate the cross-validity of the scale in different samples in future studies.

**Key Words:** Gaslighting, Emotional Violence, Scale Adaptation



# İÇİNDEKİLER

TEZ ONAYI.....	i
BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ .....	ii
ÖN SÖZ .....	iii
ÖZET .....	iv
ABSTRACT.....	vi
İÇİNDEKİLER.....	viii
TABLolar LİSTESİ .....	xii
ŞEKİLLER LİSTESİ .....	xiii
KISALTMALAR LİSTESİ.....	xiv
<b>BİRİNCİ BÖLÜM</b>	
<b>GİRİŞ.....</b>	<b>1</b>
1.1. Problem.....	2
1.2. Amaç.....	3
1.3. Araştırmanın Önemi .....	4
1.4. Varsayımlar.....	5
1.5. Sınırlılıklar .....	5
1.6. Tanımlar.....	6
<b>İKİNCİ BÖLÜM</b>	
<b>GASLIGHTING KURAMSAL ÇERÇEVE.....</b>	<b>7</b>
2.1. Şiddet ve Şiddetin Türleri .....	7
2.2. Duygusal Şiddet.....	8
2.2.1. Duygusal Şiddet Türleri.....	9
2.2.1.1. Love Bombing (Aşk Bombardımanı).....	10

2.2.1.2. Ghosting (Yok Olma).....	11
2.2.1.3. Stonewalling (Duvar Örme).....	13
2.2.1.4. Gaslighting (Sönümleme) .....	14
2.2.2. Duygusal Şiddete Maruz Kalmanın Etkileri.....	19
2.3. Gaslighting ile ilgili Araştırmalar .....	21
2.4. Gaslighting Araştırmalarında Kullanılan Ölçüm Araçları.....	22
2.4.1. Gaslightinge Maruz Kalma Ölçeği .....	23
2.5. Gaslightinge Maruz Kalanların Deneyimleri.....	25

## **ÜÇÜNCÜ BÖLÜM**

<b>YÖNTEM .....</b>	<b>28</b>
3.1. Araştırmanın Modeli.....	28
3.2. Evren ve Örneklem .....	29
3.3. Veri Toplama Araçları .....	30
3.3.1. Demografik Bilgi Formu .....	30
3.3.2. Gaslightinge Maruz Kalma Ölçeği .....	30
3.3.3. Duygusal Şiddete Maruz Kalma Ölçeği .....	31
3.3.4. Gaslightinge Maruz Kalanların Deneyimlerine Dair Sorular.....	31
3.4. Verilerin Toplanması ve Analizi .....	32

## **DÖRDÜNCÜ BÖLÜM**

<b>ARAŞTIRMA BULGULARI .....</b>	<b>34</b>
4.1. Demografik Bulgular .....	34
4.2. Dil Geçerlilik Çalışması .....	37
4.3. Gaslightinge Maruz Kalma Ölçeği Geçerlilik Analizine Yönelik Bulgular.....	37
4.4. Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA).....	38

4.5. Gaslightinge Maruz Kalma Düzeyinin Psikolojik Şiddet Mağduriyetine Göre Karşılaştırılmasına Yönelik Bulgular .....	41
4.6. Gaslightinge Maruz Kalma Düzeyinin Kadınların Şiddet Kavramları ile İlişkilerine Göre Karşılaştırılması .....	43
4.7. Gaslightinge Maruz Kalma Düzeyi ile Duygusal Şiddete Maruz Kalma Arasındaki İlişkilere Yönelik Bulgular.....	44
4.8. Gaslightinge Maruz Kalma Ölçeği Güvenirlik Analizine Yönelik Bulgular ...	47
4.9. Gaslightinge Maruz Kalan Kadınların Deneyimleri.....	47
4.9.1. Gaslightinge Maruz Kalan Kadınların Deneyimleri Tema Analizi .....	55

## **BEŞİNCİ BÖLÜM**

<b>TARTIŞMA VE DEĞERLENDİRME .....</b>	<b>57</b>
5.1. Genel Değerlendirme ve Tartışma.....	57
5.1.1. Demografik Bulguların Tartışılması.....	57
5.1.2. Gaslightinge Maruz Kalma Ölçeğinin Geçerlik Analizi Bulgularının Tartışılması.....	58
5.1.3. Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA) Bulgularının Tartışılması .....	58
5.1.4. Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) Bulgularının Tartışılması .....	59
5.1.5. Gaslightinge Maruz Kalma Ölçeğinin Ayırt Edici ve Yakınsak Geçerliğine Dair Bulguların Tartışılması.....	60
5.1.6. Güvenirlik Analizine Dair Bulguların Tartışılması .....	61
5.1.7. Gaslightinge Maruz Kalma Deneyimine Dair Nitel Bulguların Tartışılması .....	61
5.2. Araştırmanın Sınırlıkları .....	62
5.3. Genel Sonuç.....	64
5.4. Öneriler .....	65

<b>KAYNAKÇA</b> .....	<b>68</b>
<b>EKLER</b> .....	<b>85</b>
<b>ÖZ GEÇMİŞ</b> .....	<b>95</b>



## TABLULAR LİSTESİ

Tablo 2.1: Mizojinist Gaslighting Deneyimleri.....	26
Tablo 4.1: Kadınların Demografik Bilgileri Frekans ve Yüzde Değerleri .....	34
Tablo 4.2: Kadınların Şiddet Kavramlarına Dair Bilgileri ve Maruz Kalma Bildirimlerinin Frekans ve Yüzde Değerleri .....	35
Tablo 4.3: GMKÖ ve DŞMKÖ Alt Ölçeklerinin Ortalamaları, Standart Sapmaları ve Basıklık -Çarpıklık değerleri .....	36
Tablo 4.4: GMKÖ'nün Faktör Yapısına İlişkin Bulgular .....	39
Tablo 4.5: GMKÖ Ölçeğine Ait Uyum İndeksleri .....	40
Tablo 4.6: Gaslightinge Maruz Kalma Ölçeği Toplam Puanlarının Psikolojik Şiddet Mağduriyetine Göre Karşılaştırılması .....	42
Tablo 4.7: Gaslightinge Maruz Kalma Ölçeği Toplam Puanlarının Kadınların Şiddet Kavramları ile İlişkilerine Göre Karşılaştırılması .....	43
Tablo 4.8: Gaslightinge Maruz Kalma Ölçeği ile Duygusal Şiddete Maruz Kalma Ölçeği Ortalama Puanları Arasındaki Korelasyon Katsayıları .....	46
Tablo 4.9: Gaslightinge Maruz Kalma Deneyimleri Açık Uçlu Soru Formu.....	47
Tablo 4.10: İlişkinin Başlangıcında Partnerin Tutum ve Davranışları .....	48
Tablo 4.11: İlişkinin Başlangıcında Partnerde Gözlemlenen Erken Uyarılar .....	49
Tablo 4.12: Gaslighting Davranışının Başlangıcı ve İlişki Süresince Gösterdiği Değişim.....	50
Tablo 4.13: Gaslighter Bir Partnere Sahip Olmanın Etkisi .....	51
Tablo 4.14: Gaslighting Davranışı ve Deneyimler .....	53
Tablo 4.15: Gaslighting Davranışı ve Diğer Deneyimler .....	54

## ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 4.1: Scree Plot Grafiği .....	38
Şekil 4.2: GMKÖ Doğrulayıcı Faktör Analizine Dair Model .....	41
Şekil 4.3: Gaslightinge Maruz Kalan Kadınların Deneyimlerine Dair Tema ve Kodların Şeması.....	56



## KISALTMALAR LİSTESİ

<b>GMKÖ</b>	: Gaslightinge Maruz Kalma Ölçeği
<b>DŞMÖ</b>	: Duygusal Şiddete Maruz Kalma Ölçeği
<b>AFA</b>	: Açıklayıcı Faktör Analizi
<b>DFA</b>	: Doğrulayıcı Faktör Analizi
<b>DSM</b>	: Mental Bozuklukların Tanısal ve İstatiksel El Kitabı
<b>DSÖ</b>	: Dünya Sağlık Örgütü
<b>Akt</b>	: Aktaran
<b>Çev</b>	: Çeviren
<b>Ed</b>	: Editör
<b>sf</b>	: Sayfa
<b>ve ark.</b>	: ve arkadaşları
<b>Ss</b>	: Standart Sapma
<b>SPSS</b>	: (Statistic Packets For Social Sciencences) Sosyal Araştırmalar İçin İstatistiksel Program Paket

# BİRİNCİ BÖLÜM

## GİRİŞ

Şiddet “fiziksel güç veya yetkinin bireyin kendisine, bir başkasına, bir grup veya bir topluluğa karşı yaralanma, ölüm, psikolojik zarar veya yoksunlukla sonuçlanma olasılığı yüksek olan veya sonuçlanan tehdit veya fiil olarak kullanılması” biçiminde tanımlanmaktadır (DSÖ, 2020). Şiddet, eylemi uygulayan kişinin özelliklerine göre sınıflandırıldığında kendine yönelik şiddet, kişiler arası şiddet ve kollektif şiddet olarak üç kategoride sınıflandırılmaktadır (DSÖ, 2020). Ayrıca yoksunluk ve ihmal de dahil olmak üzere fiziksel, cinsel veya duygusal (psikolojik) olabilecek şiddet eylemlerini de içerir. Kişiler arası şiddet, başka bir kişi ya da küçük bir grup tarafından uygulanan kadına şiddetin en yaygın türüdür ve iki alt boyutta sınıflandırılır: aile içi/yakın partner şiddeti ve topluluk şiddeti (Krantz ve Garcia-Moreno, 2004). Yakın partner şiddeti, mevcut veya eski bir partner (örn. eş, erkek arkadaş/kız arkadaş, flört partneri veya devam eden cinsel partner) tarafından fiziksel şiddet, cinsel şiddet, ısrarlı takip ve -bunlarla sınırlı olmamakla birlikte- aşağılama, kısıtlama, tehdit ve gaslighting gibi unsurları bünyesinde barındıran psikolojik saldırganlığı içerir (Breiding ve ark., 2015).

Breiding ve ark. (2015) tarafından “akıl oyunları” anlamında da kullanılan Gaslighting terimi mağdura kendi hafıza ve algısından şüphe ettirme amacıyla kasıtlı olarak yanlış bilgi sunmak anlamına gelmektedir. Son yıllarda yapılan araştırmalar (Klein ve ark., 2022; Irigaray ve ark., 2023) ile kavramın kullanımı yaygınlaşsa da gaslighting kavramı ilk kez Dickinson tarafından 1940 yıllarında bir sinema filmi ile isimlendirilmiştir. Gaslighting ilişkilerinde meydana gelen en yaygın dört davranış modeli: failin aşk bombardımanı, mağduru izole etme, failin öngörülemezliği ve soğukkanlılıktır (Klein ve ark., 2022). Dorpat’ın (1996) görüşüne göre, gaslighting hem bireylerin hem de grupların diğer bireylerin zihinsel süreçleri üzerinde kontrol ve tahakküm elde etmek için bilinçsiz ve bilinçli olarak kullandıkları çeşitli psikolojik tekniklerin ve manipülasyonların ortak paydasıdır. Bu manipülasyon davranışının altında yatan motivasyon failin davranışlarının sorumluluğundan kaçması ve mağduru

kontrol etmesidir. Tipik davranış örüntüsü ise aşağılama ve suçlamadır (Klein ve ark., 2022).

Flört şiddetinin uzun ve kısa dönemli olumsuz etkileri vardır (Aslan ve ark., 2008). “Bireyin psikolojik sağlığını olumsuz etkileyen şiddet, bazı insanların gelecekle ilgili olumsuz çıkarımlarda bulunmalarına, hayatlarını sorgulamalarına ve bu şiddet içeren ilişki deneyimlerini genelleme eğiliminde olup bu etkileri yaşamın diğer alanlarına da yaymalarına neden olabilir” (Sünetçi ve ark., 2016). Şiddete maruz kalmak bireyin öz değeri, öz güveni ve gelişimi üzerinde olumsuz bir etkiye neden olabilir (Aslan ve ark., 2008). “Ayrıca özellikle gaslighting türü bir şiddete maruz kalmak bireyde değersizlik ve kafa karışıklığının eşlik ettiği azalmış benlik duygusu ve temkinli olma (bazı vakalarda ilişki sonrası kendini izole etme) ve gelecekteki ilişkilere karşı güvensizlik duygusu ortaya çıkartmaktadır” (Klein ve ark., 2022).

Gaslighting, bireyin kendi düşünme, algılama ve gerçeği test etme yeteneklerini sorgulamasına neden olarak sıklıkla rahatsız edici duygular, düşük benlik saygısı ve bilişsel kontrol bozukluğu uyandırır (Dorpat, 1996). Kendinden şüphe duymanın ve öz saygının azalmasının yanı sıra kafa karışıklığı, kaygı, depresyon ve -çok nadiren de olsa- psikoz gelişmesinde rol oynayabilir (A.g.e.). Kavrama dair literatür araştırması yapıldığında sınırlı kaynağa erişim sağlanmıştır. Bu sebeple de yakın ilişkiler (March ve ark., 2023) başta olmak üzere, iş yaşantısı (Kukreja ve Pandey, 2023), arkadaşlık ilişkileri, aile gibi her türlü ilişkide gözlenebilen (Stern, 2007 sf. 17) bir psikolojik şiddet türü olan gaslightinge maruz kalmanın ölçüm ve değerlendirilmesi önem arz etmektedir.

## **1.1. Problem**

Kadına yönelik şiddet küresel düzeyde insan hakları ihlali olarak değerlendirilmekte ve halk sağlığı açısından önemli bir sorun oluşturmaktadır (Öztürk ve ark., 2016). Bu durum kadınların gerek fiziksel gerek zihinsel sağlık durumlarına dair tehdit oluşturmaktadır (Campbell, 2002). Ülkemizde kadına yönelik şiddet alanında yapılan çalışmalar incelendiğinde sözel şiddet görme oranının %47,4 (Güler ve ark., 2005) duygusal şiddet ve istismara maruz kalma oranının %33.1 olduğu, bunu fiziksel (%21.3), ekonomik (%20.0) ve %8.4 ile cinsel şiddetin izlediği görülmüştür (Şahin ve Dündar, 2017).

Toplumsal normlar ve gelenekler çerçevesinde ilişki söz, nişan ve evlilik gibi biçimlerde tanımlanırken flört ilişkileri çoğu zaman dışlanıp yok sayılabilmekle birlikte aslında günümüzde özellikle gençler arasında sıklıkla yaygın biçimde görülmektedir. Flört ilişkisi bile toplum tarafından tam kabul görmediğinden flört şiddeti çoğu zaman göz ardı edilmektedir (Aslan ve ark., 2008). Duygusal şiddet diğer flört şiddeti alt boyutlarına göre daha az fark edilir ve mağdurda güvensizlik, korku, suçluluk hissi ve kontrol altına alınmaya sebep olabilmektedir (Sünetçi ve ark., 2016). Temel özelliklerinden birisi failin mağdur üzerinde kontrol sağlama çabasıdır; fail mağdurun ilişkilerini bozup izole ederek onun sadece kendisiyle vakit geçirmesini sağlayabilmektedir (Aslan ve ark., 2008).

Duygusal şiddet ve gaslighting arasındaki ilişki incelendiğinde, bu iki kavram arasında pozitif yönlü ve kuvvetli bir ilişki bulunduğu gözlemlenmiştir (Hightower, 2017). Türkçe literatürdeki mevcut araştırmalar kavramsal tanımlama ve betimleme odaklı değerlendirme çalışmalarıdır (Demirel, 2020; Akiş ve Öztürk, 2021; Nazir ve Özçiçek, 2022). Literatürde geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılmış bu şiddet türüne maruz kalma ile ilgili bir Türkçe psikometrik ölçme ve değerlendirme aracı bulunmamaktadır. Bu sebeple Gaslightinge Maruz Kalma Ölçeği (VGQ)'nin Türkiye popülasyonuna uyarlanması önem arz etmektedir. Bu araştırmanın temel amacı Gaslightinge Maruz Kalma Ölçeği (VGQ)'nin Türkçe çeviri ve uyarlamasını; Türkiye popülasyonunda geçerlik ve güvenilirlik çalışmasını yaparak bu alanda literatüre katkıda bulunmak ve gaslighting şiddet türüne maruz kalmak ile ilgili Türkçe ölçme aracı olmamasından dolayı bu anlamda literatürdeki boşluğu doldurmaktır. Bunlara ek olarak literatür incelendiğinde ülkemizde gaslightinge maruz kalan kişilerin deneyimlerine dair araştırmaların olmadığı da dikkat çekmektedir. Dolayısıyla bu araştırmanın bir diğer problemi ise gaslightinge maruz kaldığını belirten kişilerin deneyimlerinin derinlemesine incelenmesiyle bu alana dair bilgi sunmaktır.

## **1.2. Amaç**

Araştırmamızın ilk amacı, Bhatti ve arkadaşları (2021) tarafından geliştirilen Gaslightinge Maruz Kalma Ölçeği (Victim Gaslighting Questionnaire)'nin Türkçe uyarlamasının ve Türkiye popülasyonunda geçerlik ve güvenilirlik çalışmasının

yapılmasıdır. Araştırmanın ikinci amacı ise Gaslighting deneyimlerinin derinlemesine değerlendirilmesidir.

Tezimizin konusundan ve amacından hareketle şu sorulara cevap aranmıştır:

1. Türkçeye uyarlanan Gaslighting Maruz Kalma Ölçeği psikometrik açıdan geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı mıdır?
2. Psikolojik şiddet mağduru kadınlar ile psikolojik şiddete maruz kalmamış kadınların Gaslighting Maruz Kalma Ölçeği puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark var mıdır?
3. Kadınların Duygusal Şiddete Maruz Kalma Ölçeği puanları ile Gaslighting Maruz Kalma Ölçeği puan ortalamaları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
4. Gaslighting maruz kalan kadınların deneyimleri nelerdir?

Bu sorular kapsamında araştırmada şu hipotezler test edilecektir:

H1: Gaslighting Maruz Kalma Ölçeği psikometrik açıdan geçerli ve güvenilir bir ölçme aracıdır.

H2: Psikolojik şiddet mağduru kadınların Gaslighting Maruz Kalma Ölçeği puanları psikolojik şiddete maruz kalmamış kadınların puanlarından istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde yüksektir.

H3: Kadınların Duygusal Şiddete Maruz Kalma Ölçeği puanları ile Gaslighting Maruz Kalma Ölçeği puan ortalamaları arasında pozitif yönlü güçlü bir ilişki vardır.

### **1.3. Araştırmanın Önemi**

Çalışmamıza özgün değer katmakta olan en önemli unsur Abramson (2014) tarafından bir duygusal manipülasyon yöntemi olarak betimlenen gaslight kavramına maruz kalma ile ilgili Bhatti ve arkadaşları (2021) tarafından geliştirilen Gaslighting Maruz Kalma Ölçeği (VGQ)'nin Türkçe uyarlamasının ve Türkiye popülasyonunda geçerlik ve güvenilirlik çalışmasının yapılmasıdır. Literatürde insan ilişkilerinde manipülasyonu ölçen çeşitli ölçekler (Aydemir, 2021; Yılmaz, 2018; Ülbeği, 2016) bulunmasına karşın manipülasyonun herhangi bir türüne maruz kalma ile ilgili bir ölçme aracı bulunmamaktadır. Bu anlamda geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılmış ve duygusal şiddetin bir türü olarak gaslighting maruz kalma ile ilgili bir Türkçe ölçme aracının

olmaması bu araştırmayı “özgün” kılmakla birlikte, gaslightinge maruz kaldığını belirten kişilerin deneyimlerinin açık uçlu sorular yardımıyla derinlemesine incelenmesiyle literatüre katkı sağlanması da planlanmaktadır.

#### **1.4. Varsayımlar**

1-Araştırmada kullanılan psikometrik ölçme araçlarının ve yöntemlerinin geçerli olduğu ve amaca uygun olduğu varsayılmıştır.

2-Araştırmaya katılan kişilerin mevcut ölçek maddelerini samimiyetle ve kendi düşüncelerini ifade edecek biçimde yanıtladıkları varsayılmıştır.

#### **1.5. Sınırlılıklar**

1-Araştırma; araştırmacı tarafından geliştirilen demografik bilgi formuna, duygusal şiddet ve gaslightinge maruz kalmayı değerlendirmek için kullanılan ölçme araçlarına verilen yanıtlarla sınırlıdır. Bir ölçme aracının bazı zayıf ve güçlü yönleri söz konusu olabilmektedir. Duygusal şiddet ve gaslighting türlerine maruz kalan kadınlara dair elde edilen verilerin, kendi kendini değerlendirme aracıyla toplandığına dikkat edilmeli ve bu bağlamda veriler yorumlanmalıdır.

2-Araştırmanın örnekleminin yalnızca kadın katılımcılardan oluşması ve kısıtlı bir örnekleme ulaşılabilmiş olması da araştırmanın sınırlılıkları arasında yer almaktadır.

3- Bu çalışmanın en önemli sınırlılığı kesitsel bir çalışma olmasıdır. Gaslightinge Maruz Kalma düzeyinin çeşitli değerşkenler açısından boylamsal bir çalışma ile incelenmesi hem grup içi hem de gruplar arası karşılaştırma imkanı sağlayabileceği gibi bu değerşkenlerin ilişkisinin gücü ve yönü hakkında daha çok bilgi sunabilir.

4- Araştırmanın sınırlılıklarından biri de retrospektif bir çalışma olmasıdır. Katılımcılar sorulara geçmiş deneyimlerini baz alarak yanıt vermiştir. Bu durum da deneyimin hatırlandığı ölçüde aktarılmasına sebebiyet verdiği için bir sınırlılık olarak adlandırılabilir.

5- Nitel çalışmanın bire bir görüşme yapılmadan anket usulü hazırlanan açık uçlu sorulara verilen yanıtlarla gerçekleştirilmiş olması da araştırmanın sınırlılıkları arasında sayılabilir.

## 1.6. Tanımlar

Duygusal Şiddet: Duygusal şiddet, bireyler arasındaki sosyal bağa yönelik tehditlerden kaynaklanan bir çatışma biçimidir (Retzinger, 1991).

Gaslighting: Gaslight, bu eylemi yapan bireyin diğer kişilerin davranış, algı, anı ve/veya inançlarının yalnızca yanlış değil aynı zamanda delilik olarak nitelendirilebilecek düzeyde sebepsiz olduğuna dair kasıtlı veya kasıtsız bir ikna çabası içerisinde bulunduğu bir duygusal manipülasyon yöntemidir (Abramson, 2014). Gaslighting kavramı Patrick Hamilton'ın Amerika'da Angel Street olarak bilinen 1938 tarihli Gas Light adlı oyunundan gelmektedir (Thomas, 2018). Gaslight kavramının olası Türkçe karşılığı olarak "sönümlemek" kelimesi önerilebilir. Sönümlemek, söndürmek ile aynı kökten gelen ve bir salınım hareketinin genliğini küçültmek, azaltmak, itfa etmek anlamına gelen bir fizik terimidir. Bu şiddet türünde de fail karşısındakini yavaşça manipüle ederek akıl sağlığından şüphe duymasına sebep olur.

## İKİNCİ BÖLÜM

### GASLIGHTING KURAMSAL ÇERÇEVE

Bu bölümde şiddet, duygusal şiddet ve bir duygusal şiddet türü olarak gaslighting açıklanmaya çalışılmış bu şiddet türlerine maruz kalmanın etkileri belirtilmiştir. Ayrıca duygusal şiddet ve gaslighting kavramı ilgili araştırmalarla açıklanmaya çalışılmıştır.

#### 2.1. Şiddet ve Şiddetin Türleri

Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ, 2020) şiddeti “fiziksel güç veya yetkinin bireyin kendisine, bir başkasına, bir grup veya bir topluluğa karşı yaralanma, ölüm, psikolojik zarar veya yoksunlukla sonuçlanma olasılığı yüksek olan veya sonuçlanan tehdit veya fiil olarak kullanılması” biçiminde tanımlamaktadır. Şiddeti değerlendirirken şiddet eylemini gerçekleştiren kişilerin özelliklerine göre bir sınıflama yapıldığında temel olarak şu alt başlıklar karşımıza çıkmaktadır: kendine yönelik şiddet, kişiler arası şiddet ve kollektif şiddet. Bu üç geniş kategorinin her biri, daha spesifik şiddet türlerini yansıtmak için daha fazla alt boyuta bölünmüştür (DSÖ, 2020).

İntihar eylemi için risk faktörü olduğu düşünülen kendine zarar verme davranışı (Runeson ve ark., 2010; Beckman ve ark., 2016) aynı zamanda intihar niyeti olmadan gerçekleştirildiği gözlenen (Klonsky, 2007; Chapman, Gratz ve Brown, 2006) ölümcül olmayan kendine zarar verme eylemlerini içerir (Sahlin ve ark., 2017). Ölümcül olmayan kendine zarar verme, zararlı maddeleri yutmak veya doku hasarına neden olmak (örneğin kendini kesmek veya yakmak) ve kendini zehirlemek (aşırı doz uyuşturucu kullanımı) yoluyla kişinin kendisine zarar verme eylemidir (Hawton ve ark., 2000; Hawton ve ark., 2003). Kendine zarar veren bireylerin değerlendirilmesi ve tedavisinde, cinsiyete ve birlikte ortaya çıkan tanılara bakılmaksızın, dürtüsel saldırganlık ve duygu düzenleme güçlükleri araştırılmalı ve ele alınmalıdır (Sahlin ve ark., 2017).

Kişiler arası şiddet, genellikle ev içerisinde gerçekleşen ve bireyin aile üyeleri ya da yakın partneri tarafından maruz kaldığı “aile içi ve yakın partner şiddeti” ve genellikle

ev dışında gerçekleşen bireyin tanıdığı ya da tanımadığı, ilişkili olmadığı biri tarafından maruz kaldığı “topluluk şiddeti” olarak iki alt boyutta kategorize edilir (DSÖ, 2020). Partnerin eş olup olmadığına bakılmaksızın mevcut veya eski partner tarafından uygulanan fiziksel, cinsel, psikolojik şiddet veya ısrarlı takip yakın partner şiddeti olarak tanımlanmaktadır (Miller ve McCaw, 2019). Aile veya ev içinde ve dışında meydana gelen şiddeti içeren daha kapsayıcı olarak değerlendirilen toplumsal şiddete dair tanımlar değişkenlik gösterse de çoğu zaman bu, evlerde, okullarda ve civar mahallelerde veya yakınında mağdur veya tanık olarak yaşanan şiddete atıfta bulunur (Scarpa, 2003).

Kollektif şiddet ise topluluk şiddetinden ayrı olarak kendilerini bir grubun üyesi olarak tanımlayan kişilerin (bu grup ister geçici ister daha kalıcı bir kimliğe sahip olsun) başka bir gruba veya bireylere karşı şiddet kullanmasıdır (Durrant, 2011).

## **2.2. Duygusal Şiddet**

Açık istismar -şiddet- genellikle bağırma, itmeyi ve fiziksel zarar verme eylemlerini içerir. Ancak gizli duygusal istismar fiziksel şiddet eylemlerini içermez, şiddet tehdidi gölgede kalabilir (Hawkins, 2017). Duygusal şiddet, aşağılanmak, kendisi hakkında kötü hissettirilmek, arkadaşlarından ve ailesinden soyutlanmak veya sahiplenici davranışlarda bulunulmak olarak tanımlanmaktadır (Forke ve ark., 2008). Brassard, Hart ve Hardy'ye (1993) göre psikolojik şiddet, "çocuklara kendilerinin değersiz, sevilmeyen, istenmeyen veya yalnızca başka birinin ihtiyaçlarını karşılamada değerli olduklarını aktaran tekrarlanan bir davranış modelidir" (s. 715). Duygusal şiddet olarak tanımlanabilecek eylemler genellikle ebeveynler, akrabalar ve bakım verenler tarafından gerçekleştirilir (s. 230). Ancak romantik ilişkilerde de sıklıkla karşılaşılmaktadır (Mazza ve ark., 2001; Forke ve ark., 2008). Mazza ve arkadaşları (1996) tarafından yapılan bir araştırmaya göre kadının partneri en az bir kez evden çıkmasını, arkadaşları veya ailesiyle görüşmesini veya telefon etmesini engellemiş, sürekli olarak ona isimler takmış veya onu küçük düşürmüş, onu öldürmekle tehdit etmiş veya fiili olarak onu öldürmeye teşebbüs etmiştir (Mazza ve ark., 1996). Aşırı korumacılık, tehditler, terörize etme, sert cezalar, aşağılama, reddetme, izolasyon, günah keçisi arama ve manipülasyon, duygusal istismar olarak kabul edilen davranışlardır (Glaser, 2002). Ayrıca bireylerin duygusal istismar ve ihmal ile ilgili

deneyimlerinin, özellikle duyguları tanımlama olmak üzere mevcut duygusal farkındalık seviyeleri ile de ilişkili olduğu bilinmektedir (Goldsmith ve Freyd, 2005).

Erkekler kötü duygulanımı yönetemediklerinde sağlıklı olmayan bir savunma mekanizması olarak duygusal şiddet taktiklerine başvurabilmektedirler. Bu duygusal şiddet davranışları güç gösterisi, günah keçisi ilan etme, kurbanı oynama, bahane üretme, gaslighting, duvar örme (stonewalling) vs. olmak üzere sıralanabilir (Hawkins, 2017).

Duran ve Eraslan (2019) tarafından Türkiye'nin Edirne şehrinde 586 kadın (40 yaş ve üzeri) katılımcıyla gerçekleştirilen araştırmada 215 (%36.3) kişinin duygusal şiddete (isim-lakap takma, bağırma, uzaklaştırma) maruz kaldığı gözlenmiştir. Etiyopya'da yapılan birçok araştırmanın derlendiği bir çalışmaya göre bu sayı eşin ya da yakın partnerin uyguladığı duygusal şiddet için %51.7 olarak saptanmıştır (Semahegn ve Mengistie, 2015). Türkiye'de gerçekleşen bir başka araştırmaya göre ise 1178 kadın katılımcının %77.9'u (n=918) hayatları boyunca en az bir şiddet türüne maruz kaldıklarını bildirmişlerdir. Bu şiddet türleri arasında kontrol davranışlarına maruz kalanların oranı %59.6 iken duygusal şiddete maruz kaldığını bildirenlerin oranı ise %39.7 olarak bulunmuştur (Akar ve ark., 2010). Özellikle Türkiye örneğinde yapılan çalışmalar dikkate alındığında duygusal şiddete maruz kalma oranlarının önemli ölçüde yüksek olduğu dikkat çekmektedir (Duran ve Eraslan, 2019; Akar ve ark., 2010). Bu sebeple duygusal şiddet ve türlerinin ölçme ve değerlendirmesinin yapılması önem arz etmektedir.

### **2.2.1. Duygusal Şiddet Türleri**

Bu bölümde duygusal şiddet türleri olarak literatürde yeni nesil şiddet kavramları olarak adlandırılan love bombing (aşk bombardımanı), ghosting (yok olma), stonewalling (duvar örme) ve gaslighting (sönümleme) kavramları incelenmektedir. Birçok araştırmada bu kavramların (Erdoğan ve Öztürk, 2018; Arabi, 2023; Korkmaz, 2022; Lancer, 2022) bir arada ya da aynı anlamda kullanıldığı görülmekte, bu sebeple farklılıkları ve benzerlikleri kapsamında her biri ayrı başlıklar altında ele alınmaktadır.

### 2.2.1.1. Love Bombing (Aşk Bombardımanı)

Love Bombing -Türkçe karşılığıyla aşk bombardımanı- terimi, bir ilişkinin başlangıcında, narsistik bir kendini geliştirme aracı olarak, başka birinin hayatı üzerinde güç ve kontrol elde etmek amacıyla aşırı ilgi ve iletişimin varlığı olarak tanımlanmaktadır (Strutzenberg, 2017). Terim ilk olarak 1970'lerde Amerika Birleşik Devletleri Birleşme Kilisesi üyeleri tarafından kullanılmıştır (Archer, 2017). Aşk bombardımanının aynı zamanda tarikatların kullandığı bir işe alım tekniği olduğu da düşünülmektedir (Hassan, 1988). Psikoloji alanında ise ilk olarak Klinik Psikolog Oliver James (2012) tarafından ebeveynlerin çocuklarındaki duygusal sorunları düzeltmelerinin bir yolu olarak; onlara kısıtlı zaman diliminde sevgi göstermek ve tam kontrol vermek ile açıklanan bir teknik olarak kullanılmıştır. Literatürde farklı anlamlarla kullanılmış olsa da günümüzdeki kullanım alanına internet kullanıcıları ile taşınmıştır (Archer, 2017). Ayrıca, modern teknolojinin ve çevrimiçi flört uygulamalarının yükselişinin bu zararlı ilişki kalıplarının yaygınlaşmasına katkıda bulunduğu keşfedilmiştir (Khattar, Upadhyay ve Navarro, 2023). Psychology Today blog yazarları (Degges-White, 2018; Griffiths, 2019; Owens ve Smith, 2022) bu terimi, narsist bireyin gün boyunca mesajlar, e-postalar, telefon görüşmeleri ve sosyal medya siteleri aracılığıyla sürekli iletişim kurarak sevgilisini "bombalama" eğilimini tanımlamanın bir yolu olarak ifade etmişlerdir (Strutzenberg, 2017). Güncel literatürde aşk bombardımanı narsist ilişkinin başlangıç evresi olarak karşımıza çıkmaktadır (Stranieri, Stefano ve Greco, 2021; Perrotta, 2020). Ayrıca birçok çalışmada gaslighting davranışından önce kurbanı tuzağa düşürmek için bir araç olarak kullanıldığından bahsedilmektedir (Hayes ve Jeffries, 2016; Sarkis, 2018). Kurbanın bakış açısından aşk bombardımanı deneyimi keyifli ama aynı zamanda kafa karıştırıcı olarak tanımlanmaktadır (Klein, Li ve Wood, 2022).

Narsistik ilişki üç evreyi takip eder; aşk bombardımanı (love bombing), sönümleme (gaslighting) ve terk etme (Stranieri, Stefano ve Greco, 2021; Perrotta, 2020). Aşk bombardımanı narsistik ilişkinin ilk aşamalarının en karakteristik özelliği olsa da (Stranieri, Stefano ve Greco, 2021; Klein, Li ve Wood, 2022) failer zaman zaman daha sonraki aşamalarda aşk bombardımanı davranışlarına geri dönebilmektedirler. Bu tekrarlayan aşk bombardımanı, bir ilişki sürdürme stratejisi olarak hareket eder, mağdurlar için gaslighting gibi duygusal şiddetin bazı olumsuz sonuçlarını dengelemeye, mağdurların kafasını karıştırmaya ve mağdurların faileri ve ilişkiyi

olumlu görmeye motive etmek için yardımcı olacağı düşünülmektedir (Klein, Li ve Wood, 2022; Sarkis, 2018).

Knott'a (2023) göre, narsistik özelliklere sahip bireylerin uzun süreli partnerleri sıklıkla zorlu ilişki dinamikleri ve duygusal manipülasyonla karşı karşıya kalmaktadır. Bu durum, bu tür toksik davranışların tuzağına düşmekten kaçınmak için ilişkilerde bu tehlike işaretlerini tanımanın önemini vurgulamaktadır. Aşk bombardımanını gerçek ilgi ve sevgiden ayırt etmek için davranışın altında yatan sebebi incelemek gerekmektedir. Aşk bombardımanı sırasında narsist eğilimli kişi övgü, hediyeler ve aşırı hayran davranışlarla kurbanı etkilemeyi amaçlamaktır (Hawkins, 2017). Bu şekilde güç ve kontrol sağlama hedefi (Strutzenberg, 2017) Kant'ın ahlak felsefesine göre "davranışın niyete göre tanımlanabileceği" ilkesi doğrultusunda (Kant, 2013: 33) bu davranışı şiddet bağlamında değerlendirmeyi kolaylaştıracaktır.

Özetle aşk bombardımanı daha önce bahsedildiği gibi özellikle narsist ilişki paternlerinde partnerin kendisine ve ilişkiye olan bağlılığını arttırma ve kesinleştirme amacıyla narsist bireyin partnerine aşırı ilgi ve sevgi göstermesi durumudur. Ayrıca bu durum gaslighting gibi şiddet davranışlarını sürekli kılmak amacıyla ara ara uygulanmaya devam edilmesi sebebiyle incelenmesi önemli bir kavramdır.

#### **2.2.1.2. Ghosting (Yok Olma)**

İnsanlar birbirleriyle arkadaşlık ilişkisi ya da romantik ilişkiler gibi birçok çeşitli çerçevede iletişim kurarlar ve bu iletişimlerine son verirler. Günümüzde dijital çağın da etkisiyle insanların birbirleriyle iletişim kurma araçlarından biri çeşitli internet siteleri olmuştur (Pancani, Aureli ve Riva, 2022). Özellikle gençler, bu şekilde kurdukları ilişkileri bitirmek için modern teknolojiden yararlanmaya başlamışlardır (Meenagh, 2015). Ayrılmalar, ilişki çerçevesinin ne olduğu fark etmeksizin bireylerde kaygı ve öfke gibi duyguların yanı sıra iştah azalma, uyku güçlüğü gibi fiziksel semptomlar yaratabilir (Hewitt ve Baxter, 2015; Morris ve Reiber, 2011). Bu faktörler ilişkinin nasıl bittiği ile ilişki içerisindedir. Partnere artık onunla ilgilenmediğinizi söylemek veya "ghosting" olarak adlandırdığımız, sosyal ağlar yoluyla sağlanan etkileşimleri ortadan kaybolana kadar azaltmak, yüz yüze ayrılma stratejisinden daha kolay ve güvenli olabilir (Pancani, Aureli ve Riva, 2022). "Ghosting", "hayalet" anlamına gelen "ghost" isminden gelir (Navarro, Larrañaga, Yubero ve VÍllora, 2020)

ve dilimize “yok olma” olarak çevrilmiştir (Korkmaz, 2022). Bu ifade ilk olarak 2016 yılında ‘Urban Dictionary’de yer almıştır. Ghosting bir veya birden fazla teknolojik ortam aracılığıyla yaygın olarak yürürlüğe giren; telefonla ya da mesajla iletişimi kesmek, takipten çıkartmak, engellemek gibi aniden veya kademeli olarak ilişkinin sonlanmasına yol açan, tek taraflı erişim anlamına gelir (LeFebvre, 2017; Freedman ve ark., 2018). Özetle ghosting "biriyle tüm iletişimi keserek aniden bir ilişkiyi bitirmenin bir yolu" olarak açıklanmıştır (Cambridge Dictionary, t.y.).

Flört ilişkilerinde ghosting davranışının yaygınlığına yönelik kısıtlı sayıda araştırma olduğu dikkat çekmektedir. Freedman ve arkadaşlarının Amerika popülasyonunda 554 katılımcıyla yaptığı araştırmaya göre, (ortalama yaş 33.86, standart sapma= 10.62; cinsiyete göre dengeli) katılımcıların %25.3’ü ghostingi mağdur olarak deneyimlediklerini %21.7’si ise bu şiddet türünü uyguladıklarını bildirmişlerdir.

Aynı araştırmaya göre genellikle mağdurlar neler olduğunun farkında değillerdir ve iletişimin kesilmesinin nedenini kendileri araştırmak zorundadırlar. Fail ile iletişim kuramamak mağdurda ayrılıkla ilgili nedensizliğe ve ayrılık için kendisini suçlamasına sebep olacak belirsizlik hissine yol açabilir (LeFebvre, 2017). Ayrıca ghostinge maruz kalmanın güven kırıcı, terk edilmiş ve reddedilmiş hissetme gibi etkileri vardır (Timmermans, Hermans ve Opre, 2021).

Her ne kadar akademik çalışmalar çoğunlukla ghostingin kişiler üzerindeki olumsuz etkilerine dair yapılsa dahi failin bu şiddet türünü gerçekleştirmedeki motivasyonun da değerlendirildiği araştırmalar vardır. Koessler (2018) tarafından 18-35 yaş arası 595 katılımcıyla gerçekleştirilen araştırmaya göre yok olan kişilerin bu davranışı gerçekleştirmedeki motivasyonları kötü kişi olmakla yüzleşmek istememek, ayrılık konuşmasından kaçınarak partnerinin duygularını incitmek istememek ve en kolay çözüm yolu olarak ortadan kaybolmayı tercih etmek olarak sıralanmaktadır. Timmermans ve ark. (2021) tarafından mobil buluşma uygulaması kullanan 328 (%62.8 kadın; %86 heteroseksüel) katılımcıyla gerçekleştirilen nitel araştırmaya göre ise failin karşısındaki kişiyi çok sıkıcı, çok çabuk aşık olan ya da bağlanmak ile ilgili bir sorunu olan biri olarak değerlendirmesi; partnerin istenmeyen hareket ve davranışlarının olması, bu bağlamda mağduru saldırgan, saygısız, ırkçı, istenmeyen cinsel içerikli mesajlar atan biri olarak tanımlaması; beklentiden düşük bir buluşma yaşayıp karşısındaki kişiyi çekici bulmaması yok olma davranışının motivasyonları arasında sayılmaktadır. Ayrıca failler reddetme sebepleri karşı taraftan kabul

edilmediği için son çare olarak bu şiddet türüne başvurduklarını bildirmişlerdir (Timmermans ve ark., 2021).

Sıklıkla narsist partner tarafından uygulandığı gözlenen bu şiddet türünün (Korkmaz, 2022) kısa ve uzun dönem ilişkilerde farklılık gösterdiği ve kısa dönem ilişkilerde yok olma davranışının mağdur açısından daha kabul edilebilir bulunduğu gözlenmiştir (Freedman ve ark., 2018). Kişilik özelliklerine göre incelediğimizde ghosting faili diyebileceğimiz narsist bireylerin kaçınan bağlanma stiline sahip olduğu gözlenirken (Powell ve ark., 2021; Smolewska ve Dion, 2005; Blatt ve Levy, 2003; Popper, 2002; Brennan ve Shaver, 1998) mağdurların birçoğunun kaygılı bağlanma stiline sahip olduğu gözlenmiştir (Powell ve ark., 2021). Dolayısıyla kişilik özellikleri ve bağlanma stillerinin bu şiddet türünü uygulama ya da buna maruz kalma açısından bir risk olarak değerlendirilebileceği düşünülmektedir.

Özetle ghosting (yok olma) çeşitli motivasyonlarla bir ilişkiyi bitirmek için kullanılan çevrim içi bir ayrılık taktiğidir. Bu taktik ile uygulayıcı bir ilişkiyi bitirmenin ve buna dair bir konuşma yapmanın sorumluluğundan kaçınmakta ve doğrudan ortadan kaybolmayı seçmektedir. Partnerin herhangi bir açıklama yapmadan ve sebep belirtmeden aniden iletişimi kesmesi ve mevcut iletişim kanallarını kapatması bu şiddet türüne maruz kalan kişilerde çeşitli rahatsızlıklar oluşturabilmektedir.

### **2.2.1.3. Stonewalling (Duvar Örme)**

Stonewalling, Türkçe karşılığı ile “Duvar Örme” davranışı partnerlerden birinin iletişim esnasında o etkileşimden çekilmesini ifade eder (Gottman, 2000). Duvar örme, partnerlerin hem olumlu hem de olumsuz ilişki etkileşimlerinden geri çekildiği ve partnerlerinin onları etkilemesini engellemek için bir "taş duvar" oluşturduğu, bozulmuş bir ilişki sürecini temsil eder (Busby ve Holman, 2009). Bir partner, çok az geri bildirimle veya hiç geri bildirim olmadan, göz temasıyla veya konuşmaya katkı olmadan iletişim kurmak olarak tanımlanan çatışmadan çekildiğinde – bir başka deyişle duvar ördüğünde – ilişkinin sona ermesine doğru giden yol açılmaktadır (McNelis ve Segrin, 2019). Duvar örmek, bilgi akışını stratejik olarak engelleyen ve geciktiren işbirlikçi olmayan iletişimdir (Smithson ve Venette, 2013). Yalnızca bir taraf "tüm konuşmayı yapıyorsa" duvar örmeye dair bir kanıt vardır ve burada iletişim asimetrisinden bahsedilebilir (Garimella, Weber ve Dal Cin, 2014). Ancak, duvar

örme ve sessizlik Smithson ve Venette (2013) tarafından ayrı kriz tepkileri olarak sınıflandırılmaktadır. Sessizlik, bir tepkiyi saklamayı ve kontrolü bırakmayı içeren pasif bir tepki iken duvar örme sessizliğin aksine bir yanıtı reddetmeden veya kontrolü bırakmadan bilgiyi saklamayı içeren aktif bir tepkidir (Smithson ve Venette, 2013).

Duvar örme ne ilişkinin ne de partnerin, ilişki için mücadele etmeye ya da çabalamaya değmeyeceğini belirtmektedir (McNelis ve Segrin, 2019). Pastron (2019) her türlü ilişkide iletişimin önemini vurgulayarak bireyler arasındaki dinamikleri nasıl etkileyebileceğinin altını çizmektedir. Bu davranışlardan kaynaklanan ilişkisel hasar göz önüne alındığında, mevcut araştırmalar, bireylerin bağlanma yönelimlerinin incelenmesinin, eleştiriyi, savunmayı, küçümsemeyi ve duvar örme öngören faktörlere ilişkin içgörü kazanmada yararlı bir başlangıç noktası olabileceğini ileri sürmektedir (Fowler ve Dillow, 2011).

Özetle stonewalling yani duvar örme davranışı partnerin bir tepki olarak iletişim kanallarını kapatması, bunu fiziksel bir dille yansıtması ve soyut bir duvar örmesi olarak adlandırılabilir. Ghosting (yok olma) şiddet türünün fiziksel ortamdaki karşılığı ya da duygusal bir yok olma olarak da değerlendirilebilir.

#### **2.2.1.4. Gaslighting (Sönüleme)**

Gaslighting, mağdurlara "gerçeküstü" bir kişilerarası ortam yaratarak kendilerini "deliriyor" gibi hissettirmeyi amaçlayan bir psikolojik şiddet türüdür (Sweet, 2019). Fail olayların çarpık bir versiyonunu yaratarak mağdurun benlik duygusunu zayıflatır (Ayers, 2020) ve kişinin algılarında, deneyimlerinde, olayları anlamasında veya genel olarak gerçeklik anlayışında şüphe uyandıran bir manipülasyon biçimi uygulamaktadır (Trächtler, 2022). Ayrıca manipülatör, kurbanı korkutarak, suçlu hissettirerek veya utandırarak onun duygulanımları, düşünceleri ve davranışları üzerinde kontrol sahibi olabilecek bir konuma taşınmaktadır (Dorpat, 1996).

Gaslighting terimi, Patrick Hamilton'un 1938 tarihli melodramı olan "Gas Light"tan türemiştir; bu oyun, karısını delirtmeye çalışan bir kocayı konu alır (Philips, 2021). Oyun daha sonra Dickinson (1940) tarafından aynı isimle beyaz perdeye uyarlanmıştır. Gaslight, psikolojik istismara veya "gaslighting"e odaklanan ilk Hollywood aile içi şiddet filmidir (Shoos, 2017). Kavram, Ingrid Bergman ve Charles Boyer'in baş

rollerini paylaştığı 1944 yapımı Gaslight filmi (Cukor, 1944) ile daha fazla popülerlik kazanmıştır (Philips, 2021). Hikayede genç Paula iki haftalık büyük aşkı Gregory Anton ile evlenir ve öldürülen teyzesinin Londra'daki evine taşınır. Paula zamanla kaybolan eşyaları, tavan arasından gelen sesler ve bir kısılıp bir açıldığını düşündüğü gaz lambaları yüzünden akıl sağlığını kaybettiğini düşünmeye başlar çünkü bu olanlar eşi ve evdeki diğer hizmetliler tarafından görülmüyor ve duyulmuyordur. Eşi Gregory bu konuda ona destekleyici bir tavır sergiliyor gibi gözükse de Paula'nın akıl sağlığının yerinde olmadığını ve hasta olduğunu söyleyerek onu sürekli istirahat etmek üzere evde tutmaya çalışır ve insanlarla görüşmesinin önüne geçerek bilgi alma kanallarını kapatır. Zamanla kaybolan ya da yerleri değişen eşyaların ve tavan arasındaki ayak seslerinin sorumlusunun -teyzenin katili olduğu öğrenilen- Gregory olduğu ve amacının yalnızca teyzesinin mücevherlerine daha kolay ulaşabilmek için Paula'yı ortadan kaldırmak olduğu anlaşılır (Cukor, 1944).

Gaslighting aslında 1960'larda, psikologların bu ifadeyi “hedefi korku ve dehşet yoluyla kurbanın zihnini kontrol etmek” olan bir psikolojik istismar biçimini tanımlamak için kullanmaya başlamasıyla yerel dile girmiştir (Jacobson and Gottman 1998 akt. Shoos, 2017). Geniş tanımıyla gaslighting, tarikatlarda ve totaliter toplumlarda düşünce reformu, zihin kontrolü veya beyin yıkama olarak adlandırılan şey için kullanılan en önemli yaklaşımlardan biridir (Dorpat, 1996). Bugün gaslighting terimi hem siyasette hem de kişilerarası ilişkilerde şiddete meyilli bireylerin başkalarının zihinlerini manipüle etme stratejilerini tanımlamak için kullanılan ve giderek yaygınlaşan bir terimdir (Sweet, 2019). Çeşitli kaynakların dikkatli bir şekilde incelenmesiyle, gaslightingın yeni bir olgu olmadığı, aksine insanlık tarihinin yaygın bir parçası olduğu ortaya çıkmaktadır. Şiddetin konu olduğu bazı ilişkilerde gaslighting kurbanı manipüle etmek ve kontrol etmek için bir araç olarak kullanılmaktadır (Knapp, 2020). Bu taktik, failin mağdurun kendi gerçekliğini sorgulamasını sağlamak için gaslighting kullandığı çok sayıda yakın partner şiddeti vakasında görülmüştür (Hailes, 2022). Gaslightingın kökleri cinsiyet de dahil olmak üzere sosyal eşitsizliklerden kaynaklanır ve kurbanların gerçeklerini manipüle etmek için güç yüklü yakın ilişkilerde uygulanmaktadır (Sweet, 2019). Yakın partner şiddetinde gaslighting, bu toksik davranışın orijinal ve paradigmatic durumu olarak kabul edilmektedir. Gaslighting aynı zamanda birinin kendisinden şüphe etmesini amaçlayan sistematik manipülasyonu tanımlamak için kullanılan bir terim olarak

günlük dile de girmiştir (Manne, 2020). Gaslighting bilinçli veya bilinçsiz olarak yapılabilir. Gaslightingın ve kişilerarası kontrolün diğer gizli yöntemlerinin iki tanımlayıcı özelliği şunlardır: (1) bir bireyin başka bir bireyin duyguları, düşünceleri veya faaliyetleri üzerinde kontrol uygulamaya çalıştığı bir manipülasyondur ve (2) bu uygulama gizlice gerçekleştirilir ve açıkça veya doğrudan düşmanca, taciz edici, zorlayıcı veya korkutucu değildir (Dorpat, 1996). Gaslighting, zararlı davranışın odağını almak için birtakım mazeretler, saptırmalar ve gerekçeler kullanılmasıdır. "Ben öyle hatırlamıyorum. Sanırım her şeyi karıştırdın, her zaman yaptığın şey de bu." (Hawkins, 2017).

Çeşitli gaslighting türlerinin ortak iki tanımlayıcı özelliği vardır. Birincisi, bireyin bilişsel becerilerine olan güvenini zedeleme veya yok etme girişimidir. Bu ilk amaca ulaşıldıktan sonra ikinci amaç mağdurun duygu, düşünce ve davranışları üzerinde kontrol sağlamaktır (Dorpat, 1996). Gaslighting temelde sosyal bir olgudur ancak psikoloji araştırmalarında bu kavrama daha sık rastlanmaktadır. Spesifik olarak gaslighting, temeli toplumsal eşitsizliklere -özellikle cinsiyet ve cinselliğe dayandığında ve güç odaklı yakın ilişkilerde uygulandığında daha etkili olmaktadır. Failler, yakın ilişki içinde oldukları kurbanlara karşı toplumsal cinsiyete dayalı kalıp yargıları, yapısal eşitsizlikleri ve geleneksel kırılmalıkları seferber ettiklerinde, gaslighting yalnızca etkili olmakla kalmaz, aynı zamanda yıkıcı da olur (Sweet, 2019).

Failin mevcut ve gelecekteki taciz davranışlarının göz ardı edilmesine ve aynı zamanda mağdurların kendilerini faillere karşı borçlu hissetmelerine zemin hazırlamak amacıyla uygulanan love bombing (aşk bombardımanı) bu davranış paternine sıklıkla eşlik eder (Klein ve ark., 2022). Sarkis (2018) bunun normal ilişki başlangıçlarının "abartılmış" bir versiyonu olduğundan bahsetmektedir. Bu iki şiddet türünün bir arada görüldüğü gözlemlenen narsist ilişkiler üç evreden oluşmaktadır: aşk bombardımanı (love bombing), gaslighting ve değersizleştirme, ayrılma (Korkmaz, 2022). Aşk bombardımanının ardından fail, mağduru arkadaşlık ilişkilerini sorgulatmak, kıskançlık vb. yollarla izole ederek failin davranışı ile ilgili bilgi alma kanallarını kapatır. Mağdurda kafa karışıklığına sebebiyet veren tutarsız ve öngörülemez davranışların yanı sıra -her zaman görülme de- mağdurun davranışlarını kontrol etmek amacıyla olağan duygusal tepkilere cezalandırıcı bir duygusal soğuklukla karşılık verilebilir (Klein ve ark., 2022). Gaslighting şiddet türünde, fail misillemelerden ve duvar örmekten duyduğu sıkıntının yalnızca küçük

rahatsızlıklara verilen mantıksız tepkiler olduğunu söyleyerek mağdurda bilişsel uyumsuzluk yaratır (Ahern, 2018).

Sweet'e (2019) göre, gaslighting şiddet türünde fail ve mağdurun cinsiyet ayrımının genelleniyor olması iki temel sebebe dayanmaktadır. Birincisi, gaslighting, güç eşitsizliği olan yakın ilişkilerde uygulandığında bir "gerçeküstülük" ortamı yaratarak işe yarar. İkincisi, failer harekete geçtiğinde, toplumsal cinsiyete dayalı stereotipler, kesişen eşitsizlikler ve mağdurlara karşı kurumsal zayıflıklar -bireylerin resmi bir otoriteye tabi olduğu ve rızasının doğrudan veya dolaylı olarak zorlanabildiği durumlar- olduğunda, gaslighting işe yarar. Bu ikinci nokta kritiktir çünkü kadınlar tipik olarak erkekleri sönmölemek için gerekli kültürel, ekonomik ve politik sermayeye sahip değildir; bu nedenle sönmöleme (gaslighting) cinsiyetlendirilmiş bir olgudur (Sweet, 2019). Gaslighting mağduru bireylerin büyük çoğunluğu partneri tarafından "deli", "aşırı duygusal", "aşırı hassas" veya "aşırı tepki gösteren" olarak etiketlendiklerini bildirmişlerdir. Ayrıca failer mağdurların yetersiz oldukları bir konuda herhangi bir kanıt olmaksızın onları suçlayarak kendilerinden şüphe etmelerini sağlarlar ve bu durum genellikle mağdurun gerçek olmayan bir sorunu düzeltme umuduyla özür dilemesi ile sonuçlanır (Klein ve ark., 2022).

Özetle gaslighting sıklıkla aşk bombardımanı ile başlayan ve failin mağduru kontrol etmek amacıyla akıl sağlığından şüphe etmesini ve gerçekliğini sorgulamasını sağlayacak manipülatif davranışlarda bulunduğu bir şiddet türüdür. Bu şiddet türünde mağdur kendini sıklıkla sorgularken ve özür dilerken bulur.

#### *a) Gaslighter Kişilik Özellikleri*

Gaslighterların kişilik özellikleri, kurbanlarının istikrarını bozmak ve onların duyularına ve gerçeklik algılarına olan güvenlerini zayıflatmak amacıyla yanlış beyanlarda bulunan, kurbanları tarafından yapılan gerçek ifadeleri inkar eden bireyler tarafından karakterize edilir (Irigaray ve ark., 2023). Gaslighterlar genellikle subklinik psikopatolojinin veya "neredeyse psikopatların" göstergesi olan akıcı konuşma, patolojik yalan söyleme, yüzeysel çekicilik ve empati eksikliği gibi davranışlar sergilerler (Christensen ve Evans-Murray, 2021). Gaslighting, yalnızca yakın ilişkilerde gücü korumak veya kazanmak için değil, aynı zamanda Beyaz üstünlüğü, ataerkillik, heteronormativite ve transfobinin güç yapılarını desteklemek için de

kullanılır, bu da gaslighting yapanların kişilik özelliklerine daha geniş bir sosyolojik ve politik boyuta işaret eder (Johnson ve ark., 2021). Ayrıca, gaslighting öncelikle psikoloji alanında kişilerarası ilişkiler içerisinde yer alan bir olgu olarak kavramsallaştırılmakta ve etkisi işyeri dinamikleri, hemşirelik akademisi gibi çeşitli alanlara uzanmaktadır (Ahern, 2018; Sebring, 2021; Darbyshire ve ark., 2019). Gaslighterların kişilik özellikleri aynı zamanda cinsiyet yönleriyle de bağlantılıdır; çalışmalar gaslightingın cinsiyet özelliklerine ve gaslighterın sözlü ve sözsüz manipülasyon karakteristiğinin tanımlanmasına odaklanmaktadır (Rudenok ve ark., 2021). Gaslighter olayların çarpık bir versiyonunu yaratarak mağdurun benlik duygusunu zayıflatır (Ayers, 2020). DSM’de tanımı olmasa da gaslightingın dürtüsel davranış örüntüsü ile karakterize olan B kümesi kişilik bozukluklarına benzeyebildiği düşünülmektedir. Ayrıca bu tip kişilik bozukluklarına sahip bireylerde kendisi dışında herkesin deli ya da problematik olduğuna inanma gibi gaslightinge çok benzer paterndeki egosintonik düşünce kalıplarının görülebildiği bilinmektedir (Sarkis, 2018). Miano ve arkadaşları (2021) tarafından 268 genç yetişkin (%49.25 erkek, %50.75 kadın) ile, Stern (2007) tarafından gaslighting deneyimi ölçmek için önerilen orijinal evet/hayır sorularına dayanan 20 maddelik bir anket kullanılarak gerçekleştirilen araştırmaya göre; istismarcılar için, uzaklaşma, disinhibisyon ve psikotizmin gaslighting davranışlarıyla pozitif olarak ilişkili olduğu saptanmıştır (Miano ve ark., 2021).

Özetle, gaslighterların kişilik özellikleri manipülasyon, inkar, empati eksikliği ve kurbanlarının güvenini ve gerçekliğini baltalamak için güç dinamiklerini kullanma gibi bir dizi davranışı kapsar. Bu özelliklerin yalnızca kişilerarası ilişkilerde değil aynı zamanda daha geniş sosyolojik, politik ve profesyonel bağlamlarda da etkileri vardır.

#### *b) Mağdurun Kişilik Özellikleri*

Gaslightingın mağdurlar üzerindeki psikolojik etkisi, manipülasyon ve duygusal istismar ile karakterize edilir ve bu da eylemlilik, güven ve zihinsel istikrar kaybına yol açmaktadır (Klein, 2023). Gaslighting, mağdurların gerçekliklerinden şüphe etmelerine neden olarak kafa karışıklığı hissine, duygusal dengesizliğe ve hatalı olma hissine yol açmaktadır (Kurniawan ve Limanta, 2021). Mağdurun gerçekliğinin bu şekilde kasıtlı olarak baltalanması, mağdurun kendi akıl sağlığını ve benlik duygusunu

sorgulamasını sağlayarak mağdurların hatalı hissetmesine ve kendi akıl sağlığını sorgulamasına neden olan gerçeküstü bir ortam yaratmayı amaçlamaktadır (Kurniawan ve Limanta, 2021). Saldırganın belirli bir kurbanı hedef alması nedeniyle gaslighting genellikle bir niyet duygusuyla gerçekleştirilir ve bu da kişinin deneyimlerine ve algılarına olan güven kaybına yol açar (Wozolek, 2021). Gaslightingın mağdurlar üzerindeki etkileri zihinsel sağlık, öz saygı ve öz görüş dahil olmak üzere çeşitli alanlara uzanır (Dickson ve ark., 2023). Gaslighting, benlik saygısı ve zihinsel sağlık üzerinde olumsuz etkilerle ilişkilendirilerek yabancılaşma ve güvensizliğe yol açmaktadır (Tobias ve Joseph, 2018). Dahası, gaz aydınlatma kişinin deneyimlerine olan güveninin kaybolmasına yol açarak mağdurların kendi akıl sağlığından ve epistemik yeterliliğinden şüphe etmesine neden olabilir (Kirk-Giannini, 2022). Gaslighting, kadınların akıl sağlıklarından şüphe duymasını sağlamanın ve kişisel avantajı güvence altına almanın bir yolu olarak öne sürüldüğü için cinsiyetçi imalara da sahip olabilir (Jones, 2022). Ek olarak, aşırı vicdanlılık, nevrotiklik, düşük özgüven, deneyimsizlik, duygusal bağımlılık ve aşırı entelektüelleşme gibi özelliklerin, gizli duygusal istismara karşı savunmasızlığa katkıda bulunarak bireyleri gaslighting kurbanı olmaya daha duyarlı hale getirdiği ileri sürülmüştür (Bhatti ve ark., 2021). Yakın ilişkilerdeki heyecan verici davranışlar hem istismarcılarda hem de hayatta kalanlarda işlevsiz kişilik özellikleriyle bağlantılıdır ve bu da bu tür istismarı önlemek için müdahalelere ihtiyaç olduğunu gösterir (Miano ve ark., 2021).

Özetle, gaslighting kurbanlarının kişilik özellikleri, manipülasyonun, duygusal istismarın ve gerçekliklerinin kasıtlı olarak baltalanmasının psikolojik etkisini kapsamakta ve bu da eylemlilik, güven ve zihinsel istikrar kaybına yol açmaktadır. Gaslightingın cinsiyetle ilgili sonuçları olabilir ve kafa karışıklığı, duygusal dengesizlik ve hatalı olma hissine yol açabilir.

### **2.2.2. Duygusal Şiddete Maruz Kalmanın Etkileri**

Duygusal şiddete maruz kalmanın, çeşitli bağlamlarda bireyler üzerinde önemli ve geniş kapsamlı etkileri olduğu bulunmuştur. Araştırmalar aile içi şiddete maruz kalan çocukların sıklıkla psikolojik, duygusal, davranışsal, sosyal ve akademik sorunlar yaşadıklarını göstermiştir (Kitzmann ve ark. 2003). İşyerinde sözlü taciz gibi duygusal şiddet, sağlık çalışanları arasında duygusal tükenme, iş tatmininde azalma ve işe

bağlılık gibi olumsuz sonuçlarla ilişkilendirilmiştir (Cao ve ark., 2023). Ek olarak duygusal şiddetin, uyuşturucu kullanımı ve intihar girişimleri gibi zihinsel sağlık sonuçları üzerinde fiziksel şiddete benzer zararlı etkilere sahip olduğu bulunmuştur (Havaei ve MacPhee, 2020). Duygusal şiddetin etkisi çocukluğun ve işyerinin ötesine uzanmaktadır. Araştırmalar, duygusal istismar da dahil olmak üzere şiddete maruz kalmanın hem kısa hem de uzun vadede çeşitli fizyolojik, duygusal ve davranışsal sorunlara yol açabileceğini göstermiştir (Mabanglo, 2002). Dahası, duygusal istismar, anksiyete, kronik depresyon ve travma sonrası stres bozukluğu dahil olmak üzere psikolojik sağlık üzerindeki olumsuz etkilerle ilişkilendirilmiştir (Vinayak ve ark., 2015). Yakın ilişkiler bağlamında duygusal şiddete maruz kalma, kadınlarda depresif belirtiler, yetersizlik duyguları, duygu düzenlemede zorluk, sosyal izolasyon ve fiziksel sağlık sorunlarıyla ilişkilendirilmiştir (Kesici ve Büyükeskil, 2021). Duygusal şiddetin yakın ilişkilerdeki etkisi önemli ve kalıcıdır. Yakın partner şiddetinin bir biçimi olan duygusal istismar, psikolojik travma, duygusal düzenlemenin bozulması ve fiziksel ve zihinsel sağlık üzerinde olumsuz etkiler dahil olmak üzere çeşitli olumsuz sonuçlara yol açabilir (Herbert ve ark., 2020; Mueller ve Tronick, 2019). Üstelik yakın ilişkilerdeki duygusal şiddet, çocuklar üzerinde zararlı etkiler yaratarak sosyo-duygusal ve nörolojik gelişimlerini etkileyebilir (Mueller ve Tronick, 2019; Le ve Nguyen, 2022). Araştırmalar yetişkinlik depresyonunun (Gibb, Butler ve Beck, 2003; Gross ve Keller, 1992; Steinberg, Gibb, Alloy ve Abramson, 2003), intihar eğiliminin (Bifulco, Moran, Baines, Bunn, ve Stanford, 2002), kaygının (Harkness ve Wildes, 2002; Kent ve Waller, 1998), disosiyasyon (Harkness ve Wildes, 2002) ve üniversite öğrencileri arasında alkol ve madde kullanımının (Jelley, 2003) duygusal şiddetle ilişkili olduğunu göstermiştir. Ayrıca duygusal şiddetin etkileri yalnızca bireysel refahla sınırlı kalmayıp toplumsal sonuçlara da yayılmaktadır. Örneğin, duygusal şiddete maruz kalma, silahlı çatışma bağlamında bireyler arasında artan şiddet, duygusal sıkıntı ve travma sonrası stres düzeyleriyle ilişkilendirilmiştir (Le ve Nguyen, 2022). Ayrıca, silahlı şiddete maruz kalan çocukların yaşadığı şiddete karşı duyarsızlaşma ve olumsuz psikolojik etkiler, duygusal şiddetin daha geniş toplumsal etkisini vurgulamaktadır (Garbarino ve ark., 2002).

Sonuç olarak, duygusal şiddete maruz kalma; çocukluk, işyeri, yakın ilişkiler ve silahlı çatışma bağlamı da dahil olmak üzere çeşitli ortamlarda bireyler üzerinde sürekli olarak çok çeşitli zararlı etkilerle ilişkilendirilmiştir. Bu etkiler psikolojik, duygusal,

davranışsal ve sosyal boyutları kapsamakta olup, duygusal şiddetin bireyler ve toplum üzerindeki yaygın ve derin etkisinin altını çizmektedir.

### **2.3. Gaslighting ile ilgili Araştırmalar**

Manipülatif bir psikolojik şiddet biçimi olan gaslighting, bireyler üzerindeki yaygın etkisi nedeniyle çeşitli disiplinlerde ilgi görmüştür. Gaslighting üzerine yapılan araştırmalar bunun yaygınlığını, etkisini ve cinsiyet dinamiklerini araştırmıştır. Gaslighting deneyimlerindeki cinsiyet oranları, bu olgunun cinsiyete dayalı doğasını vurgulayan çalışmalarla odak noktası olmuştur. Örneğin Bates (2020), özellikle yakın partner şiddeti bağlamında gaslightingın cinsiyetçi yönünü vurgulayarak erkeklerin kadınları kontrol etmek için gaslighting kullanımına ışık tutmuştur (Bates, 2020). Ayrıca Sweet (2019), gaslighting deneyimlerinin cinsiyete özgü doğasının altını çizerek, kadınlara karşı gaslighting taktiklerini özellikle zararlı hale getirmek için toplumsal cinsiyet stereotiplerinin nasıl kullanılabileceğini ve bunun sürdürülmesinde cinsiyet stereotiplerinin zararlı etkilerini tartışmıştır. Cinsiyet oranlarına ek olarak, gaslighting araştırmalarına katılanların sayısı da çalışmalar arasında değişiklik göstermektedir. Örneğin, Kukreja ve Pandey (2023), işyerinde gaslightingı ölçmek için, belirli bir bağlama odaklanıldığını ve gaslighting deneyimlerinin özel olarak değerlendirilmesi ihtiyacını belirten bir ölçek geliştirmiştir. Benzer şekilde Wozolek (2018), gaslighting olgusunu açığa çıkarmak için otoetnografik yöntemler kullanarak okul bağlamında gaslighting deneyimlerini LGBTQ+ perspektifinden açıklamıştır (Wozolek, 2018). Bu çalışmalar, gaslighting araştırmasındaki çeşitli katılımcı örneklerini ve ortamlarını ortaya koyarak bu konunun çok boyutluluğunu yansıtmaktadır.

Gaslighting çalışmalarında kullanılan araştırma yöntemleri, niteliksel ve niceliksel yöntemler de dahil olmak üzere çeşitli yaklaşımları kapsamaktadır. Örneğin, March ve ark. (2023), önceden kayıtlı niceliksel bir yaklaşım kullanarak kişilik özellikleri ile yakın ilişkilerde gaslighting taktiklerinin kabulü arasındaki ilişkileri araştırmak için bir çalışma yürütmüştür. Bu çalışmaya göre yakın ilişkilerde gaslighting taktiklerini kabul ile tüm karanlık dörtlü kişilik özellikleri (büyüklenmeci narsisizm, savunmasız narsisizm, makyavelist taktikler, makyavelist görüşler, birincil psikopati, ikincil psikopati ve sadizm) arasında güçlü bir ilişki olduğu saptanmıştır. Ayrıca cinsiyet

faktörüne göre gaslighting taktiklerini uygulamanın kabul edilebilirliği incelendiğinde ise erkeklerin kadınlara nazaran yakın ilişkilerde gaslighting taktiklerini uygulamayı kabul etme oranlarının anlamlı derecede yüksek olduğu belirlenmiştir (March ve ark., 2023). Bu metodolojinin tersine, Riggs ve Bartholomaeus (2018), transseksüel çocukların ebeveynlerini içeren klinik etkileşimlerdeki potansiyel gaslighting örneklerini niteliksel olarak inceleyerek klinisyenlerin gaslighting nasıl tanımlayabileceklerini ve buna nasıl tepki verebileceklerini tartışmaktadır (Riggs ve Bartholomaeus, 2018). Bu metodolojik farklılıklar, gaslighting deneyimlerinin karmaşıklığını yakalamak için kapsamlı yaklaşımlara olan ihtiyacın altını çizmektedir. Sonuç olarak, gaslighting araştırmaları cinsiyet oranlarına, katılımcı sayılarına ve araştırma yöntemlerine değinerek bu olgunun çok yönlü doğasına ışık tutmaktadır. Gaslighting deneyimlerinin cinsiyete dayalı yönü, çeşitli katılımcı örnekleri ve toplu olarak kullanılan çeşitli araştırma metodolojileri, farklı bağlamlarda gaslighting'in kapsamlı bir şekilde anlaşılmasına katkıda bulunmaktadır. Ancak yine de bu alandaki literatür çok kısıtlı olduğundan gelecek araştırmaların önünü açmak amacıyla geliştirilecek psikometrik ölçme araçlarının varlığı ekstra önem arz etmektedir.

#### **2.4. Gaslighting Araştırmalarında Kullanılan Ölçüm Araçları**

Psikolojik şiddetin manipülatif bir türü olan gaslighting, psikoloji, sosyoloji ve kişilerarası iletişim gibi çeşitli alanlarda giderek artan bir ilgi toplamaktadır. Petrov (2023), gaslighting şiddet derecesini ölçmek üzere davranışsal hoşgörüsüzlük, ifade hakimiyeti, kişisel sorunların yansıtılması, entrika (manipülasyon), sözlü-davranışsal uyumsuzluk ve diğerinin değersizleştirilmesi olmak üzere altı özel alt boyut içeren ve bütünleyici bir gösterge sağlayan çok parametrelili bir psikolojik teşhis çerçevesi önermiştir. Bhatti ve ark. (2021) Gaslighting Maruz Kalma Ölçeği'ni orijinal ismiyle "Victim Gaslighting Questionnaire" (VGQ) geliştirmiş ve gaslighting mağdurlarını belirlemek için uygun kesme puanları oluşturmanın önemini vurgulamıştır. Bu ölçekler gaslighting'in ve bireyler üzerindeki etkilerinin daha iyi anlaşılmasına katkıda bulunmaktadır. Gaslighting'in yakın ilişkiler ve işyeri de dahil olmak üzere çeşitli ortamlarda yaygın olduğu bulunmuştur. March ve ark. (2023), bireyin yakın ilişkilerde gaslighting eğilimini tahmin etmek için kişilik değerlendirmesinin değerli bir araç olarak kullanılmasının altını çizmiştir ve 18-82 yaş aralığında 315 kişi (%62.2 kadın;

%80.6 heteroseksüel; %60.3 bekar) ile gerçekleştirdikleri araştırma ile 10 maddeden oluşan ve gaslighting taktiklerini kabul etmeyi ölçen bir ölçek geliştirmiştir. Kukreja ve Pandey (2023), işyerinde gaslighting'i ölçmek için, belirli bir bağlama odaklanıldığını ve gaslighting deneyimlerinin özel olarak değerlendirilmesi ihtiyacını belirten bir ölçek geliştirmiştir. "İş Yerinde Gaslighting Ölçeği" (Gaslighting at Work Questionnaire) 12 maddeden oluşan bir öz bildirim ölçeğidir ve ölçekteki maddeler 5'li likert tipi puanlama (1=Hiçbir zaman, 5=Her zaman) kullanılarak derecelendirilmektedir (Kukreja ve Pandey, 2023). Ayrıca Irigaray ve ark. (2023), "ırksal gaslighting" ve "mizojinist (kadın düşmanı) gaslighting" gibi farklı gaslighting kategorileri belirleyerek, işyeri de dahil olmak üzere farklı bağlamlarda gaslighting'in çeşitli tezahürlerine ışık tutmuştur. Bu çalışma için 30 aylık bir periyotta 37 şirkete ortalama üçten fazla kez ziyarette bulunmuş ve 72 kişi ile yüz yüze görüşmeler yapılmıştır. Ayrıca "Gaslighting deneyimi" değişkeninin ölçülebilmesi için, Stern (2007) tarafından, gaslighting deneyimi ve manipülasyon veya kontrole verilen tepkiyle ilgili 20 açıklayıcı işareti içeren evet/hayır soruları oluşturulmuştur. Bu orijinal 20 maddelik anket birçok araştırmada gaslighting'e maruz kalmayı ölçmek için (Miano ve ark., 2021; Graves ve Samp, 2021; Li ve Samp, 2023; Hightower, 2017) ve hatta Urduca gibi farklı dillere uyarlanması ve çevrilmesinde bile kullanılmıştır (Hassan ve ark., 2022).

Sonuç olarak, gaslighting şiddetini ölçmek, bireyler ve daha geniş sosyal konular üzerindeki etkisini anlamak ve çeşitli kültürel ve organizasyonel bağlamlardaki varlığını tanımak için çeşitli psikometrik ölçme araçları geliştirilmiştir. Bu bulgular, gaslighting'in kapsamlı bir şekilde anlaşılmasına katkıda bulunmakta ve gelecekteki araştırma ve müdahaleler için değerli bilgiler sağlamaktadır. Mevcut literatürde Türkçe herhangi bir ölçme ve değerlendirme aracına rastlanmamıştır. Bu bağlamda mevcut çalışma ile literatüre katkı sağlanmış ve gelecekteki araştırmalar için kaynak sağlanmıştır.

#### **2.4.1. Gaslighting'e Maruz Kalma Ölçeği**

Gaslighting'e Maruz Kalma Ölçeği, orijinal ismiyle "*Victim Gaslighting Questionnaire*", gaslighting hakkında derinlemesine bir literatür taraması ve aile içi şiddet mağdurlarıyla ayrıntılı odak grup tartışmaları içeren titiz bir süreç yoluyla Bhatti ve arkadaşları (2021) tarafından geliştirilmiştir. Bu çalışma için onay,

Pakistan Ulusal Psikoloji Enstitüsü (N.I.P) ile işbirliği içinde, Vakıf Üniversitesi Rawalpindi Kampüsü Psikoloji bölümünün Araştırma Etik Kurulu'ndan alınmıştır. Gaslighting Maruz Kalma Ölçeği orijinal çalışmasında “akran uyuşmazlığı” ve “kendine güven kaybı” olmak üzere iki alt boyutta kategorize edilmiş 14 maddeden oluşmaktadır ve ölçekteki maddeler kesinlikle katılmıyorum bir puan, kesinlikle katılıyorum beş puan olmak üzere beşli likert tipi puanlama kullanılarak derecelendirilmektedir. Birinci faktör, mağdurun her eylemiyle ilgili olarak partneriyle anlaşmazlığa düşmesini, her şey için kendisini suçlamasını öne sürmüş ve bu durum “akran anlaşmazlığı” olarak etiketlenmiştir. İkinci faktör kişinin kendi karar verme, muhakeme etme vb. becerilerine olan güvenini kaybetmesini yansıtmaması sebebiyle “kendine güven kaybı” olarak adlandırılmıştır (Bhatti ve ark., 2021). Ölçekten alınabilecek minimum puan 14 ve maksimum puan 70’dir. Ölçekten alınan daha yüksek puanlar, bireyde gaslighting mağduriyetinin daha yüksek olduğunu göstermektedir.

Ölçek sorularının geliştirilmesi için, Petric'in (2018) “Zihnin Düğüm Teorisi (The Knot Theory of Mind)” kullanılmıştır; bu teori, gaslighting, duygusal ve zihinsel istismara neden olan, bireyin zihninde birçok olumsuz duygu ve düşünce düğümünün oluşmasına yol açabilen, daha sonra daha da ileri götürebilen ve mağdurun duygusal ve bilişsel sağlığında kalıcı hasara yol açabilen güçlü bir manipülasyon biçimi olarak açıklamaktadır (Petric, 2018). Gaslighting ve mağdurların bununla ilişkili duygu ve düşünceleri ile ilgili ek bir bakış açısı sağlamak amacıyla bir grup aile içi şiddet mağduru ile bir STK’da gerçekleştirilen destek grubu oturumları yardımıyla odak grup çalışması yürütülmüştür.

Ölçek maddelerinin belirlenmesi için gaslighting maruz kalma ile ilgili en önemli kavramlar ele alınarak toplam 35 madde oluşturulmuştur. İfadeler, anket yazım kurallarına ve yöntemlerine uyularak İngilizce olarak yazılmıştır. Yapı geçerliliği amacıyla ölçek geliştirme konusundaki yeterlilikleri ve uzmanlıkları dikkate alınarak üçü üniversite profesörü ve diğer dördü doktora öğrencisi olmak üzere yedi uzmanın görüşüne başvurulmuştur. Değerlendirme sonucunda uzmanlar tarafından uygun görülen 15 madde ile “Gaslighting Maruz Kalma Ölçeği’nin ilk versiyonu oluşturulmuştur.

Başlangıç madde havuzunda özdeğerlerin 1'den büyük olması temel alınmıştır (Cattell, 1966) ve ardından madde reddi istatistiksel analize dayalı olarak

gerçekleştirilmiştir. Madde 6 çift yüklemeli olduğundan reddedilmiştir ve ölçeğin son hali 14 madde ile oluşturulmuştur.

Ölçeğin yapı geçerliliği, ölçeğin faktör yapısını belirlemek için minimum ortalama kısmi yöntemi de dahil olmak üzere istatistiksel yöntemler kullanılarak doğrulanmıştır. Ölçeğin Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı  $\alpha=.93$ ; alt ölçeklerin Cronbach alfa değerleri ise “kendine güven kaybı” alt boyutu için  $\alpha=.92$  iken “akran uyumsuzluğu” uygulama boyutunun iç tutarlılık güvenilirliği ise  $\alpha=.85$  olarak belirtilmiştir. Ek olarak ölçek, 18-40 yaş arası (ort.=23.38, ss.=4.03) 150 kadın katılımcıdan oluşan örneklem kullanılarak test edilmiş ve doğrulanmıştır. Bu, gaslightinge maruz kalmanın kadınlar arasında daha yaygın olduğunu öne süren önceki literatürle uyumludur (Sweet, 2019; Bates,2020). Ölçeğin geliştirilmesi, özellikle kişilerarası ilişkilerin kötüye kullanılması bağlamında, gaslighting'in ciddiyetini ölçecek geçerli ve güvenilir bir aracın azlığını ele almayı amaçlamıştır. Sonuç olarak, gaslightinge maruz kalma ölçeğinin geliştirilmesi, gaslightingin psikolojik, duygusal ve toplumsal yönlerini dikkate alan kapsamlı bir süreci içermektedir. Ölçeğin geçerli kılınması ve kadın bir örneklemele test edilmesi, titiz istatistiksel analizlerle birlikte, kişilerarası ilişkilerde istismar mağdurlarında gaslighting şiddetinin ölçülmesinde güvenilirliğine ve geçerliliğine katkıda bulunmaktadır. Bu nedenle, gaslightinge maruz kalma ölçeği, kişilerarası ilişki istismarı mağdurlarında gaslighting şiddetini ölçmede geçerliliğini ve güvenilirliğini sağlamak için derinlemesine bir literatür taraması, odak grup tartışmaları ve titiz istatistiksel analizleri içeren titiz bir süreç yoluyla geliştirilmiştir (Bhatti ve ark., 2021).

## **2.5. Gaslightinge Maruz Kalanların Deneyimleri**

Gaslightinge maruz kalma deneyimleri alandaki psikometrik ölçüm araçlarının sınırlılığı sebebiyle birçok araştırmada Stern (2007) tarafından oluşturulan 20 maddelik anketin kullanımı ile (Miano ve ark., 2021; Graves ve Samp, 2021; Li ve Samp, 2023; Hightower, 2017) ya da bu bölümde bahsedilecek olan nitel çalışmalar ile araştırılmıştır. Bu nitel çalışmalardan biri Irigaray ve ark. (2022) tarafından 37 farklı şirketteki 72 katılımcı ile ırksal ve mizojinist gaslighting deneyimleri üzerine yapılan görüşmeler ile gerçekleştirilmiştir. Araştırma sonucunda, hegemonik olmayan gruplarla yapılan görüşmelerde en çok tekrarlanan sözcük seçimlerinin

“günlük kavgalar”, “önyargılar”, “telaşlılık” ve “sızlanma” olduğu gözlenmiştir. Kadınlar, LGBTQIAP+ bireyler ve beyaz olmayanlar konuşmalarında, ayrımcılık veya zorbalıktan şikayetçi olduklarını, yani “beyaz heteroseksüel erkekten” defalarca “bu senin kendi izlenimin”, “aptallık etme”, “tabii ki hayır, şirketin politikaları ve etik kurallarını tekrar okuyun” gibi söylemler duyduklarını ifade etmişlerdir (Irigaray ve ark., 2022). Aynı araştırmada katılımcıların mizojinist (kadın düşmanı) gaslighting ile ilgili deneyimlerine dair ifadeleri Tablo 2.1’de yer almaktadır.

**Tablo 2.1: Mizojinist Gaslighting Deneyimleri**

Yanıtlar
“Toplantılarda sürekli kesintiye uğruyoruz.”
“Bir teklif yapıyorum ve görmezden geliniyorum; bir adam da aynı şeyi söylüyor ve herkes aynı fikirde.”
“Bağırmanın, tekme atmanın, çığlık atmanın, masaya vurmanın, şirkette şikayette bulunmanın faydası yok; hep bunun benim izlenimim olduğunu söylüyorlar, hiç de öyle değil, sadece sızlanıyorum.”
“Şikayet edersem, bunun 'ayın zamanı' olduğu için ya da bir erkek arkadaşına ihtiyacım olduğu için olduğunu söylüyorlar.”

Kaynak: Irigaray ve ark., 2022.

Gaslighting kavramının daha iyi anlaşılabilmesi için Sarkis (2018) “Gaslighting: Manipülatif ve Duygusal Açından İstismarcı İnsanları Tanıyın ve Kurtulun” isimli kitabında bazı deneyimlere yer vermiştir. Onlardan biri olan 29 yaşındaki Audra romantik ilişkisinde yaşamış olduğu deneyimi şu şekilde aktarmaktadır: “Eski sevgilim bana telefonunda hiç uygunsuz mesaj görmediğimi söyledi. Aslında aklımı kaybettiğimi düşündüğünü söyledi. Belki haklıdır diye düşünmeye başladım” (Sarkis, 2018). Bu deneyim gaslightingın mağdurun akıl sağlığından şüphe etmesini sağlayan bir manipülasyon türü olarak betimlendiği literatürle örtüşmektedir (Kurniawan ve Limanta, 2021).

Gaslighting deneyimi üzerine Klein ve ark. (2022) tarafından yapılan kapsamlı bir nitel araştırmaya göre gaslighting davranış örüntüsü aşk bombardımanı ile başlayıp mağduru izole etme ve failin çeşitli manipülatif davranışları ile devam etmektedir. Reddit ve Facebook gibi sosyal platformlar aracılığıyla ulaşılan 18 yaş üzeri ve en az

4 ay önce sonlandığını belirttiği romantik ilişkisinde gaslightinge uğradığını bildiren ve tüm soruları yanıtlayan 65 katılımcı ile çalışma gerçekleştirilen çalışmada katılımcılardan birçoğu “deli”, “aşırı hassas”, “aşırı tepki veren”, “aptal” ve “bencil” olarak etiketlendiklerini bildirmişlerdir. Ayrıca katılımcılardan bazıları gaslightingin bir çıktısı olarak kendini suçlama davranışını "Her şey benim hatamdı. Mikrodalga bozuldu ve bu benim hatamdı." ve "Yanlış veya saygısız bir şey yaptığında bu benim hatam olurdu;" şeklinde betimlemişlerdir (Klein ve ark., 2022). Gaslighting deneyimlerine dair Türkçe literatürde henüz herhangi bir çalışma bulunmamaktadır. Bu sebeple gaslighting davranışını ölçecek bir ölçek oluşturmak mevcut literatüre önemli katkı sağlayabileceğinden önemlidir. Gaslightinge Maruz Kalma Ölçeği (VGQ) (Bhatti ve ark., 2021) gibi, titiz literatür incelemesine ve odak grup tartışmalarına dayanan doğrulanmış bir ölçeğin geliştirilmesi, gaslightingin yaygınlığını ve etkisini değerlendirmek için standartlaştırılmış bir araç sağlar. Bu, gaslighting dinamiklerini ve bunun bireylerin ruh sağlığı ve refahı üzerindeki sonuçlarını daha iyi anlamak için ampirik veri toplamayı mümkün kılarak literatüre katkıda bulunur. Ayrıca, (Kukreja ve Pandey, 2023) tarafından yapılan çalışmada da ortaya konduğu gibi, kavramın net bir tanımının oluşturulması ve gaslightingin güvenilir ve geçerli bir ölçütünün geliştirilmesi, bu alandaki araştırmaların ilerlemesine katkıda bulunmaktadır. Gaslightingin daha incelikli bir şekilde anlaşılmasına olanak tanır, onu diğer manipülasyon ve istismar türlerinden ayırmaya yardımcı olur ve mağdurlar için daha doğru ve hedefe yönelik müdahalelere ve desteğe yol açar. Ek olarak, bir gaslighting ölçeğinin geliştirilmesi, (Bhatti ve ark., 2021) tarafından yapılan çalışmada da vurgulandığı gibi, terapötik ortamlarda gaslightingin tanımlanması ve ele alınmasına yönelik tanı kriterlerinin ve klinik kılavuzların oluşturulmasına katkıda bulunabilir.

Sonuç olarak, gaslighting ölçeğinin oluşturulması, standartlaştırılmış bir değerlendirme aracı sunarak literatüre önemli katkılar sağlamakta, gaslighting ve bunun bireyler ve toplum üzerindeki etkilerinin daha kapsamlı anlaşılmasına yol açmaktadır.

# ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

## YÖNTEM

Bu bölümde araştırma yöntemi ele alınmaktadır. Araştırmanın modeli, araştırma evreni, araştırma örnekleme, veri toplama araçları, araştırmada kullanılan ölçek ve veri çözümleme teknikleriyle ilgili ayrıntılı bilgiler bu bölümde yer alacaktır.

### 3.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırma, Gaslightinge Maruz Kalma Ölçeği'nin Türkçe uyarlamasının ve Türkiye popülasyonunda geçerlik ve güvenirlik çalışmasının yapılması amacıyla gerçekleştirilmiştir. Araştırma soruları ve mevcut hipotezler çerçevesinde ölçülmek istenen değişkenler, sayısal verilerle ifade edildiği için nicel araştırma yöntemi uygun bulunmuş olsa da araştırmayı zenginleştirmesi amacıyla ölçeklerin sonunda açık uçlu sorulara yer verilmiştir. Nicel (kantitatif) araştırma, belirlenen problemin teorilerle sınandığı, sayılarla ölçüldüğü ve istatistiksel yöntemlerle analiz edildiği sayısal araştırmalar olarak adlandırılabilir. Nitel araştırma ise daha çok sosyal araştırmalarda kullanılmakta olup kişinin tutum, davranış ve tecrübeleriyle ilgilenilen yoruma dayalı çalışmalarda kullanılır (Padem, Göksu ve Konaklı, 2012). Mevcut araştırmada hem nitel hem de nicel metodolojinin birlikte kullanıldığı karma araştırma yöntemi tercih edilmiştir. Araştırma modeli olarak tarama araştırma yöntemi kullanılmıştır. Ölçek sorularının sonuna nitel araştırma için açık uçlu sorular eklenmiştir. Nitel analiz yöntemlerinden biri olan tematik analiz, verilerdeki tekrarlanan kalıpları ve temaları ortaya çıkartmak, analiz etmek ve raporlamak için yaygın olarak kullanılmaktadır (Braun ve Clarke, 2006). Braun ve Clarke (2006) göre iyi bir tematik analiz için verileri kodlama ve kategorilere ayırmaya yönelik aşamalı ve sistematik bir süreci takip etmek gerekmektedir. Bu bağlamda öncelikle anonimite sağlanması amacıyla her biri K1, K2 olarak kodlanmış katılımcıların "Gaslightinge Maruz Kalma Deneyimleri Görüşme Formu"nda yer alan sorulara verdikleri yanıtlar deşifre edilmiş ve araştırmacılar tarafından tekrar tekrar okunmasının ardından alınan notlar doğrultusunda ilk kodlama yapılmıştır. Sonrasında mevcut kodlamalar olası temalar

altında toplanarak temaların değerlendirmesi yapılmış ve temalar isimlendirilerek raporlaştırılmıştır.

### 3.2. Evren ve rnekleme

Araştırmanın evrenini Türkiye’de yaşayan psikolojik şiddet mağduru kadınlar oluşturmaktadır. Araştırmanın rnekleme amaçlı örnekleme yöntemi kullanılarak oluşturulmuştur. Amaçlı rnekleme yöntemi, araştırmanın amacına bağlı olarak belli ltleri karşılayan veya belirli özelliklere sahip olan bir veya daha fazla belirli durumla çalışılmak istendiğinde bilgi açısından zengin durumların seçilerek derinlemesine araştırma yapılmasına olanak tanıyan örnekleme yöntemidir (Koç Başaran, 2017). Evren büyüklüğü belli olmadığından katılımcı sayısı ölçek maddelerinin sayısı baz alınarak hesaplanmıştır. Ölçek uyarılma çalışmalarında örnekleme sayısının, madde sayısının en az 5 – 10 misli olması gerektiği bilinmektedir (Bryman ve Cramer, 2001 akt., Tavşancıl 2002). Bu sebeple araştırmada ulaşılması gereken kişi sayısı en az 215 olarak hedeflenmiştir ve yürütülen araştırmada toplam 300 katılımcıya ulaşılmıştır ancak katılımcıların 11’i erkek, 1’i diğer cinsiyet bildirdiği; 4’ 18 yaşın altında olduğu ve 29’u hiç romantik partneri olmadığını belirtmesi sebebiyle değerlendirme dışı bırakılmıştır. Bu sebeple yürütülen araştırmanın örnekleme işleme kriterine göre araştırma formlarının en az %95’ini dolduran 18-56 yaş aralığındaki (ort=26.6, ss=7.51) 254 kadın katılımcıdan oluşmaktadır. Örneklemin demografik faktörlere göre dağılımına, bulgular kısmında yer verilmiştir.

Nitel çalışmada ise yaş ortalaması 26,5 (ss=5.33, ranj: 20-42) olan 20 kişi yer almıştır. Nitel araştırmalarda örnekleme sayısı belirleme üzerine bir fikir birliği olmasa da çeşitli yönergeler önerilmektedir. Creswell (2002) nitel araştırmacıların (a) bir kültür paylaşan grubu etnografide incelemesini, (b) bir vaka çalışmasında üç ila beş vakayı incelemesini, (c) temellendirilmiş teori çalışması sırasında 15-20 kişiyle röportaj yapmasını, (d) anlatı araştırmasında bir bireyin anlatı öykülerini keşfetmesini önermiştir (s. 197). Ayrıca Creswell (1998) fenomenolojik araştırmalarda 10 kişiye kadar, gömülü teoride ise 20-30 kişiyle görüşmeler yapılmasını önermiştir. Johnson ve Christensen (2004), odak gruplarının genellikle 6-12 kişiden oluştuğunu tahmin ederken, Langford ve ark. (2002) ve Morgan (1997) 6-10 kişiyi önermektedir (akt.

Onwuegbuzie ve Leech, 2007). Dolayısıyla bu çalışmanın nitel kısmında yer alan katılımcı sayısının, literatürde belirtilen örneklem büyüklüklerini karşıladığı düşünülmektedir.

### **3.3. Veri Toplama Araçları**

Verilerin toplanmasında Bhatti ve arkadaşları (2021) tarafından geliştirilen Gaslightinge Maruz Kalma Ölçeği ile Eskici ve Tinkir (2019) tarafından geliştirilen Duygusal Şiddete Maruz Kalma Ölçeği kendilerinden gerekli izin alınarak kullanılmıştır. Tüm ölçekler katılımcılara aynı sırayla, başta bilgilendirme ve onam formu olacak şekilde çevrim içi ulaştırılmıştır. Katılımcılar, araştırmaya gönüllülük esasıyla katıldıklarını beyan ettikten sonra ölçekleri tamamlamışlardır.

#### **3.3.1. Demografik Bilgi Formu**

Katılımcılarla ilgili demografik bilgilere ulaşmak amacıyla oluşturulan formda, katılımcılardan yaşı, eğitim düzeyi, ekonomik düzeyi, ilişki durumu, psikiyatrik bir tanının alınıp alınmadığı, daha önce psikolojik/psikiyatrik yardım alınıp alınmadığı ve yardıma ihtiyaç duyulup duyulmadığı, psikolojik şiddete maruz kalıp kalmadığı, psikolojik şiddete maruz kaldığını düşündüğü ilişkisinin ne kadar sürdüğü ve eğer sonlandıysa ne kadar süre önce sonlandığı gibi sorulara yanıt vermesi beklenmiştir. Demografik bilgi formu toplamda 13 maddeden oluşmaktadır. Ek 2' de yer almaktadır.

#### **3.3.2. Gaslightinge Maruz Kalma Ölçeği**

Bu ölçeğin orijinali "*Victim Gaslighting Questionnaire*" adıyla, Bhatti ve arkadaşları tarafından geliştirilmiştir. Ölçek 14 maddeden oluşmaktadır ve ölçekteki maddeler 1=Kesinlikle katılmıyorum, 5=Kesinlikle katılıyorum olmak üzere 5'li likert tipi puanlama ile puanlanmaktadır. Ölçekten alınan puanların yükselmesi, bireyde gaslightinge maruz kalmanın daha yüksek olduğunu göstermektedir. Ölçek alt boyutları;

Kendine güven kaybı; 1, 2, 3, 4, 5 numaralı maddelerden,

Akran uyuşmazlığı; 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14 numaralı maddelerden oluşmaktadır.

Orijinal ölçeğin geçerliğini sağlamak amacıyla üçü üniversite profesörü ve diğer dördü doktora öğrencisi olmak üzere yedi uzmanın görüşüne başvurulmuştur. Ölçeğin Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı  $\alpha=.93$  Alt ölçeklerin Cronbach alfa değerleri ise “kendine güven kaybı” alt boyutu için  $\alpha=.92$  iken “akran uyuşmazlığı” uygulama boyutunun iç tutarlılık güvenilirliği ise  $\alpha=.85$  olarak belirtilmiştir. Ölçeğin puanlamasında ortalama puanın yüksek oluşu, kişide gaslighting deneyimlerinin o kadar güçlü olduğunu ifade etmektedir (Castle, 2009). Ölçeğin örnek soruları Ek 3’te yer almaktadır.

### 3.3.3. Duygusal Şiddete Maruz Kalma Ölçeği

Araştırmada duygusal şiddete maruz kalma seviyesini değerlendirmek için Eskici ve Tinkir (2019) tarafından geliştirilen “*Duygusal Şiddete Maruz Kalma Ölçeği*” kullanılmıştır. Ölçek 29 maddeden oluşan bir öz değerlendirme ölçeğidir ve ölçekteki maddeler 5’li likert tipi puanlama (1=Hiçbir zaman, 5=Çok sık) ile derecelendirilmektedir. Ölçekten elde edilebilecek en yüksek puan 145 ve en düşük puan ise 29’dur. Ölçekten alınan puanların yükselmesi ... anlamına gelmektedir. Ölçek alt boyutları;

Engellenme Alt Boyutu; 1, 3, 4, 5, 7, 8, 9, 11, 13 numaralı maddelerden,

Tehdit Edilme Alt Boyutu; 2, 6, 10, 19, 22 numaralı maddelerden,

Aşağılanma Alt Boyutu; 14, 25, 26, 27, 28, 29 numaralı maddelerden,

Zarar Verilme Alt Boyutu; 12, 15, 16, 17, 18, 24 numaralı maddelerden,

Sözel Yıpratılma Alt Boyutu; 20, 21, 23 numaralı maddelerden oluşmaktadır.

Ölçeğin orijinal çalışmasında Cronbach alpha güvenilirlik katsayısı  $\alpha=.92$  bulunmuştur (Eskici ve Tinkir, 2019). Bu çalışmadaki Cronbach alpha güvenilirlik katsayısı ise  $\alpha=.96$  olarak saptanmıştır. Ölçek Ek 4’te yer almaktadır.

### 3.3.4. Gaslightinge Maruz Kalanların Deneyimlerine Dair Sorular

Katılımcıların gaslighting deneyimlerine yönelik görüş ve düşünceleri değerlendirmek amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanmış soru formudur. Katılımcılardan, ilişkinin başında partnerin tutumunun nasıl olduğu, gaslighting davranışıyla ilgili herhangi bir

erken uyarı gözlemleyip gözlemlemediği, gaslighting davranışının nasıl başlayıp ilişki süresince nasıl değişim gösterdiği, partnerin bir gaslighter olduğunun anlaşıldığı anda nasıl etkilendiği, gaslighting davranışının detayları ve gaslighting davranışının bir etkisi olduğunu düşündüğü diğer deneyimleri gibi sorulara yanıt vermesi beklenmiştir. Toplamda 6 adet açık uçlu sorudan oluşan yarı yapılandırılmış görüşme formu, katılımcılardan mümkün olduğunca detaylı veri elde etmeyi amaçlayarak hazırlanmıştır. Katılımcıların soru formuna verdikleri yanıtlar sonucu, kadınların gaslighting deneyimleri nitel araştırma yaklaşımı çerçevesinde değerlendirilmiştir. Ek 5' te yer almaktadır.

### **3.4. Verilerin Toplanması ve Analizi**

Ölçek uyarlama çalışmalarında öncelikle ölçeğin yazarından kullanım ve ölçek uyarlama izninin alınması gerekmektedir. Ölçeğin Türkçeye uyarlama çalışmasının yapılabilmesi için ilk olarak orijinal ölçeği geliştiren ekipteki sorumlu yazar olan Kanwar Hamza Shuja ile e-posta yoluyla iletişim kurulmuş ve ölçeğin Türkçe uyarlamasının yapılabilmesi amacıyla gerekli izin alınmıştır. Ölçek uyarlanması ve veri toplamak için (07/07/2023 tarihli E-20292139-050.01.04-2300001984) etik kurul izni "İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Etik Kurulu"ndan alınmıştır.

Ölçeğin dil ve kapsam geçerliliğinin sağlanması amacıyla psikoloji alanında uzman, Türkçe ve İngilizce dillerine üst düzeyde hakim iki bağımsız kişi tarafından ölçeğin (Victim Gaslighting Questionnaire) (VMQ) İngilizceden Türkçeye çevirisi yapılmıştır. Sonrasında, Türkçeye çevrilen taslak çeviriler ilk çeviriyi yapan çevirmenlerden farklı iki uzman tarafından tekrar İngilizceye çevrilmiştir. Geri çeviriler ölçeği geliştiren araştırmacıya iletilerek gerekli düzenlemeler yapılmıştır. Araştırma verileri, 3 aylık süre zarfı boyunca (23.08.2023-23.11.2023), gönüllü katılımcılara araştırmacılar tarafından sosyal medya aracılığıyla duyurularak Demografik Bilgi Formu, Gaslightinge Maruz Kalma Ölçeği ve Duygusal Şiddete Maruz Ölçeğinden elde edilmiştir. Elde edilen verilerin istatistiksel analizleri yapılmış olup ve analizler için SPSS (Statistic Packets For Social Sciences) paket programı kullanılmıştır.

Araştırma toplam 254 katılımcıdan elde edilen verilerle yürütülmüştür. Sosyo-demografik özelliklerin gruplanabilmesi amacıyla frekans analizi yapılmıştır.

Gaslightinge Maruz Kalma Ölçeği'nin yapı geçerliğini sınamak amacıyla açımlayıcı faktör analizi yapılmış, ardından çıkan iki faktörlü yapı Lisrel 8.51 programında doğrulayıcı faktör analiziyle sınanmıştır. Doğrulayıcı faktör analizinde uyum istatistiklerinin kabul edilebilir olması için sınır değerler yorumlanmaktadır. Bu bağlamda çalışılan modelin kabul edilebilir olması için ki kare değerinin serbestlik derecesine oranının ( $\chi^2 /df$ ) 5 veya altında olması, GFI (iyilik uyum indeksi) ve CFI (karşılaştırmalı uyum indeksi) değerlerinin .90'dan büyük olması ve SRMR (standardize varyans) ile RMSEA (varyans hatası) değerlerinin .08'den küçük olması gerekmektedir (Şimşek, 2007).

Skewness-Kurtosis değerleri ile verilerin normal dağıldığı gözlenmiştir. Normal dağılıma sahip değişkenlerle yapılan istatistiksel analizlerde parametrik testler kullanılmıştır. Araştırmamızdaki değişkenlerin ortalamalarının ekonomik düzeye göre anlamlı derecede farklılık gösterip göstermediğini tespit edebilmek için tek yönlü ANOVA analizi uygulanmıştır. Ölçeğin güvenilirliğini test etmek amacıyla "Güvenirlilik Analizi" yapılmıştır. Son olarak ilişkisel hipotezleri sınamak, gaslightinge maruz kalma ile duygusal şiddete maruz kalma arasındaki doğrusal ilişkiyi görebilmek amacıyla Pearson momentler çarpımı korelasyon katsayısı analizi yapılmıştır.

Nitel çalışma bulgularının analizi için "Gaslightinge Maruz Kalma Deneyimleri Görüşme Formu"na katılımcılar tarafından verilen yanıtlar derlenmiş ve 20 katılımcıdan toplanan bilgiler kodlanarak tema analizi yapılmıştır. Tematik analiz için katılımcıların açık uçlu sorulara verdikleri yanıtlar derlenerek araştırmacılar tarafından tekrar tekrar okunmuş ve ortak kodlar belirlenmiştir. Ardından mevcut kodlamalar olası temalar altında toplanmış ve alt temalar oluşturulmuştur. Oluşturulan alt temaların değerlendirilmesiyle temalar isimlendirilerek raporlanmıştır.

## DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

### ARAŞTIRMA BULGULARI

Bu bölümde araştırmanın sonucunda elde edilen bulguların analizine yer verilecektir. Öncelikle araştırmada yer alan katılımcıların demografik bilgilerine ilişkin veriler analiz edilecek, ardından da araştırmanın temel sorusu olan konularla ilgili veriler üzerinde durulacaktır.

#### 4.1. Demografik Bulgular

Araştırmaya katılan kadınların demografik bilgilerine ilişkin frekans ve yüzde dağılımları aşağıda verilmiştir.

**Tablo 4.1: Kadınların Demografik Bilgileri Frekans ve Yüzde Değerleri**

<b>N=254</b>	<b>Gruplar</b>	<b><i>f</i></b>	<b>%</b>
Eğitim Düzeyi	İlk-Orta Okul	7	2.8
	Lise	21	8.3
	Üniversite	187	73.6
	Yüksek Lisans	39	15.4
Ekonomik Düzey	Düşük	25	9.8
	Orta	218	85.8
	Yüksek	11	4.3
İlişki Durumu	İlişkisi var	146	57.5
	İlişkisi yok	108	42.5
Psikolojik Tanı	Evet	51	20.1
	Hayır	203	79.9

Tablo 4.1.'de görüldüğü üzere örneklem grubunu oluşturan 254 kadının, 187'si (%73.6) üniversite mezunu, 218'i (%85.8) orta gelir düzeyinde, 146'sının (%57.5) ilişkisi olduğunu, 144'ü (%56.7) psikolojik yardım aldığını, 156'sı (%61.4) ise

psikolojik yardıma ihtiyaç duyduğunu ve 51'i (%20.1) psikolojik tanısı olduğunu belirtmektedir. Bildirilen tanılar arasında depresyon (20), anksiyete bozukluğu (14), obsesif kompulsif bozukluk (5), dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu (4), iki uçlu duygu durum bozukluğu (3), sosyal fobi (1), dissosiyatif kimlik (1), mizofoni (1) ve trikotillomani (1) yer almaktadır.

**Tablo 4.2: Kadınların Şiddet Kavramlarına Dair Bilgileri ve Maruz Kalma Bildirimlerinin Frekans ve Yüzde Değerleri**

<b>N=254</b>	<b>Gruplar</b>	<i>f</i>	%
Psikolojik Şiddete Maruz Kalma	Evet	159	62.6
	Hayır	95	37.4
Love Bombing Kavramını Tanıma	Evet	213	83.9
	Hayır	41	16.1
Gaslighting Kavramını Tanıma	Evet	165	65
	Hayır	89	35
Ghosting Kavramını Tanıma	Evet	180	70.9
	Hayır	74	29.1
Stonewalling Kavramını Tanıma	Evet	98	38.6
	Hayır	156	61.4
Love Bombing Maruz Kalma	Evet	129	50.8
	Hayır	125	49.2
Gaslighting Maruz Kalma	Evet	106	41.7
	Hayır	148	58.3
Ghosting Maruz Kalma	Evet	108	42.5
	Hayır	146	57.5
Stonewalling Maruz Kalma	Evet	64	25.2
	Hayır	190	74.8

Tablo 4.2.'de görüldüğü üzere örneklem grubunu oluşturan 254 kadının, 213'ü (%83.9) love bombing (aşk bombardımanı) terimini, 165'i (%65) gaslighting terimini, 180'i (%70.9) ghosting (yok olma) terimini, 98'i (%38.6) stonewalling (duvar örme) terimini daha önce duyduklarını ifade etmişlerdir. Bu terimler ile betimlenen şiddet türlerine maruz kalma sorulduğunda ise katılımcıların 129'u (%50.8) love bombing, 106'sı (%41.7) gaslighting, 108'i (%42.5) ghosting, 64'ü (%25.2) ise stonewallinge maruz kaldığını belirtmektedir. Yapılan analiz sonucunda diğer şiddet türlerine maruz kalma bildirimleri ile gaslighting maruz kalma bildirimleri birlikte incelendiğinde gaslighting mağduru olduğunu belirten 106 kadının 79'u (%61.2) love bombing, 73'ü (%67.6) ghosting, 39'u ise (%60.9) stonewallinge aynı zamanda maruz kaldığını belirtmektedir.

**Tablo 4.3: GMKÖ ve DŞMKÖ Alt Ölçeklerinin Ortalamaları, Standart Sapmaları ve Basıklık -Çarpıklık değerleri**

N=254		$\bar{x}$	ss	Skewness	Kurtosis
Gaslighting Maruz Kalma Ölçeği	Kendini Suçlama	19.94	7,83	.09	-1.08
	Kendine Güven Kaybı	20.42	6.72	.20	-.67
Duygusal Şiddete Maruz Kalma Ölçeği	Engellenme	22.08	10.31	.45	-.91
	Tehdit Edilme	6.98	3.34	2.20	4.91
	Aşağılama	10.77	5.31	1.36	1.28
	Zarar Verilme	11.11	4.91	1.17	1.17
	Sözel Yıpratılma	6.62	3.24	.96	.21
Yaş		26.04	7.51	1.7	2.88
İlişki Süresi		48.37	67.83	2.9	9.05
Ayrılık Süresi		7.99	16.94	3.1	10.33
Standart Hata:				.15	.30

Tablo 4.3'te yer verildiği üzere, araştırmaya katılan kadınların yaş ortalaması 26.04 (ss=7.51), psikolojik şiddete maruz kaldığını bildirdikleri ilişkileri için; partnerleri ile

birliktelik sürelerinin ortalaması 48.37 (ss=67.83) ay ve bitirilen şiddet ilişkisinin üzerinden geçen sürenin ortalaması 7.99 (ss=16.94) aydır. Katılımcıların %53.5'i (n=136) ilişkilerinin hala devam ettiğini belirtmiştir.

GMKÖ ve DŞMKÖ alt ölçek ortalamalarının, yaş, ilişki süresi ve bitirilen şiddet ilişkisinin üzerinden geçen sürenin normal dağılıp dağılmadığını tespit edebilmek için iki kriter göz önüne alınmış ve çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerleri hesaplanmıştır. İlk olarak çarpıklık ve basıklık değerlerinin  $\pm 1.5$  aralığında olması kriteri incelenmiştir. Sonrasında çarpıklık ve basıklık değerlerinin standart hata değerleri ile çarpımı sonucu elde edilen değer  $\pm 1.96$  aralığında olması beklenmektedir. Yapılan incelemeler sonucunda GMKÖ ve DŞMKÖ alt boyutlarının ve diğer değişkenlerin iki kriteri de sağladığı ve normal dağılım gösterdiği saptanmıştır. Buna bağlı olarak parametrik testlerin kullanılmasına karar verilmiştir.

#### **4.2. Dil Geçerlilik Çalışması**

Ölçek uyarlama çalışmalarında öncelikle ölçeğin yazarından kullanım ve ölçek uyarlama izninin alınması gerekmektedir. Bu çalışmada da ölçeğin ölçeğin Türkçe uyarlamasının yapılabilmesi için ölçek yazarlarından olan Kanwar Hamza Shuja ile e-posta yoluyla iletişim kurulmuştur ve ölçeğin kullanım izni alınmıştır.

Ölçeğin dil ve kapsam geçerliğinin sağlanması amacıyla psikoloji alanında uzman, Türkçe ve İngilizceyi üst düzeyde bilen aynı zamanda şiddet alanında uzmanlığı olan bağımsız iki psikolog tarafından ölçeğin (Victim Gaslighting Questionnaire) (VMQ) İngilizceden Türkçeye çevirisi yapılmıştır.

Sonrasında, Türkçeye çevrilen taslak çeviriler ilk çeviriyi yapan çevirmenlerden farklı psikoloji ve dil alanın uzmanlığı bulunan iki uzman tarafından tekrar İngilizceye çevrilmiştir.

Türkçe formlar üzerinde, araştırmacılarla birlikte yapılan tartışmalar sonucunda anlam ve dil bilgisi açısından gerekli düzeltmeler gerçekleştirilmiştir.

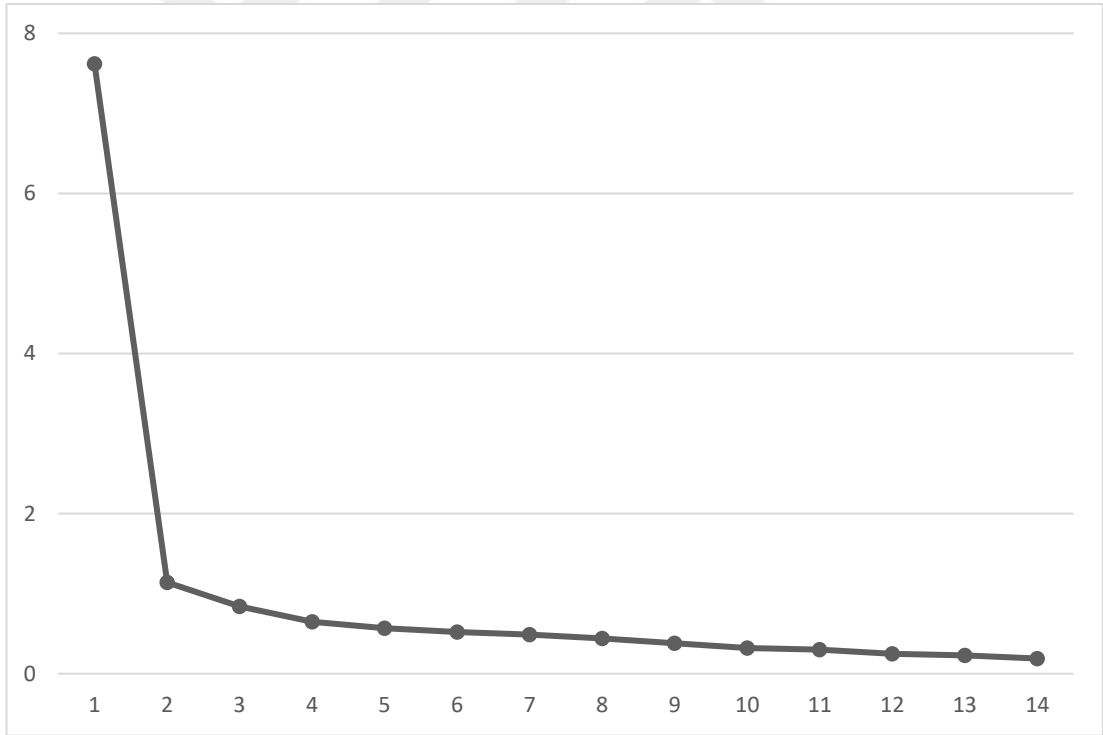
#### **4.3. Gaslightinge Maruz Kalma Ölçeği Geçerlilik Analizine Yönelik Bulgular**

Ölçeğin yapı geçerliği kapsamında önce geçerlik analizi yapılmıştır. Bu bağlamda öncelikle çalışma verilerinde kullanılan örneklem büyüklüğünün faktör analizi

yapmaya uygunluğunun test edilmesi amacıyla Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) testi uygulanmıştır ve yapılan analiz sonuçlarına göre KMO değerinin .93 olduğu görülmüştür. Ayrıca değişkenler arasındaki korelasyonu saptamak için Bartlett Küresellik testi sonuçları incelendiğinde, elde edilen ki kare değerinin anlamlı olduğu ( $\chi^2=2193.94, p<.001$ ) saptanmıştır. Bu bulgular örneklem büyüklüğünün faktör analizi için yeterli olduğunu göstermektedir.

#### 4.4. Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA)

Çalışmada ölçeğin yapı geçerliğinin sağlanması amacıyla açıklayıcı faktör analizi yapılmıştır. Öncesinde AFA'ya uygunluğun değerlendirilmesi için KMO ve Bartlett's testleri yapılmıştır. Şekil 4.1'de yer alan Scree Plot grafiğinde GMKÖ'nün açıklayıcı faktör analizi verileri sonucunda ortaya çıkan iki boyutlu yapısı yer almaktadır.



Şekil 4.1: Scree Plot Grafiği

**Tablo 4.4: GMKÖ'nün Faktör Yapısına İlişkin Bulgular**

<b>Faktör İsimleri ve Maddeler</b>	<b>Faktör Yüğü</b>	<b>Ortak Varyans</b>	<b>Madde Toplam</b>
<i>Kendine Güven Kaybı. 7 madde. Öz değeri=1.14</i>			
<i>Açıklanan varyans=%5 Cronbach's Alpha=.88</i>			
1.Sözlerini ve düşüncelerini konuşmadan önce sürekli değıştirirsin.	.66	.36	.60
2.Bakış açın reddedilir ya da bakış açının tamamen 'yanlış' olduğu söylenir.	.66	.51	.71
3.Duygularını açıklamaya çalıştığında 'aşırı tepki vermekle' suçlanırsın.	.42	.46	.65
4.Neyi yanlış yaptığını bilmeden özür dilersin.	.74	.53	.73
5.Etkileşimlerin çoğu sana kendini küçülmüş veya utanmış hissettirir.	.74	.62	.79
6.Davranışlarına, niyetinin tam zıttı olan motivasyonlar yüklenir.	.66	.57	.75
7.Sıklıkla, kendi gerçekliğini ona karşı savunmak zorunda hissedersin.	.44	.60	.73
<i>Kendini Suçlama. 7 madde. Öz değeri=7.62</i>			
<i>Açıklanan varyans=%5 Cronbach's Alpha=.91</i>			
8.Seni, kendisi hariç herkesin güvenilmez olduğuna inandırır.	.46	.38	.60
9.Kanıt olmasına karşın, onu sıklıkla bir şeyleri inkâr ederken bulursun.	.80	.53	.72
10.Onun karşı çıkması sebebiyle, kendi karar verme becerilerinden emin olamazsın.	.60	.57	.74
11.Gerçekte kendisi yapmasına rağmen, seni yalan söylemekle ya da manipülasyon yapmayla suçlar.	.90	.72	.85
12.Olumlu eylemleri, aşağılayıcı sözleriyle uyuşmaz.	.84	.68	.83
13.Onun karşı çıkması sebebiyle, kendini kendi inanç ve fikirlerini sorgularken bulursun.	.64	.63	.78
14.Onun sözleri sebebiyle, sıklıkla kendini kendi akıl sağlığını sorgularken bulursun.	.71	.68	.82

Tablo 4.4'te yer alan madde toplam yükleri incelendiğinde GMKÖ'ye ait madde yüklerinin her birinin .30'dan yüksek olduğu görülmektedir ve bu değerler maddelerin ölçek için anlamlı olduğunu ortaya koymaktadır. Bu sebeple ölçek maddelerinin hepsi tutulmuş ve 14 maddelik ölçek öz değeri 1'in üzerinde olan toplam varyansın %56.5'ini açıklayan iki faktörlü bir yapı ortaya koymuştur. Varyansın %51.5'ini açıklayan birinci faktör kendini suçlama (7 madde) ve varyansın %5'ini açıklayan ikinci faktör kendine güven kaybı (7 madde) şeklinde adlandırılmıştır. Madde toplam puan korelasyonları .60 ile .85 arasında değişmekte olup 3. ve 7. maddeler her iki faktöre yüklenmekle birlikte faktör yükleri anlamlı şekilde 2. faktörde olduğu için maddeler ölçekte tutularak ikinci faktörde yer verilmiştir.

Maddelerin birbiriyle ve ölçeğin tamamıyla korelasyonuna bakılmıştır. İki faktörün birbiriyle ilişkili olduğu saptanmış ve korelasyon kat sayısı .74 olarak bulunmuştur. Gaslightinge Maruz Kalma Ölçeği'nin güvenilirliğinin ölçülmesi amacıyla hesaplanan Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı, 14 madde için .93 olarak belirlenmiştir.

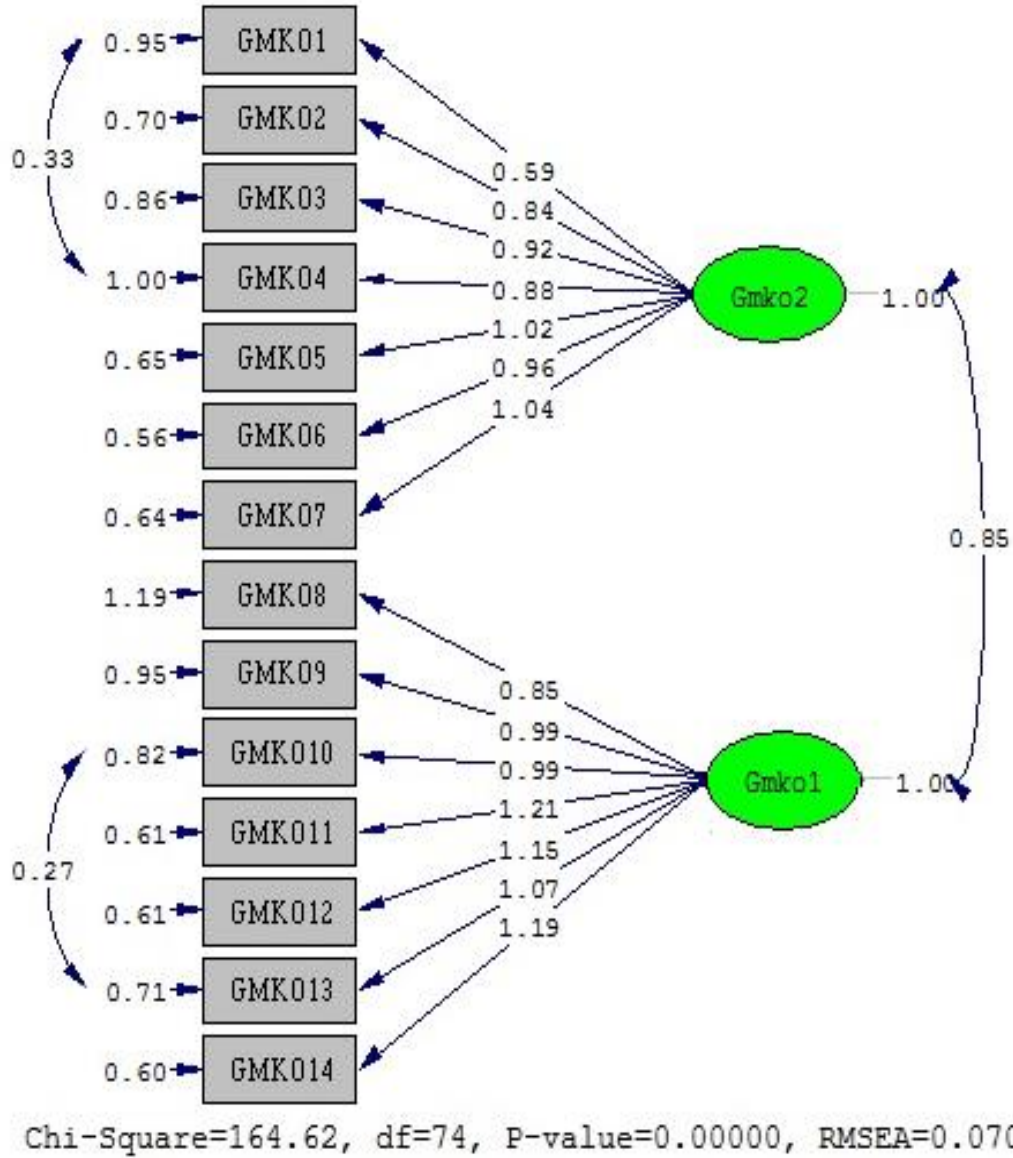
Bir sonraki aşamada ölçeğin sunduğu 2 faktörlü yapının Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) ile doğrulanması amaçlanmıştır. Bu amaçla Lisrel 8.51 programı kullanılarak yürütülen doğrulayıcı faktör analizi gerekli düzeltmeler (toplam 2 düzeltme) yapıldıktan sonra GMKÖ'nün uyum değerlerinin kabul edilebilir düzeyde olduğunu göstermektedir. Tablo 4.5'te uyum indekslerine dair referans değerler ile doğrulayıcı faktör analizi ölçüm sonuçları gösterilmektedir.

**Tablo 4.5: GMKÖ Ölçeğine Ait Uyum İndeksleri**

İndeksler	Referans Değerleri		Ölçüm	Sonuç
	İyi Uyum	Kabul Edilebilir Uyum		
CMIN/DF	$0 < \chi^2/sd \leq 2$	$2 < \chi^2/sd \leq 5$	2.22	Kabul Edilebilir Uyum
RMSEA	$0 \leq RMSEA < .05$	$.05 \leq RMSEA \leq .08$	.07	Kabul Edilebilir Uyum
SRMR	$0 \leq SRMR \leq .05$	$0.05 \leq SRMR \leq .10$	.04	İyi Uyum
CFI	$.95 < CFI \leq 1$	$.90 < CFI \leq .94$	.98	İyi Uyum
GFI	$.95 < GFI \leq 1$	$.90 < GFI \leq .94$	.91	Kabul Edilebilir Uyum

Kaynak: Şimşek, 2007.

Tablo 4.5'te Şimşek (2007) tarafından gösterilen uyum indeksleri, DFA sonuçlarına göre elde edilen uyum indeks değerlerinin, GMKÖ'nün yapı geçerliliğini doğruladığını göstermektedir ( $\chi^2/df = 2.22$ , RMSEA=.07, GFI= .91, CFI=.98, SRMR=.04). Analize dair diyagram Şekil 4.2'de yer almaktadır.



Şekil 4.2: GMKÖ Doğrulayıcı Faktör Analizine Dair Model

#### 4.5. Gaslightinge Maruz Kalma Düzeyinin Psikolojik Şiddet Mağduriyetine Göre Karşılaştırılmasına Yönelik Bulgular

Ölçeğin ayırt edici geçerlik kapsamında psikolojik şiddete ve gaslightinge maruz kaldığını belirten kişiler ile maruz kalmadığını belirtenleri ayırt etme düzeyi değerlendirilmiştir. GMKÖ toplam puanlarının psikolojik şiddet ve gaslighting mağduriyetine göre karşılaştırılması ile ilgili sonuçlar Tablo 4.5'te verilmiştir.

**Tablo 4.6: Gaslightinge Maruz Kalma Ölçeği Toplam Puanlarının Psikolojik Şiddet Mağduriyetine Göre Karşılaştırılması**

	Psikolojik Şiddete Maruz Kalma						
	Evet (N=159)		Hayır (N=95)		df	t	p
	$\bar{x}$	ss	$\bar{x}$	ss			
Gaslightinge Maruz Kalma Ölçeği	45.24	13.24	32.2	10.01	238.36	8.87**	.000

	Gaslightinge Maruz Kalma						
	Evet (N=106)		Hayır (N=148)		df	t	p
	$\bar{x}$	ss	$\bar{x}$	ss			
Gaslightinge Maruz Kalma Ölçeği	47.2	14.08	35.46	11.04	191.34	7.15**	.000

\* $p < .05$ ; \*\* $p < .01$

Bu tablodan çıkarımla, psikolojik şiddet mağduru olduğunu bildiren kadınlar ile psikolojik şiddete maruz kalmadığını belirten kadınlar arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık ( $t_{(238.36)}=8.87$ ,  $p < .01$ ) olduğu gözlenmektedir. Psikolojik şiddet mağduru olduğunu bildiren kadınların gaslightinge maruz kalma toplam puanları anlamlı derecede daha yüksektir. Gaslighting şiddet mağduru olduğunu bildiren kadınlar ile gaslightinge maruz kalmadığını belirten kadınlar arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık ( $t_{(191.34)}=7.15$ ,  $p < .01$ ) olduğu gözlenmektedir. Gaslighting şiddet mağduru olduğunu bildiren kadınların gaslightinge maruz kalma toplam puanları anlamlı derecede daha yüksektir. Bu sonuç gaslightinge maruz kalma ölçeğinin ayırt edici özelliğini vurgulamaktadır.

#### 4.6. Gaslightinge Maruz Kalma Düzeyinin Kadınların Şiddet Kavramları ile İlişkilerine Göre Karşılaştırılması

Bu bölümde diğer şiddet kavramlarına (aşk bombardımanı, yok olma, duvar örme) daha önce maruz kaldığını bildiren katılımcılar ile maruz kalmayan katılımcıların gaslightinge maruz kalma puan ortalamaları karşılaştırılmıştır. Her şiddet türü için GMKÖ puanları şiddete maruz kalma bildiren grup lehine anlamlı derecede yüksek olarak bulunmuştur. İlgili değerlere Tablo 4.7’de yer verilmiştir.

**Tablo 4.7: Gaslightinge Maruz Kalma Ölçeği Toplam Puanlarının Kadınların Love Bombing, Ghosting ve Stonewalling Maruziyetlerine Göre Karşılaştırılması**

<b>Love Bombing Maruz Kalma</b>							
	Evet (N=129)		Hayır (N=125)		df	t	p
	$\bar{x}$	ss	$\bar{x}$	ss			
Gaslightinge Maruz Kalma Ölçeği	43.45	14.29	37.17	12.25	248.34	3.76**	.000

<b>Ghosting Maruz Kalma</b>							
	Evet (N=108)		Hayır (N=146)		df	t	p
	$\bar{x}$	ss	$\bar{x}$	ss			
Gaslightinge Maruz Kalma Ölçeği	44.65	14.78	37.19	11.86	199.82	4.31**	.000

<b>Stonewalling Maruz Kalma</b>							
	Evet (N=64)		Hayır (N=190)		df	t	p
	$\bar{x}$	ss	$\bar{x}$	ss			
Gaslightinge Maruz Kalma Ölçeği	46.5	13.46	38.3	13.14	106.26	4.23**	.000

\* $p < .05$ ; \*\* $p < .01$

Tablo 4.7’de yer aldığı üzere, aşk bombardımanı (love bombing) mağduru olduğunu bildiren kadınlar ile aşk bombardımanına maruz kalmadığını belirten kadınların gaslightinge maruz kalma puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık ( $t_{(248.34)}=3.76, p < .01$ ) olduğu gözlenmektedir. Aşk bombardımanı mağduru olduğunu

bildiren kadınların gaslightinge maruz kalma toplam puanları anlamlı derecede daha yüksektir. Yok olma (ghosting) mağduru olduğunu bildiren kadınlar ile yok olmaya maruz kalmadığını belirten kadınların gaslightinge maruz kalma puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık ( $t_{(199.82)}=4.31, p<.01$ ) olduğu gözlenmektedir. Yok olma mağduru olduğunu bildiren kadınların gaslightinge maruz kalma toplam puanları anlamlı derecede daha yüksektir. Duvar örme (stonewalling) mağduru olduğunu bildiren kadınlar ile duvar örmeye maruz kalmadığını belirten kadınların gaslightinge maruz kalma puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık ( $t_{(106.26)}=4.23, p<.01$ ) olduğu gözlenmektedir. Duvar örme mağduru olduğunu bildiren kadınların gaslightinge maruz kalma toplam puanları anlamlı derecede daha yüksektir.

#### **4.7. Gaslightinge Maruz Kalma Düzeyi ile Duygusal Şiddete Maruz Kalma Arasındaki İlişkilere Yönelik Bulgular**

Yakınsak geçerlik kapsamında araştırmanın hipotezlerinden biri, kadınların duygusal şiddete maruz kalma ölçeği puanları ile gaslightinge maruz kalma ölçeği puan ortalamaları arasında pozitif yönlü güçlü bir ilişki olduğudur. Bu doğrultuda, Pearson korelasyon analizi yapılmıştır. Korelasyon analizi sonuçları Tablo 4.8’de verilmiştir.

Gaslightinge maruz kalma puanı ile kendini suçlama puanı ( $r=.94, p<.01$ ), kendine güven kaybı puanı ( $r=.92, p<.01$ ), duygusal şiddete maruz kalma puanı ( $r=.81, p<.01$ ), engellenme puanı ( $r=.83, p<.01$ ), tehdit edilme puanı ( $r=.54, p<.01$ ), aşağılanma puanı ( $r=.65, p<.01$ ), zarar verilme puanı ( $r=.69, p<.01$ ), sözel yıpratılma puanı ( $r=.69, p<.01$ ) arasında pozitif yönde yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki gözlenmiştir. Kendini suçlama puanı ile kendine güven kaybı puanı ( $r=.76, p<.01$ ), duygusal şiddete maruz kalma puanı ( $r=.79, p<.01$ ), engellenme puanı ( $r=.82, p<.01$ ), tehdit edilme puanı ( $r=.53, p<.01$ ), aşağılanma puanı ( $r=.62, p<.01$ ), zarar verilme puanı ( $r=.68, p<.01$ ), sözel yıpratılma puanı ( $r=.66, p<.01$ ) arasında pozitif yönde yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki gözlenmiştir. Kendine güven kaybı puanı ile duygusal şiddete maruz kalma puanı ( $r=.73, p<.01$ ), engellenme puanı ( $r=.74, p<.01$ ), tehdit edilme puanı ( $r=.49, p<.01$ ), aşağılanma puanı ( $r=.60, p<.01$ ), zarar verilme puanı ( $r=.60, p<.01$ ), sözel yıpratılma puanı ( $r=.64, p<.01$ ) arasında pozitif yönde yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki gözlenmiştir. Duygusal şiddete maruz kalma puanı ile engellenme puanı ( $r=.94, p<.01$ ), tehdit edilme puanı ( $r=.76, p<.01$ ), aşağılanma puanı ( $r=.86, p<.01$ ), zarar

verilme puanı ( $r=.87, p<.01$ ), sözel yıpratılma puanı ( $r=.86, p<.01$ ) arasında pozitif yönde yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki gözlenmiştir. Engellenme puanı ile tehdit edilme puanı ( $r=.64, p<.01$ ), aşağılanma puanı ( $r=.73, p<.01$ ), zarar verilme puanı ( $r=.76, p<.01$ ), sözel yıpratılma puanı ( $r=.75, p<.01$ ) arasında pozitif yönde yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki gözlenmiştir. Tehdit edilme puanı ile aşağılanma puanı ( $r=.61, p<.01$ ), zarar verilme puanı ( $r=.58, p<.01$ ), sözel yıpratılma puanı ( $r=.67, p<.01$ ) arasında pozitif yönde yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki gözlenmiştir. Aşağılanma puanı ile zarar verilme puanı ( $r=.72, p<.01$ ), sözel yıpratılma puanı ( $r=.72, p<.01$ ) arasında pozitif yönde yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki gözlenmiştir. Zarar verilme puanı ile sözel yıpratılma puanı ( $r=.74, p<.01$ ) arasında pozitif yönde yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki gözlenmiştir.

**Tablo 4.8: Gaslightinge Maruz Kalma Ölçeği ile Duygusal Şiddete Maruz Kalma Ölçeği Ortalama Puanları Arasındaki Korelasyon Katsayıları**

N=254			1	2	3	4	5	6	7	8	9
<b>Gaslightinge Maruz Kalma Ölçeği</b>	1. GMKÖ Toplam	r	1								
	2. Kendini Suçlama	r	.94**	1							
	3. Kendine Güven Kaybı	r	.92**	.76**	1						
<b>Duygusal Şiddete Maruz Kalma Ölçeği</b>	4. DŞMKÖ Toplam	r	.81**	.79**	.73**	1					
	5. Engellenme	r	.83**	.82**	.74**	.94**	1				
	6. Tehdit Edilme	r	.54**	.53**	.49**	.76**	.64**	1			
	7. Aşağılanma	r	.65**	.62**	.60**	.86**	.73**	.61**	1		
	8. Zarar Verilme	r	.69**	.68**	.60**	.87**	.76**	.58**	.72**	1	
	9. Sözel Yıpratılma	r	.69**	.66**	.64**	.86**	.75**	.67**	.72**	.74**	1

r: Pearson Korelasyon \* $p < .05$ ; \*\* $p < .01$

#### 4.8. Gaslightinge Maruz Kalma Ölçeği Güvenirlik Analizine Yönelik Bulgular

Gaslightinge Maruz Kalma Ölçeği'nin (GMKÖ) güvenirligini tespit etmek amacıyla Cronbach Alpha güvenirlik analizi yapılmış ve ölçeğin güvenirligi  $\alpha=.93$  olarak bulunmuştur. Buna ek olarak kendini suçlama alt boyutunun güvenirligi  $\alpha=.91$ ; kendine güven kaybı alt boyutunun güvenirligi ise  $\alpha=.88$  olarak tespit edilmiştir. Bir ölçme aracının güvenirligi için Cronbach Alpha değerinin .70 ve üstü olması yeterli görülmektedir (Taber, 2017). Bu nedenle, GMKÖ'nün alt boyutlar da dahil olmak üzere güvenilir bir ölçme aracı olduğu kabul edilmiştir.

#### 4.9. Gaslightinge Maruz Kalan Kadınların Deneyimleri

Araştırmada gaslightinge maruz kalma deneyimlerinin değerlendirilmesi amacıyla psikoloji alanında uzman kişilerin görüşü alınarak hazırlanan açık uçlu değerlendirme soruları kullanılmıştır. Anket sonunda yer alan açık uçlu soru formunun doldurulması isteğe bağlı olduğundan cevap verenlerin yanıtları toplu şekilde değerlendirilmiş ve 254 katılımcı içerisinde tüm soruları detaylı cevaplayan 20 kişinin yanıtları nitel analiz için değerlendirmeye alınmıştır. Katılımcılara anket usulü yöneltilen açık uçlu sorular Tablo 4.9'da verilmiştir.

**Tablo 4.9: Gaslightinge Maruz Kalma Deneyimleri Açık Uçlu Soru Formu**

Sorular
1. Bu ilişkinizin başlangıcında partnerinizin size yönelik tutum ve davranışları nasıldı?
2. Gaslighting davranışıyla ilgili herhangi bir erken uyarı, “red flag” gözlemlediniz mi? Evet ise nedir?
3. Lütfen, gaslighting davranışının nasıl başladığını ve ilişki süresince nasıl değişim gösterdiğini açıklayınız.
4. Partnerinizin bir gaslighter olduğunu fark ettiğinizde nasıl etkilendiniz?
5. Lütfen ilişkinizde gaslighting örneklerinin nasıl meydana geldiğini açıklayınız (ör: bağlam neydi, ne söylendi, unutkan / saf / aptal / deli / vb. olmakla suçlandınız mı?). İlişkiniz süresince gerçeklik algınızı kaybediyormuş ya da “deliriyormuş” gibi hissettiğiniz, kendinizden şüphe duyduğunuz oldu mu?
6. Lütfen partnerinizin gaslighting davranışının bir etkisi olduğunu düşündüğünüz diğer deneyimlerinizi açıklayınız.

### *İlişkinin Başlangıcında Partnerin Tutum ve Davranışları*

“Bu ilişkinizin başlangıcında partnerinizin size yönelik tutum ve davranışları nasıldı?” sorusuna verilen yanıtların analiz edilmesi sonucu katılımcıların ortaya çıkan görüşleri Tablo 4.10’ da sunulmuştur.

**Tablo 4.10: İlişkinin Başlangıcında Partnerin Tutum ve Davranışları**

Yanıtlar	n	%
Aşırı sevgi gösterme	13	65
İlgili olma	17	85
Romantik davranış	7	35

Kadınlara, ilişkinin başlangıcında partnerinin tutum ve davranışları sorulduğunda, en sık olarak verilen yanıtın, ilgili olma (N=17, %85) olduğu görülmekle birlikte, aşırı sevgi gösterme (N=13, %65) yanıtı verilen diğer sık yanıtlardandır. Örneğin bir katılımcı (K13) partnerin ilgili olmasını “*Nazik ve sevgi dolu, düşünceli ve romantik*” yanıtıyla belirtirken, romantik davranış (N=7, %35) konusunda bir katılımcı ise (K10) aşağıda yer alan cümle ile açıklamıştır.

“*Beni o kadar seviyor ve önemsiyordu ki gerçek olamaz diyordum sevgisinden bunalıyordum, hediyeler alırdı, kendimi değerli hissettirirdi, tek hayatı benmişim gibi davranırdı, ben bu kadar sevilebileceğimi düşünmezdim bana destek olurdu benimle hep konuşmak isterdi sesimi duymak isterdi zamanını benimle geçirmek isterdi onu sevmemi isterdi sevgimi göstermemi isterdi.*”

Katılımcılardan bazıları (K14) “*Sevgisinin çok yoğun olduğunu söylem ve eylemlerle belli ederdi. Sürekli yanıma gelmek ister bana sürekli güzel şeyler söyler, iltifat ederdi.*”, (K15) “*Çok ilgiliydi, en ufak tartışmamızda bana hediyeler alırdı. Beni hep el üstünde tutardı.*”, (K16) “*Bulutların üzerinde mükemmel başlayan, ilgisini eksik etmeyen meraklı ve benim düşüncelerime saygı duyduğunu belirten beni olduğum gibi kabul eden değiştirmeye çalışmayan birisiydi.*” olarak bu deneyimi açıklarken başka bir katılımcı (K12) bu ilgili ve sevgi dolu davranış örüntüsünü “*Love bombing, aşırı ilgi, gerçekçi gelmeyen iltifatlar ediyordu.*” şeklinde isimlendirmiştir.

Bu yanıtlar göz önünde bulundurulduğunda ilişkilerin ilk evresinde aşk bombardımanına ait aşırı sevgi gösterme, ilgili olma ve romantik davranışların belirgin deneyimler olduğu ve bunların gaslighting sürecine zemin hazırladığı anlaşılmaktadır.

#### *İlişkinin Başlangıcında Partnerde Gözlemlenen Erken Uyarılar*

*“Gaslighting davranışıyla ilgili herhangi bir erken uyarı, “red flag” gözlemlediniz mi? Evet ise nedir?”* sorusuna verilen yanıtların analiz edilmesi sonucu katılımcıların ortaya çıkan görüşleri Tablo 4.11’de sunulmuştur.

**Tablo 4.11: İlişkinin Başlangıcında Partnerde Gözlemlenen Erken Uyarılar**

Yanıtlar	n	%
Manipülatif davranışlar	11	55
Kıskançlık-Kısıtlama	5	25

Katılımcılara, ilişkinin başlangıcında partnerinin tutum ve davranışları sorulduğunda, en sık olarak verilen yanıtın, manipülatif davranışlar (N=11, %55) olduğu görülmekle birlikte, kıskançlık-kısıtlama (N=5, %25) yanıtı da verilen diğer yanıtlardandır. Bir katılımcıya göre (K18) manipülatif davranışlar *“Ağlayarak bana istediğini yaptırmaya çalışması, ısrarcılığı ve bazı konulardaki kapalı, aşağılayıcı tutumu ilk 4 ay içerisinde gördüğüm ama görmezden geldiğim şeylerdi”* şeklinde betimlenmiştir. Başka bir katılımcı (K13) tarafından deneyimlenen *“Davranışlarımdan farklı anlamlar çıkartması ve bu anlamların doğru olduğunu iddia etmesi”* durumu erken uyarılar içerisinde gaslighting davranış kalıbını en çok barındıran durum olarak değerlendirilebilir. (K11) *“Bana daha ilişkimizin başında olmamıza rağmen birden bu kadar duygu yüklemesi bir anlamda love bombing yapılması, sorunlu bir ilişki olacağını gösteriyordu.”* yanıtı ise hem love bombing davranışının sağlıklı olarak değerlendirilmediğini hem de kadınların önemli bir kısmının erken uyarıları ayırt edebildiklerini ancak buna rağmen ilişkiye başlamayı tercih ettiğini göstermektedir. Katılımcıların yalnızca %20’si (n=4) herhangi bir erken uyarı fark etmediklerini bildirmişlerdir. Bu bağlamda gaslighting davranış örüntüsü ve kişilik özellikleri ile ilgili yürütülebilecek farkındalık çalışmalarının önem arz edeceği düşünülmektedir.

### *Gaslighting Davranışının Başlangıcı ve İlişki Süresince Gösterdiği Değişim*

“Lütfen, gaslighting davranışının nasıl başladığını ve ilişki süresince nasıl değişim gösterdiğini açıklayınız.” sorusuna verilen yanıtların analiz edilmesi sonucu katılımcıların ortaya çıkan görüşleri Tablo 4.12’ de sunulmuştur.

**Tablo 4.12: Gaslighting Davranışının Başlangıcı ve İlişki Süresince Gösterdiği Değişim**

Yanıtlar	n	%
Manipülatif davranışlar	12	60
Diğer şiddet davranışları	9	45
Zamanla artış göstermesi	9	45

Katılımcılara, gaslighting davranışının başlangıcı ve ilişki süresince nasıl seyrettiği sorulduğunda, en sık olarak verilen yanıtın, manipülatif davranışlar (N=12, %60) olduğu görülmekle birlikte, diğer şiddet davranışları (N=9, %45) ve zamanla artış göstermesi (N=9, %60) yanıtları da verilen diğer yanıtlardandır. Katılımcıların yanıtları oluşturulan kodlar dahilinde sınıflandırıldığında kendinden şüphe etme, gerçeklik algısında bozulma ve bu durumlara sebep olan manipülatif davranışlarla ilgili deneyimlerden bahsedilmektedir: (K4) “Yavaş yavaş duygusal boyutta önceki konuşmalarımız ve davranışlarımız hiç olmamış, bana onları hiç söylememiş ve ben onları kendi kafamdan uydurmuşum gibi olmaya başlamıştı.”, (K6) “Her şeyi abarttığım söyleniyordu. Bir şeyi sorgulamaya başladığımda bunun saçma bir hareket olduğuna inandırılıyordum.”, (K10) “Önce ilgisini çekmeye başladı sonra sorular sorduğumda geçiştirdi sen zaten çok kafanda kuruyorsun dedi halihazırda antidepresan ve terapi sürecinde olduğum için kafamda gereksiz kurduğuma ve olayları abarttığımı inandırdı.”, (K20) “Bazen kendisinin anlattığı şeyleri hatırlattığımda hayır öyle bir şey yok demesi zamanla inkar etmesi”. Örneklerde görüldüğü üzere gaslighting zamanla artış göstererek ilerlemekte ve mağduru gerçeklik algısıyla oynayarak akıl sağlığıyla ilgili şüpheye düşürmeyi hedeflemektedir. Fail bu davranışlara dair bilgi alma kanallarını kapatmak amacıyla mağduru izole etme yolunu seçer. (K8) “Hep vardı fakat ilişkimizin son bir yılında dayanılmayacak seviyeye geldi ilk zamanlar ben senin her şeyine yeterim arkadaş da

*olurum sevgili de aile de diye diye yalnız bıraktı sosyal ortamlardan mahrum bıraktı yalnızlaştırdı.”* Başka bir katılımcı da mağdurun izole edilmesi ile ilgili deneyimlerini (K15) *“Zamanla arkadaşlarımla aramı açtı. Oraya gitme bununla görüşme vs diyerek. Sanki içime korku salmış gibiydi.”* ifadeleriyle paylaşmıştır. İzole olma, bir katılımcının (K7) *“Başından beri söz konusuydu ancak zaman geçtikçe artmaya başladı ve kendimi katlanılmaz biri olarak gördüğüm için dış dünyaya 1 sene boyunca kapattım evden dışarı çıkmadım.”* şeklindeki beyanından anlaşılacağı üzere zaman zaman gaslightinge maruz kalmanın psikolojik etkisi olarak kişinin sosyal ortamlardan çekilmesi şeklinde de görülebilmektedir. Sık rastlanan ifadelerden biri olan sürekli ya da gereksiz özür dileme de gaslightinge maruz kalmanın etkilerinden biri olarak adlandırılabilir. Bu konudaki paylaşımlar şu şekilde: (K15) *“Bir noktadan sonra sanki kafamın içindeki ses bana değil ona aitmiş gibi oldu. Her kavgamızda haklı bile olsam kendimi özür dilerken buluyordum. Bana akıl sağlığımın iyi olmadığını ima ediyordu.”*, (K16) *“Haklı olduğum konuda bile sebebini bilmeden özür dilerken kendimi buluyordum, haksızlığı asla kabul etmez toplum içinde oluşan fikirlerde mutlaka kendisini haklı çıkarmak için çeşitli kelime oyunları yapardı.”*

#### *Gaslighter Bir Partnere Sahip Olmanın Etkisi*

*“Partnerinizin bir gaslighter olduğunu fark ettiğinizde nasıl etkilendiniz?”* sorusuna verilen yanıtların analiz edilmesi sonucu katılımcıların ortaya çıkan görüşleri Tablo 4.13’te sunulmuştur.

**Tablo 4.13: Gaslighter Bir Partnere Sahip Olmanın Etkisi**

Yanıtlar	n	%
Psikolojik etkiler	15	75
İletişimi kesme	3	15

Katılımcıların yalnızca %10’u (N=2) partnerinin gaslighter olduğunu anladığında tepkisiz kaldığını ya da verdiği tepkiyi hatırlamadığını bildirmiştir. Geri kalan 18 kişi ise bu şiddet türüne maruz kalmanın çeşitli etkileri ile karşılaştığından bahsetmiştir. En sık verilen yanıt psikolojik etkiler (N=15, %75) olmuştur.

Psikolojik etkiler teması bilişsel, duygusal ve davranışsal etkileri içermektedir. (K1) “Hayal kırıklığına uğradım ve sanki bir rüyanın içindeymiş uyanacakmışım diye çok bekledim”, (K15) “Başta kendimi suçladım bunları nasıl göremedim diye. Psikolojik olarak çok yıprandım ve güvenim sarsıldı. Uzun süre terapi aldım. Cinsel şiddet dahil birçok şeye hiç fark etmeden maruz kalmış olmak beni çok zorlamıştı” şeklinde deneyimlerini aktarırken bir katılımcı ise bu konudaki deneyimini (K9) aşağıda yer alan cümle ile açıklamıştır.

“Uzaklaşmak istedim ancak kısır döngüde gibiydim. Oldukça zor bir süreçti. Çaresizlik duyguları çok baskındı. Henüz kişiliğim yeni oturuyordu, lisedeydim. Birçok konuda kaygılanmaya başlamıştım. Depresif ruh halim ondan ayrıldıktan sonra 1-1,5 yıl devam etti maalesef. Kendime yönelik olumsuz değerlendirmelerin çok artmıştı.”

Bu örneklerde görüldüğü üzere partnerin şiddet faili olduğunu anlamının ardından bireylerde hayal kırıklığı, çaresizlik hissi, kaygı, depresif ruh hali gibi duygusal kendini suçlama, olumsuz öz değerlendirme gibi bilişsel ve uzaklaşma gibi davranışsal etkiler ortaya çıkabilmektedir. Katılımcıların yalnızca %15’i (N=3) partnerinin bir gaslighting faili olduğunu fark ettiğinde ilişkiyi bitirme ya da iletişimi kesme kararı aldığını bildirmiştir. Katılımcıların %35 (N=7) kadarı ise partnerinin gaslighter olduğunu ilişki için fark etmediğini, ilişki bittikten bir süre sonra bu davranışı isimlendirebildiğini bildirmiştir.

#### *Gaslighting Davranışı ve Deneyimler*

“Lütfen ilişkinizde gaslighting örneklerinin nasıl meydana geldiğini açıklayınız (ör: bağlam neydi, ne söylendi, unutkan / saf / aptal / deli / vb. olmakla suçlandınız mı?). İlişkiniz süresince gerçeklik algınızı kaybediyormuş ya da “deliriyormuş” gibi hissettiğiniz, kendinizden şüphe duyduğunuz oldu mu?” sorusuna verilen yanıtların analiz edilmesi sonucu katılımcıların ortaya çıkan görüşleri Tablo 4.14’te sunulmuştur.

**Tablo 4.14: Gaslighting Davranışı ve Deneyimler**

Yanıtlar	n	%
Şiddet davranışları	17	85
Psikolojik etkiler	12	60

Katılımcılara gaslightinge dair deneyimleri sorulduğunda en sık verilen yanıtın şiddet davranışları (N=17, %85) teması altında toplandığı ve bir diğer sık verilen yanıtın ise psikolojik etkiler (N=12, %60) olduğu görülmektedir. Şiddet davranışları teması manipülatif davranışlar ve diğer şiddet davranışları olmak üzere iki ayrı alt tema içermektedir. Katılımcılardan biri (K5) *“Hikaye kurduğumu ve bunları çok düşünürsem deli olacağım söylendi. Her virgülden nem kaptığımı ve çok overthinker biri olduğumu ifade ediyordu. Bana yalan söylediğini fark ettiğimde sen karıştırıyorsun, başka bir zamandı o diye manipüle ediyordu”* şeklinde ifade ederken bir başka katılımcı ise bu konudaki deneyimini (K15) aşağıda yer alan cümle ile açıklamıştır.

*“Söylediği şeyleri söylememiş gibi davranırdı. Sanırım narsist biriydi. Beni sürekli eleştirir sürekli olarak suçlardı. Bir yumurtayı bile yapmayı beceremediğimi söyleyerek beni salak yerine koyduğunu biliyorum. Tartışmalarımızda sıklıkla "Öyle bir şey olmadı. Sen kafanda kuruyorsun" gibi cümleler duyardım. Duygusal tepkilerime aşağılayarak karşılık verir beni deli olmakla suçlardı. İyi değilsin yardım almalısın vs derdi. Kendimden şüphe eder bir duruma gelmiştim. Beni yapmadığım şeylerle suçlardı ve ben yapmadığım bir şey için kendimi özür dilerken bulurdum. Beni ona muhtaç bir hale getirmişti. Arkadaşlarımla aramı açtı, insanlarla görüşmemi engelledi. Kendi başıma iyi olduğum her zaman kavga çıkartıp huzurumu kaçırdı”*

Bu örneklerde görüldüğü üzere suçlama, izole etme, kısıtlama, yalancı senaryolar kurma ve karşısındakini buna inandırmaya çalışma ya da gerçekleri reddetme (kafanda kuruyorsun vb.) gibi manipülatif davranışların yanı sıra failin aşağılama, değersizleştirme, hakaret etme gibi şiddet davranışlarına da başvurduğu görülmektedir.

Gaslightinge maruz kalmanın çıktısı olarak değerlendirebileceğimiz psikolojik etkiler hakkında katılımcılardan bazıları (K3) *“Evet kendimden şüphe etmeye başladım aşırı*

*mutsuz hissediyordum” (K19) “Sürekli hata yapıyorsun gibi imalar unuttun mu aynı şekilde. Deliriyormuş gibi değil ama o kötü durumu sürekli düşününce anksiyete oluyor ve hayatında yaptığın şeyleri devam ettirmek zor oluyor gerçeklikten uzaklaştırıyor tabi bu ağır bir durumda olmuştu”* şeklinde betimlemelerde bulunmuşlardır. Katılımcıların önemli bir kısmının (N=14, %70) gaslightinge maruz kalmanın ardından kendini sorguladığı, gerçeklik algısında bozulma meydana geldiği ve kendi gerçekliğinden ya da akıl sağlığından şüphe duymaya başladığı (deliriyormuş hissi) gözlenmiştir. Bu bulgu gaslightingin kişinin akıl sağlığından şüphe etmesini sağlayan bir manipülasyon biçimi olduğunu göstermektedir.

#### *Gaslighting Davranışı ve Diğer Deneyimler*

*“Lütfen partnerinizin gaslighting davranışının bir etkisi olduğunu düşündüğünüz diğer deneyimlerinizi açıklayınız.”* sorusuna verilen yanıtların analiz edilmesi sonucu katılımcıların ortaya çıkan görüşleri Tablo 4.15’te sunulmuştur.

**Tablo 4.15: Gaslighting Davranışı ve Diğer Deneyimler**

Yanıtlar	n	%
Şiddet davranışları	3	15
Psikolojik etkiler	14	70

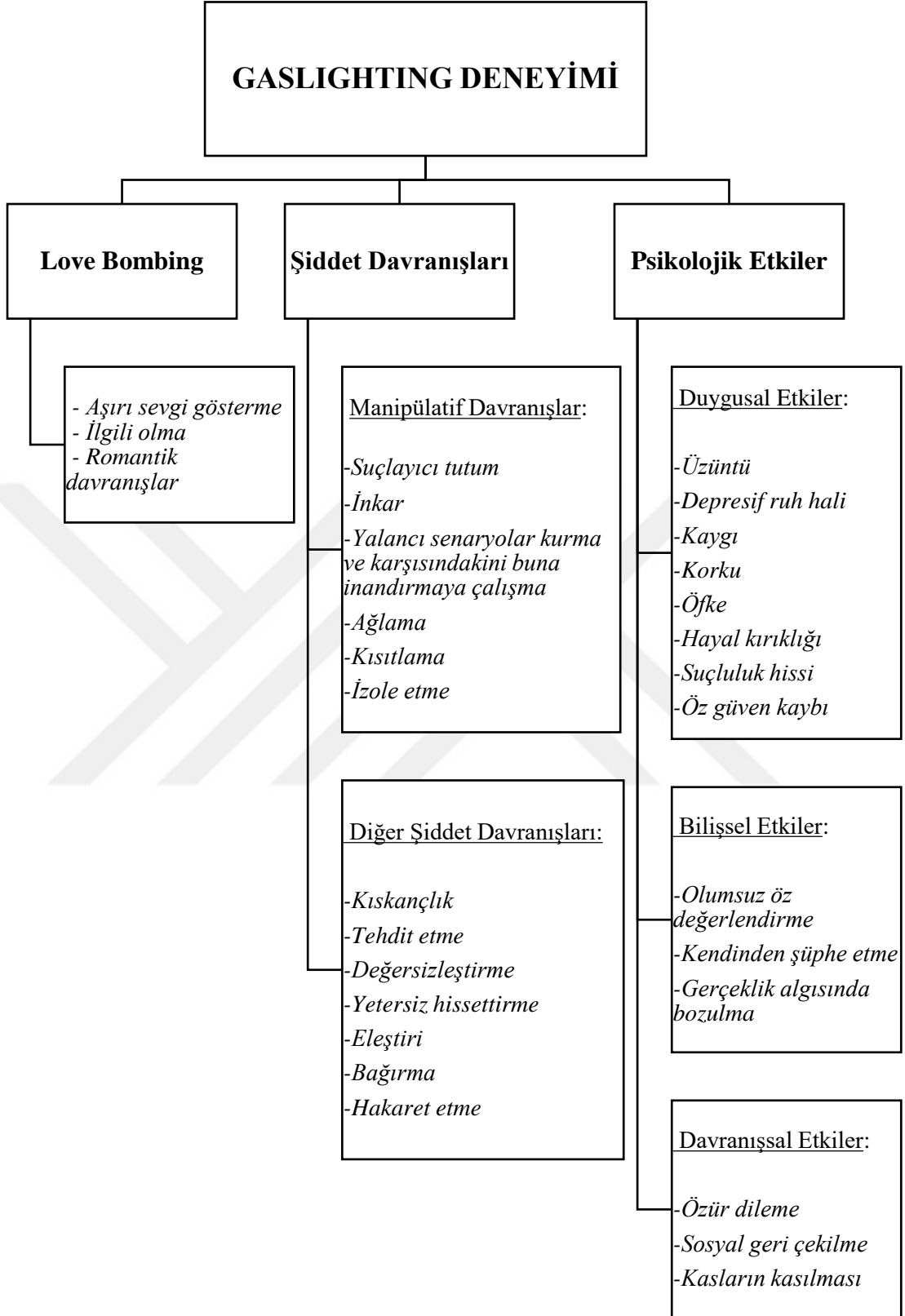
Paylaşılan yanıtları fenomenolojik bir yaklaşım gözetilerek detaylandırmak amacıyla katılımcılara gaslighting davranışının etkisi olduğunu düşündükleri diğer deneyimleri sorulduğunda en sık verilen yanıt psikolojik etkiler (N=14, %70) üzerine olmuştur. Katılımcılardan biri bu psikolojik etkileri (K6) *“Şu anki sağlıklı ilişkimde hislerimi ve düşüncelerimi paylaşmakta çok zorlanıyorum. Çünkü hep tepki göreceğimi zannediyorum”* şeklinde tanımlayarak gaslightinge maruz kalmanın bilişsel etkileri (özgüven kaybı) üzerine odaklanırken başka katılımcılar ise (K18) *“Daha şüpheli ve kaygılı bir insana dönüştüm sonrasında, güvenim kırıldı”* paylaşımlarıyla bu etkilerin yanı sıra gaslightinge maruz kalmanın duygusal boyutuna (kaygı) dikkat çekmektedir. Bu konuda başka bir katılımcının (K5) deneyimi aşağıda yer almaktadır.

*“Psikolojik olarak yıprattı ve gelecek ilişkilerimde (sadece romantik olarak değil) insanlara karşı güvenimin ciddi anlamda zedeleneceğini fark ettiğim için terapiye başladım. Sıklıkla görüştüğüm yakın arkadaşlarım hariç birebir bazı insanlarla görüşürken sosyal anksiyetemin tetiklendiğini fark ediyorum”.*

Yanıtların tümünü birlikte değerlendirildiğinde farklı sorulara verilen benzer yanıtlardan anlaşıldığı üzere ortak kodların ve temaların varlığı dikkat çekmektedir. Özetle gaslighting deneyiminin çoğunlukla aşk bombardımanı ile başlayıp manipülatif davranışların yanı sıra diğer şiddet davranışlarını da içerebilen bir davranış örüntüsüyle devam eden ve sonucunda mağdurda bilişsel, duygusal ve davranışsal olmak üzere çeşitli psikolojik etkilere sebebiyet veren bir şiddet türü olduğu görülmüştür. Bu bulgular mevcut ölçeğin gaslighting deneyimini ölçmede önemli kriterleri içerdiğini ve bu kriterlerin deneyimler ile örtüştüğünü göstermektedir. Diğer katılımcı yanıtlarına dair örnek tablolara EK6’da yer almaktadır.

#### **4.9.1. Gaslightinge Maruz Kalan Kadınların Deneyimleri Tema Analizi**

Gaslightinge maruz kalma deneyimlerini detaylıca incelemek amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanan 6 açık uçlu soruya verilen yanıtlar derlenmiştir. Mevcut yanıtların tekrar tekrar okunarak çıkartılan ortak tema ve kodlamalarının sonucunda ana tema olarak gaslighting deneyimi; aşırı sevgi gösterme, ilgili olma ve romantik davranışlar kodları içeren love bombing alt teması; manipülatif davranışlar ve diğer şiddet davranışları kodlarını içeren şiddet davranışları ve bilişsel etkiler, duygusal etkiler ve davranışsal etkiler kodlarını içeren psikolojik etkiler teması bulunmuştur. Ana tema ve alt temaların yer aldığı diyagram Şekil 4.3 ile verilmiştir.



**Şekil 4.3: Gaslightinge Maruz Kalan Kadınların Deneyimlerine Dair Tema, Alt Tema ve Kodların Şeması**

## BEŞİNCİ BÖLÜM

### TARTIŞMA VE DEĞERLENDİRME

Bu bölümde araştırmaya ilişkin sonuçlara, tartışmalara ve bulgular üzerinden düzenlenen önerilere yer verilmiştir.

#### 5.1. Genel Değerlendirme ve Tartışma

Çalışmanın hipotezleri doğrultusunda gerçekleştirilen istatistiksel analizlerin sonuçları, tartışma bölümünde literatür bağlamında incelenecek; ayrıca, araştırmanın sınırlılıkları değerlendirilecek ve gelecekte yapılacak araştırmalar için araştırmacı tarafından öneriler sunulacaktır. Mevcut çalışma, Bhatti ve arkadaşları (2021) tarafından geliştirilen Gaslighting Maruz Kalma Ölçeği (Victim Gaslighting Questionnaire)'nin Türkçe uyarlamasının ve Türkiye popülasyonunda geçerlik ve güvenirlik çalışmasının yapılması ve açık uçlu sorular ile gaslighting deneyiminin derinlemesine anlaşılması amacıyla yürütülmüştür. Bu bağlamda, kadınların gaslighting maruz kalma düzeyleri ile duygusal şiddete maruz kalma düzeyleri arasında bir ilişkinin olup olmadığının belirlenmesi, gaslighting maruz kalma deneyimlerini ve etkilerini anlamaya yönelik derin bir bakış açısı sunulması amaçlanmaktadır. Bu bölümde Gaslighting Maruz Kalma Ölçeğinin Türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışması kapsamında; yapı geçerliği, ayırt edici geçerliği, yakınsak geçerliği, ölçeğin açıklayıcı faktör analizi ve güvenirlik analizine ilişkin sayısal veriler tartışılmıştır.

##### 5.1.1. Demografik Bulguların Tartışılması

Araştırmanın örneklemini yaş ortalaması 26,04 (ss=7.51) olan 18-56 yaş arasındaki 254 kadın oluşturmaktadır. Orijinal ölçeğin geliştirildiği çalışma ise; yaş ortalaması 23,38 yıl (ss=4.03) olan 18-40 yaş arasındaki 150 kadın katılımcı ile gerçekleştirilmiştir (Bhatti ve ark., 2021). Araştırmanın yaş ve cinsiyet ile ilişkili katılımcı özelliklerinin orijinal araştırma ile benzerlik gösterdiği görülmektedir. Katılımcıların %73,6'sı üniversite seviyesinde, %85,8'i orta gelir düzeyinde olduğu;

%57,5'inin devam eden bir ilişkisi olduğu, %20,1'inin psikolojik tanıya sahip olduğu ve %62,6'sının ise daha önce psikolojik şiddete maruz kaldığı saptanmıştır. Bhatti ve ark. (2021) yaptığı çalışmada ise bu kriterlerden sadece eğitim ve evlilik durumuna bakılmış ve katılımcı ortalamalarına dair herhangi bir bilgi sunulmamıştır.

### **5.1.2. Gaslightinge Maruz Kalma Ölçeğinin Geçerlik Analizi Bulgularının Tartışılması**

Psikolojik ölçümde yapısal geçerlilik çok önemlidir ve faktör analizi metodolojisinin dikkatli bir şekilde değerlendirilmesi genel yapı geçerliliği için çok kritiktir (Steger, 2006). Mevcut çalışmada örneklem büyüklüğünün faktör analizi yapmaya uygun olup olmadığını test etmek amacıyla Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) testi uygulanmıştır. KMO değerinin 0,5 olmasının makul bir kriter olduğu, özellikle KMO değeri azaldıkça anlamlı faktör çözümü elde etme olasılığının azaldığı bilinmektedir (Kaiser, 1970). Yapılan analiz sonuçlarına göre KMO değeri .93 olarak belirlenmiştir. Bu bulgu faktör analizi yapılabilmesi için örneklem büyüklüğünün “yeterli” olduğunu göstermektedir. Ayrıca değişkenler için yapılan Bartlett Küresellik Testi sonuçlarından elde edilen ki kare değerinin kabul edilebilir olduğu saptanmıştır.

### **5.1.3. Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA) Bulgularının Tartışılması**

Açıklayıcı faktör analizi, niceliksel psikolojide veri karmaşıklığını azaltmak ve gizli değişkenleri kullanarak varyansı açıklamak için kullanılan istatistiksel bir yöntemdir (Peterson, 2017). Açıklayıcı faktör analizinde faktör çıkarma prosedürleri, örneklem büyüklüğü, ölçülen değişken sayısı, çıkarılacak faktör sayısının belirlenmesi, faktör rotasyonu ve faktör puanlarının oluşturulmasına ilişkin inceleme ve öneriler sunulmaktadır (Russell, 2002). Faktör analizinde dikkat edilmesi gereken temel noktalar binişik maddelerin çıkartılması ve öz değeri 1 ve 1'den büyük olan faktörlerin faktör sayısını belirttiğidir (Büyüköztürk, 2004). Madde faktör yük değerleri için sınır değer .45 olarak (Büyüköztürk, 2004) önerilse de faktör yük değeri .30 olan maddelerin de ölçekte tutulması uygundur (Kline, 1994).

Gaslightinge maruz kalma ölçeğinin faktör yapısını belirlemek amacıyla yapılan açıklayıcı faktör analizinde, ölçeğin kendini suçlama ve kendine güven kaybı olarak

adlandırılan iki alt boyutu olduğu ve madde faktör yüklerinin .42-.90 arasında değişkenlik gösterdiği belirlenmiştir. Ölçeğin toplam varyans yükü %56,5 olarak saptanmıştır. Bu sonuç, GMKÖ ölçeğinin toplam varyans açısından yeterince açıklayıcı olduğunu göstermektedir. Orijinal çalışmada akran uyuşmazlığı ve kendine güven kaybı olarak adlandırılan iki alt boyutun madde faktör yükleri .43-.93 arasında değişkenlik göstermektedir. Ölçek toplam varyans yükü ise %63,87 olarak belirlenmiştir (Bhatti ve ark., 2021). Orijinal çalışmada birinci faktör olan akran uyuşmazlığı alt boyutunda bulunan 6 ve 7 numaralı maddelerin mevcut araştırmada sırasıyla .66 ve .44 faktör yükleri ile ikinci faktör olan kendine güven kaybı alt boyutuna dahil olduğu görülmüştür. Bu durum (m6) “Davranışlarına, niyetinin tam zıttı olan motivasyonlar yüklenir” ve (m7) “Sıklıkla, kendi gerçekliğini ona karşı savunmak zorunda hissedersin” ifadelerinin mağdurun nevroitiklik, düşük özgüven, duygusal bağımlılık gibi kişiyi gaslightinge maruz kalmaya daha duyarlı hale getiren kişilik özelliklerinin (Bhatti ve ark., 2021) yanı sıra güven ve zihinsel istikrar kaybına yol açarak hatalı hissetmesi (Klein ve ark., 2023; Kurniawan ve Limanta, 2021) sonucunda bu şekilde yorumlandığı ve yazarlar (Bhatti ve ark., 2021) tarafından da kişinin kendi karar verme, muhakeme etme vb. becerilerine olan güvenini kaybetmesi sebebiyle kendine güven kaybı olarak adlandırılan alt boyuta dahil olduğu söylenebilir. Yazardan ölçeğin kullanım izni alındıktan sonra ölçeğin Türkçe formunun daha anlaşılır olması için “Gaslightinge Maruz Kalma Ölçeği” olarak, “akran uyuşmazlığı” alt boyutunun da “kendini suçlama” olarak değiştirilmesinin daha uygun olacağına karar verilmiştir. Araştırmamız sonucu elde edilen bulguların orijinal çalışma ile benzerlik gösterdiği söylenebilir.

#### **5.1.4. Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) Bulgularının Tartışılması**

Ölçek geliştirmeye yönelik güncellenmiş paradigma, tek boyutluluğun değerlendirilmesi, güvenilir ölçümün sağlanması ve yapı geçerliliğinin artırılması için doğrulayıcı faktör analizinin yapılmasını içermektedir (Gerbing ve Anderson, 1988). Doğrulayıcı faktör analizi (DFA), sıralı değişkenler (örneğin, Likert tipi maddeler) arasındaki varsayılan ilişkileri incelemek için yaygın olarak kullanılır (Flora ve Curran, 2004) ve birçok değişkenden meydana gelen faktörlerin gerçek veriler ile arasındaki uyumu belirlemek için yardımcı olur (Gürsal, 2022). Uyum indeksi ki kare değerinin serbestlik derecesine bölünmesiyle elde edilir ve modelin kabul edilebilir

olması için bu oranın ( $\chi^2 /df$ ) 5 veya altında olması, SRMR ile RMSEA değerlerinin .08'den küçük olması ve GFI ve CFI değerlerinin .90'dan büyük olması gerekmektedir (Şimşek, 2007). Gaslightinge maruz kalma ölçeğinin doğrulayıcı faktör analizi bulguları incelendiğinde uyum indekslerinin kabul edilebilir uyum olarak değerlendirildiği saptanmıştır. Ölçeğin orijinal çalışmasında doğrulayıcı faktör analizi yapılmadığı için uyum indeksleri kıyaslanamamıştır. Sonuç olarak GMKÖ ölçeğinin doğrulayıcı faktör analizi bulgularına bakıldığında değerlerin istenilen düzeyde olduğu görülmektedir. Bu da ölçeğin yapı geçerliğinin sağlandığını göstermektedir.

### **5.1.5. Gaslightinge Maruz Kalma Ölçeğinin Ayırt Edici ve Yakınsak Geçerliğine Dair Bulguların Tartışılması**

Türkiye örneğinde 18-56 yaş aralığındaki 254 kadın katılımcı ile yürütülen çalışmada ölçeğin ayırt edici geçerliğinin ölçülmesi amacıyla psikolojik şiddete maruz kaldığını bildirenler ve psikolojik şiddete maruz kalmayanlar olmak üzere oluşturulan iki grubun gaslightinge maruz kalma puan ortalamaları karşılaştırılmıştır. Elde edilen sonuçlara göre gaslightinge maruz kalma ölçeği puan ortalamaları psikolojik şiddet mağduriyeti bildiren kadınların lehine daha yüksek bulunmuştur. Bu bulgular gaslightinge maruz kalma ölçeğinin ayırt edici geçerliğinin sağlandığını göstermektedir.

Yapılan araştırmada ölçeğin yakınsak geçerliğinin test edilmesi amacıyla katılımcıların gaslightinge maruz kalma düzeyi ile duygusal şiddete maruz kalma düzeyi arasındaki ilişki incelenmiştir. Elde edilen korelasyon analizi sonuçlarına göre gaslightinge maruz kalma düzeyi ile duygusal şiddete maruz kalma düzeyi arasında pozitif yönlü bir korelasyon gözlenmiştir. Bu bulgular da mevcut korelasyon hipotezini doğrular niteliktedir.

Ayrıca diğer şiddet türlerine maruz kalan kişilerin (love bombing, ghosting, stonewalling) gaslightinge maruz kalma puanları daha önce bu şiddet türlerine maruz kaldığını bildirmeyenlere göre anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur. Bu sonuç, şiddet kavramlarının birbiriyle ilişkili olduğuna ve birine maruz kalmanın diğer şiddet türlerine maruz kalma açısından bir risk faktörü oluşturabileceğine işaret etmektedir.

### 5.1.6. Güvenirlik Analizine Dair Bulguların Tartışılması

Cronbach Alpha analizi, bir ölçeğin iç tutarlılığını ölçmek için kullanılan bir istatistiksel yöntemdir. İç tutarlılık, ölçekteki maddelerin birbirleriyle ne kadar tutarlı olduğunu gösterir. Cronbach Alpha analizi, ölçeğin güvenilirliğini değerlendirmek için yaygın olarak kullanılan bir yöntemdir. Bir ölçme aracının güvenirligi için Cronbach Alpha değerinin .70 ve üstü olması önerilmektedir (Taber, 2017). Çalışmamızda ölçeğin cronbach alfa değeri  $\alpha=.93$  olarak bulunmuş ve güvenirligın oldukça yüksek olduğu görülmüştür. Ölçeğin alt boyutlarının (kendini suçlama ve kendine güven kaybı) cronbach alfa değerleri sırasıyla .91 ve .88 olarak bulunmuştur. “Gaslightinge Maruz Kalma Ölçeği”nin orijinalinin güvenirlik değerine bakıldığında (Bhatti ve ark., 2021); “akran uyuşmazlığı” faktörünün Cronbach’s  $\alpha$  değerinin .92, kendine güven kaybı faktörünün Cronbach’s  $\alpha$  değerinin .85, ölçeğin Cronbach’s  $\alpha$  değerinin ise .93 olduğu görülmektedir. Araştırmamız sonucu elde edilen Cronbach’s  $\alpha$  değerinin orijinal çalışmaya benzer olduğu görülmektedir.

### 5.1.7. Gaslightinge Maruz Kalma Deneyimine Dair Nitel Bulguların Tartışılması

Yanıtların tümü birlikte değerlendirildiğinde; katılımcıların bazılarının (K1, K3) partnerleri tarafından açıkça var olan bir gerçeğin çarpıtılması ya da yaşanan bir durumun reddedilmesi üzerine sıklıkla “kafanda kuruyorsun”, “öyle bir şey olmadı”, “yanlış hatırlıyorsun” vs. şeklinde ifadelere maruz kaldıklarını belirtmektedirler. Bu paylaşımlardan çıkarımla bu deneyimlerin ölçek maddelerinden (m2) “*Bakış açın reddedilir ya da bakış açının tamamen ‘yanlış’ olduğu söylenir.*” ve (m3) “*Duygularını açıklamaya çalıştığında ‘aşırı tepki vermekle’ suçlanırsın.*” ifadelerini doğrular nitelikte olduğu söylenebilmektedir.

Katılımcıların bazılarının (K7,K2) gaslightinge maruz kalmanın bir çıktısı olarak duymuş oldukları güvensizlik duygusu ve kendini sorgulama eğilimleri sebebiyle haklı oldukları durumlarda dahi özür dileme davranışında bulduklarına ve çoğunlukla bunu farkında olmadan yaptıklarına dair ifadeleri dikkat çekmektedir. Bu deneyimler ölçek maddelerinden biri olan (m4) “*Neyi yanlış yaptığını bilmeden özür dilersin.*” ile örtüşmektedir.

Love bombing, bir kişinin partnerini aşırı sevgi, iltifat ve hediyelerle kısa sürede kendine bağlama ve kontrol altına alma çabasıdır. Bu davranışlar, partnerin özgüvenini

sarsarak onu kendi kendine şüphe duymaya ve partnerine bağımlı hale getirmeye yöneliktir (Hawkins, 2017, Sarkis, 2018). Mevcut yanıtlar göz önünde bulundurulduğunda ilişkilerin ilk evresinde aşk bombardımanına ait aşırı sevgi gösterme, ilgili olma ve romantik davranışların belirgin deneyimler olduğu ve bunların gaslighting sürecine zemin hazırladığı anlaşılmaktadır.

Ayrıca katılımcıların “red flag” olarak gördüğü erken uyarı davranışlarından başkalarına karşı olumsuz tutum, davranışlardan farklı anlamlar çıkartma, hep haklı olduğunu savunma, şüphencilik, büyülenmecilik gibi davranışların literatürde olayları çarpıtmak (Ayers, 2020); psikotizm (Mianao ve ark., 2021) ve b kümesi kişilik bozukluklarına yatkınlık (Sarkis, 2018); empati eksikliği ve patolojik yalan söyleme (Christensen ve Evans-Murray, 2021) ve gerçek ifadeleri inkar etme (Irigaray ve ark., 2023) olarak betimlenen gaslighter kişilik özelliklerine ait olduğu görülmektedir. Bunlarla birlikte kendi dışındaki herkesi problematik ya da deli olarak etiketlemeleri (Sarkis, 2018) katılımcıların sıklıkla bu ifadeleri işittiklerine dair yapmış oldukları paylaşımlarla örtüşmektedir.

Katılımcıların önemli bir kısmı gaslightinge maruz kalmanın bir etkisi olarak kendinden şüphe ettiğini, akıl sağlığını sorguladığını ya da “delirdiğini” sandığını ifade etmişlerdir. Bu bulgu gaslightingin kişinin akıl sağlığından şüphe etmesini sağlayan bir manipülasyon türü olduğuna dair yapılan literatürdeki tanımları doğrular niteliktedir (Kirk-Giannini, 2022; Kurniawan ve Limanta, 2021). Ayrıca duygusal şiddete maruz kalmanın önemli etkilerinden olan depresif belirtiler, yetersizlik duyguları, duygu düzenlemede zorluk, sosyal izolasyon (Kesici ve Büyükeskil, 2021) gibi deneyimlerin katılımcılar tarafından da paylaşıldığı ve özellikle birçoğunda çevreye ya da kendine karşı güven kaybı (Tobias ve Joseph, 2018; Kirk-Giannini, 2022) meydana geldiği belirlenmiştir. Bu da gaslightinge maruz kalmanın bireyin psikolojik sağlığı üzerindeki olumsuz etkisine dikkat çekmektedir.

Sonuç olarak, mevcut çalışmadan elde edilen bulgular literatürdeki sınırlı çalışmayı doğrular niteliktedir. Ayrıca nitel bulgulardan hareketle gaslightinge maruz kalma ölçeğinin bu şiddet türüne maruz kalan kişilerin deneyimlerini yansıttığı görülmektedir.

## **5.2 Araştırmanın Sınırlıkları**

Birleşmiş Milletler tarafından yayınlanan İnsani Gelişim Raporu'nda (Human Development Report) yer alan İnsani Gelişim Endeksi (Human Development Index-HDI) ülke sıralamaları listesine göre 2022 yılında Türkiye 48. sırayla çok yüksek insani gelişim sınıfında yer alırken Pakistan 161. sırayla düşük insani gelişim sınıfında yer almıştır. İnsani Gelişim Endeksi, sağlık, eğitim ve yaşam standardı olmak üzere üç temel boyuta dayanır. Bu boyutlar, insanların yaşamları boyunca sahip oldukları fırsatları ve seçimleri yansıtır (UNDP, 2022). Pakistan'da, fiziksel şiddet, namus cinayetleri ve zorla evlendirmeler gibi ataerkilliğin şiddetli tezahürleri, özellikle kırsal bölgelerde nadir değildir (Johnson ve Johnson, 2001). Pakistan'daki sosyal yapının ataerkil doğası kadınlar için eşitsizliklere yol açmaktadır (Shaheed, 1986). Benzer şekilde Türkiye'de de ataerkil normlar kadınların işgücüne katılım kararlarını etkilemektedir ve ülke Ortadoğu'da "ataerkillik kuşağı" olarak adlandırılan kuşağın bir parçasıdır (Dildar, 2015; Sarıoğlu, 2012). Cinsiyet ilişkilerinin ataerkil yapılanması Türkiye'deki sosyo-politik yaşamın temel belirleyicisidir (Onbaşı, 2016). Her iki ülkede de cinsiyet eşitsizliklerine katkıda bulunan ve kadınların kendi toplumlarındaki deneyimlerini şekillendiren ataerkil sistemler sergilenmektedir. Kadına yönelik şiddet konusunda Türkiye ile Pakistan arasındaki kültürel farklılıklar oldukça ciddi boyuttadır. Pakistan'da toplumsal ve ailesel normlar, namus cinayetleri ve yakın partner şiddeti de dahil olmak üzere kadına yönelik şiddetin kabul edilmesi konusunda sürdürücü bir etki göstermektedir (Murshid ve Critelli, 2017; Hadi, 2018). Ülke, namus cinayetleri ve yakın partner şiddetinin yaygınlığıyla kadınlar için en tehlikeli 3. ülke olarak sınıflandırılmaktadır (Hadi, 2018). Öte yandan Türkiye'de kadınlara yönelik şiddet, son yıllarda giderek daha fazla gündeme gelmektedir. Bu konudaki farkındalığın artması, kadınların şiddete karşı daha fazla seslerini çıkarmasına ve devletten daha fazla destek almasına yol açmıştır. Türkiye'de, kadınlara yönelik şiddeti önlemek için çeşitli yasal düzenlemeler ve sosyal politikalar uygulanmaktadır (KADEM, 2015). Bu durum Türkiye ile Pakistan arasında kültürel uzaklığın yüksek olduğunu ve Pakistan'dan Türkiye'ye ölçek uyarlaması çalışmalarında, denklik ve yanlılık konularında daha dikkatli olunması gerektiğini göstermektedir. Araştırma araştırmacı tarafından geliştirilen demografik bilgi formuna, duygusal şiddet ve gaslighting maruz kalmayı değerlendirmek için kullanılan ölçme araçlarına verilen yanıtlarla sınırlıdır. Bir ölçme aracının bazı güçlü ve zayıf yönleri söz konusu olabilmektedir. Araştırmanın örnekleminin yalnızca kadın katılımcılardan oluşması ve

kısıtlı bir örnekleme ulaşılabilmiş olması da araştırma bulgularının popülasyona genellenmesi açısından güçlük oluşturmaktadır. Araştırmanın, kesitsel bir çalışma olması da bir diğer sınırlılık sebebidir. Gaslightinge Maruz Kalma düzeyinin çeşitli değişkenler açısından boylamsal bir çalışma ile incelenmesi hem grup içi hem de gruplar arası karşılaştırma imkanı sağlayabileceği gibi bu değişkenlerin ilişkisinin gücü ve yönü hakkında daha çok bilgi sunabilir. Ayrıca araştırmanın retrospektif bir çalışma olması, deneyimin hatırlandığı ölçüde aktarılmasına sebebiyet verdiği için bir sınırlılık olarak sayılabilir. Araştırmanın nitel kısmının bire bir görüşme yapılmadan açık uçlu sorulara verilen yanıtlarla gerçekleştirilmiş olması da araştırmanın sınırlılıkları arasında sayılabilir. Orijinal çalışmada da belirtildiği üzere ölçek, daha yüksek düzeydeki puanların daha yüksek düzeyde mağduriyet anlamına geldiğini varsaysa da uygun bir kesme puanı, normal düzeydeki gaslightingden uygun mağdurların daha da belirlenmesine yardımcı olabilir (Bhatti ve ark., 2021). Bu bağlamda ölçeğin kesme puanının olmayışı da sınırlılıkları arasına dahil edilebilir. Son olarak çalışmada bir semptom tarama envanterinin kullanılmayışı ve nitel çalışmadaki öz bildirimlere dayanarak yorumlanması da araştırmanın kısıtlılıklarındandır.

### **5.3. Genel Sonuç**

Bu çalışmada “Gaslightinge Maruz Kalma Ölçeği”nin Türkçeye uyarlanması, geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılmıştır. Bunun yanı sıra psikolojik şiddet mağduru kadınların gaslightinge maruz kalma deneyimlerine ilişkin değerlendirme yapılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre, gaslightinge maruz kalma ölçeğinin geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Ek olarak, kadınların gaslightinge maruz kalma düzeyleri ile duygusal şiddete maruz kalma düzeyleri arasında pozitif yönlü, güçlü düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca, gaslightinge maruz kalma ölçeği puan ortalamaları psikolojik şiddete, gaslightinge, aşk bombardımanına, yok olmaya ve duvar örmeye maruz kalma bildirimine göre karşılaştırıldığında her değişken için gaslightinge maruz kalma ortalama puanları belirtilen şiddet türüne maruz kalma lehine anlamlı derecede yüksek bulunmuştur.

Kadınların gaslightinge maruz kalma deneyimlerine ilişkin elde edilen açık uçlu soru formu yanıtlarından elde edilen bulgular incelendiğinde, üç önemli tema ortaya

çıkılmıştır. Bu temalar; love bombing, şiddet davranışları ve psikolojik etkiler olmak üzere sınıflandırılmıştır. Love bombing, aşırı sevgi gösterme, ilgi gösterme ve romantik davranış ile karakterize bir şekilde normal ilişki başlangıcının abartılmış bir biçimi olarak tanımlanmaktadır (Sarkis, 2018). Şiddet davranışları; ağlama, inkar, suçlayıcı tutum, kişiyi kendinden şüphe ettirme ve yeni senaryolar kurma gibi manipülatif davranışlar ve kısıtlama, bağırma, izole etme olarak sıralanabilecek diğer şiddet davranışları olmak üzere iki alt temaya sahiptir. Son olarak psikolojik etkiler ise; kaygı, depresif duygu durumu, hayal kırıklığı, korku, öz güven kaybı gibi duygusal etkileri, olumsuz öz değerlendirme, gerçeklik algısında bozulma ve kendinden şüphe etme gibi bilişsel etkileri ve gereksiz ya da sürekli özür dileme ve sosyal geri çekilme gibi davranışsal etkileri içermektedir. Bu bulguların ölçek maddelerinin içeriğiyle örtüştüğü saptanmıştır.

#### **5.4. Öneriler**

Mevcut ölçeğin en önemli kısıtlılığı sadece kadın örneklemini ile geliştirilmiş olmasıdır, bu sebeple gelecekteki araştırmalarda erkek örnekleminin de dahil edilmesi, erkeklerin de akranlarından, partnerlerinden ve diğer aile üyelerinden gaslighting mağduru olup olmadıklarının belirlenmesi genellenebilirlik açısından oldukça önem arz etmektedir. Mevcut araştırma örneklemini incelendiğinde, gelecekte yapılacak çalışmalarda farklı örneklemelerde ölçeğin çapraz geçerliliğinin araştırılması önem taşımaktadır. Bu, ölçeğin bu kişilere yönelik müdahalelerin etkinliğini değerlendirmek için kullanılabilmesine dair kanıtlar sağlayabilir.

GMKÖ'nün, gaslighting'in klinik etkilerini değerlendirmek için kullanılabilmesi için araştırmalar yapılması gerekir. Bu, ölçeğin, gaslighting'in kişiler üzerindeki psikolojik, duygusal ve fiziksel etkilerini ölçmek için kullanılabilmesini gösterecektir. Literatüre baktığımızda nitel çalışma bulguları ile örtüşen şekilde gaslighting'e maruz kalmanın kişide kendini sorgulama, akıl sağlığından şüphe etme, güven kaybı gibi etkiler meydana çıkarttığı dikkat çekmektedir (Sarkis, 2018; Wozolek, 2021; Kurniawan ve Limanta, 2021; Klein ve ark., 2022). Bu, gaslighting'in farkındalığı ve önlenmesi için daha iyi bilgi sağlayacaktır. Örneğin, ölçeğin, gaslighting'e maruz kalmış kişilerde depresyon, anksiyete ve stres gibi ruh sağlığı sorunlarının görülme sıklığını ölçmek için kullanılabilmesi için araştırmalar yapılabilir ve bu araştırmalar gaslighting'in bu gibi

sorunlara neden olabileceğine dair kanıtlar sağlayabilir. Ayrıca gaslightinge maruz kalmanın mevcut etkilerinin kanıtlanması ile bu şiddet türü yasalar önünde suç olarak tanımlanabilir ve böylece gaslightinge maruz kalan kişilerin haklarını korumaya ve failleri caydırmaya yardımcı olabilir.

GMKÖ'nün, gaslightinge maruz kalmış kişilere yönelik müdahalelerin etkinliğini değerlendirmek için kullanılabileceği araştırmalar yapılması gerekir. Bu, bu kişilere yönelik müdahalelerin gaslightingin etkilerini azaltmada etkili olduğunu gösterecektir. Ayrıca gaslightinge maruz kalmış kişilere yardım etmek için daha iyi müdahaleler geliştirmeye yardımcı olacaktır. Örneğin, ölçeğin, terapi, destek grupları ve eğitim gibi müdahalelerin gaslightinge maruz kalmış kişilerin özsaygısını, özgüvenini ve ruh sağlığını iyileştirmede etkili olduğunu ölçmek için kullanılabileceği araştırmalar yapılabilir. Şiddet mağdurlarına yönelik psikolojik müdahaleler, şiddetin niteliğine, mağdurun yaşına ve özelliklerine göre değişkenlik gösterebilir. Pozitif psikoloji müdahaleleri, refahı artırma ve depresif belirtileri hafifletme konusunda umut vaat etmektedir (Sin ve Lyubomirsky, 2009). Bir başka müdahale biçimi olarak destekleyici psikolojik müdahaleler, şiddet mağdurlarının duygusal ve sosyal ihtiyaçlarını karşılamaya odaklanır ve mağdurların travmatik deneyimlerini anlamaları ve kabullenmeleri, duygularını ifade etmeleri, stresle başa çıkma stratejileri geliştirmeleri ve sosyal destek ağlarını güçlendirmeleri için destek sağlar (Micklitz ve ark., 2023; Hameed ve ark., 2020). Şiddet mağdurlarına destekleyici psikolojik müdahaleler psikolojik ilk yardım, grup terapisi ve bireysel terapiyi içerir (Günay ve ark., 2016; Tetik ve ark., 2021; Öncü, 2015). Hameed ve ark. (2020) tarafından yakın partner şiddeti mağduru 82 kadın katılımcıyla beş farklı ekolde (hümanistik terapi, bütüncül terapi, bilişsel davranışçı terapi, üçüncü dalga bilişsel davranışçı terapi ve psikolojik odaklı müdahale) terapi etkinliklerini incelemek üzere yapılan araştırmaya göre bireysel terapiler şiddet mağduru kadınların depresyon ve anksiyete düzeylerinin düşmesini sağlamakta ancak travma sonrası stres bozukluğu ve yeniden şiddete maruz kalma üzerine herhangi bir veri sağlamamaktadır. Bu bağlamda travma odaklı, Kısa Bilişsel Davranışsal Müdahale, Bilişsel Davranışçı Terapi ve EMDR (Göz Hareketleriyle Duyarsızlaştırma ve Yeniden İşleme) travma sonrası stres bozukluğu için etkinliği kanıtlanmış çalışma biçimleridir (Foa ve ark., 2009; Ehring ve ark., 2014; Roos ve ark., (2017); Perri ve ark., 2021). Ayrıca henüz bireysel müdahaleler kadar yaygınlaşmamış olsa da travma mağdurlarına yönelik grup müdahalelerinin son

yıllarda ön plana çıktığı görülmektedir (Çamaş ve Anayurt, 2022). Bu müdahaleler, mağdurların duygusal iyilik halini artırmaya, travma sonrası stres bozukluğu gibi semptomları azaltmaya ve yaşamlarını yeniden inşa etmelerine yardımcı olabilir (Foa ve ark., 2009). Bu durum, bu müdahalelerin gaslighting'in etkilerini azaltmada etkili olduğuna dair kanıtlar sağlayabilir.

Gaslightinge maruz kalanların deneyimlerinden çıkarımla, gaslighting diğer şiddet türleri ile ilişki içindedir. Özellikle love bombing davranış kalıbının sıklıkla gaslighting içeren ilişkilerin başlangıcında görüldüğü belirtilmiştir. Bu bulgular love bombing davranış kalıbının (aşırı sevgi gösterme, pahalı hediyeler alma vs.) gaslighting failleri tarafından partneri kendine bağlamak için kullanılan bir yöntem olduğunu belirten çalışmalar ile uyumaktadır (Hayes ve Jeffries, 2016; Sarkis, 2018). Ölçek bu bağlamda genişletilebilir ya da diğer şiddet türleri ile ilişkisi daha detaylı incelenebilir.

Son olarak bu çalışmalar ile gaslighting hakkında farkındalık yaratmak ve insanların gaslightinge maruz kalma riskini anlamalarına yardımcı olmak için eğitim programları düzenlenebilir. Bu programlar, gaslighting'in ne olduğunu, nasıl gerçekleştiğini ve etkilerini anlatabilir. Okullarda ve üniversitelerde, gaslighting hakkında eğitim programları düzenlenebilir. Bu programlar, gençleri gaslightinge maruz kalma riskine karşı bilinçlendirmeye yardımcı olabilir. Çalışma ortamlarında, gaslighting'i önlemek için politikalar ve uygulamalar geliştirilebilir. Bu politikalar, çalışanların gaslightinge maruz kalmalarını önlemeye ve mağdurlara destek sağlamaya yardımcı olabilir. Medyada, gaslighting'in zararları hakkında farkındalık yaratmak için kampanyalar düzenlenebilir. Bu kampanyalar, halkı gaslightinge karşı duyarlı hale getirmeye yardımcı olabilir.

## KAYNAKÇA

- Abramson, K. (2014). Turning up the Lights on Gaslighting. *Philos Perspect*, 28 (1): 1– 30.
- Ahern, K. (2018). Institutional Betrayal and Gaslighting. *The Journal of Perinatal and Neonatal Nursing*, 32(1): 59-65.
- Akar, T., Aksakal, F. N., Demirel, B., Durukan, E. ve Özkan, S. (2010). The Prevalence of Domestic Violence Against Women Among A Group Woman: Ankara, Turkey: Domestic Violence Against Women in Ankara. *Journal Of Family Violence*, 25: 449-460.
- Akiş, A. D. ve Öztürk, E. (2021). Patolojik Narsisizm: Duygusal İstismar ve "Gaslighting" Perspektifinden Kapsamlı Bir Değerlendirme. *Artuklu İnsan ve Toplum Bilim Dergisi*, 6 (2): 1- 31.
- Arabi, S. (2023). Narcissistic and Psychopathic Traits in Romantic Partners Predict Post-Traumatic Stress Disorder Symptomology: Evidence For Unique Impact in A Large Sample. *Personality and Individual Differences*, 201.
- Archer, D. (2017). The Manipulative Partner's Most Devious Tactic. *Psychology Today*, March 6. Located at: <https://www.psychologytoday.com/intl/blog/reading-between-the-headlines/201703/the-danger-of-manipulative-love-bombing-in-a-relationship>
- Aslan, D., Vefikuluçay, D., Zeyneloğlu, S., Erdost, T. ve Temel, F. (2008). Ankara'da İki Hemşirelik Yüksekokulunun Birinci ve Dördüncü Sınıflarından Okuyan Öğrencilerinin Flört Şiddetine Maruz Kalma, Flört İlişkilerinde Şiddet Uygulama Durumlarının ve Bu Konudaki Görüşlerinin Saptanması Araştırması. *Hacettepe Üniversitesi Kadın Sorunları Araştırma Merkezi*.
- Aydemir, C. (2021). Duygusal Manipülasyon Ölçeğinin Türkçe Uyarlaması: Geçerlilik ve Güvenilirlik Çalışması. *Global Journal of Economics and Business Studies*, 10(19): 87-94.
- Ayers, A. A. (2020). That's Not What Happened! How to Deal with Gaslighting in the Workplace. *The Journal of Urgent Care Medicine*.

<https://www.jucm.com/wp-content/uploads/2021/02/2020-141018-21-Practice-Mgmt.pdf>

- Bates, E. (2020). "Walking on Egg Shells": A Qualitative Examination of Men's Experiences of Intimate Partner Violence. *Psychology of Men and Masculinity*, 21(1): 13-24. <https://doi.org/10.1037/men0000203>
- Beckman, K., Mittendorfer-Rutz, E., Lichtenstein, P., Larsson, H., Almqvist, C., Runeson, B. ve Dahlin, M. (2016). Mental Illness and Suicide After Self-Harm Among Young Adults: Long-Term Follow-Up of Self-Harm Patients, Admitted to Hospital Care, in A National Cohort. *Psychological Medicine*, 46(16): 3397– 3405.
- Bhatti, M. M., Shuja, K. H., Aqeel, M., Bokhari, Z., Gulzar, S. N., Fatima, T. ve Sama, M. (2021). Psychometric Development and Validation of Victim Gaslighting Questionnaire (VGQ): Across Female Sample From Pakistan. *International Journal of Human Rights in Healthcare*. <https://doi.org/10.1108/IJHRH-12-2020-0119>
- Blatt, S.J. ve Levy, K. N. (2003). Attachment Theory, Psychoanalysis, Personality Development, and Psychopathology. *Psychoanalytic Inquiry* 23(1):102-150
- Bifulco, A., Moran, P. M., Baines, R., Bunn, A. ve Stanford, K. (2002). Exploring Psy-Chological Abuse in Childhood: II. Association With Other Abuse and Adult Clinicaldepression. *Bulletin of the Menninger Clinic*, 66(3): 241-258.
- Brassard, M. R., Hart, S. N. ve Hardy, D. B. (1993). The Psychological Maltreatment Rating Scales. *Child Abuse and Neglect*, 17(6): 715-729.
- Braun, V. ve Clarke, V. (2006). Using Thematic Analysis in Psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2): 77-101.
- Breiding MJ, Basile KC, Smith SG, Black MC, Mahendra RR. (2015). *Intimate Partner Violence Surveillance: Uniform Definitions and Recommended Data Elements, Version 2.0*. Atlanta (GA): National Center for Injury Prevention and Control, Centers for Disease Control and Prevention.
- Brennan, K. ve Shaver, P. (1998). Attachment Styles and Personality Disorders: Their Connections to Each Other and to Parental Divorce, Parental Death,

- and Perceptions of Parental Caregiving. *Journal of Personality*, 66(5): 836–877.
- Busby, D. M. ve Holman, T. B. (2009). Perceived Match or Mismatch on the Gottman Conflict Styles: Associations with Relationship Outcome Variables. *Family Process*, 48(4): 531-545.
- Büyüköztürk, Ş. (2004). *Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı: İstatistik, Araştırma Deseni, SPSS Uygulamaları ve Yorum*. Ankara: Pegem Yayınları.
- Cambridge Dictionary. (t.y.). Ghosting. İçinde *Cambridge Dictionary*. Erişim tarihi: Ağustos 18, 2023, <https://dictionary.cambridge.org/es/diccionario/ingles/ghosting>
- Campbell, J.C. (2002). Health Consequences of Intimate Partner Violence. *The Lancet*, 359: 1331-1336.
- Cao, Y., Gao, L., Fan, L., Zhang, Z., Liu, X., Jiao, M., Li, Y. ve Zhang, S. (2023). Effects Of Verbal Violence On Job Satisfaction, Work Engagement And The Mediating Role of Emotional Exhaustion Among Healthcare Workers: A Cross-Sectional Survey Conducted in Chinese Tertiary Public Hospitals. *BMJ Open*, 13(3). <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2022-065918>
- Cattell, R B. (1966). The Scree Test for the Number of Factor. *Multivariate Behavioral Research*, 1(2): 245-276.
- Chapman, A. L., Gratz, K. L. ve Brown, M. Z. (2006). Solving the Puzzle of Deliberate Self-harm: The Experiential Avoidance Model. *Behaviour Research and Therapy*, 44(3): 371–394.
- Christensen, M. ve Evans-Murray, A. (2021). Gaslighting In Nursing Academia: A New or Established Covert Form of Bullying? *Nursing Forum*, 56(3): 640-647. <https://doi.org/10.1111/nuf.12588>
- Corfield, J. (Yapımcı) ve Dickinson, T. (Yönetmen). (1940). *Gaslight* [Film]. United Kingdom: British National Films.
- Creswell, J. W. (1998). *Qualitative Inquiry and Research Design: Choosing Among Five Traditions*. Thousand Oaks, CA: Sage.

- Creswell, J. W. (2002). *Educational Research: Planning, Conducting, and Evaluating Quantitative and Qualitative Research*. Upper Saddle River, NJ: Pearson Education.
- Çamaş, G., ve Anayurt, A. (2022). Travma Mağdurlarına Yönelik Grup Müdahaleleri. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 14(2): 143-151.
- Darbyshire, P., Thompson, D. ve Watson, R. (2019). Nursing's Future? Eat Young. Spit Out. Repeat. Endlessly. *Journal Of Nursing Management*, 27(7): 1337-1340. <https://doi.org/10.1111/jonm.12781>
- Degges-White, S. (2018). Love Bombing: A Narcissist's Secret Weapon, April 13. Located at: <https://www.psychologytoday.com/intl/blog/lifetime-connections/201804/love-bombing-narcissists-secret-weapon>.
- Demirel, Y. (2020). Gerçeklik Algısını Bozmaya Yönelik Tehlikeli Bir İstismar Biçimi: Gaslighting. *Euroasia Journal of Social Sciences and Humanities*, 7(2): 8-15.
- Dickson, P., Ireland, J. ve Birch, P. (2023). Gaslighting and Its Application to Interpersonal Violence. *Journal of Criminological Research Policy and Practice*, 9(1): 31-46. <https://doi.org/10.1108/jcrpp-07-2022-0029>
- Dildar, Y. (2015). Patriarchal Norms, Religion, And Female Labor Supply: Evidence From Turkey. *World Development*, 76: 40-61. <https://doi.org/10.1016/j.worlddev.2015.06.010>
- Dorpat, T. L. (1996). *Gaslighting, The Double Whammy, Interrogation, and Other Methods of Covert Control in Psychotherapy and Analysis*. Northvale, New Jersey: Jason Aronson, Inc.
- Duran, S. ve Eraslan, S. T. (2019). Violence Against Women: Affecting Factors And Coping Methods For Women. *Journal of Pakistan Medical Association*, 69(1): 53-57.
- Durrant, R. (2011). Collective Violence: An Evolutionary Perspective. *Aggression and Violent Behavior*, 16(5), 428–436. doi:10.1016/j.avb.2011.04.014
- Eskici, M. ve Tinkir, N. S. (2019). Exposure to Emotional Violence: Relationship Between University Students According to Their Demographic Characteristics. *Pedagogical Research*, 4(1).

- Freedman, G., Powell, D. N., Le, B. ve Williams, K. D. (2019). Ghosting and Destiny: Implicit Theories of Relationships Predict Beliefs About Ghosting. *Journal of Social and Personal Relationships*, 36(3): 905–924. <https://doi.org/10.1177/0265407517748791>
- Foa, E. B., Keane, T. M., Friedman, M. J. ve Cohen, J. A. (Ed.). (2009). *Effective Treatments for PTSD: Practice Guidelines From The International Society For Traumatic Stress Studies* (2nd ed.). The Guilford Press.
- Forke, C. M., Myers, R. K., Catalozzi, M. ve Schwarz, D. F. (2008). Relationship Violence Among Female and Male College Undergraduate Students. *Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine*, 162(7): 634-641.
- Fowler, C. ve Dillow, M. R. (2011). Attachment Dimensions and The Four Horsemen of The Apocalypse. *Communication Research Reports*, 28(1): 16–26.
- Garbarino, J., Bradshaw, C. ve Vorrasi, J. (2002). Mitigating The Effects of Gun Violence on Children and Youth. *The Future of Children*, 12(2): 72. <https://doi.org/10.2307/1602739>
- Garimella, V. R. K., Weber, I. ve Dal Cin, S. (2014). From “I Love You Babe” to “Leave Me Alone”- Romantic Relationship Breakups on Twitter. *Social Informatics*: 199–215. doi:10.1007/978-3-319-13734-6\_14
- Gerbing, D. W. ve Anderson, J. C. (1988). An Updated Paradigm for Scale Development Incorporating Unidimensionality and Its Assessment. *Journal of Marketing Research*, 25(2): 186–192. doi:10.1177/002224378802500207
- Gibb, B. E., Butler, A. C. ve Beck, J. S. (2003). Childhood Abuse, Depression, and Anxiety in Adult Psychiatric Outpatients Depression and Anxiety. *Journal of Emotional Abuse*, 17(4): 226-228.
- Glaser D. (2002). Emotional Abuse and Neglect (Psychological Maltreatment): A Conceptual Framework. *Child Abuse and Neglect*, 26: 697–714.
- Goldsmith, R. E. ve Freyd, J. J. (2005). Awareness for Emotional Abuse. *Journal of Emotional Abuse*, 5(1): 95–123. [https://doi.org/10.1300/j135v05n01\\_04](https://doi.org/10.1300/j135v05n01_04)

- Gottman, J. M. ve Levenson, R.W. (2000). The Timing of Divorce: Predicting When a Couple Will Divorce Over a 14-Year Period. *Journal of Marriage and the Family*, 62: 737–745.
- Graves, C. G. ve Samp, J. A. (2021). The Power To Gaslight. *Journal of Social and Personal Relationships*. doi:10.1177/02654075211026975
- Griffiths, M. D. (2019). Love Bombing: What Is It and Is It Addictive? February 14. Located at: <https://www.psychologytoday.com/intl/blog/in-excess/201902/love-bombing>
- Gross, A. B. ve Keller, H. R. (1992). Long-Term Consequences of Childhood Physical and Psychological Maltreatment. *Aggressive Behavior*, 18: 171-85.
- Güler, N., Tel Aydın, H. ve Özkan Tuncay, F., (2005). Kadının Aile İçinde Yaşanan Şiddete Bakışı. *Cumhuriyet Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 27(2): 51-56.
- Günay, G., Alataş, E., Doğan, B. S. ve Örsel, S. (2016). Sığınma Evine Başvuran Kadınlara Genel Bir Bakış: Ne Yaşıyorlar? Biz Neler Yapabiliriz. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*, 2: 75-84.
- Gürsal, B. (2022). Performans Esnasındaki Üst Bilişsel Süreçler: Ölçek Uyarlama Çalışması (Tez No. 714862) [Yüksek Lisans Tezi, Kafkas Üniversitesi]
- Hailes, H. P. (2022). "They're Out To Take Away Your Sanity": An Ecological Investigation of Gaslighting in Intimate Partner Violence. [Doktora Tezi, Boston College].
- Hameed, M., O'Doherty, L., Gilchrist, G., Tirado-Muñoz, J., Taft, A., Chondros, P., Feder, G., Tan, M. ve Hegarty, K. (2020). Psychological Therapies for Women Who Experience Intimate Partner Violence. *The Cochrane Database of Systematic Reviews*, 7(7). <https://doi.org/10.1002/14651858.CD013017.pub2>
- Hamilton, P. (1939). *Gas light: A Victorian Thriller In Three Acts*. London, England: Constable and Company.
- Harkness, K. L. ve Wildes, J. E. (2002). Childhood Adversity and Anxiety Versus dysthymia Co-Morbidity in Major Depression. *Psychological Medicine*, 32(7): 1239-1249.

- Hassan, A., Iqbal, N. ve Hassan, B. (2022). Adaptation, Translation and Psychometric Properties of Gaslight Questionnaire in Urdu Language. *Journal of Professional and Applied Psychology*, 3(4): 417-427. <https://doi.org/10.52053/jpap.v3i4.146>
- Hassan, S. (1988). *Combating Cult Mind Control*. Rochester, NY: Park Press,
- Havaei, F. ve MacPhee, M. (2020). Effect of Workplace Violence and Psychological Stress Responses on Medical-Surgical Nurses' Medication Intake. *Canadian Journal of Nursing Research*, 53(2): 134-144. <https://doi.org/10.1177/0844562120903914>
- Hayes, S. ve Jeffries, S. (2016). Romantic Terrorism? An Auto-Ethnographic Analysis of Gendered Psychological and Emotional Tactics in Domestic Violence. *Journal of Research in Gender Studies*, 6(2).
- Hawkins, D. (2017). *When Loving Him is Hurting You: Hope and Help for Women Dealing With Narcissism and Emotional Abuse*. Eugene, Oregon: Harvest House Publishers.
- Hawton, K., Zahl, D. ve Weatherall, R., (2003). Suicide Following Deliberate Self-Harm: Long-Term Follow Up of Patients Who Presented to A General Hospital. *British Journal of Psychiatry* 18: 537-542.
- Hawton, K., Fagg, J., Simkin, S., Bale, E. ve Bond, A. (2000). Deliberate Self-Harm in Adolescents in Oxford, 1985–1995. *Journal of Adolescence*, 23(1): 47–55. doi:10.1006/jado.1999.0290
- Hewitt, B. ve Baxter, J. (2015). Relationship Dissolution. In: Heard, G., Arunachalam, D. (eds) *Family Formation in 21st Century Australia*. Springer, Dordrecht. [https://doi.org/10.1007/978-94-017-9279-0\\_5](https://doi.org/10.1007/978-94-017-9279-0_5)
- Hightower, E. (2017). *An Exploratory Study Of Personality Factors Related To Psychological Abuse And Gaslighting* (Order No. 10642512). Retrieved from: <https://www.proquest.com/dissertations-theses/exploratory-study-personality-factors-related/docview/2029172790>
- Hornblow, A., Jr. (Producer) ve Cukor, G. (Director). (1944). *Gaslight*. [Motion picture]. United States: Metro-Goldwyn-Mayer Productions.

- Irigaray, H., Stocker, F. ve Mancebo, R. (2023). Gaslighting: The Art of Driving Minority Groups Mad at Work. *Revista De Administração De Empresas*, 63(1). <https://doi.org/10.1590/s0034-759020230105x>
- James, O. (2012). *Love Bombing: Reset Your Child's Emotional Thermostat*. London: Karnac Books.
- Jelley, H. H. (2003). The Effects Of Childhood Trauma On Drug And Alcohol Abuse In College Students (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Fordham University, New York, ABD.
- Johnson, R. B. ve Christensen, L. B. (2014). *Educational Research: Quantitative, Qualitative and Mixed Approaches* (5. Baskı). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Johnson P.S. ve Johnson J.A. (2001) The oppression of women in India. *Violence Against Women* 7(9):1051–1068.
- Johnson, V., Nadal, K., Sissoko, D. ve King, R. (2021). “It’s Not In Your Head”: Gaslighting, ‘Splaining, Victim Blaming, And Other Harmful Reactions To Microaggressions. *Perspectives On Psychological Science*, 16(5): 1024-1036. <https://doi.org/10.1177/17456916211011963>
- Jones, S. (2022). Gaslighting And Dispelling: Experiences Of Non-Governmental Organization Workers İn Navigating Gendered Corruption. *Human Relations*, 76(6): 901-925. <https://doi.org/10.1177/00187267221083274>
- Kadem. (2015). *BM Kadının Statüsü Komisyonu 59. Oturumu Gözlem Raporu*. İstanbul: Kadın ve Demokrasi Derneği.
- Kaiser, H. F. (1970). A Second Generation Little Jiffy. *Psychometrika*, 35(4): 401–415. doi:10.1007/bf02291817
- Kant, I. (2013) *Ahlak Metafiziğinin Temellendirilmesi* (İ. Kuçuradi, Çev.). Ankara: Türkiye Felsefe Kurumu Yayınları.
- Kent, A. ve Waller, G. (1998). The Impact Of Childhood Emotional Abuse: An Extension of The Child Abuse And Trauma Scale. *Child Abuse and Neglect*, 22(5): 393-399.

- Kesici, Ş. ve Büyükeskil, M. (2021). Women's Opinions on Emotional Violence in Intimate Relationships and Methods of Coping. *Research on Education and Psychology*, 5(2): 350-367. <https://doi.org/10.54535/rep.1029646>
- Khattar, V., Upadhyay, S. ve Navarro, R. (2023). Young Adults' Perception ofBreadcrumbing Victimization in Dating Relationships. *Societies*, 13: 41. <https://doi.org/10.3390/soc13020041>
- Kirk-Giannini, C. (2022). Dilemmatic Gaslighting. *Philosophical Studies*, 180(3): 745-772. <https://doi.org/10.1007/s11098-022-01872-9>
- Kitzmann, K., Gaylord, N., Holt, A. ve Kenny, E. (2003). Child Witnesses to Domestic Violence: A Meta-Analytic Review. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 71(2): 339-352. <https://doi.org/10.1037/0022-006x.71.2.339>
- Klein, W. B., Wood, S. ve Bartz, J. (2023). You Think I'm Insane: An Integrative Review and Novel Theoretical Framework for Studying the Phenomenon of Gaslighting. <https://doi.org/10.31234/osf.io/g5mp>
- Klein, W. B., Wood, S. ve Li, S. (2022). A Qualitative Analysis of Gaslighting in Romantic Relationships. *Personal Relationships*. <https://doi.org/10.31234/osf.io/cjrpq>
- Kline, P. (1994). *An Easy Guide to Factor Analysis*. New York: Routledge
- Klonsky, E. D. (2007). The Functions of Deliberate Self-Injury: A Review of The Evidence. *Clinical Psychology Review*, 27(2): 226-239.
- Knapp, D. (2020). Fanning the Flames: Gaslighting as a Tactic of Psychological Abuse and Criminal Prosecution. *Albany Law Review*.
- Knott, T. B. (2023). Relationship Experiences of Long-Term Partners of Individuals with Narcissistic Traits. [Doktora Tezi, Walden University] <https://scholarworks.waldenu.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=13017&context=dissertations>
- Koç Başaran, Y. (2017). Sosyal Bilimlerde Örneklem Kuramı. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 47: 480-495.

- Koessler, R. B. (2018). When Your Boo Becomes A Ghost: The Association Between Breakup Strategy and Breakup Role in Experiences of Relationship Dissolution. [Master's thesis, The University of Western Ontario]. <https://ir.lib.uwo.ca/etd/5402>
- Korkmaz, S. (2022). Romantik İlişkilerde Narsizm ve Manipülasyon İlişkisi. XII. Uluslararası Sosyal Araştırmalar ve Davranış Bilimleri Konferansı. 271-278.
- Krantz, G. ve Garcia-Moreno, C. (2005). Violence Against Women. *Journal of Epidemiology and Community Health*, 59(10): 818–821. <https://doi.org/10.1136/jech.2004.022756>
- Kukreja, P. and Pandey, J. (2023). Workplace Gaslighting: Conceptualization, Development and Validation of A Scale. *Frontiers in Psychology*, 14. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1099485>
- Kurniawan, L. ve Limanta, L. (2021). Unwritten Scars: Gaslighting in Relationships. *Kata Kita*, 9(2): 253-258. <https://doi.org/10.9744/katakita.9.2.253-258>
- Lancer, D. (2022). *Dating, Loving, and Leaving a Narcissist: Essential Tools for Improving or Leaving Narcissistic and Abusive Relationships*. Carousel Books.
- Langford, B. E., Schoenfeld, G. ve Izzo, G. (2002). Nominal Grouping Sessions Vs. Focus Groups. *Qualitative Market Research* 5: 58–70.
- Le, K. ve Nguyen, M. (2022). War and Intimate Partner Violence in Africa. *Sage Open*, 12(2). <https://doi.org/10.1177/21582440221096427>
- LeFebvre, L. E. (2017). Phantom lovers: Ghosting as a Relationship Dissolution Strategy in the Technological Age. N. M. Punyanunt-Carter ve J. S. Wrench (Ed.) içinde, *The impact of Social Media in Modern Romantic Relationships* (sf. 219-235). New York: Lexington Books.
- Li, Y. ve Samp, J. A. (2023). Gaslighting LGBTQ+ Individuals: Correlates of Gaslighting Experiences, Gaslighters' Characteristics, and Gaslighting Techniques. *Communication Studies*, 74(4): 356-376.
- Mabanglo, M. (2002). Trauma and the Effects of Violence Exposure and Abuse on Children: A Review of the Literature. *Smith College Studies in Social Work*, 72(2): 231-251. <https://doi.org/10.1080/00377310209517657>

- Manne, K. (2020). *Entitled: How Male Privilege Hurts Women*. Oxford: Oxford University Press.
- March, E., Kay, C., Dinić, B., Wagstaff, D., Grabovac, B. ve Jonason, P. (2023). “It’s All in Your Head”: Personality Traits and Gaslighting Tactics in Intimate Relationships. *Journal of Family Violence*. <https://doi.org/10.1007/s10896-023-00582-y>
- Mazza, D., Dennerstein, L. ve Ryan, V. (1996). Physical, Sexual and Emotional Violence Against Women: A General Practice-Based Prevalence Study. *Medical Journal of Australia*, 164(1): 14–17. doi:10.5694/j.1326-5377.1996.tb94101.x
- Mazza, D., Dennerstein, L., Garamszegi, C. V. ve Dudley, E. C. (2001). The Physical, Sexual and Emotional Violence History of Middle-Aged Women: A Community-Based Prevalence Study. *Medical Journal of Australia*, 175(4): 199–201. doi:10.5694/j.1326-5377.2001.tb143095.x
- McNelis, M. ve Segrin, C. (2019). Insecure Attachment Predicts History of Divorce, Marriage, and Current Relationship Status. *Journal of Divorce and Remarriage*, 60(5): 404-417.
- Meenagh, J. (2015). Flirting, Dating, and Breaking up Within New Media Environments. *Sex Education*, 15(5): 458–471. <https://doi.org/10.1080/14681811.2015.1033516>
- Miano, P., Bellomare, M., ve Genova, V. (2021). Personality Correlates of Gaslighting Behaviours in Young Adults. *Journal of Sexual Aggression*, 27: 285-298. <https://doi.org/10.1080/13552600.2020.1850893002E>
- Micklitz, H. M., Glass, C. M., Bengel, J., ve Sander, L. B. (2023). Efficacy of Psychosocial Interventions for Survivors of Intimate Partner Violence: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Trauma, Violence and Abuse*. <https://doi.org/10.1177/15248380231169481>
- Miller, E. ve McCaw, B. (2019). Intimate Partner Violence. *New England Journal of Medicine*, 380(9): 850–857. doi:10.1056/nejmra1807166

- Morris, C. E. ve Reiber, C. (2011). Frequency, Intensity and Expression of Post-Relationship Grief. *The Journal of the Evolutionary Studies Consortium*, 3(1): 1–11.
- Mueller, I. ve Tronick, E. (2019). Early Life Exposure to Violence: Developmental Consequences on Brain and Behavior. *Frontiers in Behavioral Neuroscience*, 13. <https://doi.org/10.3389/fnbeh.2019.00156>
- Murshid, N. ve Critelli, F. (2017). Empowerment and Intimate Partner Violence in Pakistan: Results from a Nationally Representative Survey. *Journal of Interpersonal Violence*, 35(3-4): 854-875. <https://doi.org/10.1177/0886260517690873>
- Nazir, T. ve Özçiçek, A. (2022). Gaslighting: İki Yüzlü Bir Duygusal İstismarla yüzleşmek. *Anadolu Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi (AUJEF)*, 6(3): 241-250.
- Onbaşı, F. (2016). Paid Military Service at the Intersection of Militarism, Nationalism, Capitalism, and (Hetero)Patriarchy: Escaping Without Leaving ‘Manhood’. *Citizenship Studies*, 20(6-7): 883-898. <https://doi.org/10.1080/13621025.2016.1191436>
- Onwuegbuzie, A. J. ve Leech, N. L. (2007). A Call for Qualitative Power Analyses. *Quality and Quantity*, 41(1): 105–121. doi:10.1007/s11135-005-1098-1
- Owens, A. ve Smith, K. (2022). Love Bombing: What Is It And How to Protect Yourself, October 28. Located at: <https://www.psychom.net/relationships/what-is-love-bombing>
- Öncü, H. (2015). Psikolojik Danışma Müdahalesi Olarak Bireysel Psikolojik Danışma. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16(1): 389-407.
- Öztürk, Ö., Öztürk, Ö. ve Tapan, B. (2016). Kadına Yönelik Şiddetin Kadın ve Toplum Sağlığı Üzerine Etkileri. *Sağlık Akademisyenleri Dergisi*, 3(4): 139-144.
- Padem, H., Göksu, A. ve Konaklı, Z. (2012). *Araştırma Yöntemleri: Spss Uygulamalı*. Sarajevo: International Burch University.

- Pancani, L., Aureli, N. ve Riva, P. (2022). Relationship Dissolution Strategies: Comparing the Psychological Consequences of Ghosting, Orbiting, and Rejection. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 16(2), article 9. <https://doi.org/10.5817/CP2022-2-9>
- Perri, R., Castelli, P., Rosa, C., Zucchi, T. ve Onofri, A. (2021). COVID-19, Isolation, Quarantine: On the Efficacy of Internet-Based Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR) and Cognitive-Behavioral Therapy (CBT) for Ongoing Trauma. *Brain Sciences*, 11. <https://doi.org/10.3390/brainsci11050579>.
- Perrotta, G. (2020). Narcissism and Psychopathological Profiles: Definitions, Clinical Contexts, Neurobiological Aspects and Clinical Treatments. *Journal of Clinical Cases and Reports*, 4(85): 12-25.
- Peterson, C. (2017). Exploratory Factor Analysis and Theory Generation in Psychology. *Review of Philosophy and Psychology*, 8: 519-540. <https://doi.org/10.1007/S13164-016-0325-0>.
- Petric, D. (2018). Gaslighting and The Knot Theory of Mind. *Medicine: Medicine, Psychology, Philosophy and Theology Website*. doi: 10.13140/RG.2.22.30838.86082.
- Petrov, V. (2023). Multiparametric Psychological Diagnostics of Propensity to Gaslighting in Interpersonal Relationships. *Applied Psychology and Pedagogy*, 8(2): 182-193. <https://doi.org/10.12737/2500-0543-2023-8-2-182-193>
- Philips, D. (2021). Gaslighting: Domestic Noir, the Narratives of Coercive Control. *Women: A Cultural Review*, 32: 140-160. <https://doi.org/10.1080/09574042.2021.1932258>.
- Popper, M. (2002). Narcissism and Attachment Patterns of Personalized and Socialized Charismatic Leaders. *Journal of Social and Personal Relationships*, 19(6): 797–809. doi:10.1177/0265407502196004
- Powell, D. N., Freedman, G., Williams, K. D., Le, B. ve Green, H. (2021). A Multi-study Examination of Attachment and Implicit Theories of Relationships in

- Ghosting Experiences. *Journal of Social and Personal Relationships*, 38(7): 2225–2248. doi:10.1177/02654075211009308
- Retzinger, S. M. (1991). Shame, Anger, and Conflict: Case Study of Emotional Violence. *Journal of Family Violence*, 6(1): 37–59.
- Riggs, D. ve Bartholomaeus, C. (2018). Gaslighting in the Context of Clinical Interactions with Parents of Transgender Children. *Sexual and Relationship Therapy*, 33(4): 382-394. <https://doi.org/10.1080/14681994.2018.1444274>
- Roos, C., Oord, S., Zijlstra, B., Lucassen, S., Perrin, S., Emmelkamp, P. ve Jongh, A. (2017). Comparison Of Eye Movement Desensitization And Reprocessing Therapy, Cognitive Behavioral Writing Therapy, And Wait-List In Pediatric Posttraumatic Stress Disorder Following Single-Incident Trauma: A Multicenter Randomized Clinical Trial. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 58: 1219–1228. <https://doi.org/10.1111/jcpp.12768>.
- Rudenok, A., Petyak, O., ve IFYMHOBA, O. (2021). Gender aspects of Gaslighting as a Form of Psychological Violence in the Family. *Scientific Herald of Sivershchyna Series Education Social and Behavioural Sciences*, 2(7): 137-151. <https://doi.org/10.32755/sjeducation.2021.02.137>
- Runeson, B., Tidemalm, D., Dahlin, M., Lichtenstein, P. ve Langstrom, N. (2010). Method of Attempted Suicide as Predictor of Subsequent Successful Suicide: National Long Term Cohort Study. *BMJ Journal*, 34.
- Russell, D. (2002). In Search of Underlying Dimensions: The Use (and Abuse) of Factor Analysis in Personality and Social Psychology Bulletin. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 28: 1629-1646. <https://doi.org/10.1177/014616702237645>.
- Sahlin, H. ve ark. (2017). Association Between Deliberate Self-harm and Violent Criminality. *JAMA Psychiatry*, 74(6): 615-621.
- Sarioğlu, E. (2012). Gendering the Organization of Home-Based Work in Turkey: Classical Versus Familial Patriarchy. *Gender Work and Organization*, 20(5), 479-497. <https://doi.org/10.1111/j.1468-0432.2012.00597.x>
- Sarkis, S. M. (2018). *Gaslighting: Recognize Manipulative and Emotionally Abusive People and Break Free*. Hachette Books.

- Scarpa, A. (2003). Community Violence Exposure in Young Adults. *Trauma, Violence, and Abuse*, 4(3): 210–227. doi:10.1177/1524838003004003002
- Sebring, J. (2021). Towards a Sociological Understanding of Medical Gaslighting in Western Health Care. *Sociology of Health and Illness*, 43(9): 1951-1964. <https://doi.org/10.1111/1467-9566.13367>
- Semahegn, A. ve Mengistie, B. (2015). Domestic Violence Against Women and Associated Factors in Ethiopia; Systematic Review. *Reproductive Health*, 12(1): 1-12.
- Shaheed, F. (1986). The Cultural Articulation of Patriarchy: Legal Systems, Islam, and Women. *South Asia Bulletin*, 6: 38-44.
- Shoos, D. (2017). Gaslight, Gaslighting, and the Gothic Romance Film. In: Domestic Violence in Hollywood Film. 39-62. [https://doi.org/10.1007/978-3-319-65064-7\\_2](https://doi.org/10.1007/978-3-319-65064-7_2)
- Sin, N.L. ve Lyubomirsky, S. (2009). Enhancing Well-Being And Alleviating Depressive Symptoms With Positive Psychology Interventions: A Practice-Friendly Meta-Analysis. *Journal of Clinical Psychology*, 65: 467-487. <https://doi.org/10.1002/jclp.20593>
- Smithson, J. ve Venette, S. (2013). Stonewalling as an Image-Defense Strategy: A Critical Examination of BP's Response to the Deepwater Horizon Explosion. *Communication Studies*, 64(4): 395-410.
- Smolewska, K. ve Dion, K. (2005). Narcissism and Adult Attachment: A Multivariate Approach. *Self and Identity*, 4(1): 59–68.
- Steger, M. (2006). An Illustration of Issues in Factor Extraction and Identification of Dimensionality in Psychological Assessment Data. *Journal of Personality Assessment*, 86: 263-272. [https://doi.org/10.1207/s15327752jpa8603\\_03](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa8603_03).
- Steinberg, J. A., Gibb, B. E., Alloy, L. B. ve Abramson, L. Y. (2003). Child Emotional Maltreatment, Cognitive Vulnerability to Depression, and Self-Referent Information Processing in Adulthood: Reciprocal relations. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 17(4): 347-358.
- Stranieri, G., Stefano, L. ve Greco, A. G. (2021). Pathological Narcissism. *Psichiatria Danubina*, 33(9): 35-40.

- Strutzenberg, C. C., Wiersma-Mosley, J. D., Jozkowski, K. N. ve Becnel, J. N. (2017). Lovebombing: A Narcissistic Approach to Relationship Formation. *Discovery. The Journal of Dale Bumpers College*, 18(1): 81-89.
- Sünetçi, B., Say, A., Gümüştepe, B., Enginkaya, B., Yıldızdoğan, Ç. ve Yalçın, M. (2016). Üniversite Öğrencilerinin Flört Şiddeti Algıları Üzerine Bir Araştırma. *Ufku Ötesi Bilim Dergisi*, 16(1): 56-83.
- Sweet, P. L. (2019). The Sociology of Gaslighting. *American Sociological Review*, 84(5): 851-875.
- Şahin, B. ve DüNDAR, P. (2017). Kadına Yönelik Şiddet ve Yaşam Kalitesi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 18(3): 203-210.
- Taber, K. (2018). The Use of Cronbach's Alpha When Developing and Reporting Research Instruments in Science Education. *Research in Science Education*, 48: 1273-1296. <https://doi.org/10.1007/S11165-016-9602-2>
- Tavşancıl, E., (2002). *Tutumların Ölçülmesi ve SPSS ile Veri Analizi*. Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Tetik, S., Mutlu, A. ve Ünlübilgin E. (2021). Cinsel Saldırı Olgularında Psikolojik İlk Yardım. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 13(4): 751-762. doi:10.18863/pgy.880465
- Thomas, L. (2018). Movies of The Mind: Gaslighting and Gaslighting. *The Lancet*, 5: 117-118.
- Timmermans, E., Hermans, A. M. ve Oprea, S. J. (2021). Gone With The Wind: Exploring Mobile Daters' Ghosting Experiences. *Journal of Social and Personal Relationships*, 38(2): 783-801.
- Tobias, H. ve Joseph, A. (2018). Sustaining Systemic Racism Through Psychological Gaslighting: Denials of Racial Profiling and Justifications of Carding by Police Utilizing Local News Media. *Race and Justice*, 10(4): 424-455. <https://doi.org/10.1177/2153368718760969>
- Trächtler, J. (2022). From Doubt to Despair. *Nordic Wittgenstein Review*. <https://doi.org/10.15845/nwr.v11.3632>.

United Nations Development Programme (2022). *Human Development Report 2021-22: Uncertain Times, Unsettled Lives: Shaping our Future in a Transforming World*. New York.

Urban Dictionary (2016). Ghosting. <https://www.urbandictionary.com/define.php?term=Ghosting>

Ülbeği, İ. D. (2016). Makyavelizm Ölçeğinin Güvenirlilik ve Geçerlik Çalışması. *Ç.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 25(2): 89-100.

Vinayak, S. Ve Safariolyaei, N. (2015). Intimate Partner Emotional Abuse and Post Traumatic Stress Disorder Among Males. *Journal of Social Sciences*, 4(3): 877-885. <https://doi.org/10.25255/jss.2015.4.3.877.885>

World Health Organization (2002). *World Report on Violence and Health*. Geneva: WHO.

Wozolek, B. (2018). Gaslighting Queerness: Schooling As A Place Of Violent Assemblages. *Journal of LGBT Youth*, 15(4): 319-338. <https://doi.org/10.1080/19361653.2018.1484839>

Wozolek, B. (2021). "Is Your Dad A Towelhead?". *Canadian Social Studies*, 52(2): 10-21. <https://doi.org/10.29173/css27>

Yılmaz, H. (2018). İnsan İlişkilerinde Manipülasyon Ölçeği. *MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 7(4): 449-467.

## EKLER

### EK 1: Katılımcı Bilgilendirme ve Onam Formu

Sizi Dr. Öğr. Üyesi Fatima Elif ERGÜNEY OKUMUŞ danışmanlığında Nisa GÖREN tarafından yürütülen “**Gashghtinge Maruz Kalma Ölçeğinin Türkçeye Uyarlanması: Kadınlarda Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması**” başlıklı araştırmaya davet ediyoruz. Araştırmada sizden tahminen 15 dakikanızı ayırmanız istenmektedir. Bu çalışmaya katılmak tamamen **gönüllülük** esasına dayanmaktadır. Çalışmanın amacına ulaşması için sizden beklenen, bütün soruları eksiksiz, kimsenin baskısı veya telkini altında olmadan, size en uygun gelen cevapları içtenlikle verecek şekilde cevaplamanızdır. Bu formu okuyup onaylamanız, araştırmaya katılmayı kabul ettiğiniz anlamına gelecektir. Ancak, çalışmaya katılmama veya katıldıktan sonra herhangi bir anda çalışmayı bırakma hakkına da sahipsiniz. Bu çalışmadan elde edilecek bilgiler tamamen araştırma amacı ile kullanılacak olup kişisel bilgileriniz **gizli tutulacaktır**. Araştırmada Kişisel veri toplanacağından **6698 sayılı Kişisel Verilerin Korunması Kanunu** ve ilgili mevzuat uyarınca kişisel verileri korumak amacıyla gerekli tüm tedbirler alınacaktır. Eğer araştırmanın amacı ile ilgili verilen bu bilgiler dışında şimdi veya sonra daha fazla bilgiye ihtiyaç duyarsanız araştırmacıya şimdi sorabilir veya .....e-posta adresinden araştırmacıya ulaşabilirsiniz.

---

Yukarıda yer alan ve araştırmadan önce katılımcıya verilmesi gereken bilgileri okudum ve katılmam istenen çalışmanın kapsamını ve amacını, gönüllü olarak üzerime düşen sorumlulukları anladım. Çalışma hakkında yazılı ve sözlü açıklama aşağıda adı belirtilen araştırmacı/araştırmacılar tarafından yapıldı. Bana, çalışmanın muhtemel riskleri ve faydaları sözlü olarak da anlatıldı. Kişisel bilgilerimin özenle korunacağı konusunda yeterli güvence verildi.

Bu koşullarda söz konusu araştırmaya kendi isteğimle, hiçbir baskı ve telkin olmaksızın katılmayı kabul ediyorum.

Katılımcının:

Adı-Soyadı:

İmzası:

## EK2: Demografik Bilgi Formu

Yaş:

Cinsiyet

- Kadın
- Erkek
- Diğer

Eğitim Düzeyi

- İlk-Orta
- Lise
- Üniversite
- Yüksek Lisans

Ekonomik Düzey

- Düşük
- Orta
- Yüksek

İlişki Durumu

- İlişkisi var
- İlişkisi yok

Partnerinizle ne kadar süredir birlikte/siniz/birlikte/siniz?

.....

Eğer ilişkiniz sonlandıysa, ne kadar zaman önce bitti?

.....

Daha önce herhangi bir ruh sağlığı uzmanı tarafından konmuş bir psikolojik tanınız var mı/oldu mu?

.....

Daha önce hiç psikolojik/psikiyatrik yardım aldınız mı?

- Evet

- Hayır

Psikolojik/psikiyatrik yardım ihtiyacı hissediyor musunuz?

- Evet  
 Hayır

Daha önce psikolojik şiddete maruz kaldınız mı? (Psikolojik şiddet: failin mağduru duygusal olarak sindirmek ve aşağılamak, ona yaptırım uygulamak veya cezalandırmak için toplumdaki soyutlamak üzere baskı uyguladığı bir saldırganlık ve istismar biçimidir.)

- Evet  
 Hayır

Aşağıdaki kavramlardan daha önce duyduklarınızı işaretleyiniz.

- Love Bombing  
 Ghosting  
 Gaslighting  
 Stonewalling

Aşağıdaki şiddet türlerinden daha önce maruz kaldıklarınızı işaretleyiniz.

- Love Bombing  
 Ghosting  
 Gaslighting  
 Stonewalling

Gaslighting kavramını tanıyor musunuz? Açıklayınız.

.....

### EK3: Gaslighting Maruz Kalma Ölçeği Örnek Sorular

Bu ölçek genel olarak günlük hayattaki deneyimlerinizi ölçmek için geliştirilmiştir. Bir test değildir, dolayısıyla doğru ya da yanlış cevaplar yoktur. Lütfen soruları mümkün olduğunca dürüstçe cevaplayınız. Aşağıda yer alan skalayı kullanarak, her bir madde için katılma ya da katılmama derecenizi yandaki boşluğa belirtiniz.

Madde No	İfade	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım/ Emin Değilim	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
1	Sözlerini ve düşüncelerini konuşmadan önce sürekli değiştirirsin.	1	2	3	4	5
2	Bakış açın reddedilir ya da bakış açının tamamen 'yanlış' olduğu söylenir.	1	2	3	4	5
3	Duygularını açıklamaya çalıştığında 'aşırı tepki vermekle' suçlanırsın.	1	2	3	4	5
4	Neyi yanlış yaptığını bilmeden özür dilersin.	1	2	3	4	5
5	Etkileşimlerin çoğu sana kendini küçülmüş veya utanmış hissettirir.	1	2	3	4	5

#### EK4: Duygusal Şiddete Maruz Kalma Ölçeği

Lütfen aşağıdaki her maddeyi okuduktan sonra maddelerde yer alan önermelere **MARUZ KALMA** derecenizi (5)'ten "ÇOK SIK", (1)'e "HİÇBİR ZAMAN" doğru belirtiniz. Vereceğiniz içten cevaplar ve araştırmaya yapmış olduğunuz katkı için teşekkür ederim.

MADDELER		Cok sık	Sık	Orta sıklıkla	Nadir	Hiçbir zaman
1	Bana yetersiz olduğum hissettiriliyor.	5	4	3	2	1
2	Fiziksel şiddete uğruyorum.	5	4	3	2	1
3	Önem verdiğim değerlere saygı duyulmuyor.	5	4	3	2	1
4	Başarılı olabileceğim konularda önüme engeller konuluyor.	5	4	3	2	1
5	İletişimlerimizde ima hissediyorum.	5	4	3	2	1
6	Fiziksel şiddet göreceğim konusunda tehdit ediliyorum.	5	4	3	2	1
7	Duygu ve düşüncelerimi ifade etmem kısıtlanıyor.	5	4	3	2	1
8	İstemediğim şeyleri yapmam için baskı altında kalıyorum.	5	4	3	2	1
9	Çeşitli durumlarda adaletsizliğe uğruyorum.	5	4	3	2	1
10	Tehditkar söylemlerle karşılaşıyorum.	5	4	3	2	1
11	Manevi olarak yıpratılıyorum.	5	4	3	2	1
12	Konuştuklarımızı inkar ederek yalancı durumuna düşürülüyorum.	5	4	3	2	1

13	Özgüvenimi olumsuz etkileyecek tavırlara maruz kalıyorum.	5	4	3	2	1
14	Arkadaşlarımın jest mimik ve bakışlarını aşağılayıcı buluyorum.	5	4	3	2	1
15	Davranışlarım taklit ediliyor.	5	4	3	2	1
16	Bana maddi yük getirecek olaylar yaşatılıyor.	5	4	3	2	1
17	İftiraya uğruyorum.	5	4	3	2	1
18	Maddi olarak kullanılıyor.	5	4	3	2	1
19	Tehditkar davranışlarla karşılaşıyorum.	5	4	3	2	1
20	Konuşurken sözüm kesiliyor.	5	4	3	2	1
21	Boyun eğmem için gözdağı veriliyor.	5	4	3	2	1
22	Gözümün korkması için hafif fiziksel şiddete uğruyorum.	5	4	3	2	1
23	Benimle öfkeli bir ses tonuyla konuşuluyor.	5	4	3	2	1
24	Hakkımda bazı söylentilerin dolaştığına tanık oluyorum.	5	4	3	2	1
25	Sosyal ortamlarda gülünç durumlara düşürülüyorum.	5	4	3	2	1
26	Psikolojik sorunluymuşum gibi muamele görüyorum.	5	4	3	2	1
27	Özelliklerimle alay ediliyor.	5	4	3	2	1
28	Sürekli eleştiriliyorum.	5	4	3	2	1
29	Aşağılayıcı bakışları üzerimde hissediyorum.	5	4	3	2	1

## **EK5: Gaslighting Maruz Kalma Deneyimleri Açık Uçlu Soru Formu**

Aşağıdaki soruları psikolojik şiddete uğradığınızı düşündüğünüz ve “en kötü” olarak nitelendirebileceğiniz ilişkiniz özelinde yanıtlayınız. (Bu ilişki tanımı flört partneri, cinsel partner ve romantik partneri de kapsamaktadır)

1. Bu ilişkinizin başlangıcında partnerinizin size yönelik tutum ve davranışları nasıldı?
2. Gaslighting davranışıyla ilgili herhangi bir erken uyarı, “red flag” gözlemlediniz mi? Evet ise nedir? (Red Flag: Genellikle romantik ilişkilerde, gelecekte büyük sorunlara yol açabilecek davranışların ön görülebilen hallerini tanımlamakta kullanılan terim, kırmızı bayrak.)
3. Lütfen, gaslighting davranışının nasıl başladığını ve ilişki süresince nasıl değişim gösterdiğini açıklayınız.
4. Partnerinizin bir gaslighter olduğunu fark ettiğinizde nasıl etkilendiniz?
5. Lütfen ilişkinizde gaslighting örneklerinin nasıl meydana geldiğini açıklayınız (ör: bağlam neydi, ne söylendi, unutkan / saf / aptal / deli / vb. olmakla suçlandınız mı?). İlişkiniz süresince gerçeklik algınızı kaybediyormuş ya da “deliriyormuş” gibi hissettiğiniz, kendinizden şüphe duyduğunuz oldu mu?
6. Lütfen partnerinizin gaslighting davranışının bir etkisi olduğunu düşündüğünüz diğer deneyimlerinizi açıklayınız.

## EK6: Gaslightige Maruz Kalma Deneyimleri Örnek Katılımcı Yanıtları

SORU-1: Bu ilişkinizin başlangıcında partnerinizin size yönelik tutum ve davranışları nasıldı?			
K	YANIT	KODLAMA	ALT TEMA
K12	Love bombing, aşırı ilgi, gerçekçi gelmeyen iltifatlar ediyordu.	Aşırı sevgi gösterme İlgili davranma İltifat etme	Aşırı sevgi gösterme İlgili davranma Romantik davranış
K18	Çok güzeldi, sürekli bana çok değer verdiğinden bahsederdi. Neden daha önce tanışmadık keşke o zaman daha farklı olsaydı diye söylenip ağladığı bile olmuştu. Biraz tartışsak hediyeler alır sürekli ilgilenirdi.	Değerli hissettirme İlgili davranma Hediye alma	İlgili davranma Romantik davranış

SORU-2: Gaslighting davranışıyla ilgili herhangi bir erken uyarı, "red flag" gözlemlediniz mi? Evet ise nedir?			
K	YANIT	KODLAMA	ALT TEMA
K14	Tartışmalarımızda hiçbir şekilde orta yol bulamıyorduk. Tamamıyla kendi söylediğinin haklı olduğu düşüncesindeydi ve en sonunda 'ben haklı olmaktan yorulduğum, haklı olmak değil üzülmemek istiyorum' gibi şeyler söyleyerek onu üzdüğümü ima ederdi.	Duygusal manipülasyon	Manipülatif davranışlar
K15	Öfke problemleri vardı ve duygusal manipülasyon yapıyormuş ama bunu sonradan fark ettim. En başta gösterdiği kadar modern biri olmaması gelenekçi ve yargılayıcı tutumları red flagti	Öfke problemleri Duygusal manipülasyon Yargılayıcı olma	Manipülatif davranışlar

SORU-3: Lütfen, gaslighting davranışının nasıl başladığını ve ilişki süresince nasıl değişim gösterdiğini açıklayınız.			
K	YANIT	KODLAMA	ALT TEMA
K2	Minik şeylerden suçlanma yaşadım. Özür dilerken buluyordum kendimi.	Sürekli-gereksiz özür dileme	Davranışsal Etkiler
K17	Sanki bir şeyleri sürekli yanlış yapıyormuşum o haklıymış da ben yanlış anlıyormuşum ya da yanlış davranıyormuşum gibi hissederek başladı. Bir süre ona gerçekten hak verip eksik bir insan olduğumu düşündüm ama ne yapsam asla tatmin olmuyordu beni hep eleştiriyordu.	Zamanla artış göstermesi Suçlayıcı-yanlışlayıcı tutum Eleştiri	Zamanla artış göstermesi Manipülatif davranışlar Diğer Şiddet Davranışları

SORU-4: Partnerinizin bir gaslighter olduğunu fark ettiğinizde nasıl etkilendiniz?			
K	YANIT	KODLAMA	ALT TEMA
K11	Karşı tarafın üzerimdeki büyük manipülasyonunu fark edip onu hayatımdan uzaklaştırmaya çalıştım. Çünkü onunla açık iletişim kurmaya çalışsam bana her zamanki gibi manipülatif yaklaşacağı için iletişime geçme yolunu denemedim. Hiç kolay olmadı. Hala musallat olmuş gibi ara ara beni yokladığını söyleyebilirim.	İletişimi kesme	Davranışsal Etkiler
K12	Kalbim kırıldı, üzuldüm ama alışkanlık nedeniyle bırakmak istemedim de. Normalde herhangi bir bireyden bunu görsem ilişkiyi keserdim fakat erkek arkadaşına bunu yapacak cesareti bulamadım kendimde...	Üzüntü Ayrılama	Duygusal Etkiler

SORU-5: Lütfen ilişkinizde gaslighting örneklerinin nasıl meydana geldiğini açıklayınız (ör: bağlam neydi, ne söylendi, unutkan / saf / aptal / deli / vb. olmakla suçlandınız mı?). İlişkiniz süresince gerçeklik algınızı kaybediyormuş ya da “deliriyormuş” gibi hissettiğiniz, kendinizden şüphe duyduğunuz oldu mu?			
K	YANIT	KODLAMA	ALT TEMA
K6	Bir keresinde üzerinde önceden hiç konuşmadığımız bir konu hakkında soru sorduğumda bana bağırp deli olduğumu, sürekli kafamda kurduğumu, bu konuyu zaten milyon kez konuştuğumuzu söylemişti. Aklımı kaybettim sandım.	Deli “Kafanda kuruyorsun” Bağıрма	Diğer Şiddet Davranışları Manipülatif davranışlar Bilişsel Etkiler
K9	Deliriyormuş gibi hissettiğim olmuştu.	Akıl sağlığından şüphe etme	Bilişsel Etkiler
K12	Kıskanç olmakla, deli olmakla suçlandım. Olayları abarttığım ima edildi.	Kıskanç Deli	Etiketleme Manipülatif davranışlar

SORU-6: Lütfen partnerinizin gaslighting davranışının bir etkisi olduğunu düşündüğünüz diğer deneyimlerinizi açıklayınız.			
K	YANIT	KODLAMA	ALT TEMA
K3	Benim hiç söylemediğim bir şeyi söylediğimi iddia etmesi, ya da kendi söylediği bir şeyi inkar etmesi	Suçlayıcı yanlışlayıcı tutum	Manipülatif davranışlar
K7	Güven problemleri, arkadaşlık ilişkisi kurarken bile yüzlerce kez kendini sorgulama, başka insanlarla yaşanan tartışmalarda hemen özür dileme, karşı tarafın üstünlüğünü kabullenme vb.	Kendini sorgulama Gereksiz özür dileme	Bilişsel Etkiler Davranışsal Etkiler

## EK7: İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Etik Kurul İzni



T.C.  
İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ  
Etik Kurulu Başkanlığı

Sayı : E-20292139-050.01.04-2300001984  
Konu : Nisa Gören Etik Kurul Kararı

21.08.2023

Sayın Nisa Gören  
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Öğrencisi

"Gaslightinge Maruz Kalma Ölçeğinin Türkçeye Uyarlanması: Geçerlik ve Güvenirlilik Çalışması" başlıklı araştırmanızla ilgili başvurunuz, kurulumuzun 07.07.2023 tarihli ve 2023/06 sayılı toplantısında değerlendirilerek araştırmanızın etik açıdan uygun bulunduğu katılanların oy birliği ile karar verilmiştir.

Bilgilerinize rica ederim.

Prof. Dr. Kadir CANATAN  
Kurul Başkanı

Ek: 4-Nisa Gören Etik Onay Belgesi

Belge Doğrulama Kodu: EEMAUCF

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Belge Takip Adresi: <https://ubys.izu.edu.tr/ERMS/Record/ConfirmationPage/Index>

Adres: Halkalı Caddesi No: 281 Küçükçekmece/İstanbul

Bilgi için :

Zeyneb Funda Tez Kurtuluş  
Yeminli Katip

Telefon No:

Faks No:

Telefon No:

e-Posta:

İnternet Adresi:

Direkt Hat:

Kep Adresi: [izu@hs01.kep.tr](mailto:izu@hs01.kep.tr)



# ÖZ GEÇMİŞ

Nisa Gören

## A. EĞİTİM

**Yüksek Lisans:** İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji Bölümü, 2024, İstanbul

**Lisans:** İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Psikoloji Bölümü, 2021, İstanbul

## B. MESLEKİ DENEYİM

2022 Nisan-Eylül Tüm Üstün Zekalılar Derneği Psikolog

2023- Kaira Psikoloji Kurucu Psikolog

## C. PROJELERİ

1- Kadının Yarını: Tek Ebeveynli Anneler İçin Psikososyal Eğitim ve Destek Programı

## D. YAYINLARI

1- 16. Adli Bilimler Kongresi Poster Sunumu, 2019, Namus Cinayeti İşleyen Suçluların Psikopatolojik Açıdan Değerlendirilmesi

2- IV. İZÜ Lisansüstü Öğrenci Kongresi Sözlü Bildiri Sunumu, 2023, Psikolojik Şiddet ve Gaslightinge Maruz Kalmanın Etkileri Üzerine Bir İnceleme