



Kendini Psikolojik Olarak Yanıltma (Self-Gaslighting) Ölçeğinin Geliştirilmesi: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması

Development of the Self-Gaslighting Scale: A Study of Validity and Reliability

Gülizar Yıldız

Aytaç Eruz Anadolu Lisesi,
Kastamonu, Türkiye,
gulizar86@hotmail.com



Geliş Tarihi/Received: 10.11.2025
Kabul Tarihi/Accepted: 06.04.2026
Yayımlanma Tarihi/ Published Online:
29.04.2026

Öz: Bu çalışmada bireylerin kendini psikolojik olarak yanıltma (self-gaslighting) düzeylerini değerlendirmeye yönelik geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı geliştirilmesi amaçlanmıştır. Geçerlik sürecinde, rasyonel yaklaşım doğrultusunda uzman görüşlerine dayalı kapsam ve yapı geçerliği değerlendirmeleri yapılmış; istatistiksel açıdan ise açılımlı faktör analizi (AFA), doğrulayıcı faktör analizi (DFA) ve yakınsak geçerlik analizleri uygulanmıştır. Güvenirlik değerlendirmelerinde Cronbach alfa ve birleştirici güvenirlik katsayılarından yararlanılmıştır. AFA ve Horn paralel analizleri sonucunda, toplam varyansın %65,24'ünü açıklayan beş faktörlü ve 25 maddeden oluşan bir ölçek elde edilmiştir. DFA ile test edilen modelde, maddelerin standartlaştırılmış yüklerinin 0.58 ile 0.90 arasında değiştiği, t değerlerinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu ve ölçme modelinin uyum indekslerinin mükemmel veya kabul edilebilir olduğu belirlenmiştir. Beş faktörlü yapıya dair DFA bulgularıyla hesaplanan yakınsak geçerlik değeri 0.61'dir. Cronbach alfa güvenirlik katsayısı AFA çalışma grubunda 0.94, DFA çalışma grubunda ise 0.96 olarak bulunmuştur. DFA sonuçlarına göre hesaplanan birleştirici güvenirlik (CR) katsayısı 0.974'tür. Bu bulgular, "Kendini Psikolojik Olarak Yanıltma (Self-Gaslighting) Ölçeği"nin bilimsel ve psikometrik açıdan geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğunu göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: Kendini Psikolojik Olarak Yanıltma, Psikolojik Yanıltma, Öz-manipülasyon, Kendini Suçlama, Ölçek Geliştirme

Abstract: This study aimed to develop a scale to determine individuals' levels of self-gaslighting. During the validity process, content and construct validity evaluations were conducted based on expert opinions in line with the rational approach, and statistically, exploratory factor analysis (EFA), confirmatory factor analysis (CFA), and convergent validity analyses were performed. In the reliability evaluations, Cronbach's alpha and composite reliability coefficients were used. As a result of the EFA and Horn's parallel analyses, a five-factor, 25-item scale explaining 65.24% of the total variance was obtained. In the model tested with CFA, it was determined that the standardized loadings varied between 0.58 and 0.90, the t-values were statistically significant, and the model fit indices were excellent or acceptable. The convergent validity value calculated based on the CFA findings for the five-factor structure was 0.61. The Cronbach's alpha reliability coefficient was found to be 0.94 in the EFA study group and 0.96 in the CFA study group. The composite reliability (CR) coefficient calculated based on the CFA results was 0.974. These findings indicate that the "Self-Gaslighting Scale" is a scientifically and psychometrically valid and reliable measurement tool.

Keywords: Self-Gaslighting, Gaslighting, Self-Blame, Scale Development

Extended Abstract

Introduction

With the increasing level of scientific awareness regarding abuse, the concept of “gaslighting” has come to the forefront and is defined as a form of abuse targeting identity and selfhood (Akiş & Öztürk, 2021). This term was first used in psychoanalytically oriented research (Calef & Weinshel, 1981, p. 45); however, in recent years, it has been extensively examined, particularly in the field of philosophy (Abramson, 2014, p. 5). Gaslighting is a form of influence that aims to create intentional changes in others’ perceptions and behaviors through deceptive and manipulative actions and attitudes (Braiker, 2004). This form of manipulation operates as a tactic designed to plant seeds of doubt in the individual’s mind.

Self-gaslighting is the phenomenon in which an individual convinces themselves that their thoughts, emotions, and perceptions are invalid or incorrect. Although this phenomenon is difficult to define, several key indicators stand out. Individuals experiencing self-gaslighting may question their own memories, emotions, and reality, constantly seek validation or approval from others, and feel as though they are never “good enough” (Clayton, 2021).

Self-gaslighting is a learned behavior characterized by self-doubt, emotional invalidation, and self-negation. If an individual’s emotions have been consistently dismissed, even with good intentions, or if they have been subjected to manipulative gaslighting over the years, they may eventually internalize this process, no longer requiring an external source to perpetuate it (Clayton, 2021; Mayer, 2023). As a result, self-gaslighting can lead individuals to doubt their own feelings, thoughts, and actions, ultimately eroding their self-confidence and self-esteem. Consequently, they may begin to perceive the attitudes, beliefs, and behaviors of the abuser (or society) as justified and accurate (Mayer, 2023; SAS for Women, 2023).

From this perspective, self-gaslighting consists of self-destructive emotions, thoughts, and behaviors that diminish an individual’s self-confidence, manifesting as self-doubt, self-blame, and the tendency to undermine one’s own emotions and thoughts. Self-gaslighting, an issue that can be considered as an individual’s manipulation of themselves, has not been addressed in any studies within the national literature. This gap highlights the significance and originality of the topic, making it a valuable subject for research. Accordingly, the present study aims to develop a valid and reliable scale that will measure the phenomenon of self-gaslighting (where individuals convince themselves that their thoughts, emotions, and perceptions are invalid or incorrect) while also reflecting the characteristics of the Turkish sample.

Method

The accessible population of this study consists of adult individuals between the ages of 18 and 70. The sample included 409 participants for exploratory factor analysis (EFA) and 261 participants for confirmatory factor analysis (CFA). In the development of the scale, the “scaling with rating sums” approach proposed by Rensis Likert was adopted. Within this framework, participants rated the degree to which each statement reflected their experiences on a five-point Likert-type scale, and total scores were obtained by summing item responses.

Before preparing the scale items, national and international literature was reviewed and existing measurement tools were examined. An initial pool of 76 items was generated by the researchers and reduced to 68 items following expert evaluation. After preliminary data screening procedures (e.g., missing data, outliers, and normality), EFA was conducted to explore the factor structure, and the resulting structure was subsequently tested using CFA.

Findings

As a result of EFA, a scale consisting of a total of 25 items across five factors was obtained. The factors were labeled as (i) Self-Deprecation, (ii) Low Self-Esteem, (iii) Distrust of Memory, (iv) Self Blame and (v) Self Doubt. Together, these five factors explained a substantial proportion of the total variance and indicated a coherent multidimensional structure of the scale. The factor structure obtained from EFA was subsequently tested and confirmed through confirmatory factor analysis (CFA).

The Cronbach's alpha internal consistency reliability coefficient was calculated as 0.94 for the EFA dataset and 0.96 for the dataset collected for CFA. Additionally, the coefficient for EFA was $\alpha = .88$ for the first factor, $\alpha = .86$ for the second factor, $\alpha = .88$ for the third factor, $\alpha = .81$ for the fourth factor and $\alpha = .84$ for the fifth factor. The coefficient for CFA was $\alpha = .92$ for the first factor, $\alpha = .89$ for the second factor, $\alpha = .88$ for the third factor, $\alpha = .82$ for the fourth factor and $\alpha = .87$ for the fifth factor.

After EFA was performed on the data obtained, the scale was administered to 261 adult individuals, and CFA was performed on the resulting data to further support the findings. Among these values, CFI = 0.98 (Brown, 2006) indicates excellent fit; the values of SRMR = 0.046 (Brown, 2006) and NNFI = 0.98 (Byrne, 2001) indicate good fit; $\chi^2/df = 2.05$ (Schumacker & Lomax, 2004) and RMSEA = 0.064 (Hooper et al., 2008) indicate acceptable fit values. Composite reliability (CR) values for the factors of the scale were .92 for the first factor, .89 for the second factor, .89 for the third factor, .83 for the fourth factor, and .86 for the fifth factor.

Discussion and Conclusion

In this study, a five-factor scale consisting of 25 items was developed to determine the level of self-gaslighting. Higher scores on the scale can be interpreted as an indication of a higher level of self-manipulation in individuals. Considering the research process, it is evaluated that the scale meets the scientific requirements. The multidimensional structure of the scale reflects several psychological processes associated with self-gaslighting, including self-blame, self-doubt, and negative self-evaluations, which have been discussed in the literature within the frameworks of learned helplessness (Seligman, 1975), cognitive distortions (Beck, 1976), and low self-compassion (Neff, 2003). In this respect, the factor structure obtained in the present study appears to be theoretically consistent with existing psychological models explaining self-critical and self-invalidating cognitive patterns.

Previous studies on manipulation have primarily focused on interpersonal dynamics rather than the internalized forms of manipulation directed toward the self. For instance, Yılmaz (2018) developed the "Manipulation in Human Relations Scale," and Aydemir (2021) conducted the Turkish adaptation of the "Emotional Manipulation Scale." While these instruments contribute to understanding manipulative behaviors in interpersonal contexts, they do not directly assess the internal cognitive and emotional processes through which individuals invalidate their own perceptions and experiences. In this sense, the present study attempts to address this conceptual gap by operationalizing self-gaslighting as a measurable psychological construct.

The results of this study suggest that the developed scale is valid and reliable as a measurement tool for assessing self-gaslighting, and it can be used as an appropriate instrument for Turkish culture. The findings also suggest that self-gaslighting is not merely a single-dimensional sense of low self-worth but rather a more complex psychological process involving self-doubt, memory distrust, and self-directed blame. Conceptualizing self-gaslighting in this multidimensional way contributes to the empirical operationalization of a concept that has often been discussed descriptively in recent psychological and social science literature (Abramson, 2014; Clayton, 2021).

It is believed that this scale can be used by researchers who wish to study self-manipulation in individuals, contributing to the field. Researchers can apply this scale to individuals with different demographic characteristics. Additionally, the scale can be used as a data collection tool in scientific studies related to human relationships by social scientists, educators, psychologists, and psychological counselors. Furthermore, the scale may prove to be useful as an instrument in psychological counseling processes aimed at evaluating marital counseling and emotional relationship difficulties. Future studies may examine the relationship between self-gaslighting and psychological variables such as anxiety, depression, self-esteem, and psychological resilience, as well as test the scale across different cultural groups to further explore the contextual dimensions of the construct.

1. Giriş

İstismar alanındaki bilimsel farkındalığın artmasıyla beraber "psikolojik yanıltma (gaslighting)" kavramı daha da görünür hale gelmiş ve psikoloji ile sosyal bilimler literatüründe daha sık tartışılmaya başlanmıştır. Psikolojik yanıltma, bireyin kimliğini ve benlik algısını odak noktasına yerleştiren ve hedef alan bir psikolojik istismar olarak değerlendirilmektedir (Akiş ve Öztürk, 2021). Kavramın kökeni, Hamilton'ın *Gas Light* adlı tiyatro oyunu (1938) ve daha sonra aynı adla sinemaya

uyarlanan filmlere dayanmaktadır. Bu anlatıda bir erkek karakter, eşini psikolojik olarak manipüle ederek onun gerçeklik algısını sorgulamasına neden olmaktadır. Bu da kadının akıl sağlığından şüphe duymasına yol açmaktadır. Zaman içinde bu anlatıdan türeyen psikolojik yanıltma terimi, bir kişinin başka bir bireyin algılarını ve gerçeklik değerlendirmelerini sistematik şekilde sarsmaya yönelik manipülatif davranışlarını tanımlamak adına kullanılmaya başlanmıştır (Nazir ve Özçiçek, 2022). Söz konusu kavram ilk olarak psikanalitik yaklaşımların ele alındığı çalışmalarda ortaya çıkmış olsa da (Calef ve Weinschel, 1981, s. 45), son yıllarda özellikle felsefe disiplini kapsamında yoğun biçimde tartışılmaktadır (Abramson, 2014, s. 5). Psikolojik yanıltma aldatıcı ve yönlendirici davranışlar yoluyla bireyin algılarını, düşüncelerini ve davranışlarını sistematik şekilde değiştirmeyi hedefleyen bir manipülasyon stratejisidir (Braiker, 2004). Bahsi geçen süreç, bireyin kendi doğrularından şüphe duymasına yol açacak belirsizlik ve güvensizlik ortamı oluşturmayı hedeflemektedir.

Son dönemde yapılan çalışmalara bakıldığında psikolojik yanıltma bireyin bilgiye, hafızaya ve deneyimlerine karşı duyduğu güveni de hedef alan epistemik bir şiddet türü olarak değerlendirilmektedir. Sweet'e (2019) göre psikolojik yanıltma mağdurun kendi gerçekliğine dair tanıklığını sistematik şekilde değersizleştirerek epistemik otoritesini zayıflatmaktadır. Paralel şekilde Fricker'in (2007) epistemik adaletsizlik yaklaşımı, bireylerin tecrübelerinin güvenilmez gösterilmesi ve sözlerinin itibarsızlaştırılması süreçlerinin bilgi üretimine katılımını kısıtlayabildiğini ortaya koymaktadır. Bu kapsamda gaslighting bilişsel ve bilgiye erişimle ilişkili bir tahakküm mekanizması olarak da değerlendirilebilir.

Abramson (2014), psikolojik yanıltmayı bir kişinin başkalarının algılarının, inançlarının ve/veya tepkilerinin yanlış olduğu düşüncesini sistematik bir şekilde dayattığı aynı zamanda bireyi, akıl sağlığını zorlayan ölçüde yönünü kaybettirici davranış ve düşüncelere sürükleyen bir duygusal manipülasyon türü olarak açıklamaktadır. Bu manipülatif süreç, bireyin kendi değerlendirmelerine, yaşantılarına ve düşünsel kapasitesine olan güveni aşındırmaktadır (Welch, 2008). Abramson (2014, s. 14), gaslighter'ın karşısındaki bireyin davranışlarından çıkar sağlayabileceğini fakat bu çıkarın tek bir motivasyona dayanmak zorunda olmadığını vurgulamaktadır. Gaslighter, çoğunlukla bilinçli biçimde manipülatif eylemlerde bulunsa da kimi zaman kendi davranışlarını yönlendiren motivasyonların farkına varmayabilir. Psikolojik yanıltma genellikle uzun bir zaman dilimine yayılan, birden fazla olayın bir araya gelmesiyle beraber ortaya çıkan bir süreçtir ve kimi durumlarda birden fazla fail tarafından eş zamanlı olarak uygulanabilir. Ayrıca güç dengesinin belirgin şekilde asimetric olduğu ilişkilerde psikolojik yanıltmanın daha kolay ortaya çıkabileceği ve etkilerinin daha yıkıcı olabileceği belirtilmektedir (Abramson, 2014, s. 15). İlgili bağlamda kavramın güç ve iktidar ilişkileriyle yakından bağlantılı olduğu görülmektedir. Özellikle hiyerarşik ve bağımlılık içeren ilişkilerde (aile, romantik ilişkiler, okul, iş ortamları vs.) manipülasyonun etkisi artmakta ve mağdurun öznel gerçekliği kademeli şekilde dönüştürülmektedir. Stark'ın (2023) zorlayıcı kontrol yaklaşımı, süreğen duygusal baskı ve denetim pratiklerinin bireyin karar alma kapasitesini zayıflattığını ve bağımlılık ilişkisini tetiklediğini göstermektedir. Bu sebeple gaslighting, tekil ve anlık davranışların haricinde sürece yayılan yapısal bir kontrol stratejisi olarak ele alınmaktadır.

Nazir ve Özçiçek (2022), psikolojik yanıltmanın yalnızca romantik ilişkilerle sınırlı olmadığını, aile içi ilişkilerden iş ortamındaki profesyonel ilişkilere kadar pek çok etkileşim türünde ortaya çıkabilen bir duygusal istismar yöntemi olduğunu vurgulamaktadır. Bu manipülatif davranış biçimi okullarda bir zorbalık türü şeklinde iş yerlerinde ise mobbingin bir parçası olarak görülebilir ve kimi durumlarda bireysel olduğu kadar kurumsal veya yapısal bir nitelik de taşıyabilir. Toplumsal cinsiyet literatürü de psikolojik yanıltmanın özellikle kadınlar ve diğer kırılgan gruplar üzerinde daha yoğun ve görünmez etkiler oluşturabildiğini ortaya koymaktadır. Kadınların duygusal, abartılı veya irrasyonel olarak etiketlenmesi, tecrübelerinin sistematik şekilde geçersiz hale getirilmesini kolaylaştırmakta ve manipülasyonu sıradanlaştırmaktadır. Sweet (2019), bu sürecin yapısal eşitsizliklerle bir araya geldiğinde kronik bir öz-şüphe ve öz-sansür geliştirdiğini belirtmektedir. Gaslighter olarak tanımlanan birey, mağdurun algılarını, anılarını, hislerini ve benlik saygısını hedef alarak sıkça gerçekleri çarpıtma, yalan söyleme veya inkâr etme yoluyla mağdurun kendi yaşantılarından şüphe duymasını sağlamaya çalışır. Böyle bir psikolojik baskıya uzun süre maruz kalan bireylerde zamanla öz güven kaybı, kendi bilişsel yetilerine dair güvensizlik ve sonuçta istismarcıya bağımlı hâle gelme gibi ciddi etkiler görülebilir (Spear, 2020, s. 232).

Uzun süreli maruziyetin ruh sağlığı üzerindeki etkileri incelendiğinde psikolojik yanıltma deneyiminin anksiyete, depresyon, travma sonrası stres belirtileri, öğrenilmiş çaresizlik ve düşük benlik saygısı ile

ilişkili olduğu vurgulanmaktadır. Bu süreç içinde birey kendi bilişsel süreçlerine ve kararlarına da güvenemez hale gelmektedir. Problem çözme ve öz-düzenleme kapasitesinde de belirgin bir zayıflama ortaya çıkmaktadır. Dolayısıyla psikolojik yanılma psikolojik iyi oluşu kronik şekilde tehdit eden bir stres kaynağı olarak değerlendirilebilmektedir (Dorpat, 1996; Stern, 2018).

Psikolojik yanılma süreci, psikolojik manipülasyonun farklı biçimlerini kapsayan geniş bir taktikler bütünü olarak değerlendirilmektedir. Dorpat'ın (1996) ve McGregor ile McGregor'un (2014) belirttiği üzere, bu süreç içinde kullanılan yöntemler arasında istismarcının önceki istismar davranışlarını inkâr etmesi, mağdurun kafasını karıştırmak amacıyla alışılmadık ya da tuhaf durumlar oluşturması veya bireye kasıtlı olarak yanlış bilgi vererek onun hafızasına ve algısına dair güvenini zayıflatması gibi farklı stratejiler yer almaktadır.

Psikolojik yanılma davranışlarında istismarcı, karşı taraf üzerinde baskı kurmak ve itaat sağlamayı hedefleyen farklı söylemler kullanabilmektedir. Stark'ın (2019, s. 224) ve Yalçın ile Öztürk'ün (2018, s. 46) aktarmış olduğu örneklerdeki gibi ilgili söylemler çoğunlukla "bu senin iyiliğin için" şeklinde koruyucu bir tonda sunulsa da aslında mağduru suçlayan ve sorumluluğu ona yükleyen ifadeler barındırmaktadır. Örneğin; "bana bunları yine sen yaptırдың", "sen böyle davranmasaydın gerginlik çıkmazdı" gibi cümlelerle mağdurun davranışları problemliymiş gibi gösterilmektedir. Bazı durumlarda manipülatör, ilişkiyi sürdürülebilmek adına mağdurun kendi istediği yönde hareket etmesini "ortak geleceğe yapılacak olumlu bir katkı" olarak çerçevelemekte veya "gitmek senin tercihin ama sonuçlarının ne olacağını bilemem" gibi üstü kapalı tehditler içeren ifadelerle duygusal baskı kurmaktadır. Bu tarz söylemler, mağdurun karar alma kapasitesini zayıflatmayı ve ilişki içinde hâkimiyet kurmayı hedefleyen manipülatif iletişim örüntüleridir. Psikolojik yanılma, bir kişinin diğerini kendi akıl sağlığını sorgulamasını sağlayarak manipüle ettiği bir duygusal istismar biçimidir. Kendini psikolojik yanılma ise bireyler bunu kendisine yapar, özdeğerini, özgüvenini ve özsaygısını baltalar.

Kendini psikolojik yanılma, bir bireyin düşüncelerini, duygularını ve algılarını geçersiz veya yanlış olduğuna inanmak için kendini ikna etmesi olgusudur. Bu olgu, sosyal psikoloji çalışmalarında öğrenilmiş çaresizlik (Seligman, 1975) ve içselleştirilmiş baskı olgularıyla yakından ilişkilidir. Zaman içinde dışsal eleştiriler ve suçlayıcı söylemler bireyin iç sesi haline gelmekte, birey başkalarının değerlendirmelerini içselleştirerek kendi deneyimlerini değersizleştirmeye başlamaktadır. Bilişsel kuram kapsamında ilgili süreç, olumsuz öz-şemalar ve sistematik bilişsel çarpıtmalarla ilişkilendirilmektedir (Beck, 1976). Öz-şefkat eksikliğinin ise kendini suçlama ve öz-eleştiriye artırdığı belirtilmektedir (Neff, 2003). Dolayısıyla ilgili olgu tanımlanması zor olsa da, temelinde birkaç önemli belirti göze çarpmaktadır. Kendini psikolojik yanılma yaşayan bireyler, kendi anılarını, duygularını ve gerçekliklerini sorgulayabilir; sürekli olarak başkalarından doğrulama veya onaylanma arayabilir ve yeterince iyi olmadıklarını hissedebilirler (Clayton, 2021).

Kendini psikolojik yanılma, kendinden şüphe etmek, duygularını yok saymak ve kendi kendini geçersizleştirmek olarak adlandırılan öğrenilmiş bir davranıştır. Yıllar içinde kişinin duyguları görülmediyse, iyi niyetli de olsa sürekli geçersizleştirildiyse ya da manipülatif psikolojik yanılmaya uğradıysa bir süre sonra bunu birinin kişiye yapmasına gerek kalmaz, birey bunu kendi kendine yapmaya başlar (Clayton, 2021; Mayer, 2023). Dolayısıyla kendini psikolojik yanılma, bireylerin kendi duygu, düşünce ve davranışlarından şüphe etmelerine, özgüven ve özsaygılarını kaybetmelerine ve bunların sonucunda da istismarcının (ya da toplumun) ilgili konudaki düşünce, tutum ve davranışlarını doğru ve haklı görmesi olarak nitelendirilebilir (Mayer, 2023; SAS for Women, 2023).

Bu bakış açısıyla kendini psikolojik yanılma, bireyin kendine olan özgüvenini azaltan, kendi duygu ve düşüncelerini küçümseme, kendinden şüphe duyma ve kendini suçlama odağında şekillenen kendine zarar verici duygu, düşünce ve davranışlardır.

Psikolojik yanılma durumunda gaslighter mağdura sürekli olarak "Her şey senin hatan!" gibi cümleler kullanarak onu suçlar ve gerçekleri saptırırken, kendini psikolojik yanılma düzeyi yüksek bir kişi ise "Zaten hepsi benim yüzümden oluyor." diyerek tüm olayların sorumluluğunu üstlenir ve kendine karşı şefkat göstermez. Bu nedenle kendini suçlama, kendini psikolojik yanılma sürecinde önemli bir rol oynar. Kendini suçlama (self-blame), kişinin yaşamış olduğu olumsuz durumların sorumluluğunu sürekli olarak kendi üzerine alma eğilimini ifade etmektedir. İlgili kavram, bireyin olayların nedeni olarak kendisini görmesine dayanan bilişsel bir süreçtir (Anderson vd., 1994). Bu noktada kişi aynı zamanda kendinden şüphe duymaya başlar. Sonuç olarak, kişi kendi hafızasına güvenemez, geçmişine ile

ilgili emin olamaz ve doğru hatırlama konusunda sürekli şüphe duyar. Kendinden şüphe (self-doubt), bireyin belirli bir görevde veya genel olarak başarılı olabilmesi adına sahip olması gereken yetenek, beceri ve yeterliliklere dair güven duygusunun zayıflamasıyla beraber ortaya çıkan duygusal bir deneyimdir (Hermann vd., 2002). Bu durum, kişinin benlik algısıyla etkileşim içinde olan farklı yapılar üzerinde de etkili olmaktadır (Hermann vd., 2002). Bununla birlikte, kişide özgüven eksikliği gelişir. Düşük öz güven (self-confidence), bireyin kendi gücünden, yeteneklerinden ve yeterliliklerinden sürekli olarak şüphe duyma, zayıflık ve yetersizlik duygusu olarak ortaya çıkar. Kişinin kendisiyle ilgili olumsuz inançları, genellikle kendi hakkında söyledikleri ve düşüncelerinden anlaşılır (Özçelik, 2023).

Tüm bunlar ışığında kendini psikolojik yanıltma aşağıdaki tutum ve davranışları içermektedir.

1. Kendi duygularını küçümseme
2. Kendini suçlama
3. Kendinden şüphe duyma
4. Kendini aşırı eleştirme
5. Doğru anımsama (hafıza) ile ilgili sürekli kendini sorgulama

Henüz dilimizde tam bir karşılığı olmasa da, özellikle eşit olmayan ortamlarda üstün tarafın zayıf olan tarafa uyguladığı psikolojik şiddet olarak adlandırılan psikolojik yanıltma, insani ilişkilerde sıkça karşılaşılan bir durumdur. Son yıllarda önemli bir kavram haline gelmiş ve ABD'nin önde gelen sözlük yayıncılarından Merriam-Webster tarafından 2022 yılının kelimesi olarak seçilmiştir. Kelimenin seçilmesindeki en büyük etken, "Gaslighting" kelimesi aramalarının 2022 yılında %1740 oranında artmış olmasıdır.

Kendini psikolojik yanıltma, bireyin kendi duygularını, düşüncelerini ve algılarını geçersizleştiren içsel bir manipülasyon süreci olarak değerlendirilebilecek bir olgu olmakla beraber ulusal literatürde doğrudan bu yapıyı ölçmeye yönelik bir ölçek geliştirme çalışmasına ulaşılamamıştır. İlgili durum, kavramın Türkçe psikoloji ve davranış bilimleri literatüründe henüz kavramsal olarak dahi yeterli düzeyde tanımlanmadığını ve sistematik şekilde ele alınmadığını göstermektedir. Literatürdeki bu boşluk, konunun araştırılmaya değer olduğunu göstermekte ve çalışmanın önemine özgünlük boyutu kazandırmaktadır. Bununla beraber kendini psikolojik yanıltma olgusunun kavramsal düzeyde tartışılmasına ampirik ve sistematik şekilde incelenmesi, ilgili yapının bireylerin psikolojik işleyişi üzerindeki etkilerinin nesnel olarak değerlendirilmesini güçleştirmektedir. Başka bir deyişle kavramın teorik olarak tartışılması artmış olsa da ölçülebilir bir yapı hâline getirilmemesi, söz konusu alandaki bilgilerin çoğunlukla betimleyici ve yorumlayıcı düzeyde kalmasına yol açmaktadır. Özellikle Türk örneğinde kavramı ölçmeye dair geçerli ve güvenilir bir ölçme aracının bulunmaması, kendini psikolojik yanıltma düzeyinin saptanmasını, risk gruplarının tespit edilmesini ve değişkenler arası ilişkilerin test edilmesini kısıtlamaktadır. Bahsi geçen eksiklik, klinik uygulamalar ve önleyici ruh sağlığı çalışmalarında bireylerin kendilerini geçersizleştirme eğilimlerinin erken dönemlerde saptanmasını güçleştirmektedir. İlgili durum, yürütülecek kuramsal bilginin ampirik olarak sınanmasını engellemenin yanında alanda yürütülecek müdahale ve önleme çalışmalarının bilimsel temellere dayandırılmasını güçleştirmektedir. Dolayısıyla literatürdeki temel araştırma problemi, kendini psikolojik yanıltma olgusunun kültürel bağlama duyarlı, psikometrik açıdan güçlü ve standart bir ölçme aracıyla değerlendirilememesidir. Mevcut ölçek eksikliği, araştırmacıların kavramı dolaylı değişkenler üzerinden ölçmek zorunda kalmasına sebep olmakta ve bulguların karşılaştırılabilirliğini kısıtlamaktadır.

Uluslararası literatürde de kendini psikolojik yanıltmayı doğrudan ölçmeye dair standartlaştırılmış nicel araçların sınırlı olduğu görülmektedir. Kavramın sıklıkla nitel çalışmalar ya da kuramsal tartışmalar kapsamında ele alınması, ampirik karşılaştırmaların yapılmasını güçleştirmektedir. İlgili durum, kültürlerarası karşılaştırmalı çalışmaların yürütülmesini ve evrensel veya bağlama özgü örüntülerin belirlenmesini de zorlaştırmaktadır. Söz konusu durum, kültüre duyarlı ve psikometrik açıdan geçerli ölçme araçlarının geliştirilmesini önemli bir gereksinim haline getirmektedir. Bu doğrultuda yürütülen araştırmanın amacı, bireyin kendi iç deneyimlerini "yanlış" veya "geçersiz" olduğuna dair ikna etmesini ifade eden self-gaslighting olgusunu geçerli ve güvenilir şekilde değerlendirebilecek Türk örnekleme adına uygun bir ölçme aracı geliştirmektir. Belirlenen temel amaç doğrultusunda çalışmada (i) kendini psikolojik yanıltma yapısının kuramsal boyutlarının belirlenmesi, (ii) madde havuzu oluşturularak ölçeğin geliştirilmesi, (iii) yapı geçerliği ve güvenilirlik analizlerinin

yapılması ve (iv) ölçeğin psikometrik özelliklerinin ampirik olarak test edilmesi amaçlanmaktadır. Böylelikle literatürdeki ölçme aracı eksikliğinin giderilmesi ve ileride yürütülecek nicel ve uygulamalı araştırmalar adına standart bir değerlendirme aracı sunulması hedeflenmektedir.

2. Yöntem

İlgili kısımda yapılan araştırmanın niteliğine, örneklem grubunun özelliklerine, kullanılan veri toplama sürecinde kullanılan araçlara, verilerin elde edilme sürecine, ölçek geliştirme aşamalarına ve araştırma kapsamında toplanan verilerin analiz edilme sürecine dair bilgilere yer verilmiştir.

2.1. Araştırma türü

Bu araştırma, bireylerin kendini psikolojik yanıltma (self-gaslighting) düzeylerini ölçmeye yönelik geçerli ve güvenilir bir ölçek geliştirmeyi amaçlayan metodolojik bir ölçek geliştirme çalışmasıdır. Çalışma nicel araştırma yaklaşımı kapsamında yürütülmüş olup ölçeğin psikometrik özelliklerini belirlemek amacıyla geçerlik ve güvenilirlik analizleri gerçekleştirilmiştir. Bu kapsamda ölçeğin yapı geçerliğini incelemek üzere açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizlerinden yararlanılmıştır. Ek olarak ölçeğin iç tutarlılığı güvenilirlik analizleri ile değerlendirilmiştir.

2.2. Çalışma grubu

Bu çalışmada, ölçme modelinin ortaya çıkarılması ve başlangıç yapısının saptanması amacıyla gerçekleştirilen açımlayıcı faktör analizi için toplam 461 yetişkin katılımcıdan veri toplanmıştır. Çalışma grubunun 125'i (%27,1) erkek, 336'sı (%72,9) kadın yetişkinlerden oluşmaktadır ve yaş aralığı 18-70 yaş arasında değişmektedir. Çalışma grubundaki yetişkinlerin 185'i (%40,1) bekar, 10'u (%2,2) nişanlı, 266'sı (%57,7) evli bireylerdir. Bekar olan bireylerin ise 126'sı (%60,6) ilişkisi olmayan, 82'si (%39,4) ilişkisi olan yetişkinlerdir. Gerekli sayıtlar değerlendirildikten sonra Açımlayıcı Faktör Analizine (AFA) 409 katılımcıdan elde edilen verilerle devam edilmiştir.

Ölçek geliştirme sürecinde psikometrik özelliklere yönelik ek kanıt elde etmek amacıyla yapı geçerliği, yakınsak ve ıraksak geçerlik ile birleşik güvenilirliğin değerlendirilmesini içeren doğrulayıcı faktör analizi (DFA) için ikinci bir çalışma grubundan da veri toplanmıştır. Doğrulayıcı faktör analizi için toplam 271 yetişkine ulaşılmıştır. Çalışma grubunun 94'ü (%34,7) erkek, 177'si (%65,3) kadın yetişkinlerden oluşmaktadır ve yaş aralığı 18-70 yaş arasında değişmektedir. Çalışma grubundaki yetişkinlerin 116'sı (%42,8) bekar, 4'ü (%1,5) nişanlı, 151'i (%55,7) evli bireylerdir. Bekar olan bireylerin ise 87'si (%66,4) ilişkisi olmayan, 44'ü (%33,6) ilişkisi olan yetişkinlerdir.

2.3. Kendini psikolojik olarak yanıltma (Self-Gaslighting) ölçeğinin geliştirilmesi

Bu araştırmada kendini psikolojik yanıltmayı ölçen psikometrik açıdan güçlü bir ölçme aracı geliştirmek hedeflenmiştir. Ölçek geliştirme süreci, Robert F. DeVellis (2017) tarafından önerilen ölçek geliştirme adımları esas alınarak yürütülmüştür. Bu doğrultuda ölçek geliştirme sürecinde sırasıyla (1) ölçülmek istenen yapının belirlenmesi, (2) madde havuzunun oluşturulması, (3) ölçme formatının belirlenmesi, (4) uzman görüşlerinin alınması, (5) deneme formunun hazırlanması ve uygulanması ile (6) geçerlik ve güvenilirlik analizlerinin yürütülmesi aşamaları izlenmiştir.

İlk aşamada ölçülmek istenen yapı olarak kendini psikolojik yanıltma kavramı ele alınmış ve bu kavrama ilişkin literatür kapsamlı bir şekilde gözden geçirilmiştir (Clayton, 2021; Nazir ve Özçiçek, 2022; Spear, 2020; Yılmaz, 2018). Buna ek olarak Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Anabilim Dalı'nda görev yapan iki öğretim üyesi ile görüşmeler yapılmıştır. Bu görüşmelerde danışanların kendini psikolojik yanıltma odağında ifade ettikleri temel düşünce ve söylemleri ele alınmıştır. Böylece danışan ifadelerinden de yola çıkılarak belirlenen cümleler ölçek maddesi oluşturma aşamasında yol gösterici olmuştur.

Ölçek maddeleri oluşturulurken, hedeflenen yapıya ait potansiyel alt boyutlar göz önünde bulundurularak, kuramsal bir temelde titizlikle hazırlanmıştır. Bu doğrultuda araştırmacıların yürüttüğü çalışmalar sonucunda kendini psikolojik yanıltma düzeyini ölçebileceği düşünülen 76 madde oluşturulmuş ve ardından da bu maddeler uzman görüşüne sunulmuştur. Bunun ardından oluşturulan 76 maddelik havuz, uzman görüşleri için 7 akademisyen (1, psikoloji, 5 psikolojik danışma ve rehberlik, 1 ölçme ve değerlendirme) ve 1 Psikolojik Danışma ve Rehberlik doktora öğrencisi olmak üzere 8 uzmana gönderilmiştir. Uzmanlardan, araştırmacılar tarafından yazılan

her bir maddenin yapıyı ne derece temsil ettiği (3, temsil ediyor; 2, kısmen temsil ediyor; 1, temsil etmiyor) ve olası maddelerin hedef kitle açısından ne derece açık (3, açık; 2, kısmen açık; 1, açık değil) ve maddenin ne derece anlaşılır (3, anlaşılır; 2, kısmen anlaşılır; 1, anlaşılır değil) olduğunu ilgili sayıyı işaretlemek suretiyle değerlendirmeleri istenmiştir. Bu şekilde, kapsam geçerliği ve güvenilirliği etkileyebilecek potansiyel sorunlar önceden ele alınarak minimize edilmeye çaba gösterilmiştir. Uzmanlardan ayrıca, gerekli gördükleri maddelere ilişkin düzenleme ve ekleme önerileri sunmaları talep edilmiş, bu değerlendirmeler Lawshe (1975) yöntemi gibi kapsam geçerliği indeksi teknikleriyle analiz edilmiştir. Çalışmada 8 uzmanın görüşü alındığından Kapsam Geçerlik İndeksi (KGI) 0,75'in altında olan maddeler uygun bulunmamış; 0,75 ve üzerindeki maddeler ise yeterli kabul edilmiştir. Bu değerlendirme sonucunda 6 madde kapsam geçerlik indekslerinin düşük olması nedeniyle elenmiştir. Kalan 70 madde üzerinde uzmanların açıklık ile ilgili yorumları doğrultusunda dil ve anlatım açısından küçük düzeltmeler yapılmış; birbirini tekrar eden, kapsayan ve binişiklik gösteren 2 madde deneme formundan çıkarılmıştır. Son deneme formu, katılımcıların kendilerini ifade edebileceği şekilde 5'li Likert ölçeği (bana tamamen uygun, bana uygun, kararsızım, bana uygun değil, bana hiç uygun değil) biçiminde düzenlenmiş ve 20 üniversite öğrencisine uygulanarak nihai hâline getirilmiştir.

2.4. Verilerin toplanması (işlem)

Araştırmaya katılım gönüllülük esasına dayalı olarak gerçekleştirilmiştir. Bu doğrultuda katılımcılar veri toplama sürecine dâhil edilmeden önce araştırmanın amacı, kapsamı ve katılımın gönüllülük esasına dayandığı hakkında bilgilendirilmiş; çevrim içi uygulama öncesinde hazırlanan bilgilendirilmiş onam formunu onaylayan katılımcılar araştırmaya dâhil edilmiştir. Ön test aşamasında hazırlanan ölçek maddeleri araştırmacılar tarafından çevrim içi bir platforma yüklenmiş ve verilerin toplanması sürecinde sosyal medya kanalları da destekleyici araç olarak kullanılmıştır. Uygulamalar yaklaşık 10-15 dakika sürmüştür.

2.5. Verilerin analizi

Verilerin analizi konusunda yapı geçerliği açısından açımlayıcı faktör analizi (AFA), doğrulayıcı faktör analizi (DFA) uygulanmış; faktörler ile altındaki maddeler arasındaki ilişkiyi değerlendiren yakınsak geçerlik ve yapının boyutu ile faktör sayısını destekleyen ek kanıt olarak Horn Paralel Analizi kullanılmıştır. Bu çerçevede, çalışmada tasarlanması amaçlanan ölçme aracının temel boyutlarını ve bu boyutlar içinde maddelerin işlevsel düzenini incelemek amacıyla açımlayıcı faktör analizinden (AFA) yararlanılmıştır. AFA uygulanmadan önce, çok değişkenli istatistiklerde önerilen temel sayıtlar dikkate alınarak veri seti analiz için incelenmiştir. Bu kapsamda örneklem büyüklüğü, kayıp veriler, tekli ve çoklu aykırı değerler, normallik, çoklu bağlantı (multicollinearity) ve korelasyon matrisinin faktör analizine uygunluğu değerlendirilmiştir. Ölçek geliştirme çalışmalarında faktör analizi uygulanmadan önce söz konusu sayıtların test edilmesi, elde edilecek faktör yapısının geçerli ve güvenilir biçimde ortaya konulabilmesi açısından önemli görülmektedir (Tabachnick ve Fidell, 2020; Hair vd., 2019; DeVellis, 2017). Yapılan ön incelemeler sonucunda veri setinin faktör analizi için uygun olduğu belirlenmiş ve analizler bu doğrultuda gerçekleştirilmiştir.

Örneklem büyüklüğü açısından ölçek geliştirme literatüründe farklı öneriler bulunmaktadır: Guilford (1954) en az 200 katılımcı önermekte; Nunnally (1978) ise madde sayısının 10 katı kadar bir örneklem gerektiğini ifade etmektedir. Tavşancıl ve Keser (2002) bu oranın 5 ile 10 kat arasında olmasını önerirken, Tabachnick ve Fidell (2020), faktör analizi için en az 300 gözleme ihtiyaç duyulduğunu vurgulamaktadır. KPOYÖ'nün psikometrik özelliklerinin güvenilir biçimde belirlenebilmesi için bu kriterlerin altında kalınmamasına dikkat edilerek araştırma verileri 18 yaş üzeri yetişkin olan 461 yetişkin katılımcıdan elektronik form aracılığıyla toplanmıştır. Bu durum, ölçek geliştirme amacıyla ulaşılan örneklem sayısının yeterli olduğunu göstermektedir.

Veriler elektronik form aracılığıyla toplandığından veri setinde eksik gözlem bulunmamaktadır. Veri analizine başlamadan önce aykırı değerlerin belirlenmesi amacıyla tek değişkenli ve çok değişkenli aykırı değer analizleri yapılmıştır. Tek değişkenli aykırı değerlerin belirlenmesinde standartlaştırılmış Z değerleri incelenmiştir. Tabachnick ve Fidell (2020), Z değerlerinin ± 3.29 aralığında olmasını önermektedir. Bununla birlikte geniş örneklemelerde bu sınırın ± 4 'e kadar genişletilebileceği belirtilmektedir (Mertler vd., 2021). Mevcut veri setinde Z değerlerinin -3.47 ile 3.90 arasında değiştiği görülmüş ve bu nedenle veri setinde tek değişkenli aykırı değer bulunmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Çok değişkenli aykırı değerlerin belirlenmesinde ise Mahalanobis uzaklıkları incelenmiştir. .001

anlamlılık düzeyine göre hesaplanan kritik ki-kare değeri ($\chi^2 (68)=109,79$) temel alınarak yapılan inceleme sonucunda 52 gözlemin çok değişkenli aykırı değer olduğu belirlenmiş ve bu gözlemler veri setinden çıkarılmıştır. Bu işlem sonrasında kalan 409 gözlem ile analizler yürütülmüştür. Örneklem büyüklüğünün 300'ün üzerinde olması nedeniyle veri setinin açıcı faktör analizi için yeterli olduğu değerlendirilmiştir (Tabachnick ve Fidell, 2020).

Çoklu bağlantı durumunun incelenmesi için Tolerans ve VIF değerlerinden yararlanılmıştır. Maddeler bazında Tolerans değerleri ,203 ile ,775 arasında; VIF değerleri ise 1,290 ile 4,922 aralığında bulunmuştur. Tolerans değerlerinin >0.20 ve VIF değerleri <5 olması nedeniyle çoklu bağlantı sorunu olmadığı belirlenmiştir. Ayrıca tüm maddeler için hesaplanan Durbin-Watson değeri 1,958 olarak bulunmuş olup ($DW \leq 2 \leq 2.5$) hataların otokorelasyona sahip olmadığı ve birbirinden bağımsız olduğu anlaşılmaktadır (Kalaycı, 2005).

Verilerin faktör analizine uygunluğunu değerlendirmek amacıyla, faktörlenebilirlik ve korelasyon matrisinin anlamlılığına dair bilgi sağlayan Bartlett testi, Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) testi ve anti-image korelasyonları incelenmiştir. KMO testi sonuçları, örneklem yeterlilik değerinin 0.96 olduğunu göstermiş ve örneklem büyüklüğünün faktör analizi için "mükemmel" düzeyde (Kalaycı, 2005) uygun olduğunu ortaya koymuştur. Ayrıca, Bartlett küresellik testi anlamlı bulunmuş [$\chi^2 (401) = 19149,193, \rho < 0.01$], bu da maddeler arasındaki korelasyonların faktör analizi için yeterli olduğunu göstermektedir. Analiz sırasında her bir maddenin ortak varyansının .50, faktör yükünün .45 ve iki faktöre birden ait faktör yükleri arasındaki farkın .10'un üzerinde olması kriterleri dikkate alınmıştır (Büyüköztürk, 2014; Tabachnick ve Fidell, 2020).

Faktör yapısının belirlenmesinde ilk aşamada özdeğerlere dayalı yamaç eğim grafiği incelenmiştir. Söz konusu grafik, yapıda bulunması gereken olası faktör sayısına ilişkin görsel bir fikir sunmakla birlikte araştırmacının yorumuna dayalı olması nedeniyle öznel bir karar verme riski taşımaktadır (DeVellis, 2017). Bu nedenle yalnızca yamaç eğim grafiğine bağlı kalınmamış daha sağlam bir karar verebilmek amacıyla Horn'un paralel analizinden yararlanılmıştır. Horn'un paralel analizi, gerçek veri setiyle aynı ölçekte üretilen simülasyon temelli rastgele veri matrislerinin özdeğerleriyle karşılaştırma yaparak hangi faktörlerin anlamlı olduğunu saptamaya imkan tanıyan bir yöntemdir. Bu yöntem, istatistiksel kriterlere dayalı olarak değerlendirildiğinde öznel yöntemlere göre daha avantajlı olduğu belirtilmektedir (DeVellis, 2017).

Ölçeğin psikolojik yapıya uygunluğunu test edebilmek için ikinci bir veri seti oluşturulmuş ve bu doğrultuda doğrulayıcı faktör analizi uygulanmıştır. Açıcı faktör analizi (AFA) daha çok bir yapının ortaya çıkarılması ve bu yapı üzerinden hipotez geliştirilmesine katkı sağlarken, doğrulayıcı faktör analizi (DFA) önceden belirlenmiş faktör yapısının ne ölçüde doğrulandığını, değişkenlerin hangi faktörlerle ilişkili olduğunu, faktörler arasındaki ayrışmanın yeterli olup olmadığını ve bu modelin genel açıklıyıcılığını değerlendirmek amacıyla kullanılmaktadır (Özdamar, 2004). DFA sürecinde faktörlere ait standardize yükler, her bir maddenin hata varyansları t değerleri incelenmiş; ardından modele dair uyum indeksleri hesaplanarak yapının doğrulanma düzeyi değerlendirilmiştir.

DFA sürecine geçmeden önce, AFA sonucunda oluşturulan 25 maddelik form temel alınarak yeniden veri toplanmış ve toplam 271 katılımcıya ulaşılmıştır. Doğrulayıcı faktör analizinin yürütülebilmesi için gerekli sayıtlar olan örneklem yeterliliği, kayıp veri durumu, doğrusallık, normal dağılım, çoklu bağlantı ve hata terimlerinin bağımsızlığı kontrol edilmiştir. Veriler çevrimiçi ortamda toplandığı için eksik yanıt bulunmamıştır. Aykırı değer incelenmesinde ise tek değişkenli uç değerleri belirlemek üzere Z puanları, çok değişkenli aykırı değerleri tespit etmek adına Mahalanobis uzaklıkları değerlendirilmiştir. Z puanlarının -2.40 ile 2.23 arasında değiştiği görülmüş ve bu nedenle tek değişkenli aykırı değer olmadığı belirlenmiştir. Çok değişkenli aykırı değerlere ilişkin yapılan incelemede ($\chi^2 25; 0,001=52,62$) ölçütü karşılamayan 10 katılımcı analiz dışında bırakılmış; kalan 261 katılımcıya ait verilerle DFA yürütülmüştür. Child'ın (2006) madde sayısının 4-5 katı büyüklüğündeki örneklemelerin analiz için yeterli olduğu yönündeki değerlendirmesi dikkate alındığında, mevcut örneklemin DFA için uygun olduğu sonucuna varılmıştır. Maddeler arasında çoklu bağlantı sorunu olup olmadığını belirlemek adına incelenen Tolerans değerlerinin .209 ile .618 aralığında, VIF değerlerinin ise 1.617 ile 4.790 aralığında olduğu görülmüş; bu bulgular çoklu bağlantı probleminin bulunmadığını göstermiştir. Ayrıca Durbin-Watson katsayısının 2,035 olarak hesaplanması, hata terimlerinin bağımsız olduğuna ($DW \leq 2 \leq 2.5$) işaret etmektedir (Kalaycı, 2005).

Güvenirlige ilişkin değerlendirmelerde Cronbach alfa katsayısı, yakınsak ve ıraksak geçerlik göstergeleri ile birleştirici guvenirlik (CR) değerleri esas alınmıştır. Birleştirici guvenirlik yalnızca DFA uygulanan çalışma grubunda hesaplanmıştır. Araştırma kapsamında CR, benzer ifadelerin oluşturduğu yapının tutarlılığını değerlendirmeye yönelik bir ölçüt olarak ele alınmıştır (Raykov, 1998). Bu doğrultuda, DFA'dan elde edilen parametre tahminleri kullanılarak hesaplanan CR değerleri, Cronbach alfa katsayılarının destekleyici bir göstergesi olarak değerlendirilmiştir.

2.6. Araştırmanın etik izni

Bu alışma, Mersin Üniversitesi, Sosyal ve Beşerî Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu'nun 04.07.2023 tarihli ve 137 kararıyla etik açıdan uygun bulunarak onaylanmıştır.

3. Bulgular

3.1. KPOY'nn geğerliliğinin incelenmesi

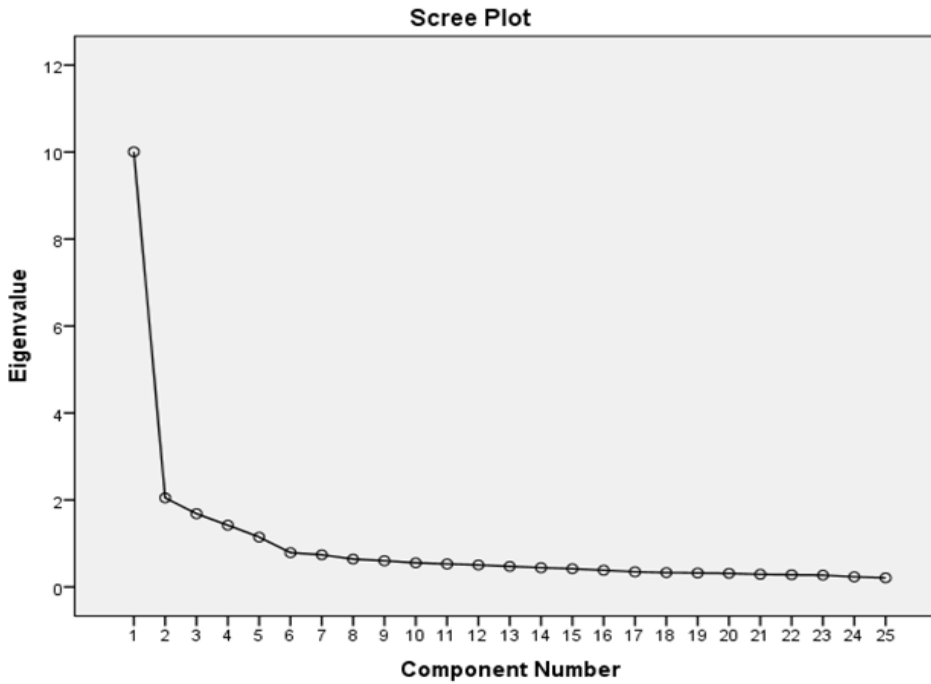
Geçerlik analizleri kapsamında, KPOY'nn ölçmeyi hedeflediği yapıyı ne lde temsil ettiğini tespit etmek amacıyla hem açımlayıcı hem de doğrulamayı faktör analizi uygulanmıştır.

3.2. Açımlayıcı faktör analizine ilişkin bulgular

68 maddeden oluşan n uygulama formundan elde edilen verilerin faktör analizine uygunluğu, gerçekleştirilen KMO ve Bartlett testleriyle doğrulanmıştır. Bu aşamanın ardından formun faktörel yapısını incelemek amacıyla açımlayıcı faktör analizi uygulanmış; faktör sayısının belirlenmesi sürecinde ise Horn'un paralel analizi, yamaç eğim grafiği ve açıklanan toplam varyans birlikte ele alınmıştır. Aşağıda sunulan yamaç eğim grafiği, açıklanan toplam varyans değerleri ve paralel analiz ıktıları ilgili değerlendirmelere dair bulguları göstermektedir.

şekil 1

Faktör zdeğerlerine İlişkin Yamaç Eğim Grafiği



şekil 1. incelendiğinde, özdeğerlerin ilk faktörden itibaren kademeli bir düşüş sergilediği görülmektedir. İlgili grafik sadece görsel değerlendirmeye dayanarak 5 veya 6 faktörlü bir yapının olası olduğunu düşündürmektedir. Fakat daha sağlıklı bir karar verebilmek amacıyla buna ek olarak açıklanan toplam varyans tablosu da analiz edilmiştir. Bu tablo incelendiğinde özdeğeri 1'in üzerinde olan toplam 12 faktörün, yapının % 64,51'lik kısmını açıkladığı belirlenmiştir. Faktör sayısının daha

nesnel biçimde belirlenebilmesi adına Kaiser kriterini temel alan Horn Paralel Analizi uygulanmış ve Tablo 1.'de sunulan bulgular Şekil 1'deki eğim grafiğiyle beraber değerlendirilmiştir.

Tablo 1

Horn'un Paralel Analizine İlişkin Bulgular

Faktör	Gerçek Özdeğer	Üretilen Özdeğer
1	26.317	1.907922
2	2.829	1.833369
3	2.379	1.776606
4	2.198	1.727599
5	1.744	1.681314
6	1.459	1.642938

Tablo 1'de gerçek veri setinden hesaplanan özdeğerler ile bu verilere karşılık oluşturulan simülasyon temelli özdeğerler birlikte sunulmaktadır. Kaiser metoduna dayalı işleme göre üretilen özdeğerin 5. değerden sonra gerçek özdeğerden büyük kaldığı görülmektedir. Bu aşamada Şekil 1'de sunulan yamaç eğim grafiği ile Horn'un paralel analizinden elde edilen sonuçlar birlikte değerlendirildiğinde ölçekte yer alması gereken faktör sayısının 5 olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Faktör sayısı 5 olarak sabitlendikten sonra yürütülen açımlayıcı faktör analizi sürecinde, yöntem bölümünde belirtilen ölçüler doğrultusunda bazı maddeler ölçekten çıkarılmıştır. Çıkarılan maddeler ile bunlara dair çıkarılma gerekçeleri Tablo 2.'de özetlenmiştir.

Tablo 2

AFA Sonucunda Ölçekten Çıkarılan Maddeler

Ortak Varyans Değeri .50'nin Altında Olan Maddeler	Faktör Yüğü .45'nin Altında Olan Maddeler	Binişik Maddeler 2 faktörde birden yüksek yük veren ve aralarında 0.10'dan daha az fark bulunan Maddeler
2, 11, 16, 41, 64, 50, 19	53, 51, 40, 34, 66, 1, 56, 23, 3, 45, 18, 59, 52, 22, 32, 15, 7, 9, 44, 30, 21, 28	14, 67, 68, 6, 26, 65, 61, 63, 60

Tablo 2'ye göre faktör yükleri incelendiğinde bazı maddelerin ilgili faktörler altında düşük yük değerleri verdiği görülmüştür. Faktör analizinde maddelerin ilgili faktörü yeterli düzeyde temsil edebilmesi için faktör yük değerlerinin belirli bir eşik değerin üzerinde olması beklenmektedir. Literatürde bu eşik değerin genellikle 0.30 veya 0.32 ve üzeri olması yeterli görülmele birlikte (Hair vd., 2019; Tabachnick ve Fidell, 2020), daha güçlü ve yorumlanabilir bir faktör yapısı elde edebilmek amacıyla bazı çalışmalarda 0.40 veya 0.50 gibi daha yüksek kesme değerlerinin tercih edilebildiği belirtilmektedir (DeVellis, 2017).

Bu doğrultuda Tablo 2 incelendiğinde, ortak varyans değeri .50'nin altında olan 7 madde, faktör yükü .45'in altında kalan 22 madde ve birden fazla faktörde benzer yük değerleri gösteren binişik maddeler bulunduğu görülmüştür. Çapraz yüklenme gösteren bu maddelerin ölçeğin faktör yapısının yorumlanmasını güçleştirebileceği değerlendirildiğinden söz konusu maddeler yapıdan çıkarılmıştır.

Tüm bu analiz adımlarının ardından sabitlenen faktör yapısında bazı maddelerin yalnızca tek bir faktörde (örneğin madde 12) veya iki farklı faktörde (maddeler 4, 29, 43, 55) yer aldığı belirlenmiştir. Bir faktörün kuramsal olarak en az üç madde ile temsil edilmesi gerektiği kabul edildiğinden (Hair vd., 2019), söz konusu maddeler ölçekte tutulmamış ve yapıdan çıkarılmıştır. Bu işlemler sonucunda ölçeğin 5 faktörlü bir yapıya sahip olduğu görülmüştür. Yapılan analizlere göre nihai 5 faktörlü yapı toplam varyansın %65,24'ünü açıklamaktadır. İlgili maddelerin ölçekten çıkarılmasının ardından elde edilen son yapıya ilişkin açıklanan toplam varyans değerleri Tablo 3'te sunulmuştur.

Tablo 3*Açıklanan Toplam Varyans*

Faktör	Başlangıç Özdeğerleri			Çıkarılan Faktörlere Ait Kare Yükler Toplamı			Döndürme Sonrası Kare Yükler Toplamı		
	Toplam	Varyansın Yüzdesi	Kümülatif Varyans	Toplam	Varyansın Yüzdesi	Kümülatif Varyans	Toplam	Varyansın Yüzdesi	Kümülatif Varyans
1	10.007	40.029	40.029	10.007	40.029	40.029	3.987	15.948	15.948
2	2.049	8.196	48.225	2.049	8.196	48.225	3.805	15.219	31.167
3	1.685	6.741	54.967	1.685	6.741	54.967	3.348	13.391	44.558
4	1.421	5.683	60.649	1.421	5.683	60.649	2.882	11.530	56.088
5	1.148	4.590	65.240	1.148	4.590	65.240	2.288	9.152	65.240

Faktörlerin açıkladıkları toplam varyanslar sırasıyla %40.029, %8.196, %6.741, %5.683 ve %4.590 olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Tablo 4*KPOYÖ'deki Maddelerin Faktör Yükleri, Ortak Faktör Varyansları, Aritmetik Ortalama ve Standart Sapmaları (N=409)*

Faktörler ve Maddeler	Faktör Yükleri					Ortak Varyans	Madde Toplam Korelasyonu	\bar{X}	Ss
	F1	F2	F3	F4	F5				
M24	.777					.626	.418	1.64	.727
M57	.755					.649	.568	1.73	.826
M13	.713					.653	.637	1.51	.783
M33	.672					.657	.683	1.41	.768
M49	.654					.697	.696	1.67	.891
M58	.595					.567	.630	1.89	.851
M20	.544					.496	.590	1.85	.839
M36		.783				.676	.573	2.26	1.042
M38		.680				.578	.601	1.68	.894
M35		.651				.577	.621	1.79	.886
M31		.637				.591	.652	2.06	.904
M37		.600				.626	.671	2.20	1.087
M27		.574				.531	.620	1.97	.924
M42			.841			.790	.566	2.32	1.133
M62			.808			.734	.555	2.53	1.120
M5			.741			.584	.400	2.57	1.223
M54			.705			.686	.645	1.73	.899
M48			.674			.712	.674	2.28	.998
M47				.755		.702	.555	2.84	1.132
M10				.735		.647	.553	2.83	1.094
M39				.734		.668	.586	2.48	1.133
M8				.641		.534	.492	2.90	1.006
M17					.848	.816	.515	2.35	1.065
M25					.847	.787	.463	2.35	1.127
M46					.646	.727	.680	1.86	.886
Döndürme Sonrası Kare Yükler Toplamı	3.99	3.81	3.35	2.88	2.29	-	-	-	-
Varyans (%)	15.95	15.22	13.39	11.53	9.15	-	-	-	-

Tüm bulgular ışığında Faktör 1’de (kendini küçümseme) yer alan 7 maddenin (24, 57, 13, 33, 49, 58, 20) faktör yükleri .544 ile .777 arasında; Faktör 2’de (düşük özgüven) yer alan 6 maddenin (36, 38, 35, 31, 37, 27) faktör yükleri .574 ile .783 arasında; Faktör 3’te (hafızaya güvenmeme) yer alan 5 maddenin (42, 62, 5, 54, 48) faktör yükleri .674 ile .841 arasında; Faktör 4’te (kendini suçlama) yer alan 4 maddenin (47, 10, 39, 8) faktör yükleri .641 ile .755 arasında ve son olarak Faktör 5’te (kendinden şüphe etme) yer alan 3 maddenin (17, 25, 46) faktör yükleri .646 ile .848 arasında değişmektedir. Madde toplam korelasyonları incelendiğinde, tüm maddelerin yüksek ve pozitif değerlere sahip olduğu görülmektedir. Bu doğrultuda AFA bulguları, KPOYÖ’de yer alan 25 maddenin bireylerin düşüncelerini, duygularını ve algılarını geçersiz ya da yanlış olduğuna dair kendini ikna etme eğilimini beş faktör üzerinden güvenilir biçimde ölçtüğünü ve ölçeğin yapı geçerliliğinin sağlandığını göstermektedir.

3.3. Doğrulatoryıcı faktör analizine ilişkin bulgular

KPOYÖ’nün faktör yapısını belirleyerek yapı geçerliliğini test etmek amacıyla ölçek, 271 yetişkin katılımcıya uygulanmıştır (18 yaş üstü). Sayıtlar gözden geçirildikten sonra doğrulatoryıcı faktör analizi (DFA) 261 gözlem üzerinden gerçekleştirilmiştir. DFA gözlenen değişkenler ile gizil değişkenler (faktörler) arasındaki ilişkileri test etmeye yönelik bir işlemdir (Hoyle, 1995). Bu bağlamda, KPOYÖ’nün özgün formunu oluşturan 25 madde ve 5 faktörlü modeli doğrulatoryıcı faktör analizi (DFA) uygulanarak sınanmıştır. KPOYÖ’de yer alan maddelere ilişkin faktör yükleri, ölçeğin faktör yapısı ve madde analizi sonucunda elde edilen madde-toplam korelasyonları Tablo 5’te gösterilmiştir.

Tablo 5

KPOYÖ Maddelerinin Standardize Edilmiş Lambda, t ve R2 Değerleri ile Aritmetik Ortalama ve Standart Sapmaları

Faktörler ve Maddeler		λ	t	R2	Madde Toplam Puanı Korelasyonu	\bar{X}	Ss
Kendini Küçümseme		-	-	-	-	-	-
Eski No	Yeni No						
Madde 13	Madde 1	.61	10.72	.37	.589	1.78	1.19
Madde 33	Madde 5	.78	14.76	.60	.761	1.59	1.01
Madde 57	Madde 9	.76	14.29	.58	.721	1.89	1.07
Madde 58	Madde 14	.74	13.87	.55	.703	1.92	1.01
Madde 49	Madde 18	.85	17.01	.73	.797	1.75	.99
Madde 20	Madde 21	.90	18.67	.81	.856	1.84	1.02
Madde 24	Madde 25	.89	18.35	.80	.838	1.88	1.04
Düşük Özgüven							
Eski No	Yeni No						
Madde 36	Madde 4	.66	11.83	.44	.653	2.44	1.15
Madde 38	Madde 8	.79	14.99	.62	.745	1.67	.96
Madde 35	Madde 13	.77	14.39	.59	.708	1.84	1.00
Madde 31	Madde 17	.76	14.15	.57	.718	1.99	1.00
Madde 37	Madde 19	.77	14.44	.59	.672	2.23	1.19
Madde 27	Madde 24	.78	14.92	.62	.724	1.89	.99
Hafızaya Güvenmeme							
Eski No	Yeni No						
Madde 5	Madde 3	.58	9.90	.34	.547	2.64	1.27
Madde 42	Madde 6	.88	17.43	.77	.823	2.22	1.31
Madde 48	Madde 11	.81	15.36	.65	.729	2.34	1.20
Madde 62	Madde 16	.78	14.44	.60	.734	2.66	1.21
Madde 54	Madde 22	.83	16.04	.69	.745	2.09	1.10
Kendini Suçlama							
Eski No	Yeni No						
Madde 10	Madde 7	.73	12.52	.53	.602	2.82	1.20
Madde 39	Madde 12	.71	11.92	.50	.696	2.67	1.22
Madde 8	Madde 15	.66	10.97	.43	.545	2.73	1.14
Madde 47	Madde 20	.75	12.92	.56	.748	2.92	1.23

Tablo 5(Devamı)

Kendinden Şüphe Etme							
Eski No	Yeni No						
Madde 17	Madde 2	.72	12.95	.52	.779	2.33	1.67
Madde 25	Madde 10	.73	13.08	.53	.778	2.08	1.12
Madde 46	Madde 23	.92	18.14	.85	.714	1.76	.98

Tablo 5'te görüldüğü üzere, Faktör 1'de (kendini küçümseme) yer alan 7 maddenin (13, 20, 24, 33, 49, 57, 58) faktör yükleri .61 ile .90 arasında; Faktör 2'de (düşük özgüven) yer alan 6 maddenin (27, 31, 35, 36, 37, 38) faktör yükleri .66 ile .79 arasında; Faktör 3'te (hafızaya güvenmeme) yer alan 5 maddenin (5, 42, 48, 54, 62) faktör yükleri .58 ile .88 arasında; Faktör 4'te (kendini suçlama) yer alan 4 maddenin (8, 10, 39, 47) faktör yükleri .66 ile .75 arasında; Faktör 5'te (kendinden şüphe etme) yer alan 3 maddenin (17, 25, 46) faktör yükleri .72 ile .92 arasında değişmektedir. Bu bulgular, maddelere ait faktör yüklerinin kabul edilebilir düzeyde olduğunu göstermektedir. Madde-toplam korelasyonlarının ise tüm maddelere pozitif yönde gerçekleştiği ve .545 ile .856 aralığında değiştiği görülmektedir. Ayrıca DFA kapsamında elde edilen tüm parametre tahminleri istatistiksel olarak anlamlıdır ($p < .05$). Söz konusu sonuçlar, modelin ölçtüğü yapıyı yeterli ölçüde temsil ettiğini desteklemektedir.

Tablo 6

KPOYÖ Modeline Ait Uyum Ölçütleri ve Değerleri

Uyum ölçütleri	Kabul Edilebilir Sınır	Mükemmel Sınır	Elde Edilen Değer
χ^2/sd	< 5	< 2	2.05
RMSEA	< .08	< .05	.064
SRMR	< .08	< .05	.046
CFI	> .90	> .95	.98
NNFI	> .90	> .95	.98
IFI	> .90	> .95	.98

Not: * (Byrne, 2001; Schumacker ve Lomax, 2004; Brown, 2006)

Tablo 6'da KPOYÖ modeline ait uyum değerleri sunulmaktadır. Yapılan DFA sonucunda ortaya çıkan beş faktörlü KPOYÖ modeli, $\chi^2 = 544.98$, $\chi^2/sd = 2.05$, RMSEA = .064, SRMR = .046 ve CFI= .98 uyum değerlerine sahiptir. Elde edilen bu değerler, ölçeğin kabul edilebilir uyum değerlerine sahip olduğuna işaret etmektedir. Sonuç olarak, doğrulayıcı faktör analizine göre KPOYÖ'nün ayırt edici özelliklere sahip 25 madde ile 5 faktörlü bir yapıya sahip olduğu, kuramsal ve istatistiksel açıdan yapı geçerliği ölçütlerini karşıladığı görülmektedir.

Tablo 7

KPOYÖ Faktörlerinin Standardize Edilmiş Lambda, t ve R2 Değerleri ile Aritmetik Ortalama ve Standart Sapmaları

Faktörler ve Maddeler	λ	t	R2
Kendini Küçümseme	.95	10.45	.91
Düşük Özgüven	.99	11.84	.99
Hafızaya Güvenmeme	.69	8.10	.48
Kendini Suçlama	.80	10.35	.63
Kendinden Şüphe Etme	.87	11.33	.76

Tablo 7 incelendiğinde, KPOYÖ'nün beş faktörüne ait standartlaştırılmış faktör yüklerinin (.69 - .99) tümünün istatistiksel olarak anlamlı olduğu ($t > 1.96$; $p < .05$) görülmektedir. Faktör yükleri özellikle "Kendini Küçümseme" (.95) ve "Düşük Özgüven" (.99) alt boyutlarında yüksek değerler alırken, "Hafızaya Güvenmeme" faktörü diğer faktörlere kıyasla görece daha düşük bir yük (.69) göstermektedir. R² değerleri, her bir faktörün maddelerinin varyansının ne kadarını açıkladığını göstermektedir ve 0.48 ile 0.99 arasında değişmektedir. Bu sonuçlar, KPOYÖ'nün beş faktörlü yapısının maddeler düzeyinde güçlü bir şekilde temsil edildiğini ve ölçeğin yapı geçerliliğinin desteklendiğini ortaya koymaktadır.

3.4. KPOYÖ'nün güvenilirliğinin incelenmesi

Geçerlik çalışmalarının yanı sıra KPOYÖ'nün güvenilirliğini değerlendirmek üzere ölçeğin iç tutarlılık güvenilirliği sınanmıştır.

3.5. KPOYÖ'nün iç tutarlılık güvenilirliği

Faktör analizi sonunda nihai ölçek 25 madde ve 5 faktörden oluşmaktadır. Ölçeğin geneli için hesaplanan Cronbach alfa iç tutarlılık güvenilirlik katsayısı AFA veri seti için 0.94, DFA için toplanan veri setinde ise 0.96'dır. Faktör isimleri ve güvenilirlik bildiren katsayıları Tablo 8'de verilmektedir.

Tablo 8

Faktör İsimleri ve Güvenirlik Bildiren Katsayılar

Faktör Sayısı	Faktör İsimleri	AFA Grubu	DFA Grubu
		(N=409)	(N=261)
		α	α
1	Kendini Küçümseme	.88	.92
2	Düşük Özgüven	.86	.89
3	Hafızaya Güvenmeme	.88	.88
4	Kendini Suçlama	.81	.82
5	Kendinden Şüphe Etme	.84	.87

İç tutarlılığa dayalı güvenilirliğin belirlenmesinde sık kullanılan ölçütlerden biri Cronbach alfa katsayısıdır ve bu değer 0.70'in üzerinde olması kabul edilebilir güvenilirlik düzeyi için önerilmektedir (DeVellis, 2017). Bu bağlamda AFA ve DFA verileri kullanılarak ayrı ayrı hesaplanan değerler ölçeğin iç tutarlılık anlamında genel ve alt boyutlar bazında güvenilirliğinin oldukça yüksek olduğunu göstermektedir.

3.6. Yakınsak geçerlik ve birleştirici güvenilirlik

Kendini Psikolojik Olarak Yanıltma (Self-Gaslighting) Ölçeği'nin doğrulanan psikolojik yapı geçerliğinin ardından faktörlere dair ortalama açıklanan varyans (AVE) ve birleştirici güvenilirlik değerlerine (CR) Tablo 9'da yer verilmiştir. Yaşlıoğlu (2017), doğrulayıcı faktör analizi sonucunda elde edilen modelde yakınsak geçerliği değerlendirirken her bir alt boyutun birleştirici güvenilirlik değerinin (CR) ilgili ortalama açıklanan varyans değerinden (AVE) yüksek olmasının ve AVE değerlerinin 0.50'nin üzerinde olmasının ideal olduğunu belirtmektedir. Bu ölçütler, alt boyutların iç tutarlılığını ve ilgili faktörün kendi maddeleriyle ne kadar iyi temsil edildiğini göstermektedir. Bu çerçevede Tablo 9 incelendiğinde, KPOYÖ'nün alt boyutlarına ait CR ve AVE değerlerinin genel olarak söz konusu kriterleri karşıladığı görülmektedir.

Tablo 9

Ölçeğe İlişkin Yakınsak Geçerlik ve Birleştirici Güvenirlik Değerleri

Faktörler	AVE	CR
Kendini Küçümseme	0.632	.92
Düşük Özgüven	0.569	.89
Hafızaya Güvenmeme	0.612	.89
Kendini Suçlama	0.558	.83
Kendinden Şüphe Etme	0.679	.86

4. Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Bu çalışmada, bireylerin kendini psikolojik yanıltma düzeylerini belirlemeye yönelik 5 faktörlü ve toplam 25 maddeden oluşan bir ölçek geliştirilmiştir. Ölçekten alınan puanların yüksekliği, bireylerin kendi kendilerini manipüle etme düzeylerinin yüksek olduğu şeklinde yorumlanabilir. Elde edilen bulgular, geliştirilen ölçeğin psikometrik açıdan kabul edilebilir geçerlik ve güvenilirlik özelliklerine sahip olduğunu göstermektedir.

Kendini Psikolojik Olarak Yanıltma (Self-Gaslighting) Ölçeği, bireylerin kendi düşüncelerinin, duygularının ve algılarının geçersiz veya hatalı olduğuna kendilerini ikna etme eğilimlerini ölçmek amacıyla geliştirilmiş, 5 alt boyuttan oluşan bir ölçme aracıdır. "Kendini Küçümseme" alt boyutu,

bireyin genel ya da belirli bir alanda başarı gösterebilmesi için gerekli olan yetenekleri, becerileri ve yeterlilikleri konusunda kararsızlık yaşamalarıyla ilişkilidir ve toplam 7 maddeden oluşmaktadır. “Düşük Özgüven” alt boyutu, bireyin güçsüzlük, zayıflık ve yetersizlik duygularına yönelik bilişsel ve duygusal eğilimlerini yansıtan toplam 6 maddeden oluşmaktadır. “Hafızaya Güvenmeme” alt boyutu, bireyin geçmişi ile ilgili hafızasına güvenmemesi, kendinden bu konuda emin olamaması ve doğru hatırlama konusunda şüphe duyması ile ilgili olup toplam 5 maddeden oluşmaktadır. “Kendini Suçlama” alt boyutu, bireyin yaşadıkları için kendini suçlayan, olanların sorumluluğunu kendine yükleyen düşünceleri ile ilgili olup toplam 4 maddeden oluşmaktadır. “Kendinden Şüphe Etme” alt boyutu, bireyin genel veya özel bir alanda başarı gösterebilmesi için gerekli olan yetenekleri, becerileri ve yeterlilikleri hakkında emin olamaması durumunda hissettiği duygu ile ilgili olup toplam 3 maddeden oluşmaktadır. Ölçek toplam 25 maddeden oluşmakta olup bu çalışma sonucunda ölçekten alt boyutlar bazında puanlar elde edilmektedir. Ortaya çıkan bu çok boyutlu yapı, literatürde kendini psikolojik yanıltma ile ilişkilendirilen öğrenilmiş çaresizlik (Seligman, 1975), bilişsel çarpıtmalar (Beck, 1976) ve özşefkat eksikliği (Neff, 2003) gibi kuramsal yaklaşımlarla tutarlılık göstermektedir. Ölçeğin alt boyutlarının söz konusu kuramsal bileşenlerle örtüşmesi, geliştirilen yapının kavramsal geçerliliğini desteklemektedir. Bu yapı, kendini psikolojik yanıltmanın yalnızca tek boyutlu bir özdeşlik hissinde ibaret olmadığını; daha karmaşık ve çok boyutlu bir psikolojik süreç olduğunu göstermektedir.

Elde edilen literatür incelemeleri sonucunda, kendini psikolojik yanıltma düzeyini belirlemeye yönelik ülkemizde geliştirilmiş bir ölçme aracının bulunmadığı görülmektedir. Literatürde sadece Yılmaz (2018) tarafından geliştirilen “İnsan İlişkilerinde Manipülasyon Ölçeği” ile Aydemir (2021) tarafından Türkçe uyarlama çalışması olan “Duygusal Manipülasyon Ölçeğinin Türkçe Uyarlaması: Geçerlilik ve Güvenilirlik Çalışması” mevcuttur. Fakat söz konusu araçlar daha çok kişilerarası manipülasyon süreçlerine odaklanmakta olup bireyin kendi kendine yönelmiş olduğu içsel manipülasyon örüntülerini doğrudan ölçmemektedir. Bahse konu yönüyle mevcut çalışma, literatürdeki ölçme araçlarından kavramsal olarak ayrışmakta ve kendini psikolojik yanıltmayı özgül bir yapı olarak ele alması bakımından özgün bir katkı sunmaktadır. Bu noktadan hareketle, mevcut araştırmanın amacı doğrultusunda kendini psikolojik yanıltma düzeylerini ölçmeye yönelik psikometrik özellikleri geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı geliştirilmesi hedeflenmiştir.

Bu çalışmanın sonuçları, Türk kültürüne uygun ve kendini psikolojik yanıltmayı ölçmeye yönelik ölçeğin geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olarak kullanılabilirliğini göstermektedir. Elde edilen bulgular, kendini psikolojik yanıltmanın literatürde tanımlanan özsuçlama, özşüphe ve düşük benlik değeri örüntüleriyle tutarlı bir şekilde yapılandığını göstermektedir. Söz konusu durum, kavramın teorik arka planıyla ampirik bulgular arasında bir uyum olduğunu düşündürmektedir. Böylece çalışma, kavramın soyut ve betimleyici düzeyden çıkarılarak ölçülebilir ve nicel olarak değerlendirilebilir bir psikolojik yapı hâline getirilmesine katkı sunmaktadır. Bu ölçeğin, bireylerin kendilerini manipüle etmelerine ilişkin araştırmalar yürütmek isteyen araştırmacılar tarafından kullanılabilirliği ve literatüre önemli katkılar sağlayabileceği düşünülmektedir. Ölçek, farklı demografik özelliklere sahip bireylere uygulanarak kendini psikolojik yanıltma olgusunun çeşitli değişkenler açısından incelenmesine imkân tanıyacaktır. Ayrıca ölçek; sosyal bilimciler, eğitimciler, psikolog ve psikolojik danışmanlar tarafından insan ilişkilerine yönelik geliştirilecek her türlü bilimsel araştırmada güvenilir bir veri toplama aracı olarak kullanılabilir. Bunun yanında ölçek kullanımı, evlilik danışmanlığı ve duygusal ilişki zorluklarıyla ilgili sorunların değerlendirilmesi amacıyla psikolojik danışma süreçlerinde kullanılabilir bir araç olarak faydalı olabilir.

Her ne kadar geliştirilen ölçek geçerli ve güvenilir sonuçlar vermiş olsa da çalışmanın bazı sınırlılıkları bulunmaktadır. Öncelikle araştırma verileri öz bildirim temelli ölçümlerle toplanmıştır. İlgili durum, sosyal beğenirlik yanlılığı ya da katılımcıların kendilerini olduğundan farklı değerlendirmeleri gibi yanlılıklara sebep olabilmektedir. İkinci olarak örneklemin belirli bir kültürel bağlamda (Türk örneklemi) toplanmış olması, bulguların farklı kültür ve toplumlara genellebilirliğini sınırlandırmaktadır. Kendini psikolojik yanıltmanın kültürel normlar, toplumsal cinsiyet rolleri ve aile yapıları gibi bağlamsal değişkenlerden etkilenebileceği düşünüldüğünde farklı kültürel gruplarda yapılacak çalışmalar kavramın evrensel ve bağlama özgü yönlerini daha net ortaya koyacaktır. Bunun yanında araştırma kesitsel bir tasarıma sahiptir. Dolayısıyla psikolojik yanıltmanın zaman içindeki değişimi veya neden sonuç ilişkileri hakkında çıkarım yapmak mümkün değildir.

İleride yürütülecek boylamsal çalışmalar, kendini psikolojik yanıltma düzeylerinin ruh sağlığı göstergeleri (anksiyete, depresyon, benlik saygısı vb.) ile zaman içerisindeki etkileşimini daha açık biçimde ortaya koyabilir.

Gelecek araştırmalarda ölçeğin farklı yaş grupları, klinik örneklemeler ve risk grupları üzerinde test edilmesi, ek olarak özşefkat, psikolojik dayanıklılık, travma öyküsü ve kişilerarası istismar deneyimleri gibi değişkenlerle ilişkilerinin incelenmesi önerilmektedir. Bunun yanında nitel çalışmalarla bireylerin kendini psikolojik yanıltma deneyimlerinin derinlemesine incelenmesi, nicel bulguların yorumlanmasını zenginleştirebilir.

Makale Bilgi Formu

Etik Onay: Bu çalışma, Mersin Üniversitesi, Sosyal ve Beşerî Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu'nun 04.07.2023 tarihli ve 137 kararıyla etik açıdan uygun bulunarak onaylanmıştır.

Çıkar Çatışması Bildirimi: Yazar tarafından potansiyel çıkar çatışması bildirilmemiştir.

Yapay Zeka Bildirimi: Bu makale yazılırken hiçbir yapay zeka aracı kullanılmamıştır.

İntihal Beyanı: Bu makale iThenticate tarafından taranmıştır.

Kaynakça

- Abramson, K. (2014). Turning up the lights on gaslighting. *Philosophical Perspectives*, 28, 1-30. <https://doi.org/10.1111/phpe.12046>
- Akiş, A. D. ve Öztürk, E. (2021). Patolojik narsisizm: Duygusal istismar ve "gaslighting" perspektifinden kapsamlı bir değerlendirme. *Artuklu İnsan ve Toplum Bilim Dergisi*, 6(2), 1-31. <https://doi.org/10.46628/itbhssj.1013622>
- Anderson, C. A., Miller, R. S., Riger, A. L., Dill, J. C. ve Sedikides, C. (1994). Behavioral and characterological attributional styles as predictors of depression and loneliness: Review, refinement, and test. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66(3), 549-558. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.66.3.549>
- Aydemir, C. (2021). Duygusal manipülasyon ölçeğinin Türkçe uyarlaması: Geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Global Journal of Economics and Business Studies*, 10(19), 87-94. <https://izlik.org/JA46GT64YT>
- Beck, A. T. (1976). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. International Universities Press.
- Braiker, H. B. (2004). *Who's pulling your strings?: How to break the cycle of manipulation and regain control of your life* (No. 26239). McGraw-Hill.
- Brown, T. A. (2006). *Confirmatory factor analysis for applied research*. Guilford Press.
- Büyüköztürk, Ş. (2014). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı*. Pegem Akademi.
- Byrne, B. M. (2001). Structural equation modeling with AMOS, EQS, and LISREL: Comparative approaches to testing for the factorial validity of a measuring instrument. *International Journal of Testing*, 1(1), 55-86. https://doi.org/10.1207/S15327574IJT0101_4
- Calef, V. ve Weinshel, E. M. (1981). Some clinical consequences of introjection: Gaslighting. *The Psychoanalytic Quarterly*, 50(1), 44-66. <https://doi.org/10.1080/21674086.1981.11926942>
- Child, D. (2006). *The essentials of factor analysis* (3rd ed.). Continuum.
- Clayton, I. (2021, 14 Eylül). What is self-gaslighting? *Psychology Today*. <https://www.psychologytoday.com/us/blog/emotional-sobriety/202109/what-is-self-gaslighting>
- DeVellis, R. F. (2017). *Scale development: Theory and applications* (4th ed.). Sage.
- Dorpat, T. L. (1996). *Gaslighting, the double whammy, interrogation and other methods of covert control in psychotherapy and analysis*. Jason Aronson, Incorporated.
- Fricker, M. (2007). *Epistemic injustice: Power and the ethics of knowing*. Oxford University Press.
- Guilford, J. P. (1954). *Fundamental statistics in psychology and education*. McGraw-Hill.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J. ve Anderson, R. E. (2019). *Multivariate data analysis* (8. bs.). Cengage.

- Hamilton, P. (1938). *Gas light* [Play]. Constable.
- Hermann, A. D., Leonardelli, G. J. ve Arkin, R. M. (2002). Self-doubt and self-esteem: A threat from within. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 28(3), 395–408. <https://doi.org/10.1177/0146167202286010>
- Hooper, D., Coughlan, J. ve Mullen, M. (2008). Evaluating model fit: A synthesis of the structural equation modelling literature. İçinde *Proceedings of the 7th European Conference on Research Methodology for Business and Management Studies* (ss. 195–200).
- Hoyle, R. H. (Ed.). (1995). *Structural equation modeling: Concepts, issues, and applications*. Sage Publications.
- Kalaycı, Ş. (2005). *SPSS uygulamalı çok değişkenli istatistik teknikleri*. Asil Yayın Dağıtım.
- Lawshe, C. H. (1975). A quantitative approach to content validity. *Personnel Psychology*, 28(4), 563–575. <https://doi.org/10.1111/j.1744-6570.1975.tb01393.x>
- Mayer, B. A. (2023, 31 Mayıs). Could you be a victim of self-gaslighting? Five signs of the subtle form of self-sabotage and how to stop, according to experts. *Parade*. <https://parade.com/living/self-gaslighting>
- McGregor, J. ve McGregor, T. (2014). *The sociopath at the breakfast table: Recognizing and dealing with antisocial and manipulative people*. Hunter House.
- Mertler, C. A., Vannatta, R. A. ve LaVenja, K. N. (2021). *Advanced and multivariate statistical methods: Practical application and interpretation*. Routledge.
- Merriam-Webster. (2022, 28 Kasım). *Word of the year 2022: Gaslighting*. <https://www.merriam-webster.com/wordplay/word-of-the-year-2022>
- Nazir, T. ve Özçiçek, A. (2022). Gaslighting: İki yüzlü bir duygusal istismarla yüzleşmek. *Anadolu Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 6(3), 241–250. <https://doi.org/10.34056/aujef.1015105>
- Neff, K. D. (2003). Self-compassion: An alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself. *Self and Identity*, 2(2), 85–101. <https://doi.org/10.1080/15298860309032>
- Nunnally, J. C. (1978). *Psychometric theory* (2. bs.). McGraw-Hill.
- Özçelik, E. Ü. (2023). *Kişilerarası iletişimde mükemmeliyetçilik, özgüven ve olumsuz değerlendirilme korkusu* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi].
- Özdamar, K. (2004). *Paket programlarla istatistiksel veri analizi 1*. Kaan Kitabevi.
- Raykov, T. (1998). Coefficient alpha and composite reliability with interrelated nonhomogeneous items. *Applied Psychological Measurement*, 22(4), 375–385. <https://doi.org/10.1177/014662169802200407>
- SAS for Women. (2023). Five self-saving ways to stop gaslighting yourself. <https://sasforwomen.com/stop-gaslighting-yourself/>
- Schumacker, R. E. ve Lomax, R. G. (2004). *A beginner's guide to structural equation modeling* (2. bs.). Lawrence Erlbaum Associates.
- Seligman, M. E. P. (1975). *Helplessness: On depression, development, and death*. Freeman.
- Spear, A. D. (2020). Gaslighting, confabulation, and epistemic innocence. *Topoi*, 39(1), 229–241. <https://doi.org/10.1007/s11245-018-9611-z>
- Stark, C. A. (2019). Gaslighting, misogyny, and psychological oppression. *The Monist*, 102(2), 221–235. <https://doi.org/10.1093/monist/onz007>
- Stark, E. (2023). *Coercive control: How men entrap women in personal life* (2. bs.). Oxford University Press.
- Stern, R. (2018). *The gaslight effect*. Harmony.
- Sweet, P. L. (2019). The sociology of gaslighting. *American Sociological Review*, 84(5), 851–875. <https://doi.org/10.1177/0003122419874843>
- Tabachnick, B. G. ve Fidell, L. S. (2020). *Using multivariate statistics* (7. bs.). Pearson.

- Tavşancıl, E. ve Keser, H. (2002). İnternet kullanımına yönelik Likert tipi bir tutum ölçeğinin geliştirilmesi. *Eğitim Bilimleri ve Uygulama*, 1(1), 79-100.
- Welch, B. (2008). *State of confusion: Political manipulation and the assault on the American mind*. St. Martin's Press.
- Yalçın, M. A. ve Öztürk, E. (2018). Cinsel saldırı suçu mağduru kadınlara karşı toplumsal tutumlar ile adil dünya inancı ve çelişik duygulu cinsiyetçiliğin ilişkisi. *Türkiye Klinikleri Adli Tıp Dergisi*, 15(2), 43-51. <https://doi.org/10.5336/forensic.2017-59044>
- Yaşlıoğlu, M. M. (2017). Sosyal bilimlerde faktör analizi ve geçerlilik: Keşfedici ve doğrulayıcı faktör analizlerinin kullanılması. *İstanbul Üniversitesi İşletme Fakültesi Dergisi*, 46(Özel Sayı), 74-85. <https://izlik.org/JA83ZA74BA>
- Yılmaz, H. (2018). İnsan ilişkilerinde manipülasyon ölçeği. *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 7(4), 449-467. <https://izlik.org/JA75WK69BM>

Ek. Kendini Psikolojik Olarak Yanıltma (Self-Gaslighting) Ölçeği

Aşağıda, kişilerarası ilişkileriniz odağında kendinize yönelik düşünce, tutum ve davranışlarınıza ilişkin ifadeler yer almaktadır. Lütfen her bir ifadeyi okuyunuz ve bu ifadelerin size uygunluk derecesine göre en uygun seçeneğe çarpı (X) işareti koyunuz.		Bana Tamamen Uygun	Bana Uygun	Kararsızım	Bana Uygun Değil	Bana Hiç Uygun Değil
1	Değer verilmeye layık biri değilim.					
2	Neyi yanlış yaptığımı bilmesem de yine de özür dilerim.					
3	Bir şeyleri hatırlama konusunda kendime güvenmem.					
4	Benim için bir şeyler yapmaları için diğerlerinin sempatisini (ilgi ve şefkatini) kazanmaya çalışırım.					
5	Aptal bir insan olduğuma inanırım.					
6	Hafızam zayıf olduğu için geçmişle ilgili tartışmalardan kaçınırım.					
7	Duygu ve davranışlarımı sürekli yargılarım.					
8	Birilerinin gözüne girebilmek için onlara övgüler yağdırabilirim.					
9	İyi bir insan olup olmadığım konusunda kuşkuluyum.					
10	Yanlış bir şey yapmadığımı düşünsem de özür dilerim.					
11	Başkalarıyla çatışma yaşamaktan kaçınırım çünkü olup bitenleri anımsamakta güçlük çekerim.					
12	Geriye dönüp baktığımda derin bir pişmanlık yaşıyorum.					
13	Başkalarının benim için koyduğu kuralları koşulsuz sahiplenirim.					
14	Başkaları benden daha akıllıdır.					
15	Yaşadığım olumsuzlukların kendi hatam olduğuna inanırım.					
16	O olup bitenlerle ilgili hafızamı mutlaka zorlamam gerekir.					
17	İnsanlar bir şeye itiraz ettiğinde düşüncelerimi savunmaktan hemen vazgeçerim.					
18	Genellikle kendimi işe yaramaz hissederim.					
19	Başkalarıyla kıyasladığımda kendimi hep ikinci planda görürüm.					
20	Geçmişteki hatalarımı sürekli sorgularım.					
21	Hayatta hiçbir şeyi doğru yapamayacağımı düşünürüm.					
22	Başkalarının geçmişle ilgili söyledikleri benim hatırladıklarımın daha doğrudur.					
23	Kendi hatam olmamasına rağmen sık sık özür dilerim.					
24	Başkalarının benim adıma kararlar vermesine izin veririm.					
25	İşleri mahvettiğime inanırım.					