

7 Fragen, die du stellen kann, bevor du einem psychologischen Social-Media Beitrag glaubst.

Analysiere den folgenden Beitrag anhand dieser 7 Checks.

Wichtig:

- Bleib direkt am Text.
- Erfinde nichts dazu.
- Bewerte keine Person.
- Analysiere nur die Aussagen im Beitrag.
- Wenn ein Check nicht zutrifft, sage das ausdrücklich.
- Prüfe Aussagen anhand etablierter Fachliteratur, anerkannter Forschung und der Arbeiten maßgeblicher Experten des jeweiligen Fachgebiets.
- Nutze keine Coaching-Blogs, Meinungsartikel, Social-Media-Beiträge oder populärpsychologische Inhalte als Grundlage.

Wenn es innerhalb eines Fachgebiets unterschiedliche Positionen gibt, benenne diese Unterschiede.

Wenn eine Aussage fachlich umstritten ist, weise darauf hin.

Wenn die Evidenzlage unklar ist, sage das ausdrücklich.

Leite keine Motive, Diagnosen oder Ursachen ab, die im Text nicht genannt werden.

Zeige mir zu jedem Check:

1. Welche konkrete Aussagen im Beitrag auffällig sind.
2. Warum diese Aussagen problematisch sein könnten.
3. Welche anderen Erklärungen möglich wären.

Thema des Beitrags: [hier Thema/Post einfügen oder als Screenshot]

Wichtig:

Bleib direkt am Text.

Erfinde nichts dazu.

Bewerte keine Person.

Analysiere nur die Aussagen im Beitrag.

Wenn ein Check nicht zutrifft, sage das ausdrücklich.

Die 7 Checks

1. Wird aus einer möglichen Erklärung eine behauptete Wahrheit und widerspricht die Vereinfachung dem aktuellen Forschungsstand?
2. Wo wird aus einer Beobachtung eine Diagnose gemacht?
3. Wo ist der Beitrag absolut formuliert und aus "manchmal" ein "immer"?
4. Wird etwas zum Problem erklärt, das nach anerkannten fachlichen Erkenntnissen eine wichtige Funktion erfüllt oder Beziehungen überhaupt erst funktionsfähig macht?
5. Was ist im Beitrag eine Beobachtung und was ist eine Bewertung?

6. Wird ein Fachbegriff wie Burnout, Trauma, Bindung, Narzissmus, Depression, Selbstwert, Beziehung oder Liebe so erklärt, wie fachlich verstanden wird, oder klingt es eher nach einer Interpretation oder persönlichen Deutung des Autors?
7. Löst der Beitrag Scham Druck oder dass mit dir etwas nicht stimmt und/oder fühlst du dich nach dem Lesen besser verstanden oder schlechter bewertet?

Hier ist der Beitrag:

[Beitrag hier einfügen]

Begründe jede Antwort direkt anhand des Textes. In ganzen Sätzen.

Wenn ein Check nicht zutrifft, sage das ausdrücklich.