

И. И. Тихонович, ст. преподаватель

УО Белорусский Государственный Медицинский Университет, г. Минск, Беларусь

ГАЗЛАЙТИНГ КАК СОЦИАЛЬНОЕ ЯВЛЕНИЕ, ВСТРЕЧАЮЩЕЕСЯ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ И МЕДИЦИНСКИХ УЧРЕЖДЕНИЯХ

Газлайтинг – это форма манипуляции и эмоционального насилия, которая тонко проявляется в речи говорящего, чтобы контролировать кого-то, заставляя его сомневаться в своей реальности и убеждениях, эмоциях, памяти и здравомыслии. Цель этой статьи представить газлайтинг как социальное явление, происходящее в академических и медицинских учреждениях, когда [некоторые] учителя/врачи газлайтят своих студентов/пациентов, негативно влияя на их уверенность, память и самооценку, а также предложить варианты того, как образовательные и медицинские учреждения должны и могут бороться со случаями газлайтинга.

Gaslighting is a form of manipulation and emotional abuse that is subtly manifested in a perpetrator's speech to control someone by leading him to doubt his reality, beliefs, behavior, emotions, and sanity. This paper aims to address gaslighting as a social phenomenon which occurs in academic and medical institutions, when[some] teachers/doctors gaslight their students/patients thus affecting their self-confidence, memory and sanity, as well as offer options on how educational and medical institutions should and can deal with incidents of gaslighting.

Ключевые слова: газлайтинг, манипуляция, сомнение в своей реальности, социальный феномен, негативное влияние, академические и медицинские учреждения

Key words: gaslighting, manipulation, doubt one's reality, social phenomenon, negative impact, academic and medical institutions

Газлайтинг (Eng. gaslighting) является формой манипуляции и эмоционального насилия, которая тонко проявляется в речи говорящего для контроля собеседника, заставляя его сомневаться в своей реальности, собственных убеждениях, поведении и здравомыслии.

Несмотря на то, что представление о газлайтинге запоздало, исследования, изучающие его, являются недавними и скудными, и [подлинных] доказательств, подтверждающих попытки газлайтинга, мало [3]. Мне удалось найти лишь несколько статей, в которых газлайтинг рассматривается с точки зрения оценки отношений между учителем и учеником, студентом и преподавателем, врачом и пациентом.

Согласно словарю Merriam-Webster (Gaslighting Definition & Meaning – Merriam-Webster, n. d.), газлайтинг – это «психологическая манипуляция человеком, обычно в течение длительного

периода, которая заставляет жертву сомневаться в обоснованности своих мыслей, восприятию реальности или воспоминаний, обычно приводя к замешательству, потере уверенности и самоуважения, неуверенности в своей эмоциональной или психической стабильности и зависимости...».

Другое более краткое определение термина газлайтинг, упомянутое в том же словаре, – «акт практики грубого введения кого-либо в заблуждение, особенно для собственной выгоды».

Хотя газлайтинг считается психологическим синдромом, во многих отношениях это, по сути, социальное явление, так как лица, занимающиеся газлайтингом, используют гендерные стереотипы, социальное неравенство и институциональную уязвимость против своих жертв [1].

Для более точного понимания этого явления зарубежные авторы обычно приводят в пример классический психологический триллер 1944 года «Газовый свет» (Gaslight), где рассказывается история вымышленного персонажа Паулы и ее нового мужа Грегори, который пытается изолировать ее и заставить поверить в то, что она безумна. Он достигает этого, приглушая и делая ярче газовые лампы в их доме, а затем, настаивая на том, что она это вообразила. Целью его манипуляций было поставить под угрозу ее чувство восприятия себя и окружающей среды, заставив ее принять его искаженную реальность и усомниться в своем здравомыслии, чтобы украсть драгоценности ее тети [1].

Это была психологическая манипуляция и эмоциональное насилие, осуществляемое тонко и вербально мужем в форме постоянных насмешек, отрицания, угроз и контроля жены.

По форме газлайтинг необязательно содержит обидные слова, ключевое тут обесценивание и неподтверждение. Газлайтеры постоянно обесценивают наши слова, переживания, суждения и поступки для того, чтобы убедить жертву в том, что ее реакция на происходящие события ненормальна. Он может говорить: «В последнее время ты очень странный», «Ты неадекватно реагируешь», «С тобой точно все в порядке?», «Тебе явно нужна помощь». Все это приводит к появлению у жертвы сомнений, чувства вины и беспомощности [4].

По данным Psychology Today, газлайтинг обычно начинается постепенно, с ехидного комментария или критического замечания, замаскированного под шутку. Затем газлайтер может отрицать, что сказал или сделал что-то или, говорить откровенную ложь. В медицинском контексте это относится к поставщикам медицинских услуг, которые игнорируют или преуменьшают симптомы пациента, что часто приводит к неправильной диагностике или отсутствию лечения.

Пациенты с хроническими заболеваниями, такими как фибромиалгия, синдром хронической усталости или болезнь Лайма, часто сообщают, что им говорят, что их симптомы «все в их голове». Людям с проблемами психического здоровья могут говорить, что их физические симптомы носят исключительно психологический характер.

Газлайтинг может привести к тревожности, депрессии и чувству беспомощности. Ведь если игнорировать симптомы, необходимые медицинские вмешательства могут быть отложены, что ухудшит состояние пациента. Пациенты могут потерять доверие к системе здравоохранения, что приведет к отказу от медицинской помощи в будущем.

Бартон и Уайтхед (Barton and Whitehead) впервые употребили термин «газлайтинг» в статье журнала *Lancet* 1969 года, в противоположном аспекте, когда недобровольная госпитализация была концептуализирована как форма насилия.

При обучении студентов надо обращать внимание как на выявление и искоренение неявных предубеждений в клинической помощи, развитие правильного понимания пациентов, так и на развитие умений ориентироваться в неспецифических клинических проявлениях или менее известных болезнях с профессионализмом и эмпатией [3].

В образовательных учреждениях газлайтинг встречается также нередко.

Одним из лучших решений для студентов, ставших жертвами случаев газлайтинга, является сбор подлинных доказательств, которые подтверждают попытку учителя использовать газлайтинг, копирование этих доказательств, а затем предоставление копий доказательств заслуживающим доверия лицам, занимающим руководящие должности, будь то их родители, директор или декан или кто-либо, кто имеет достаточно полномочий, чтобы разобраться с этой ситуацией таким образом, чтобы привлечь виновных к ответственности, а не скрыть их проступок.

Без обсуждения ситуации [газлайтинга], которую студенты считают ненормальной, с другими, жертвы газлайтинга вряд ли поймут, что то, что они переживают, является ненормальным, оскорбительным и манипулятивным и должно быть немедленно прекращено.

Если учебное заведение и лица, работающие в нем, ответственные лица с соответствующими полномочиями не оказали помощи в жалобе студента на газлайтинг, то студент может просить о переводе в другую группу, если это осуществимо.

Любому ученику, подвергающемуся газлайтингу со стороны учителя, также рекомендуется избегать личных разговоров с этим учителем, а также стараться максимально ограничить с ним любой контакт. Если это невозможно, то ученик должен убедиться, что он/она находится в присутствии других учителей или взрослых при общении с учителем, пытающимся его/ее газлайтить.

Академические и образовательные учреждения должны вывешивать плакаты, включающие явные признаки газлайтинга и проводить консультации с профессиональными экспертами по этому вопросу в качестве средства повышения осведомленности студентов о газлайтинге.

Кроме того, ученики должны быть проинформированы о том, к кому обращаться за помощью в случае, если они обнаружат, что подвергаются газлайтингу со стороны своего учителя, а также о мерах, которые учебное заведение предпримет в этих случаях.

В случае, если попытка учителя подвергнуть ученика газлайтингу будет доказана, учреждение должно применить наказание, равное проступку учителя, в качестве средства предотвращения злоупотребления учителем и другими учителями своим положением, что приводит к тому, что ученики перестают доверять своим учителям и даже самим себе, и, следовательно, становятся эмоционально и психически неустойчивыми.

Если газлайтинг между преподавателями и учениками происходит внутри академических и образовательных учреждений, эти учреждения несут ответственность за любой преднамеренный вред, который наносится психическому и эмоциональному состоянию их студентов, а не только их физическому состоянию.

Жалобы студентов на то, что они подвергаются газлайтингу со стороны учителей, должны быть восприняты серьезно и не маргинализироваться, не отрицаться, не игнорироваться и не скрываться.

Взросшая осведомленность отдельных лиц, экспертов и учреждений о газлайтинге и о том, как с ним бороться, облегчит обнаружение, доказательство и борьбу с газлайтерами.

Газлайтинг и здравоохранение

Хотя газлайтинг происходит часто в личных отношениях и легко распознается в ситуациях домашнего насилия, он может происходить и в других типах межличностных отношений.

Бартон и Уайтхед придумали термин «газлайтинг» в статье в журнале Lancet 1969 года, в которой недобровольная госпитализация была концептуализирована как форма насилия.

Социальная концепция газлайтинга в контексте здравоохранения предполагает, что медицинский газлайтинг является симптомом более крупной проблемы в здравоохранении, которая является постоянной привилегией биомедицинской экспертизы, иногда обесценивающей интерпретацию реального индивидуального опыта [4].

Медицинский газлайтинг можно рассматривать как расширение «биовласти» в здравоохранении. Примером может служить преждевременная интерпретация поставщиком медицинских услуг физических симптомов пациента [3].

Врач обычно начинает прием, спрашивая, что беспокоит пациента. В этот момент власть врача ненадолго приостанавливается, позволяя пациенту высказать свои личные наблюдения, но впоследствии именно врач уполномочен объявлять, что реально, а что нет.

«В быстро меняющейся клинической практике решения часто принимаются с помощью клинических диагностических алгоритмов, которые несут в себе риск когнитивного предубеждения.

Например, «5 F» (Female (женский), Fertile (фертильный), Fat (жирный), Fair (справедливый), Forty (сорок) – это популярная клиническая мнемоника, часто используемая стажерами для запоминания факторов риска желчнокаменной болезни» [3].

Однако чрезмерная зависимость от таких упрощенных правил может способствовать предвзятости и преждевременной постановке диагноза.

Isaac KS Ng et al в своей статье *Medical Gaslighting: A New Colloquialism*, напечатанной в JAMA, 2024 приводит такой пример газлайдинга: «представьте, что вы вносите крупную сумму в банкомат, он затягивает купюры внутрь, но вместо чека выдает вам бумажку с надписью «неподтвержденная операция». И хоть бейся о машину лбом, ни тебе денег, ни тебе чека – только равнодушный блеск металла. Банкомат – это газлайтер».

Из всего вышеизложенного можно сделать вывод, что газлайтинг является реальной проблемой как в системе образования, так и в системе здравоохранения. Для создания наиболее гармоничных отношений, способствующих плодотворному взаимодействию между преподавателем и студентом, врачом и пациентом необходимо научиться распознавать, активно выявлять и корректировать поведение газлайтинга в этих областях.

Литература

1. Lesaca T. Gaslighting and Health care / T. Lesaca // Bulletin of Allegheny County Medical Society. – 2023. – URL: www.acms.org
2. Zainab Abdulaziz Abdulla AlSabbagh. Gaslighting in the Classroom: Teacher-Student Gaslighting. – https://www.researchgate.net/publication/374372820_Gaslighting_in_the_Classroom_Teacher-Student_Gaslighting
3. Isaac K. S. Medical Gaslighting: A New Colloquialism / K. S. Isaac // The American Journal of Medicine. – 2024. – 137 (10): 920-922. DOI: [10.1016/j.amjmed.2024.06.022](https://doi.org/10.1016/j.amjmed.2024.06.022)
4. Fraser S. The Toxic Power Dynamics of Gaslighting in Medicine / S. Fraser // Can. Fam. Physician Med. Fam. Can. – 2021. – 67. – 367-368.