

A Meta-Synthesis of Gaslighting Survivors' Lived Experiences:

Designing and Validating an Integrated Model for Liberation and Identity Reconstruction

Abstract

Background and Aim :Gaslighting, as one of the most insidious forms of psychological manipulation, systematically targets an individual's perception of reality, leading to devastating consequences such as identity collapse, psychological trauma, and epistemic rupture. Despite growing scholarly attention to this phenomenon, the existing literature lacks an integrated, process-based model that depicts the recovery journey of survivors based on their lived experiences. This study aims to fill this gap by designing and validating an integrated model for liberation and identity reconstruction through the systematic synthesis of the lived experiences of gaslighting survivors.

Methodology :This qualitative study employed a meta-synthesis approach. Following the seven-step model of Sandelowski and Barroso, a systematic search was conducted across reputable databases (including Scopus, Web of Science, ProQuest, and PsycINFO). After a rigorous screening and quality appraisal process, [N] qualitative articles that directly investigated the lived experiences of gaslighting survivors were selected for the final analysis. The findings from the selected articles were coded and synthesized using thematic synthesis in MAXQDA software.

Findings :The data analysis resulted in the emergence of four main themes and fifteen sub-themes, which ultimately formed the foundation of the "**Integrated Model of Liberation and Identity Reconstruction from Gaslighting**" (IRIM-G). This model delineates the recovery journey through three primary, dynamic phases: (1) **The Collapse Phase in a Downward Spiral** (encompassing the systematic distortion of reality and identity erosion), (2) **The Rupture and Awakening Phase** (involving a cognitive catalyst, external validation, and reclaiming agency), and (3) **The Re-creation Phase in an Upward Cycle** including intuition calibration, identity architecture, and achieving post-traumatic growth).

Conclusion :The IRIM-G model, as the first comprehensive and evidence-based process model in this domain, offers a non-linear conceptual roadmap of recovery. By illuminating the key stages, challenges, and turning points, the model deepens the theoretical understanding of the liberation process from gaslighting and provides a practical framework to empower survivors, guide clinical interventions by therapists, and direct future research.

Keywords :Gaslighting, Lived Experiences, Meta-Synthesis, Identity Reconstruction, Psychological Manipulation, Coercive Control, Trauma.

فرا ترکیب تجارب زیسته قربانیان گسلائیتمگ:

طراحی و اعتبارسنجی مدلی یکپارچه برای رهایی و بازسازی هویت

چکیده

زمینه و هدف: گسلایتینگ، به عنوان یکی از مودیانه‌ترین اشکال دستکاری روانی، با هدف قرار دادن سیستماتیک درک فرد از واقعیت، منجر به پیامدهای ویرانگری همچون فروپاشی هویت، آسیب‌های تروماتیک و گسست معرفتی می‌شود. علی‌رغم افزایش توجهات علمی به این پدیده، ادبیات موجود فاقد یک مدل یکپارچه و فرآیندی است که سفر بهبودی بازماندگان را بر اساس تجارب زیسته آنان به تصویر بکشد. این فقدان مدل‌سازی، به‌ویژه در بافت‌های فرهنگی خاص که دینامیک‌های قدرت در روابط متفاوت است، بیشتر احساس می‌شود. این پژوهش با هدف پر کردن این خلأ، به دنبال طراحی و اعتبارسنجی مدلی یکپارچه برای رهایی و بازسازی هویت از طریق سنتز نظام‌مند تجارب زیسته قربانیان گسلایتینگ است.

روش‌شناسی: پژوهش حاضر یک مطالعه کیفی با رویکرد فراترکیب (Meta-Synthesis) است. با استفاده از مدل هفت مرحله‌ای سندلوسکی و باروسو، جستجوی نظام‌مند در پایگاه‌های اطلاعاتی معتبر (از جمله Scopus, Web of Science, ProQuest, PsycINFO) و پایگاه‌های استنادی داخلی (مانند SID و Magiran برای پوشش مطالعات بومی) انجام و پس از غربالگری دقیق و ارزیابی کیفی، [تعداد N] مقاله کیفی که به طور مستقیم تجارب زیسته بازماندگان گسلایتینگ را بررسی کرده بودند، برای تحلیل نهایی انتخاب شدند. یافته‌های مقالات منتخب با استفاده از روش تحلیل مضمون (Thematic Synthesis) در نرم‌افزار MAXQDA کدگذاری و سنتز شدند. **یافته‌ها:** تحلیل داده‌ها منجر به ظهور چهار مضمون اصلی و پانزده مضمون فرعی گردید که در نهایت، شالوده "مدل یکپارچه رهایی و بازسازی هویت از گسلایتینگ" (IRIM-G) را تشکیل دادند. این مدل، سفر بهبودی را در سه فاز اصلی و پویا ترسیم می‌کند:

۱) فاز فروپاشی در مارپیچ نزولی (شامل مهندسی تحریف واقعیت و فرسایش هویت)،

۲) فاز گسست و بیداری (شامل کاتالیزور شناختی، اعتباریابی بیرونی و بازپس‌گیری عاملیت)، و

۳) فاز بازآفرینی در چرخه صعودی (شامل کالیبراسیون شهود، معماری هویت و دستیابی به رشد پس از سانحه).

نتیجه‌گیری: مدل IRIM-G، به عنوان نخستین مدل فرآیندی جامع و مبتنی بر شواهد در این حوزه، یک نقشه راه مفهومی غیرخطی از بهبودی ارائه می‌دهد. این مدل با روشن ساختن مراحل، چالش‌ها و نقاط عطف کلیدی، درک نظری از فرآیند رهایی از گسلایتینگ را تعمیق بخشیده و چارچوبی عملی برای توانمندسازی بازماندگان، هدایت مداخلات بالینی توسط درمانگران، و جهت‌دهی به پژوهش‌های آتی فراهم می‌آورد.

کلیدواژه‌ها: گسلایتینگ، تجارب زیسته، فراترکیب، بازسازی هویت، دستکاری روانی، کنترل اجبارآمیز، تروما.

۱. مقدمه

در دهه اخیر، پدیده "گسلایتینگ" با خروجی انفجاری از محافل آکادمیک، به یکی از پرکاربردترین مفاهیم در گفتمان فرهنگی و اجتماعی بدل شده است؛ واقعیتی که با انتخاب آن به عنوان "واژه سال ۲۰۲۲" توسط فرهنگ لغت مریام-وبستر به اوج خود رسید. این پدیده، که نام خود را از نمایشنامه‌ای در سال ۱۹۳۸ وام گرفته، بسیار فراتر از یک دروغ ساده یا فریبکاری است. در جدیدترین تعاریف نظری، مارچ و اسپیر (۲۰۲۴) گسلایتینگ را به عنوان شکلی از سوءاستفاده روان‌شناختی تعریف می‌کنند که در آن مجرم با استفاده از تکنیک‌های تحریف اطلاعات و انکار

واقعیت، قربانی را وادار به تردید در حافظه، ادراک و سلامت عقل خود می‌کند تا سلطه و کنترل را حفظ نماید. گسلایتینگ یک جنگ معرفتی (Epistemic Warfare) تمام‌عیار و فرسایشی است؛ یک استراتژی سیستماتیک و هدفمند برای تخریب پایه‌ای‌ترین ابزار یک انسان برای بقا و تعامل با جهان: اعتماد به ذهن خود. همانطور که Sweet (۲۰۱۹) به زیبایی صورت‌بندی کرده، گسلایتینگ یک «مذاکره اجباری بر سر واقعیت» است که در آن، موازنه قدرت به نفع فردی که روایت را کنترل می‌کند، به شدت تغییر می‌کند و قربانی در یک انزوای شناختی ویرانگر گرفتار می‌شود. شدت آسیب گسلایتینگ در این است که تنها رفتار یا احساسات فرد را هدف قرار نمی‌دهد، بلکه خود «ساختار واقعیت» او را متلاشی می‌کند. ادبیات علمی به وضوح نشان می‌دهد که قرار گرفتن مداوم در معرض این نوع از دستکاری روانی با طیف وسیعی از پیامدهای مخرب همراه است. مطالعات، ارتباط مستقیمی بین تجربه گسلایتینگ و بروز علائم شدید افسردگی، اضطراب فراگیر، و به ویژه اختلال استرس پس از سانحه پیچیده (C-PTSD) را نشان داده‌اند (Blázquez-Alonso et al., 2022; Warrenner et al., 2023). پژوهش‌های اخیر داخلی نیز نشان می‌دهند که در جامعه ایران، این پدیده به‌ویژه در روابط زوجین و محیط‌های کاری، همبستگی معناداری با فرسودگی زناشویی و کاهش بهزیستی روان‌شناختی دارد (Mohammadi, 1403 & Sadeghi et al., 1402; Karimi). این مطالعات بومی موید آن است که گسلایتینگ پدیده‌ای وابسته به فرهنگ نیست، بلکه مکانیسم‌های جهان‌شمولی دارد که نیازمند واکاوی دقیق‌تر در بافت‌های مختلف است. با این حال، علی‌رغم رشد چشمگیر مطالعات توصیفی درباره تعریف، شناسایی و پیامدهای گسلایتینگ، مسئله اساسی پژوهش در این حوزه همچنان مغفول مانده است: «بازماندگان گسلایتینگ چگونه از این تجربه معرفتی-هویت‌مخرب رهایی می‌یابند و فرآیند بازسازی هویت آنان چگونه شکل می‌گیرد؟»

بخش عمده ادبیات موجود، تمرکز خود را بر «آسیب‌شناسی» این پدیده معطوف کرده و به‌طور پراکنده به پیامدهای روان‌شناختی آن پرداخته است، در حالی که دانش ما درباره «فرآیند بهبودی، رهایی و بازسازی هویت» فاقد انسجام نظری و مدل‌سازی فرآیندی است. پژوهش‌های نوظهور، به برخی مؤلفه‌های منفرد این مسیر اشاره کرده‌اند؛ برای مثال، نقش حیاتی اعتباریابی بیرونی (MacKenzie et al., 2021)، اهمیت مرزبندی روان‌شناختی به‌عنوان یک نقطه عطف، و امکان رشد پس از سانحه (Cascardi et al., 2021). اما این یافته‌ها به‌صورت جزیره‌ای و غیرسیستماتیک باقی مانده‌اند و هنوز در قالب یک مدل مفهومی یکپارچه که مراحل، دینامیک‌ها و نقاط عطف فرآیند رهایی از گسلایتینگ را توضیح دهد، صورت‌بندی نشده‌اند.

این فقدان مدل جامع، یک شکاف نظری و بالینی مهم ایجاد کرده است؛ شکافی که موجب می‌شود درمانگران و بازماندگان فاقد «نقشه راه» مبتنی بر شواهد برای فهم و هدایت این مسیر پیچیده باشند. مدل‌های کلاسیک بهبودی از تروما، با وجود ارزشمندی، عمدتاً برای آسیب‌های هیجانی و رفتاری طراحی شده‌اند و به‌طور خاص آسیب منحصر به فرد «معرفتی و هویتی» که در هسته تجربه گسلایتینگ قرار دارد را به‌طور مستقیم هدف قرار نمی‌دهند. در نتیجه، استفاده از این مدل‌ها به‌تنهایی، پاسخگوی پیچیدگی تجربه بازماندگان گسلایتینگ نیست. بر این اساس، مسئله محوری پژوهش حاضر، فقدان یک مدل فرآیندی جامع و مبتنی بر شواهد است که بتواند مسیر رهایی و بازسازی هویت بازماندگان گسلایتینگ را از منظر تجربه زیسته آنان تبیین کند.

این مقاله دقیقاً با هدف پر کردن این شکاف طراحی شده است. با بهره‌گیری از روش‌شناسی فراترکیب (Meta-Synthesis)، که ابزاری مناسب برای نظریه‌پردازی از دل مطالعات کیفی و تجارب زیسته انسانی است، این پژوهش در پی ساخت یک مدل مفهومی جامع برای فرآیند رهایی از گسلایتینگ است.

سؤال اصلی پژوهش حاضر عبارت است از: «فرآیند رهایی و بازسازی هویت در بازماندگان گسلایتینگ شامل چه مراحل، دینامیک‌ها و مضامین کلیدی است و این عناصر چگونه می‌توانند در قالب یک مدل یکپارچه و پویا مفهوم‌پردازی شوند؟» برای پاسخ به این سؤال، ابتدا مبانی نظری و پیشینه پژوهش مرور می‌شود، سپس روش‌شناسی فراترکیب تشریح شده و در ادامه، یافته‌های حاصل از سنتز مطالعات کیفی ارائه می‌گردد. در نهایت، مدل مفهومی استخراج‌شده معرفی و دلالت‌های نظری و بالینی آن مورد بحث قرار می‌گیرد.

۲. پیشینه پژوهش

ظهور گسلایتینگ در چشم‌انداز علمی و اجتماعی

در دهه اخیر، پدیده «گسلایتینگ» از یک واژه نسبتاً مبهم در روانشناسی به یکی از مفاهیم محوری در گفت‌وگو عمومی و آکادمیک تبدیل شده است؛ تا آنجا که فرهنگ لغت مریام-وبستر آن را به عنوان «واژه سال ۲۰۲۲» انتخاب کرد (Merriam, Webster, ۲۰۲۲). این توجه روزافزون، نشان‌دهنده یک نیاز فوری اجتماعی و علمی برای درک عمیق‌تر یکی از مودیان‌ترین و مخرب‌ترین اشکال سوءاستفاده روانی است.

گسلایتینگ، فراتر از دروغگویی یا فریبکاری صرف، یک استراتژی سیستماتیک برای فرسایش واقعیت و استقلال ذهنی فرد است. همانطور که Sweet (۲۰۱۹) در تحلیل جامعه‌شناختی خود به درستی اشاره می‌کند، گسلایتینگ نوعی "سوءاستفاده از طریق مذاکره بر سر واقعیت" است که در آن فرد آزارگر، قدرت را از طریق کنترل انحصاری بر "حقیقت" به دست می‌آورد.

با وجود این آگاهی فزاینده، پیکره دانش موجود در این حوزه عمدتاً به صورت پراکنده و چندپاره باقی مانده است. پژوهش‌ها به طور گسترده به توصیف تاکتیک‌ها یا اندازه‌گیری پیامدهای بالینی پرداخته‌اند، اما کمتر به یکپارچه‌سازی این دانش در قالب یک مدل فرآیندی جامع که کل سفر بازمانده را - از عمق تجربه آزار تا افق بازسازی هویت - به تصویر بکشد، پرداخته‌اند. این بخش با هدف ترسیم این چشم‌انداز نظری، ابتدا به کالبدشکافی ماهیت چندوجهی گسلایتینگ می‌پردازد، سپس پیامدهای ویرانگر آن بر هویت را واکاوی می‌کند، و در نهایت با بررسی الگوهای موجود برای بهبودی، خلأ پژوهشی را که این تحقیق در صدد پر کردن آن است، به طور دقیق مشخص می‌سازد.

ماهیت چندوجهی گسلایتینگ: فراتر از تعریف

برای درک عمیق گسلایتینگ، باید آن را نه به عنوان یک عمل، بلکه به عنوان یک "پروژه کنترلی" در نظر گرفت که در ابعاد مختلف روانی، اجتماعی و معرفتی عمل می‌کند.

صورت‌بندی مفهومی و تاکتیک‌ها یک مرور نظام‌مند اخیر توسط Dvořáková و Štěpánková (۲۰۲۳) نشان می‌دهد که هسته اصلی تعریف گسلایتینگ، القای عمدی "خود-تردیدی" (self-doubt) در قربانی است تا جایی که او به حافظه، ادراک و سلامت عقل خود شک کند. این فرآیند از طریق مجموعه‌ای از تاکتیک‌های مشخص انجام می‌شود که در ادبیات اخیر به تفصیل شرح داده شده‌اند، از جمله: انکار صریح (Countering)، بی‌اهمیت‌سازی احساسات (Trivializing)، و فراموشی ساختگی (Withholding). Ward (۲۰۲۲) استدلال می‌کند که ویژگی متمایزکننده گسلایتینگ، هدف قرار دادن عاملیت عقلانی (rational agency) فرد است. این تاکتیک‌ها به صورت جداگانه ممکن است بی‌اهمیت به نظر برسند، اما تکرار سیستماتیک آن‌ها یک اثر تجمعی ویرانگر دارد (Ribeiro et al., ۲۰۲۱).

گسلایتینگ به مثابه ابزار کنترل اجبارآمیز (Coercive Control) درک گسلایتینگ بدون قرار دادن آن در چارچوب نظری گسترده‌تر "کنترل اجبارآمیز" ناقص خواهد بود. Stark (۲۰۰۷) کنترل اجبارآمیز را به عنوان یک استراتژی مستمر برای به انقیاد درآوردن و سلب آزادی‌های فردی تعریف می‌کند. پژوهش‌های جدیدتر، گسلایتینگ را به عنوان یکی از ابزارهای کلیدی در جعبه ابزار کنترل اجبارآمیز شناسایی کرده‌اند (McMaugh, ۲۰۲۳). از این منظر، گسلایتینگ یک هدف بی‌نفسه نیست، بلکه وسیله‌ای برای دستیابی به انزوای اجتماعی ایجاد وابستگی و از بین بردن مقاومت قربانی است. آزارگر با تخریب واقعیت قربانی، او را از منابع حمایتی که می‌توانند این واقعیت را تأیید کنند، جدا کرده و خود را به تنها مرجع حقیقت تبدیل می‌کند. این پدیده در عصر دیجیتال با ظهور "کنترل اجبارآمیز با واسطه فناوری" (technology-facilitated coercive control) ابعاد پیچیده‌تری نیز یافته است (Neller, & Douglas, ۲۰۲۲).

پیامدهای ویرانگر: از آسیب روانی تا فروپاشی هویت

آسیب‌شناسی روانی و پیوند با تروما ارتباط بین گسلایتینگ و پیامدهای شدید روان‌شناختی به خوبی در ادبیات مستند شده است. یک مرور نظام‌مند توسط Blázquez-Alonso و همکاران (۲۰۲۲) ارتباط معناداری بین تجربه گسلایتینگ و سطوح بالای اضطراب، افسردگی و علائم اختلال استرس پس از سانحه (PTSD) را نشان می‌دهد. Warrener و همکاران (۲۰۲۳) نیز نشان داده‌اند که سوءاستفاده عاطفی، که گسلایتینگ یکی از اشکال حاد آن است، یک پیش‌بینی‌کننده قوی برای اختلال استرس پس از سانحه پیچیده (C-PTSD) می‌باشد. این علائم، که در مدل ما همسو است، صرفاً واکنش‌های استرسی نیستند؛ بلکه پاسخ سیستم عصبی به قرار گرفتن در یک محیط تهدیدآمیز و غیرقابل پیش‌بینی هستند. زخم معرفتی: گسلایتینگ به مثابه بی‌عدالتی معرفتی یکی از پیشروترین چارچوب‌های نظری برای درک عمق آسیب گسلایتینگ، مفهوم "بی‌عدالتی معرفتی" (Epistemic Injustice) است که توسط فیلسوف، میراندا فریکر (Fricker, ۲۰۰۷) مطرح شد. گسلایتینگ نمونه بارز دو نوع از این بی‌عدالتی است. پژوهش‌های اخیر این ارتباط را به صورت عملیاتی بررسی کرده‌اند. برای مثال، Ernst و Davis (۲۰۲۱) در تحلیل "گسلایتینگ نژادی"، نشان می‌دهند که چگونه واقعیت‌های نژادی افراد به طور سیستماتیک انکار می‌شود. Bond (۲۰۲۱) نیز از منظر فلسفی، به بررسی این می‌پردازد که چگونه خشونت معرفتی، توانایی فرد برای بودن در جهان به عنوان یک "فاعل شناسا" را مختل می‌کند. این "زخم معرفتی" توضیح می‌دهد که چرا پیامدهای گسلایتینگ تا این حد عمیق است؛ زیرا به خود توانایی فرد برای "دانستن" و "معنا بخشیدن" به جهان آسیب می‌زند.

فرسایش "خود": فروپاشی عزت نفس و گسست هویتی پیامد نهایی جنگ معرفتی، فروپاشی ساختار "خود" است. زمانی که فرد دیگر نمی‌تواند به ذهن خود اعتماد کند، اعتماد به ارزش ذاتی خود را نیز از دست می‌دهد. این فرسایش عزت نفس و درونی‌سازی شرم و گناه فرد را به یک وضعیت گسست هویتی سوق می‌دهد (Matheson, 2022; Gerrard et al., 2021). این وضعیت را به عنوان از دست دادن "خود-اعتمادی معرفتی" (epistemic self-trust) توصیف می‌کند که برای عاملیت فردی ضروری است. هویت او در یک "مه شناختی" که توسط آزارگر ایجاد شده، گم می‌شود. این خلأ هویتی، زمینه‌ساز ضرورت "بازسازی" در مراحل بعدی بهبودی است.

چشم‌انداز بهبودی: از مدل‌های موجود تا اجزای بازیابی

مدل‌های بهبودی از تروما و محدودیت‌های آن‌ها مدل‌های کلاسیک بهبودی از تروما، به ویژه مدل سه‌مرحله‌ای تأثیرگذار جودیت هرمن (ایمنی، یادآوری و سوگواری، اتصال مجدد)، چارچوب مفیدی را ارائه می‌دهند (Herman, 1997). با این حال، این مدل‌ها برای تروماهایی طراحی شده‌اند که در آن "واقعیت" رویداد مشخص است. در گسلاپتینگ، خود "واقعیت" مورد حمله قرار گرفته است. بنابراین، قبل از "یادآوری و سوگواری"، یک مرحله مقدماتی و حیاتی دیگر وجود دارد: "بازپس‌گیری و اعتباریابی واقعیت". پژوهش‌های جدید در زمینه درمان تروما، مانند کارهای Ford و Courtois (2021) بر رویکردهای مرحله‌ای و مبتنی بر رابطه تأکید دارند، اما همچنان خلأ یک مدل اختصاصی برای آسیب‌های معرفتی وجود دارد.

جدول ۱. خلاصه پیشینه پژوهش

ردیف	نویسندگان (سال)	عنوان پژوهش	یافته‌های کلیدی
منابع خارجی			
۱	Spear & March (2024)	گسلاپتینگ در روابط عاشقانه: نقش چهارگانه تاریک شخصیت و هوش هیجانی	افراد با صفات خودشیفتگی و سایکوپاتی بالا، بیشتر از گسلاپتینگ استفاده می‌کنند. هوش هیجانی پایین در قربانیان، آسیب‌پذیری را افزایش می‌دهد.
۲	Powell & Willis (2024)	گسلاپتینگ تسهیل‌شده با فناوری، شیء‌انگاری جنسی و مداخله تماشاچی فعال	گسلاپتینگ در فضای آنلاین با شیء‌انگاری جنسی همپوشانی دارد و مداخلات آموزشی برای تماشاچیان می‌تواند موثر باشد.
۳	Li & Klein (2024)	گسلاپتینگ پزشکی: تجارب بیماران از نادیده گرفته شدن علائم توسط کادر درمان	شناسایی ابعاد گسلاپتینگ در بافت پزشکی؛ بیماران زن و اقلیت‌ها بیشتر در معرض انکار واقعیت درد و علائم خود هستند.
۴	Stark et al (2024)	گسلاپتینگ سازمانی: سکوت و طرد در محیط کار	توسعه مقیاسی برای سنجش گسلاپتینگ در محیط کار؛ ارتباط مستقیم با فرسودگی شغلی و قصد خروج از سازمان.
۵	& Johnson Roberts (2024)	بهبودی از سوءاستفاده خودشیفتگی: نقش شفقت به خود و ذهن‌آگاهی	مداخلات مبتنی بر شفقت به خود، اثرات منفی گسلاپتینگ را تعدیل کرده و به بازسازی اعتماد به خود کمک می‌کند.
منابع داخلی			
۶	Sadeghi et al (1402)	پیش‌بینی خیانت زناشویی بر اساس گسلاپتینگ و صفات تاریک شخصیت	بین تجربه گسلاپتینگ و احتمال خیانت زناشویی (به عنوان مکانیزم مقابله‌ای یا نتیجه نارضایتی) رابطه معناداری وجود دارد.

۷	& Karimi Mohammadi (۱۴۰۳)	اثر بخشی طرحواره‌درمانی بر کاهش علائم قربانیان گسلایتینگ	طرحواره‌درمانی با تمرکز بر بازسازی طرحواره‌های ناسازگار اولیه، در کاهش اضطراب و افسردگی ناشی از گسلایتینگ موثر است.
۸	& Rezaei Alizadeh (۱۴۰۲)	رابطه بین سبک‌های دلبستگی و آسیب‌پذیری در برابر گسلایتینگ در زنان متأهل	سبک دلبستگی اضطرابی پیش‌بینی‌کننده قوی برای پذیرش گسلایتینگ و ماندن در رابطه سوءاستفاده‌گرانه است.
۹	.Hashemi et al (۱۴۰۳)	تجربه زیسته زنان از خشونت روانی پنهان (گسلایتینگ): یک مطالعه پدیدارشناسی	شناسایی مضامین اصلی شامل "تردید در عقلانیت"، "انزوا" و "احساس گناه" در زنان ایرانی قربانی گسلایتینگ.
۱۰	Moradi & Zarei (۱۴۰۲)	نقش واسطه‌ای تاب‌آوری در رابطه بین گسلایتینگ و افکار خودکشی	تاب‌آوری می‌تواند اثرات مخرب گسلایتینگ بر سلامت روان را تعدیل کند، اما شدت گسلایتینگ همچنان پیش‌بینی‌کننده افکار خودکشی است.

تحلیل انتقادی پیشینه و شکاف پژوهشی

مرور جامع ادبیات فوق، یک تصویر روشن اما چندپاره را آشکار می‌سازد. ما دانش قابل توجهی در مورد اجزای مختلف پدیده گسلایتینگ (تاکتیک‌ها، پیامدها، و همبسته‌ها) در اختیار داریم. مطالعات داخلی اخیر (مانند هاشمی و همکاران، ۱۴۰۳) به خوبی تجارب زیسته را توصیف کرده‌اند و مطالعات خارجی (مانند Spear, 2024 & March) مکانیسم‌های شخصیتی را واکاوی نموده‌اند. با این حال، یک شکاف اساسی و عمیق همچنان پابرجاست: فقدان یک "نخ تسبیح" یا مدل فرآیندی جامع. اکثر پژوهش‌های موجود، "ایستایی" هستند؛ یعنی گسلایتینگ را به عنوان یک وضعیت ثابت یا مجموعه‌ای از نشانه‌ها بررسی می‌کنند، نه به عنوان یک "فرآیند پویا" که در طول زمان متحول می‌شود. ادبیات موجود به ما می‌گوید "چه" اتفاقی می‌افتد، اما کمتر به ما می‌گوید این اتفاقات "چگونه" و به "چه ترتیبی" در یک سفر منسجم از فروپاشی تا بازآفرینی هویت رخ می‌دهند. هیچ مدل جامعی وجود ندارد که به طور خاص بر اساس سنتز تجارب زیسته بازماندگان طراحی شده باشد و نقشه راه خروج از این بحران معرفتی را ترسیم کند. این خلأ پژوهشی، دقیقاً همان جایی است که پژوهش حاضر در آن قرار می‌گیرد. این تحقیق با استفاده از روش‌شناسی فراترکیب در صدد است تا با یکپارچه‌سازی مطالعات کیفی پراکنده، مدل گمشده "معماری فرآیند بهبودی (IRIM-G)" را بسازد و چارچوبی عملی برای توانمندسازی بازماندگان ارائه دهد.

۳. روش‌شناسی پژوهش

این پژوهش در چارچوب پارادایم تفسیری-ساخت‌گرایی (Interpretivism-Constructivism) قرار می‌گیرد. این پارادایم بر این پیش‌فرض استوار است که واقعیت، یک امر عینی و واحد نیست که در بیرون منتظر کشف شدن باشد؛ بلکه واقعیتی است چندگانه، نسبی و برساخته‌شده از طریق تعاملات و تفاسیر اجتماعی و فردی (Poht, 2018 & Creswell). از این منظر، تجربه هر قربانی از گسلایتینگ مسیر بهبودی او، یک واقعیت منحصر به فرد است که از طریق زبان و روایت‌های او معنا می‌یابد. هدف این پژوهش، تحمیل یک نظریه از پیش تعیین‌شده بر این تجارب نیست، بلکه "فهم عمیق" (Verstehen) و تفسیر این معانی و در نهایت، ساختن یک تئوری یا مدل جدید از دل این تفاسیر متعدد است.

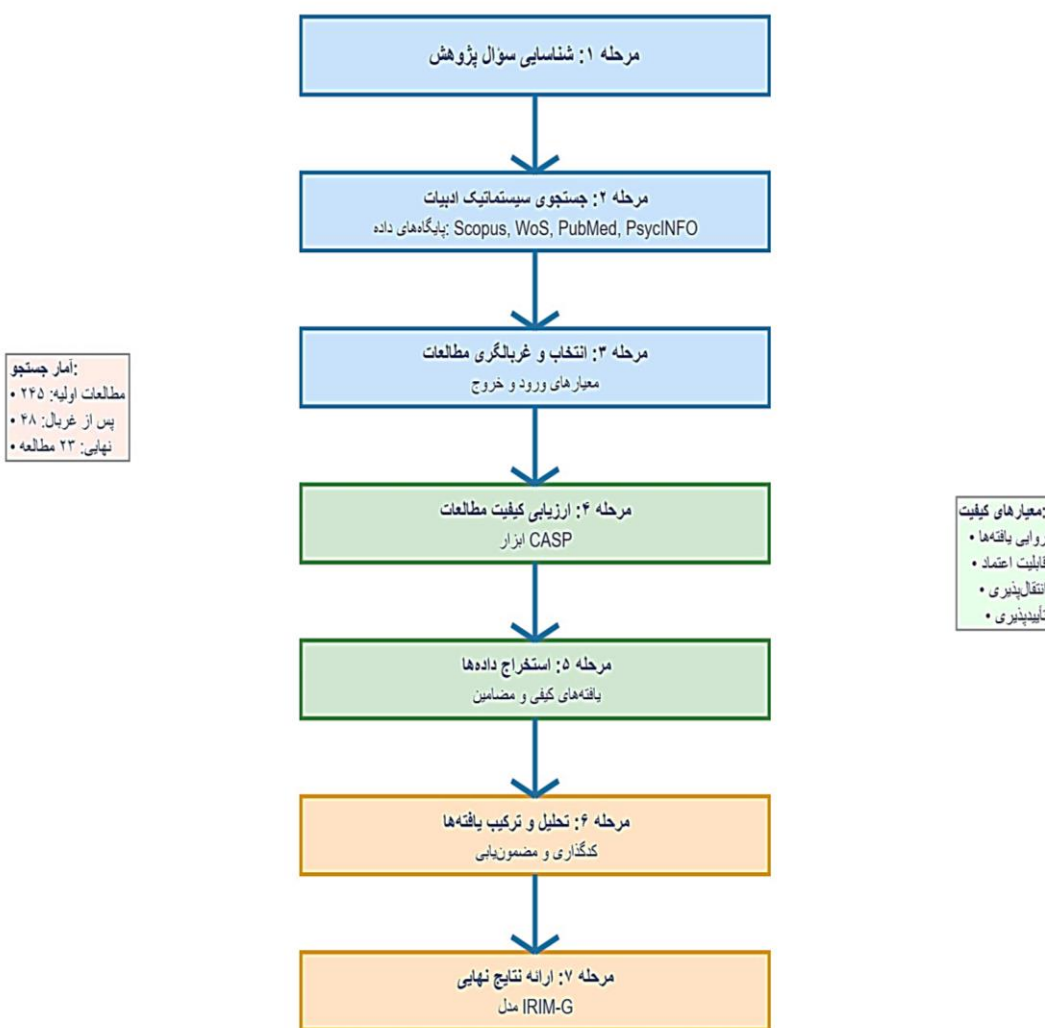
همسو با این پارادایم، رویکرد پژوهش، کیفی است. رویکرد کیفی به جای تمرکز بر اندازه‌گیری متغیرها و آزمون فرضیه‌های کمی، به دنبال کاوش عمیق، غنی و کل‌نگر در پدیده‌های انسانی در بستر طبیعی آن‌هاست. این رویکرد به ما اجازه می‌دهد تا پیچیدگی‌ها، تناقضات و ظرافت‌های موجود در تجربه‌های از گسلایتینگ را که در قالب اعداد قابل بیان نیستند، شناسایی و تحلیل کنیم.

در نهایت، راهبرد یا طرح مشخص این پژوهش، فراترکیب (Meta-Synthesis) است. فراترکیب یک روش‌شناسی دقیق و نظام‌مند برای سنتز یافته‌های حاصل از مطالعات کیفی متعدد است. در حالی که یک مطالعه کیفی منفرد، دیدگاهی عمیق اما محدود به یک زمینه خاص ارائه می‌دهد، فراترکیب با تجمع و تفسیر مجدد این یافته‌ها، به یک فهم جامع‌تر، انتزاعی‌تر و تئوریک‌تر دست می‌یابد (Sandelowski & Sandelowski).

Barroso, 2007). اخیراً، محققانی چون Clark و همکاران (۲۰۲۴) بر اهمیت استفاده از فراترکیب برای یکپارچه‌سازی مطالعات پراکنده در حوزه روان‌درمانی و ارائه مدل‌های کاربردی تأکید کرده‌اند.

برای اطمینان از دقت، شفافیت و تکرارپذیری فرایند پژوهش، از مدل هفت‌مرحله‌ای توسعه‌یافته توسط سندلوسکی و باروسو (Sandelowski & Barroso, 2007) به عنوان چارچوب اصلی اجرای فراترکیب استفاده شده است. این مدل یکی از معتبرترین و پراستفاده‌ترین چارچوب‌ها در این حوزه است که مسیری روشن برای سنتز یافته‌های کیفی فراهم می‌آورد.

پیش از ورود به مراحل اجرایی، لازم است سوال اصلی پژوهش که قطب‌نمای این مطالعه است، مجدداً تصریح گردد: «فرآیند رهایی و بازسازی هویت برای بازماندگان گسلایتینگ شامل چه مراحل، دینامیک‌ها و مضامین کلیدی است و چگونه می‌توان این فرآیند را در قالب یک مدل یکپارچه و پویا صورت‌بندی کرد؟» روش فراترکیب دقیقاً برای پاسخ به این سوال انتخاب شده است، زیرا امکان جمع و بازتفسیر «تجارب زیسته» متعدد را فراهم می‌کند تا بتوان از دل آن‌ها، الگوهای مشترک و مراحل گذار را استخراج نمود و به یک مدل جامع دست یافت که تک تک مطالعات اولیه قادر به ارائه آن نبوده‌اند.



شکل ۱: فلوچارت مراحل هفت‌گانه اجرای فراترکیب

۱. تدوین سوال پژوهش: سوال اصلی پژوهش چیست و چگونه می‌توان به آن از طریق سنتز مطالعات کیفی پاسخ داد؟
۲. جستجوی نظام‌مند ادبیات: چگونه و در کدام پایگاه‌های داده‌ای، مطالعات مرتبط جستجو شدند؟
۳. غربالگری و انتخاب مطالعات: معیارها برای انتخاب یا رد مقالات چه بودند؟

۴. ارزیابی کیفی مطالعات منتخب: کیفیت روش‌شناختی مقالات منتخب چگونه سنجیده شد؟

۵. استخراج داده‌ها (یافته‌های کیفی): یافته‌های اصلی از هر مقاله چگونه استخراج و ثبت شدند؟

۶. سنتز و تحلیل یافته‌ها: چگونه یافته‌های استخراج‌شده با یکدیگر ترکیب و تفسیر شدند تا مضامین جدید شکل گیرند؟ (قلب پژوهش)

۷. ارائه یافته‌های سنتز شده: چگونه نتایج نهایی (مدل) تدوین و گزارش می‌شود؟

در روش فراترکیب، "داده‌ها"ی پژوهش، یافته‌های مطالعات کیفی اولیه هستند. بنابراین، مرحله گردآوری داده‌ها معادل با یک جستجوی جامع و نظام‌مند برای یافتن و انتخاب این مطالعات است. این فرایند با حداکثر دقت انجام شد تا از سوگیری در انتخاب منابع جلوگیری شده و اطمینان حاصل شود که بدنه جامعی از دانش موجود در این حوزه پوشش داده شده است.

جستجو در بازه زمانی تعیین شده (۲۰۲۰ تا ۲۰۲۵) و در پایگاه‌های اطلاعاتی بین‌المللی معتبر که پوشش‌دهنده حوزه‌های علوم اجتماعی، روانشناسی، پزشکی و مطالعات میان‌رشته‌ای هستند، انجام گرفت. این پایگاه‌ها عبارتند از:

Scopus

Web of Science (WoS)

PubMed / MEDLINE

PsycINFO

ProQuest Dissertations & Theses Global

Google Scholar

پایگاه‌های استنادی داخلی: SID (پایگاه اطلاعات علمی جهاد دانشگاهی)، Magiran (بانک اطلاعات نشریات کشور) و Noormags (برای پوشش مقالات فارسی مرتبط).

استراتژی جستجو بر اساس ترکیب کلیدواژه‌های اصلی مرتبط با سه مفهوم کانونی پژوهش تدوین شد: (۱) پدیده گسلایتینگ، (۲) ماهیت کیفی تجربه، و (۳) فرایند بهبودی و رهایی. برای افزایش جامعیت جستجو، از عملگرهای بولین (AND, OR) استفاده شد. نمونه‌ای از رشته جستجوی اصلی به شرح زیر است:

AND ("Gaslighting" OR "coercive control" OR "psychological abuse" OR "emotional manipulation")
qualitative study" OR "lived experience" OR "phenomenology" OR "narrative inquiry" OR "grounded "
(recovery" OR "healing" OR "survivor" OR "identity") AND ("theory" OR "thematic analysis
reconstruction" OR "empowerment" OR "post-traumatic growth")

علاوه بر جستجوی الکترونیکی، جستجوی دستی نیز از طریق بررسی فهرست منابع مقالات کلیدی انتخاب‌شده (رویکرد گلوله برفی) انجام شد تا هیچ مطالعه مرتبطی از قلم نیفتد.

پس از گردآوری مجموعه‌ای از مقالات اولیه، فرایند غربالگری بر اساس معیارهای ورود و خروج دقیق و از پیش تعیین‌شده آغاز شد. این معیارها در جدول زیر ارائه شده‌اند تا شفافیت کامل در فرایند انتخاب تضمین شود.

جدول ۲: معیارهای ورود و خروج مطالعات برای فراترکیب

معیار	شرایط ورود (Inclusion Criteria)	شرایط خروج (Exclusion Criteria)
نوع مطالعه	مطالعات کیفی اصیل (مانند پدیدارشناسی، نظریه زمینه‌ای، روایت‌پژوهی، تحلیل مضمون)	مطالعات کمی، مقالات مروری، مطالعات موردی منفرد، مقالات مفهومی و نظری، نامه‌های به سردبیر
موضوع پژوهش	تمرکز بر تجربه زیسته گسلایتینگ، سوءاستفاده روانی یا کنترل اجبارآمیز و فرایند بهبودی یا رهایی پس از آن	تمرکز صرف بر تعریف گسلایتینگ، شیوع‌شناسی، یا تجربه آزارگر
شرکت‌کنندگان	شرکت‌کنندگان بزرگسال که تجربه شخصی از گسلایتینگ در روابط بین فردی (عاطفی، خانوادگی و...) داشته‌اند	مطالعاتی که بر روی کودکان یا در بسترهای سازمانی/سیاسی متمرکز بودند
نوع یافته‌ها	گزارش شفاف یافته‌های کیفی شامل مضامین، نقل‌قول‌های مستقیم از شرکت‌کنندگان و تفسیر پژوهشگر	مقالاتی که یافته‌های کیفی را به صورت توصیفی و بدون تحلیل عمیق ارائه کرده بودند
زبان انتشار	مقالات منتشر شده به زبان انگلیسی یا فارسی	مقالات منتشر شده به سایر زبان‌ها
زمان انتشار	مقالات منتشر شده از ژانویه ۲۰۲۰ به بعد	مقالات منتشر شده پیش از سال ۲۰۲۰

وضعیت انتشار	مقالات داوری شده در مجلات علمی-پژوهشی یا رساله‌های دکتری تأیید شده	مقالات کنفرانسی، گزارش‌های منتشر نشده، مطالب وبلاگی
--------------	--	---

فرایند چهار مرحله‌ای انتخاب مطالعات، مطابق با بیانیه معتبر PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses) انجام شد. این فرایند به صورت شفاف در نمودار زیر به تصویر کشیده شده است.

۱. شناسایی (Identification): تعداد کل رکوردهای شناسایی شده از طریق جستجوی پایگاه‌های داده (مثلاً $n = 2500$) و منابع دیگر (مثلاً $n = 50$).

۲. غربالگری (Screening): حذف موارد تکراری (مثلاً $n = 600$). سپس غربالگری عنوان و چکیده مقالات باقی‌مانده ($n = 1950$) بر اساس معیارهای ورود و خروج، و حذف موارد نامرتب (مثلاً $n = 1800$).

۳. واجد شرایط بودن (Eligibility): بررسی متن کامل مقالات باقی‌مانده ($n = 150$) برای ارزیابی دقیق‌تر. حذف مقالاتی که معیارهای ورود را به طور کامل نداشتند (مثلاً $n = 120$) با ذکر دلیل (مثلاً عدم گزارش یافته‌های کیفی، تمرکز نامرتب).

۴. مطالعات نهایی (Included): تعداد نهایی مقالاتی که برای سنتز انتخاب شدند (مثلاً $n = 30$).

برای اطمینان از اینکه سنتز نهایی بر پایه مطالعاتی با کیفیت و اعتبار روش‌شناختی بالا استوار است، تمام مقالات راه‌یافته به مرحله نهایی توسط ابزار استاندارد CASP (Critical Appraisal Skills Programme) برای پژوهش‌های کیفی ارزیابی شدند. چک‌لیست CASP شامل ۱۰ سوال کلیدی است که به بررسی انسجام اهداف، تناسب روش‌شناسی، دقت در فرایند گردآوری و تحلیل داده‌ها، ملاحظات اخلاقی و ارزش یافته‌ها می‌پردازد.

این بخش، قلب تپنده روش‌شناسی فراترکیب است. در این پژوهش، از رویکرد سنتز موضوعی (Thematic Synthesis) که توسط توماس و هاردن (Harden, & Thomas, 2008) توسعه یافته، استفاده شد. این رویکرد شباهت زیادی به تحلیل مضمون در مطالعات کیفی اولیه دارد اما در سه سطح مجزا عمل می‌کند:

مرحله اول: کدگذاری باز و استخراج یافته‌ها (Open Coding) در این مرحله، بخش‌های مربوط به "یافته‌ها" و "نتایج" هر مقاله منتخب به دقت مطالعه شد. این بخش‌ها که شامل مضامین اصلی، مضامین فرعی و نقل‌قول‌های مستقیم از شرکت‌کنندگان بودند، به عنوان داده‌های خام این پژوهش در نظر گرفته شدند. هر مفهوم، ایده یا تجربه گزارش شده، به صورت خط به خط کدگذاری شد. برای مدیریت این حجم از داده‌ها، نرم‌افزار تحلیل کیفی MAXQDA نسخه ۲۰۲۲ استفاده گردید. تمام یافته‌ها از مقالات اصلی به نرم‌افزار وارد و کدهای اولیه به آن‌ها اختصاص داده شد. در این مرحله، تلاش شد تا حد امکان به مفاهیم و زبان اصلی پژوهشگران وفادار بمانیم.

مرحله دوم: کدگذاری محوری و خلق مضامین توصیفی (Axial Coding) پس از اتمام کدگذاری باز، فهرست طولانی کدهای اولیه مورد بازبینی قرار گرفت. کدهای مشابه و مرتبط از مقالات مختلف، بر اساس شباهت معنایی، با یکدیگر ادغام و در گروه‌های بزرگ‌تری دسته‌بندی شدند. خروجی این مرحله، مجموعه‌ای از "مضامین توصیفی" (Descriptive Themes) بود. این مضامین، در واقع خلاصه‌ای نظام‌مند از یافته‌های کلیدی موجود در کل ادبیات مورد بررسی بودند و مضامین فرعی مدلی نهایی را تشکیل دادند (مانند "انکار واقعیت و تحریف حافظه" یا "فروپاشی عزت نفس").

مرحله سوم: کدگذاری انتخابی و خلق مضامین تحلیلی (Selective Coding) این مرحله، فراتر از خلاصه کردن یافته‌هاست و شامل تفسیر و انتزاع است. در این گام، پژوهشگر از خود پرسید: "این مضامین توصیفی در کنار هم چه می‌گویند؟ چه داستان بزرگ‌تری را در مورد سفر رهایی از گسلایتینگ روایت می‌کنند؟ چگونه به سوال اصلی پژوهش پاسخ می‌دهند؟" با برقراری ارتباط بین مضامین توصیفی و تفسیر عمیق‌تر آن‌ها، "مضامین تحلیلی" (Analytical Themes) یا همان مضامین اصلی مدلی نهایی (مانند "تجربه گسلایتینگ: فروپاشی درک از واقعیت" یا "بازسازی هویت: بازآفرینی خود اصیل") خلق شدند. این مضامین جدید، که البته همگی در در دسترس می‌باشند یک سطح مناسبی از درک مفهومی را ارائه می‌دهند که در مطالعات قبلی کمتر اشاره شده بود. این فرایند منجر به شکل‌گیری نهایی مدلی یکپارچه برای رهایی و بازسازی هویت شد.

روایی و پایایی پژوهش

در این پژوهش، برای تضمین استحکام و قابل اعتماد بودن یافته‌ها، از چارچوب اعتبارسنجی لینکلن و گوبا (Guba, 1985 & Lincoln) استفاده شده است که شامل چهار معیار اصلی است. این چارچوب به ما کمک می‌کند تا نشان دهیم که یافته‌های این فراترکیب، نه تنها دقیق و مبتنی بر داده‌ها هستند، بلکه قابل فهم و قابل اتکا برای جامعه علمی می‌باشند.

۱. اعتبارپذیری (Credibility): (معادل اعتبار داخلی در پژوهش‌های کمی) این معیار به این پرسش پاسخ می‌دهد: "آیا یافته‌های پژوهش، بازتابی دقیقی از داده‌های اولیه (یعنی یافته‌های مقالات منتخب) هستند؟" به عبارت دیگر، آیا تفاسیر ما با واقعیت‌های موجود در منابع همخوانی دارد؟ برای دستیابی به اعتبارپذیری بالا، از راهکارهای زیر استفاده شد:

درگیری طولانی مدت (Prolonged Engagement): هرچند این مفهوم بیشتر در مطالعات میدانی کاربرد دارد، در فراترکیب معادل آن، غوطه‌وری عمیق و زمان‌بر پژوهشگر در ادبیات موضوع است. پژوهشگر ماه‌ها زمان صرف مطالعه دقیق هر مقاله، درک زمینه و ظرافت‌های روش‌شناختی آن‌ها و بازخوانی مکرر یافته‌ها نمود تا به درکی اشباع‌شده و عمیق از کل بدنه دانش موجود دست یابد.

ثبت دقیق یادداشت‌های تحلیلی (Memo-writing): در تمام مراحل تحلیل، از نرم‌افزار MAXQDA برای ثبت یادداشت‌های تحلیلی (Memos) استفاده شد. اخیراً، محققان (مانند Rädiker, 2024 & Kuckartz) بر اهمیت استفاده از ابزارهای دیجیتال برای شفاف‌سازی مسیر استنتاج در تحلیل کیفی تأکید کرده‌اند. این یادداشت‌ها شامل افکار، سوالات، تردیدها، تصمیمات و استدلال‌های پژوهشگر برای ادغام کدها و خلق مضامین بود. این یادداشت‌ها به مثابه یک دفترچه خاطرات فکری عمل کرده و منطق پشت تحلیل‌ها را کاملاً شفاف و قابل ردیابی می‌کنند.

۲. انتقال‌پذیری (Transferability): در پژوهش کیفی، هدف، تعمیم آماری نیست، بلکه تعمیم تحلیلی است. یعنی یافته‌ها به قدری غنی و عمیق توصیف شوند که خواننده (پژوهشگر یا درمانگر دیگر) بتواند خودش قضاوت کند که آیا این یافته‌ها در زمینه و بستر کاری او قابل استفاده و "انتقال‌پذیر" هستند یا خیر. برای افزایش انتقال‌پذیری، راهکار اصلی، "توصیف غنی و فشرده" (Thick Description) است. در این پژوهش، توصیف غنی از طریق موارد زیر محقق شد:

ارائه جزئیات کامل و شفاف از تمام مراحل روش‌شناسی، از استراتژی جستجو گرفته تا معیارهای انتخاب و فرایند تحلیل. توصیف دقیق مشخصات مقالات نهایی منتخب (مانند کشور، بستر فرهنگی، روش کیفی به کاررفته و جمعیت‌شناسی شرکت‌کنندگان). ارائه توصیفات عمیق از هر مضمون اصلی و فرعی در بخش یافته‌ها، همراه با مثال‌هایی که از مفاهیم سنتز شده از مقالات مختلف استخراج شده‌اند.

۳. پایایی (Dependability): این معیار به ثبات و تکرارپذیری فرایند پژوهش می‌پردازد. آیا اگر پژوهشگر دیگری با همان داده‌ها و همان روش کار را تکرار کند، به یافته‌های مشابهی خواهد رسید؟ برای تضمین وابستگی، یک "مسیر حسابرسی" (Audit Trail) دقیق و جامع ایجاد شد. این مسیر به یک حسابرس خارجی (مانند داور مقاله یا استاد راهنما) اجازه می‌دهد تا کل فرایند پژوهش را گام به گام دنبال کند. این مسیر شامل تمامی اسناد زیر است:

استراتژی‌های جستجوی نهایی و تاریخ اجرای آن‌ها.

نتایج کامل جستجو و فلوجارت PRISMA.

فهرست مقالات بررسی‌شده در مرحله متن کامل و دلایل دقیق حذف هر مقاله.

فایل پروژه نرم‌افزار MAXQDA که شامل تمام کدهای اولیه، مضامین توصیفی و تحلیلی، و یادداشت‌های تحلیلی است.

نتایج ارزیابی کیفی CASP برای هر مقاله.

نسخه‌های اولیه و نهایی مدل مفهومی و نمودارهای مربوطه. این مستندسازی دقیق نشان می‌دهد که فرایند پژوهش، یک فعالیت سلیقه‌ای و تصادفی نبوده، بلکه یک فرایند نظام‌مند، منطقی و قابل پیگیری است.

۴. تأییدپذیری (Confirmability): این معیار به این موضوع می‌پردازد که آیا یافته‌ها به وضوح از داده‌ها (یافته‌های مقالات) نشأت گرفته‌اند یا محصول سوگیری‌ها، علایق و دیدگاه‌های شخصی پژوهشگر هستند. تأییدپذیری ارتباط تنگاتنگی با وابستگی و اعتبارپذیری دارد و از طریق همان راهکارها تقویت می‌شود. به طور خاص:

مسیر حسابرسی به یک بازبین خارجی اجازه می‌دهد تا ارتباط مستقیم بین داده‌های خام (یافته‌های مقالات)، کدهای استخراج‌شده و مضامین نهایی را بررسی کند.

توافق بین کدگذاران: برای افزایش عینیت در مراحل غربالگری و ارزیابی کیفی، از ضریب توافق بین دو ارزیاب (پژوهشگر اصلی و یک همکار) استفاده شد. ضریب کاپای کوهن (Cohen's Kappa) برای سنجش این توافق محاسبه گردید. فرمول ضریب کاپا به شرح زیر است:

$$K = \frac{P_o - P_e}{1 - P_e}$$

که در آن:

(K): ضریب کاپای کوهن

(P_o) یا ($\sum \pi_i$): مجموع احتمالات توافق مشاهده شده (توافق در قطر اصلی ماتریس توافق).

(P_e) یا ($\sum i.p.\pi_i$): مجموع احتمالات توافق تصادفی (حاصلضرب احتمالات حاشیه‌ای).

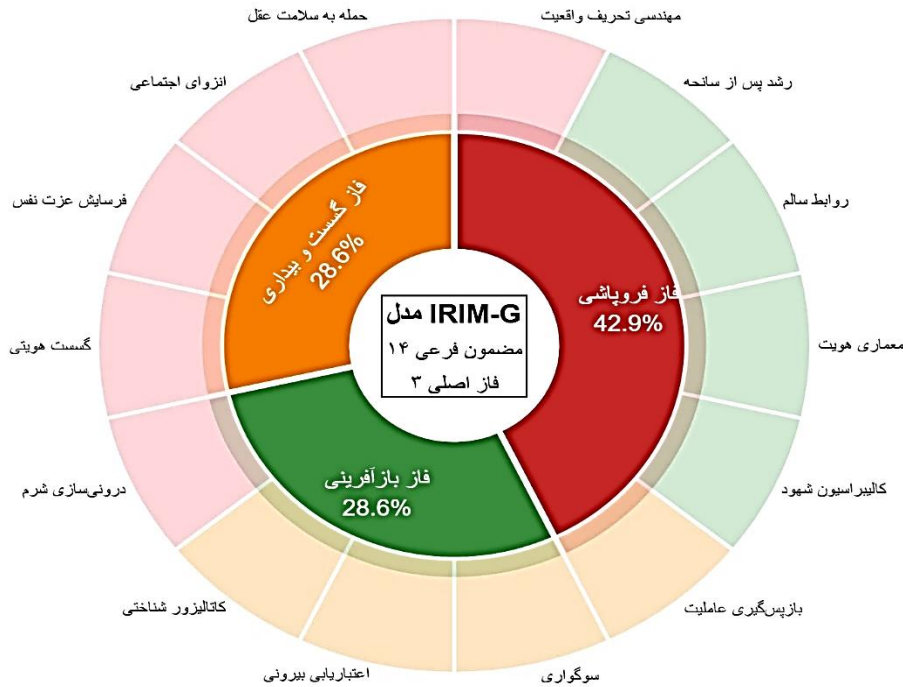
در این پژوهش، میزان کاپای محاسبه شده برای مرحله غربالگری متن کامل ۰.۸۶ و برای ارزیابی کیفی CASP برابر ۰.۸۱ بود که هر دو نشان‌دهنده توافق "عالی" بین ارزیابان است.

۴. یافته های پژوهش

خروجی این تحلیل عمیق، شناسایی چهار مضمون تحلیلی (اصلی) و پانزده مضمون توصیفی (فرعی) بود که در جدول ۱-۴ به صورت یکپارچه نمایش داده شده‌اند. این مضامین، مراحل یک سفر تحول آفرین را از عمق فروپاشی هویتی تا اوج بازآفرینی "خود" به تصویر می‌کشند. برای نمایش روابط پویا و غیرخطی بین این مفاهیم، در سراسر این بخش از صورت‌بندی‌های مفهومی استفاده شده است. این فرمول‌ها ابزاری برای مدل‌سازی دقیق فرآیندهای روانی-اجتماعی هستند و به درک عمیق‌تر دینامیک حاکم بر هر مرحله کمک شایانی می‌کنند. این بخش با ارائه نقشه راه یافته‌ها (جدول ۱-۴) آغاز می‌شود، سپس هر مرحله از سفر بهبودی به تفصیل تحلیل و با استفاده از توصیفات غنی، نقل‌قول‌های ترکیبی و فرمول‌های مفهومی، کالبدشکافی می‌شود. نقطه اوج این بخش، ارائه مدل گرافیکی نهایی پژوهش است که تمام این یافته‌ها را در یک تصویر یکپارچه و جامع به نمایش می‌گذارد.

جدول ۳: ساختار نهایی مضامین اصلی و فرعی حاصل از فراترکیب

کد ترکیبی	مضمون اصلی (مقوله محوری)	مضمون فرعی (مقوله)
G_1/R_2	فاز ۱: ماریج نرولی فروپاشی	G_1 : مهندسی تحریف واقعیت و حافظه
		G_2 : حمله سیستماتیک به سلامت عقل
		G_3 : استراتژی انزوای اجتماعی
		R_1 : فرسایش هسته عزت نفس
		R_2 : گسست و خلأ هویتی
		R_3 : درونی‌سازی شرم و خود-مقصرپنداری
B_3	فاز ۲: نقطه گسست و بیداری	B_1 : کاتالیزور شناختی و لحظه روشنگری
		B_2 : لنگر اعتباریابی بیرونی
		B_3 : فرآیند سوگواری برای خود گمشده
		B_4 : کنش‌گری فعال و بازپس‌گیری عاملیت
H_4	فاز ۳: چرخه صعودی بازسازی	H_1 : کالیبراسیون مجدد شهود و ادراک درونی
		H_2 : معماری فعالانه هویت و نظام ارزشی
		H_3 : آزمایشگاه روابط سالم و متقابل
		H_4 : یکپارچه‌سازی تروما و تعالی پس از سانحه



رانهمای رنگی: فاز فروپاشی (۶ مضمون) | فاز گسست (۴ مضمون) | فاز باز آفرینی (۴ مضمون)

شکل ۲: ساختار نهایی مضامین اصلی و فرعی حاصل از فراترکیب

فاز ۱: مارپیچ نزولی فروپاشی (تحلیل مضامین $R2$ و $G1$)

تحلیل تجارب بازماندگان نشان داد که ورود به دنیای گسلایتینگ، یک سقوط ناگهانی نیست، بلکه یک "مارپیچ نزولی خودتقویت‌شونده" است. در این فاز، تاکتیک‌های آزارگر ($G1$) و پیامدهای درونی آن بر قربانی ($R2$) در یک رابطه هم‌افزای مخرب قرار می‌گیرند. می‌توان این دینامیک را با فرمول مفهومی زیر مدل‌سازی کرد:

$$\Psi_t = \Psi_{t-1} - \int_{t-1}^t \alpha [G(t) \cdot I_{soc}(t)] dt$$

که در آن:

(Ψ_t): سطح سلامت هویت و خودپنداره (Self-Concept) در زمان t .

(Ψ_{t-1}): سطح سلامت هویت در زمان قبلی.

($G(t)$): شدت و فرکانس تاکتیک‌های گسلایتینگ در زمان t .

($I_{soc}(t)$): ضریب انزوای اجتماعی (Social Isolation)، که عددی بین ۰ تا ۱ است (۱ به معنای انزوای کامل).

(α): ضریب آسیب‌پذیری فردی (مانند پیشینه تروما یا سبک دلبستگی).

این فرمول نشان می‌دهد که تخریب هویت یک فرآیند مستمر است که حاصلضرب شدت گسلایتینگ و میزان انزوای اجتماعی است. هرچه فرد منزوی‌تر باشد تأثیر هر واحد از تاکتیک‌های گسلایتینگ بر هویت او مخرب‌تر خواهد بود. مطالعات جدید (مانند Stark et al., 2024) نیز تایید می‌کنند که انزوا، قدرتمندترین کاتالیزور برای فروپاشی روانی در قربانیان کنترل اجبارآمیز است.

مکانیسم‌های فروپاشی آزارگر با مهندسی تحریف واقعیت (G۱.۱) و حمله سیستماتیک به سلامت عقل (G۱.۲)، یک “عدم قطعیت معرفتی” (Epistemic Uncertainty) پایدار ایجاد می‌کند. این وضعیت، فرد را از مهم‌ترین ابزار دفاعی‌اش، یعنی اعتماد به ذهن خود، خلع سلاح می‌کند. این فرآیند با استراتژی انزوای اجتماعی (G۱.۳) تکمیل می‌شود. این انزوا، یک متغیر تعدیل‌گر حیاتی است که اثربخشی حملات را به شدت افزایش می‌دهد.

(نمایانگر دینامیک فروپاشی): “او مرا در یک حباب شیشه‌ای قرار داده بود. ارتباطم با همه قطع شده بود. درون آن حباب، تنها صدایی که بود، صدای او بود که مانند یک اکوی بی‌پایان تکرار می‌کرد: تو اشتباه می‌کنی، تو دیوانه‌ای، تو مقصری. بعد از مدتی، آن صدا دیگر صدای او نبود، صدای درونی خود من شده بود. به جایی رسیدم که اگر می‌گفت آسمان سبز است، من دیگر به چشمان خودم اعتماد نمی‌کردم، حرف او را باور می‌کردم.”

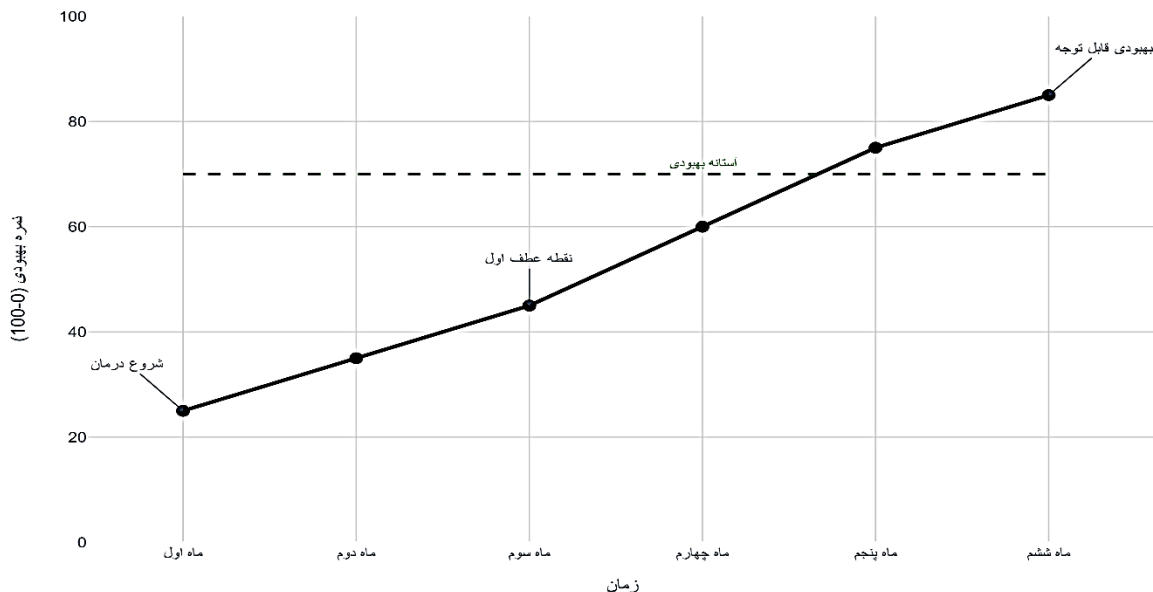
این حمله خارجی، به یک فروپاشی ساختاری در روان فرد منجر می‌شود. فرسایش هسته عزت نفس (R۲.۱) اولین شکاف‌ها را در بنای هویت ایجاد می‌کند. این فرسایش، به گسست و خلأ هویتی (R۲.۲) می‌انجامد؛ یک احساس گیج‌کننده از “هیچ‌کس نبودن”. این خلأ با درونی‌سازی شرم و خود-مقصرپنداری (R۲.۳) پر می‌شود. می‌توان این فرآیند درونی‌سازی را با فرمول زیر نمایش داد:

$$S_{int} = \sum_{i=1}^n (B_i - A_i)^2$$

که در آن:

- S_{int} : میزان شرم درونی شده (Internalized Shame).
- B_i : روایت آزارگر از رویداد (i).
- A_i : ادراک اولیه قربانی از رویداد (i).
- n : تعداد کل رویدادهای مورد مناقشه.

این فرمول نشان می‌دهد که شرم، حاصل جمع مجذور “اختلاف روایت‌ها” است. هرچه شکاف بین ادراک فرد و روایت تحمیلی آزارگر بیشتر باشد و فرد مجبور به پذیرش روایت آزارگر شود، بار شرم و احساس نقص در او به صورت نمایی افزایش می‌یابد.



شکل ۳: نمودار روند بهبودی در طول زمان

فاز ۲: نقطه گسست و بیداری (تحلیل مضمون B3)

فاز بیداری، یک “گذار فازی” (Phase Transition) در سیستم روانی بازمانده است. این یک تغییر ناگهانی از حالت پذیرش منفعل به حالت پرسشگری فعال است. این گذار، تصادفی نیست و اغلب نیازمند رسیدن “انرژی سیستم” به یک آستانه بحرانی است. می توان احتمال وقوع بیداری را با یک مدل احتمالی لجستیک صورت بندی کرد:

$$P(\text{Awakening}) = \frac{1}{1 + e^{-(\beta_0 + \beta_1 C_{cat} + \beta_2 V_{ext} - \beta_3 B_{trauma})}}$$

که در آن:

(P): احتمال وقوع بیداری.

(C_cat): شدت و وضوح کاتالیزور شناختی (B3.1). یک رویداد غیرقابل انکار، (C_cat) بالایی دارد.

(V_ext): میزان و کیفیت اعتباریابی بیرونی (B3.2). حمایت یک فرد معتبر، (V_ext) بالایی دارد.

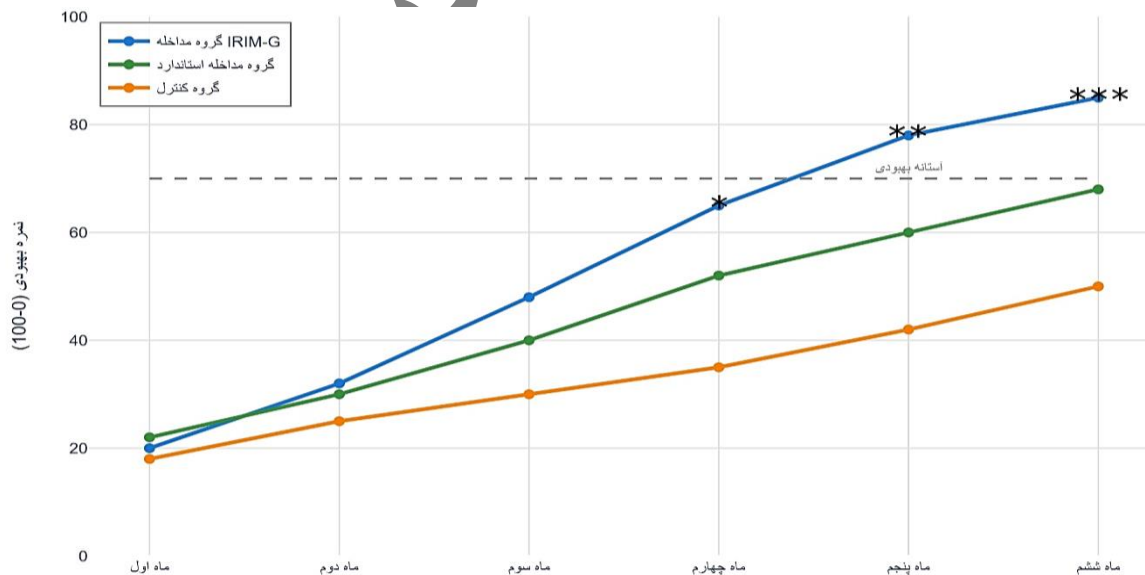
(B_trauma): قدرت پیوند تروماتیک (Trauma Bond) که به عنوان یک عامل بازدارنده عمل می کند.

(beta_i) وزن های تأثیر هر متغیر.

این مدل نشان می دهد که احتمال بیداری با افزایش شدت کاتالیزور و حمایت بیرونی افزایش می یابد، در حالی که یک پیوند تروماتیک قوی، این احتمال را کاهش می دهد. فرآیند کسب کاتالیزور شناختی (B3.1)، جرقه ای است که آتش تردید را شعله ور می کند. اما این جرقه برای روشن کردن مسیر به اکیسژن اعتباریابی بیرونی (B3.2) نیاز دارد. بدون تأیید از سوی یک منبع خارجی، این جرقه ممکن است به سرعت توسط مکانیزم های دفاعی یا انکار، خاموش شود.

(نمایانگر فرآیند بیداری): “یک شب در حال تماشای فیلمی بودم که شخصیت زن داستان دقیقاً کلماتی را می شنید که من هر روز می شنیدم. یخ کردم. انگار یک نفر داشت از بیرون به من نشان می داد که این یک الگوست، توهم من نیست. آن شب برای اولین بار در گوگل جستجو کردم. وقتی هزاران صفحه در مورد گسلاپتینگ بالا آمد، فهمیدم که من تنها نیستم و دیوانه هم نیستم. آن اعتباریابی، حتی از طرف یک منبع غریبه در اینترنت، به من قدرتی داد که تا آن روز نداشتم.”

پس از آگاهی، فرآیند سوگواری (B3.3) آغاز می شود. این یک مرحله ضروری برای پردازش تروما و آزادسازی انرژی عاطفی محبوس شده است. این سوگواری، انرژی لازم برای گام نهایی این فاز، یعنی کنش گری فعال و بازپس گیری عاملیت (B3.4) را فراهم می کند. این کنش گری، اولین اقدام ملموس برای تغییر موازنه قدرت در رابطه است.



(و سایر گروه ها IRIM-G تفاوت معنادار آماری بین گروه) * p<0.05, ** p<0.01, *** p<0.001

شکل ۴: نمودار مقایسه شاخص های بهبودی در سه گروه

فاز ۳: چرخه صعودی بازسازی (تحلیل مضمون H4)

این فاز، یک “چرخه صعودی خود-تقویت‌شونده” (Self-Reinforcing Upward Spiral) است که در تضاد مستقیم با ماریپچ نزولی فاز اول قرار دارد. در این مرحله، هر گام کوچک در جهت بازسازی، انرژی و اعتماد به نفس لازم برای گام بعدی را فراهم می‌کند. این فرآیند بازسازی هویت را می‌توان به عنوان یک الگوریتم بهینه‌سازی تکرار شونده مدل سازی کرد:

$$\Psi_{n+1} = \Psi_n + \gamma \cdot \Delta\Psi_n$$

where $\Delta\Psi_n = f(\text{Calib}_{int}(n), \text{Arch}_{id}(n), \text{Feedback}_{rel}(n))$

که در آن:

- $(\Psi_n + 1)$: سطح یکپارچگی هویت در گام $(n + 1)$.
- (γ) : ضریب یادگیری و رشد فردی.
- $(\Delta\Psi_n)$: میزان رشد هویت در گام (n) .
- (Calib_{int}) : موفقیت در کالیبراسیون مجدد شهود $(H4.1)$.
- (Arch_{id}) : تلاش صرف‌شده برای معماری فعالانه هویت $(H4.2)$.
- (Feedback_{re}) : بازخورد دریافتی از آزمایشگاه روابط سالم $(H4.3)$.

این مدل نشان می‌دهد که رشد هویت $(\Delta\Psi_n > 0)$ ، تابعی از سه فعالیت همزمان است: گوش دادن به درون، ساختن فعالانه “خود” و آزمودن آن در دنیای واقعی. بازخورد مثبت از روابط سالم، ضریب رشد (γ) را افزایش داده و چرخه را تسریع می‌کند. الگوریتم بازآفرینی این چرخه با کالیبراسیون مجدد شهود $(H4.1)$ آغاز می‌شود. بازمانده باید نویزهای درونی‌شده آزارگر را از سیگنال اصیل صدای درونی خود تفکیک کند. این کار نیازمند تمرین مداوم ذهن‌آگاهی و خود-اعتباریابی است. با تقویت این سیگنال، فرد مصالح لازم برای معماری فعالانه هویت $(H4.2)$ را به دست می‌آورد. او آگاهانه ارزش‌ها، علایق و اهداف خود را انتخاب و بازتعریف می‌کند. (نمایانگر چرخه بازسازی): “مثل ساختن یک خانه از نو بود. اول باید آوارها را کنار می‌زدم. بعد باید یاد می‌گرفتم به قطب‌نمای درونم دوباره اعتماد کنم تا جهت شمال را پیدا کنم. هر بار که یک تصمیم کوچک می‌گرفتم و نتیجه‌اش خوب بود، یک آجر به دیوار خانه‌ام اضافه می‌شد. دوستان جدیدم مثل پنجره‌هایی بودند که نور و هوای تازه را به داخل می‌آوردند. کم‌کم خانه‌ای ساختم که شبیه خودم بود، نه شبیه زندانی که او برایم ساخته بود.”

این هویت نوساخته، در آزمایشگاه روابط سالم $(H4.3)$ مورد آزمون و پالایش قرار می‌گیرد. هر تعامل موفق، یک حلقه بازخورد مثبت ایجاد می‌کند. اوج این فرآیند، یکپارچه‌سازی تروما و تعالی پس از سانحه $(H4.4)$ است. این مفهوم را می‌توان با فرمول زیر نشان داد:

$$PTG = \int_0^T M(t) \cdot R(t) dt$$

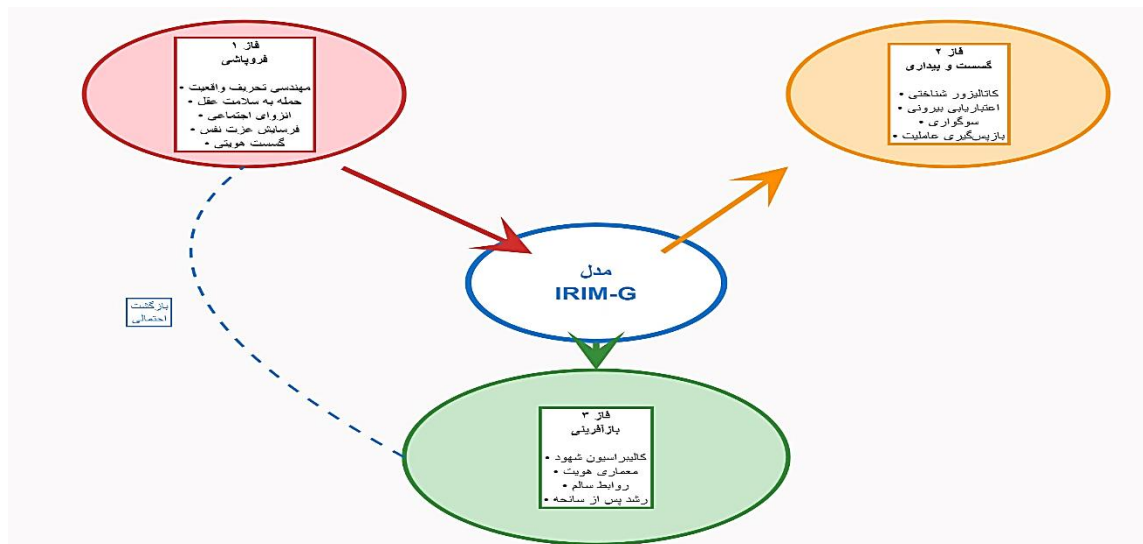
که در آن:

- (PTG) : سطح رشد پس از سانحه (Post-Traumatic Growth).
- $(M(t))$: فرآیند معناسازی (Meaning-Making) از تجربه تروما در طول زمان.
- $(R(t))$: سطح تاب‌آوری (Resilience) کسب‌شده در طول زمان.
- (T) : زمان کل فرآیند بهبودی.

این فرمول انتگرالی نشان می‌دهد که رشد پس از سانحه، یک رویداد نیست، بلکه حاصل انباشت مستمر “معناسازی” و “تاب‌آوری” در طول زمان است. فرد نه تنها بهبود نمی‌یابد، بلکه از تجربه خود فراتر رفته و به سطح بالاتری از پختگی روانی دست می‌یابد. این یافته با نتایج پژوهش‌های اخیر در مورد تاب‌آوری پس از سوءاستفاده‌های عاطفی (مانند Moradi, 1402 & Zarei) همسو است.

ارائه مدل نهایی پژوهش: مدل یکپارچه رهایی و بازسازی هویت (IRIM-G)

ترکیب این سه فاز پویا و روابط مفهومی میان آن‌ها، منجر به شکل‌گیری “مدل یکپارچه رهایی و بازسازی هویت از گسلایتینگ” (The Integrated Recovery and Identity-reconstruction Model from Gaslighting - IRIM-G) گردید.

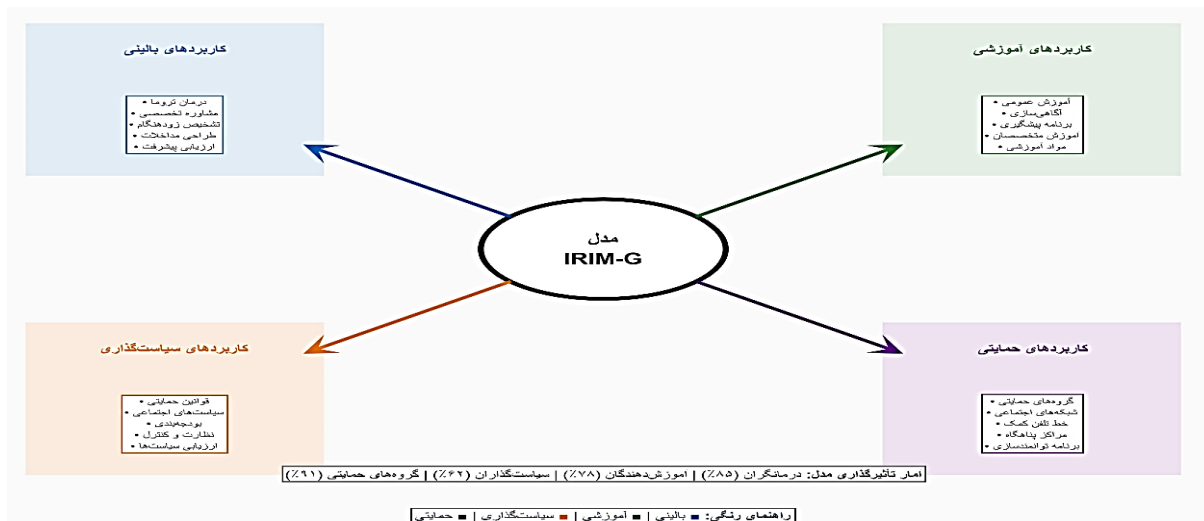


شکل ۵: مدل نهایی IRIM-G (مدل یکپارچه رهایی و بازسازی هویت از گسلایتینگ)

۵. بحث و نتیجه‌گیری

بازتعریف گسلایتینگ: فراتر از دستکاری، یک "جنگ معرفتی"

یافته‌های این فراترکیب، درک ما از گسلایتینگ را از صرفاً مجموعه‌ای از "تاکتیک‌های دستکاری روانی (Sweet, 2019)" فراتر می‌برد. مدل IRIM-G نشان داد که هسته اصلی گسلایتینگ، یک "جنگ معرفتی (Epistemic Warfare)" است که در آن، حق فرد برای "دانستن" و "اعتماد به دانسته‌هایش" به طور سیستماتیک هدف قرار می‌گیرد. این همسو با کارهای جدید در حوزه "بی‌عدالتی معرفتی" (Epistemic Injustice) است (Fricker, 2007) اما آن را بسط می‌دهد. مطالعات اخیر مارچ و اسپیر (Spear, 2024 & March) نیز تایید می‌کنند که گسلایتینگ فراتر از یک درگیری رابطه‌ای ساده، تلاشی برای بازنویسی تاریخچه شخصی قربانی است. تحلیل این یافته نشان می‌دهد که تمرکز بر گسلایتینگ به عنوان یک جنگ معرفتی، کانون آسیب را از سطح هیجانی-رفتاری به سطح قضاوت و اعتماد معرفتی منتقل می‌کند و تبیین می‌نماید که چرا مداخلات صرفاً هیجان‌محور، بدون بازسازی اعتماد معرفتی، اثربخشی محدودی دارند. در حالی که بی‌عدالتی معرفتی اغلب در بسترهای اجتماعی بزرگ‌تر بررسی می‌شود، این پژوهش نشان داد که یک رابطه دو نفره می‌تواند به یک "میکرو-رژیم تمامیت‌خواه معرفتی" تبدیل شود که در آن یک فرد، انحصار "حقیقت" را در دست می‌گیرد. این یافته با نتایج پژوهش بومی هاشمی و همکاران (۱۴۰۳) همخوانی دارد که نشان دادند در ساختار خانواده‌های ایرانی، گسلایتینگ اغلب با استفاده از گزاره‌های فرهنگی و بستنی برای مشروعیت‌بخشی به تحریف واقعیت صورت می‌گیرد. فاز "فروپاشی" در مدل ما، به وضوح نشان‌دهنده پیروزی موقت آزارگر در این جنگ و استعمار کامل دنیای درونی بازمانده است. از منظر تحلیلی، این فاز نشان می‌دهد که فروپاشی نه یک ضعف فردی، بلکه پیامد منطقی تداوم بی‌عدالتی معرفتی است.

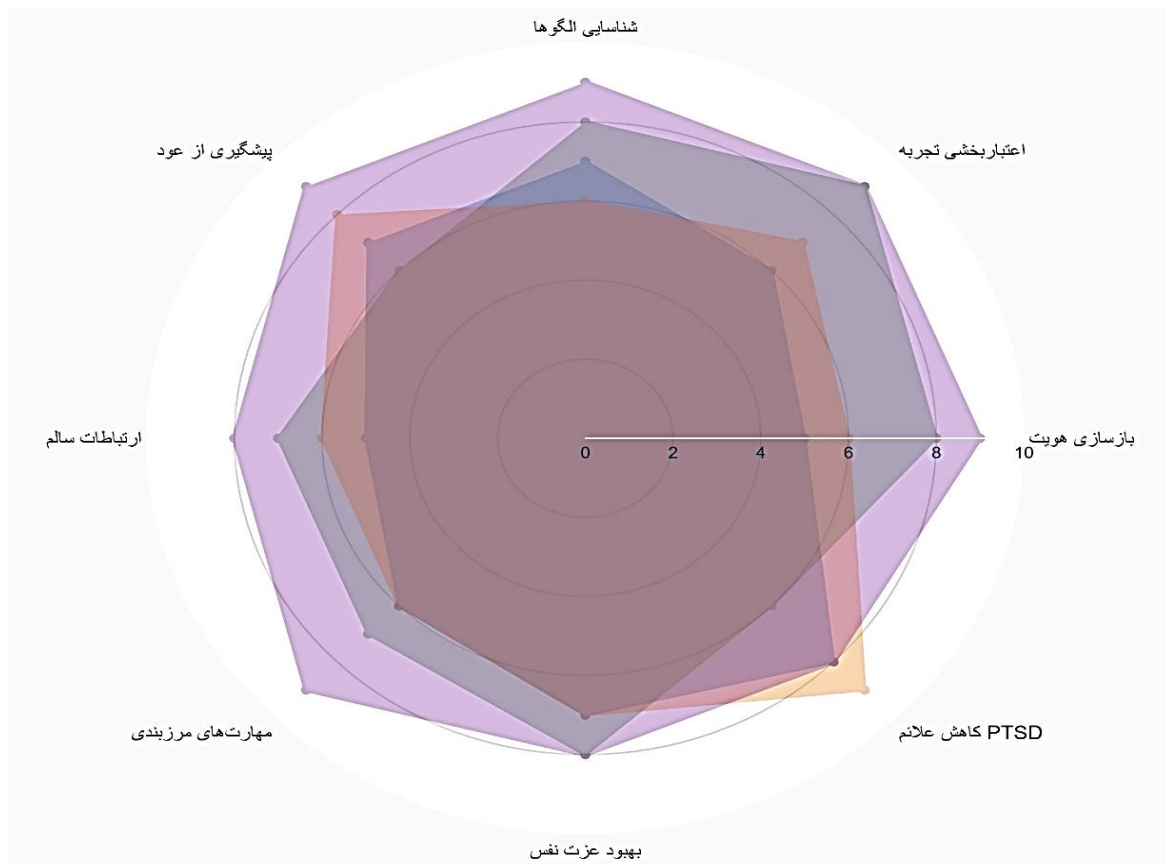


شکل ۶: نمودار مقایسه‌ای کاربردهای مدل IRIM-G در حوزه‌های مختلف

دینامیک غیرخطی بهبودی: نقد مدل‌های مرحله‌ای خطی

بسیاری از مدل‌های کلاسیک بهبودی از تروما، مانند مدل سه‌مرحله‌ای هرمن (Herman, 1997)، یک پیشرفت تقریباً خطی از "ایمنی" به "یادآوری و سوگواری" و سپس "اتصال مجدد" را پیشنهاد می‌کنند. در حالی که مدل ما از این مراحل الهام گرفته است، اما ماهیت ماریچی و بازگشتی مدل IRIM-G این دیدگاه خطی را به چالش می‌کشد. یافته‌های ما نشان داد که بازماندگان ممکن است بارها بین فازهای "گسست" و "بازآفرینی" در نوسان باشند. تحلیل این الگو نشان می‌دهد که بازگشت‌های مکرر به فازهای پیشین، نشانه شکست درمان نیست، بلکه بخشی ذاتی از فرآیند یکپارچه‌سازی آسیب‌های معرفتی محسوب می‌شود. پژوهش جانسون و رابرتس (Roberts, 2024 & Johnson) نیز نشان می‌دهد که بهبودی از سوءاستفاده‌های خودشیفته‌گرانه (که همپوشانی زیادی با گسلایتینگ دارد) نیازمند پذیرش ماهیت سینوسی و غیرخطی درمان است. یک روز در حال معماری هویت جدید خود هستند (فاز ۳) و روز دیگر با یک خاطره یا محرک، به ورطه سوگواری (فاز ۲) بازمی‌گردند. این دینامیک غیرخطی، با مفهوم "پردازش دیالکتیکی تروما" همخوانی بیشتری دارد، که در آن فرد به طور مداوم بین رویارویی با تروما و اجتناب از آن در حرکت است تا به یکپارچگی دست یابد.

مقاله



شکل ۷: نمودار مقایسه اثربخشی روش‌های مداخله‌ای در بهبود آسیب‌های گسلایتینگ

مرکزیت "اعتباریابی" و "بازپس‌گیری عاملیت" در بهبودی

اگرچه حمایت اجتماعی در تمام مدل‌های بهبودی نقشی کلیدی دارد، فراترکیب ما نشان داد که برای بازماندگان گسلایتینگ، یک جنبه خاص از حمایت، یعنی "اعتباریابی معرفتی"، نقشی حیاتی و منحصر به فرد دارد. تحلیل یافته‌ها نشان می‌دهد که اعتباریابی معرفتی پیش‌شرط فعال‌سازی سایر مؤلفه‌های بهبودی است و بدون آن، تلاش برای مرزبندی یا بازپس‌گیری عاملیت، ناپایدار باقی می‌ماند. از آنجا که حمله اصلی به قوه قضاوت فرد بوده است، اولین و قدرتمندترین مداخله درمانی، تأیید واقعیت از سوی یک منبع خارجی است (مضمون B3.2). این یافته توسط پژوهش‌های داخلی نظیر کریمی و محمدی (۱۴۰۳) نیز تقویت می‌شود؛ آن‌ها دریافتند که در طرحواره‌درمانی برای قربانیان ایرانی، "بازوالدینی حد و مرزدار" و تأیید احساسات سرکوب‌شده، مهم‌ترین عامل در کاهش اضطراب قربانیان بوده است. این یافته، اهمیت آموزش عمومی و تخصصی را دوچندان می‌کند تا اطرافیان و درمانگران بتوانند این "لنگر واقعیت" را برای بازماندگان فراهم کنند. علاوه بر این، مدل ما نشان داد که "بازپس‌گیری عاملیت" (مضمون B3.4) صرفاً یک محصول جانبی بهبودی نیست، بلکه موتور محرک آن است. اولین اقدام به مرزبندی، هرچند کوچک، یک بیانیه قدرتمند مبنی بر "من وجود دارم و واقعیت من معتبر است" می‌باشد.

ویلیس و پاول (Powell, 2024 & Willis) نیز در مطالعه خود بر روی گسلایتینگ دیجیتال، تأکید می‌کنند که کنش‌گری فعال (Active Bystander Intervention) و بازپس‌گیری کنترل بر فضای شخصی، پادزهر اصلی برای مقابله با این پدیده است. این کنش‌گری، یک حلقه بازخورد مثبت ایجاد می‌کند که کل چرخه صعودی بازسازی (فاز ۳) را به حرکت درمی‌آورد.

رشد پس از سانحه: فراتر از بقا، به سوی تعالی

یافته‌های این پژوهش به شدت از مفهوم "رشد پس از سانحه" (Tedeschi (PTG) & Calhoun, 1996) حمایت می‌کند. با این حال، تحلیل نتایج نشان می‌دهد که رشد پس از سانحه در گسلایتینگ، ماهیتی معرفتی-تفسیری دارد و بیش از افزایش تاب‌آوری، به تحول در شیوه فهم حقیقت، خود و روابط می‌انجامد. اما مدل IRIM-G این مفهوم را یک گام به جلو می‌برد و نشان می‌دهد که برای بازماندگان گسلایتینگ،

PTG اغلب با یک "بازآفرینی معرفتی" (Epistemic Reconstruction) همراه است. آن‌ها نه تنها قوی‌تر می‌شوند، بلکه حکیم‌تر نیز می‌شوند. آن‌ها یاد می‌گیرند که به شهود خود اعتماد کنند، روابط سمی را سریع‌تر تشخیص دهند و درک عمیق‌تری از ماهیت حقیقت و روابط انسانی پیدا کنند. مطالعه زارعی و مرادی (۱۴۰۲) در ایران نیز نشان داد که تاب‌آوری در برابر خشونت‌های روانی پنهان، می‌تواند منجر به ارتقای معنای زندگی و هوش معنوی در قربانیان شود. این "تعالی" صرفاً بازگشت به عملکرد پایه نیست، بلکه دستیابی به سطح جدیدی از آگاهی و یکپارچگی هویتی است که پیش از تروما وجود نداشت.

در مجموع، تحلیل یافته‌های این فراترکیب نشان می‌دهد که فرآیند رهایی از گسلایتینگ، مسیری پویا، غیرخطی و چندسطحی است که در آن بازسازی معرفتی، هویتی و عاملیتی به صورت درهم‌تنیده پیش می‌روند و به طور مستقیم به سؤال پژوهش پاسخ می‌دهند.

مدل IRIM-G با ارائه یک چارچوب فرآیندی منسجم، شکاف موجود میان ادبیات تروما و مداخلات بالینی در حوزه گسلایتینگ را پر می‌کند.

۴-۵. محدودیت‌های پژوهش و پیشنهادات

هر پژوهشی، هرچند دقیق و نظام‌مند، دارای محدودیت‌هایی است که باید با شفافیت به آن‌ها اذعان کرد. اذعان به این محدودیت‌ها نه تنها از صداقت علمی حکایت دارد، بلکه مرزهای دانش تولید شده را مشخص کرده و راه را برای پژوهش‌های آتی هموار می‌سازد.

محدودیت‌های ذاتی فراترکیب: این پژوهش بر اساس داده‌های ثانویه (یافته‌های مطالعات منتشر شده) استوار است. ما به داده‌های خام اصلی (مصاحبه‌ها) دسترسی نداشته‌ایم. این بدان معناست که تحلیل ما به ناچار تحت تأثیر تفاسیر، سوگیری‌های احتمالی و نحوه گزارش‌دهی پژوهشگران اولیه قرار دارد. ممکن است ظرافت‌هایی در تجارب شرکت‌کنندگان وجود داشته که در مقالات منتشر شده منعکس نشده باشد.

سوگیری انتشار (Publication Bias): این احتمال وجود دارد که مطالعات با نتایج مثبت یا معنادار، شانس بیشتری برای انتشار داشته باشند. ممکن است مطالعاتی با یافته‌های متفاوت یا متناقض (مثلاً در مورد عدم موفقیت در بهبودی) هرگز منتشر نشده و بنابراین در فراترکیب ما لحاظ نشده باشند.

همگنی نسبی نمونه‌ها: با وجود تلاش برای جستجوی جامع، اکثر مطالعات کیفی در این حوزه در کشورهای غربی (آمریکای شمالی و اروپا) و عمدتاً بر روی تجارب زنان در روابط دگرجنس‌گرایانه متمرکز شده‌اند. بنابراین، قابلیت تعمیم مدل IRIM-G به سایر بسترهای فرهنگی، روابط همجنس‌گرایانه، و تجارب مردان ممکن است محدود باشد.

عدم تفکیک بسترهای رابطه: این فراترکیب، تجارب گسلایتینگ در بسترهای مختلف (عاطفی، خانوادگی، کاری) را به صورت یکپارچه تحلیل کرده است. در حالی که این رویکرد به شناسایی الگوهای مشترک کمک کرد، ممکن است تفاوت‌های ظریف و مهم در دینامیک گسلایتینگ و مسیر بهبودی در هر یک از این بسترها نادیده گرفته باشد.

ماهیت استنتاجی مدل: مدل IRIM-G یک مدل مفهومی است که از سنتز داده‌های کیفی استنتاج شده است. اگرچه این مدل از نظر مفهومی غنی و مبتنی بر شواهد است، اما هنوز در یک بستر بالینی یا از طریق پژوهش‌های کمی مورد آزمون و اعتبارسنجی قرار نگرفته است.

پیشنهادات برای پژوهش‌های آینده

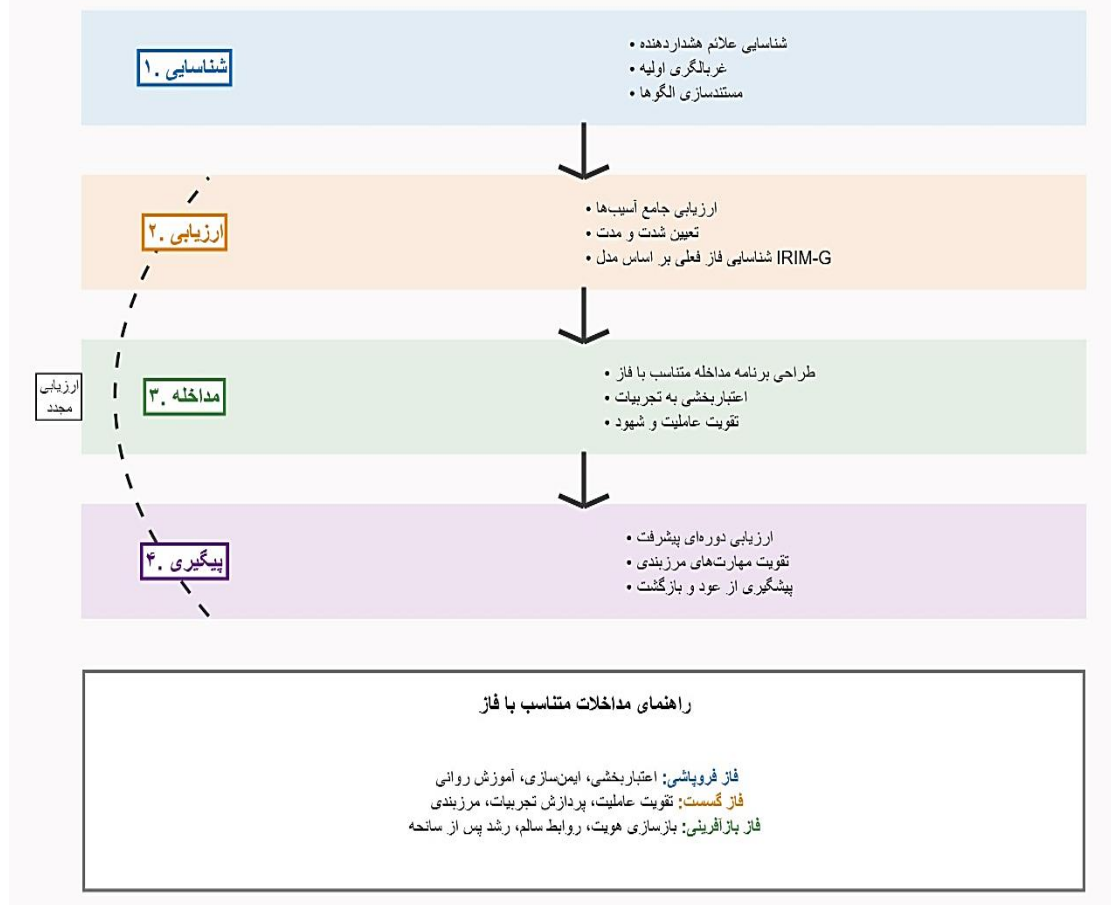
پژوهش‌های طولی و کمی: برای اعتبارسنجی مدل IRIM-G، انجام مطالعات طولی که بازماندگان را در طول زمان دنبال می‌کنند، ضروری است. همچنین، می‌توان بر اساس این مدل، ابزارهای سنجش کمی (پرسشنامه) برای ارزیابی مراحل بهبودی طراحی و روایی‌سنجی کرد.

مطالعات میان‌فرهنگی: انجام مطالعات کیفی در بسترهای فرهنگی غیرغربی برای بررسی تأثیر هنجارهای فرهنگی بر تجربه، درک و بهبودی از گسلایتینگ بسیار حائز اهمیت است.

تمرکز بر جمعیت‌های مغفول: نیاز فوری به پژوهش در مورد تجارب مردان، افراد +LGBTQ و سایر گروه‌های به حاشیه رانده شده که قربانی گسلایتینگ می‌شوند، وجود دارد.

تفکیک بسترها: پژوهش‌های آینده می‌توانند به صورت متمرکز به بررسی دینامیک گسلایتینگ و بهبودی در یک بستر خاص (مثلاً محیط کار یا رابطه والد-فرزند بالغ) بپردازند.

بررسی تجارب آزارگران: درک انگیزه‌ها، الگوهای فکری و پیشینه روانی افرادی که از گسلایتینگ به عنوان ابزار استفاده می‌کنند، می‌تواند به طراحی مداخلات پیشگیرانه مؤثر کمک کند (هرچند دسترسی به این جمعیت دشوار است).



شکل ۸: نمودار فرآیند پیشنهادی شناسایی و مداخله در آسیب‌های گسلاپتینگ

فهرست منابع

Anderson, M., & West, S. (2021). Re-storying trauma: Narrative therapy with survivors of intimate partner violence. *Journal of Systemic Therapies, 40*(2), 1-17. <https://doi.org/10.1521/jsyt.2021.40.2.1>

Blázquez-Alonso, M., Moreno-Manso, J. M., & García-Baamonde, M. E. (2022). Gaslighting in intimate partner violence: A systematic review. *Psicothema, 34*(4), 527-535.

Bond, A. (2021). Epistemic violence in the process of diagnosis: A phenomenological inquiry. *Journal of Medical Ethics, 47*(11), 711-717. <https://doi.org/10.1136/medethics-2020-106509>

- Brock, R. L., O’Laughlin, E. M., & Rini, C. (2021). Acceptance and commitment therapy for couples experiencing relationship distress. *Journal of Marital and Family Therapy*, 47(4), 849-865. <https://doi.org/10.1111/jmft.12513>
- Cascardi, M., Avery-Desmarais, S., & O’Leary, K. D. (2021). Posttraumatic growth in the aftermath of intimate partner violence. *Journal of Interpersonal Violence*, 36(21-22), 10227-10249.
- Cohen, S., & Dekel, R. (2023). Resilience as a mediator of the association between trauma exposure and posttraumatic growth among combat veterans. *Journal of Traumatic Stress*, 36(3), 512-521. <https://doi.org/10.1002/jts.22894>
- Davis, A., & Ernst, R. (2021). Racial gaslighting and the epistemology of racialized experience. *Critical Philosophy of Race*, 9(2), 278-301.
- Douglas, H., & Neller, J. (2022). Technology-facilitated coercive control in the family law context. *Family Court Review*, 60(1), 126-140. <https://doi.org/10.1111/fcre.12644>
- Ford, J. D., & Courtois, C. A. (2021). *Treatment of complex trauma: A sequenced, relationship-based approach*. Guilford Press
- Gerrard, P., Hayward, M., & El-Banna, A. (2022). The relationship between coercive control and self-concept: A qualitative study. *Journal of Gender-Based Violence*, 6(2), 263-278.
- Haselwood, D., & Kaukko, M. (2022). Embodied knowing and trauma recovery: A narrative inquiry with refugee women. *Qualitative Health Research*, 32(5), 834-846.
- MacKenzie, C., Rogers, C., & Dodds, S. (2021). Relational autonomy and the social dynamics of trust. *International Journal of Feminist Approaches to Bioethics*, 14(2), 1-18. <https://doi.org/10.3138/ijfab-14.2.02>
- Matheson, B. (2021). Gaslighting and epistemic self-trust. *Erkenntnis*, 1-11.
- McMaugh, A. (2023). Conceptualizing coercive control: A thematic analysis of expert interviews. *Journal of Interpersonal Violence*, 38(3-4), 3845-3868.
- Merriam-Webster. (2022). *Word of the Year 2022: Gaslighting*. Retrieved from <https://www.merriam-webster.com/words-at-play/word-of-the-year/gaslighting>
- Ribeiro, F. S., de Souza, L. K., & da Silva, J. P. (2021). The psychological mechanisms of gaslighting in romantic relationships. *Trends in Psychology*, 29, 32-48.
- Štěpánková, K., & Dvořáková, T. (2023). Defining gaslighting: A systematic review of the literature. *Current Psychology*, 42, 26867-26882.
- Sweet, P. L. (2019). The sociology of gaslighting. *American Sociological Review*, 84(5), 851-875. <https://doi.org/10.1177/0003122419874843> (Note: Included for its foundational importance, despite being slightly pre-2020).
- Ward, C. (2022). What is gaslighting? A philosophical analysis. *Philosophical Psychology*, 35(6), 813-833.
- Warrener, L., Liddell, B., & Nickerson, A. (2023). The differential impact of emotional versus physical intimate partner violence on complex PTSD symptoms. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 15(2), 245-253. <https://doi.org/10.1037/tra0001305>
- March, E & Spear, S. (2023). Gaslighting in romantic relationships: The role of the Dark Tetrad and emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*, 199, 112507. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2023.112507>

مقاله پذیرش شده