

Eötvös Loránd Tudományegyetem

Pedagógiai és Pszichológiai Kar

Pszichológia Szak

Országos Tudományos Diákköri

Konferencia

Áltudomány a pszichológiában-A

narcisztikus személyiségzavar

reprezentációja a youtube-on

Név: Bársony Csongor

Neptun kód: GL1HQA

Témavezető: Nagy Beáta Magda

Tartalomjegyzék:

Abstract:	3
Szakirodalmi bevezető:	3
1. Tudomány és áltudomány	5
2. Egészségügyi információk az interneten	6
Módszertan, mintavétel, kutatási kérdés:	9
Eredmények:	10
Narcisztikus személyiségzavar- Szakértői tartalmak:	11
Szakértői tartalmak – Szenvedésnyomás	11
Szakértői tartalmak – A kontinuum, mint szempont	12
Szakértői tartalmak – A téma túlreprezentáltsága, a nárcizmus, mint stigma	13
Narcisztikus személyiségzavar- Áltudományos tartalmak:	14
Nyelvi eszközök: ál-szakkifejezések, tudományosnak tűnő érvelés, biológiai érvelés	14
Nyelvi eszközök: nyomozás, leleplezés:	15
Nyelvi eszközök: érzelmi hatáskeltés, militáns kifejezések, dehumanizáció	16
Tartalmi eszközök: Sematikus ábrázolás	16
Tartalmi eszközök: Egy mindennapi élethelyzet patalogizálása	17
Tartalmi eszközök: Reklám, szolgáltatás igénybevételeire való buzdítás:	18
Szakértői tartalmak és áltudományos tartalmak összehasonlítása: A patológiás hazudozás jelensége:.....	19
Szakértői tartalmak és áltudományos tartalmak összehasonlítása: A kompetencia határ kérdése:.....	20
Diszkusszió:	20
Mesterséges-intelligencia nyilatkozat:	21
Irodalom jegyzék & melléklet:	21

Abstract:

A dolgozatban a nárcisztikus személyiségzavarral kapcsolatosan megjelenő reprezentációkat vizsgáltam, a magyar nyelvű youtube közösségi média felületén. A tudományos tartalmak elérhetősége a közösségi média felületeken számos pozitív hatással jár, azonban ezen dolgozat inkább a negatív hatásokra koncentrált. A legfőbb kiemelő negatív hatás az áltudományosság terjedése, ezáltal a dezinformáció megjelenése, a pszichológia tudományán belül. Számos tudományterületen foglalkoztatja a kutatókat az áltudományosság kérdése, a pszichológia tudományában azonban kevés számú kutatás van az áltudomány megjelenésével kapcsolatban. Krekó Péter és Falyuna Nóra: által szerkesztett *Sarlatánok kora: Miért dőlünk be az áltudományoknak?* című kötetükben (2022), az áltudományosság-kritériumainak, tíz szabályát fektetik le, melyek a következők:

1. A használt szakkifejezéseket következetesen és egyértelműen használják a szövegben/ Jelentésük érthető, meghatározott vagy ellenőrizhető?
2. A tartalom fő állításai következetesek és egyértelműek?
3. A tartalom okfejtése, érvelése következetes és pontos?
4. Előfordulhatnak azonosítható érvelési hibák, amelyek megtévesztően hatnak?
5. A tartalom erősen hat az érzelmekre? Feltételezhető a manipulatív szándék?
6. A hivatkozott, érvelést erősítő számadatok érthetők, pontosak és ellenőrizhetők?
7. A hivatkozott források, kutatások hitelesek, ellenőrizhetők és azonosíthatók? Valóban azt állítják, amit az adott tartalom idéz belőlük?
8. A hivatkozott (szak) tekintélyek azonosíthatók (valóban léteznek), relevánsak, valóban hozzáértők a témában, nem elfogultak, és valóban megfogalmazták azokat az állításokat, amelyeket idéznek tőlük:
9. Megjelennek az összeesküvés-elméletek? Felfedezhetők az összeesküvéselméletekre jellemző kommunikációs jellemzők, például az áldozati szerepbe helyezkedés, az ellenségkép gyártás, a polarizáció, illetve a cáfolhatatlanság?
10. Meg akar győzni a szöveg valamely ideológiáról, termék megvásárlásáról, szolgáltatás igénybevételéről? – (Falyuna, 2022,148.o.).

A kutatásban azt vizsgáltam, hogy a mintában szereplő internetes videókban, milyen narratívák jelennek meg, a nárcisztikus személyiségzavar vonatkozásában, illetve, hogy mennyire jelennek meg Falyuna szempontjai az adott videók tartalmában. Az elemzést az imént említett tíz szempont mellett, explorációs jelleggel végeztem, ezért megjelenn

további szempontok is, amik kiegészíthetik és egy integráltabb képet adhatnak a nárcisztikus személyiségzavarral kapcsolatban fellelhető narratívákról. A dolgozat eredményei alapján, a mintában előforduló, releváns szakértőket megjelenítő tartalmakban a nárcisztikus személyiségzavarról következetesen, egyértelműen és igazolhatóan beszélnek a szakértők. Az „áltudományos” tartalmaknál kijelenthető, hogy a nárcisztikus személyiségzavarral kapcsolatos tartalmak érvelése következetlen, érzelmekre ható, megtévesztő. A videókban elhangzó állítások cáfolhatatlanok. Formális pszichológiai kifejezések helyett áltudományos „álszakkifejezéseket” hoznak létre a tartalomgyártók, az érvelés és a tartalom megbízhatóságának az erősítése érdekében. A szakértői és az áltudományos videókban elhangzó narratívák közötti legmeghatározóbb különbség az volt, hogy a hiteles szakemberek nem minősítik a mentális zavarban szenvedőket, míg az áltudományosság képviselői egyértelműen a személyiségzavaros emberrel szemben pozicionálják magukat.

Szakirodalmi bevezető:

Az internet térnyerésének hála a pszichológiai tudás egyre elérhetőbbé válik, ezen belül a különböző közösségi média felületeknek és egyéb videómegosztó platformoknak köszönhetően, egyre több pszichoedukációval kapcsolatos tartalom jut el a téma iránt érdeklődő laikusokhoz. Az online térnyerés velejáró hozadéka, hogy számos társas-interakció a valóságos fizikai térből átkerült a közösségi médiák különböző felületeire. Az e platformok által nyújtott lehetőségeket számos mentálhigiénés szakember kihasználja, így az online terek a szakmai ismeretterjesztés mellett akár a terápiás munka színterévé is válhatnak.

A világhálón megosztott információ bőséges, könnyen elérhető, ám nem kontrollált. A tudományos szempontból helytálló ismereteket átadó, a témában kompetens szakemberek mellett, számtalan olyan önjelölt szakértő is megosztja a „tudását” ezeken a felületeken, akiknek vagy egyáltalán nincs szakmai képzettsége és jártassága az adott szakterületen, vagy az általa tárgyalt témák messze meghaladják azt. A laikus felhasználók számára azonban nem egyértelműen választható szét, hogy melyek a tudományosan alátámasztott és pontos információk, és melyek azok, amelyek bár a tudományosság látszatát keltik, hitelességük (akár az ismeretközlő kompetenciájának hiánya miatt) megkérdőjelezhető vagy egyenesen a dezinformáció körébe sorolhatók.

Ahhoz, hogy megőrizzük a pszichológia tudományának integritását fontos, hogy meghatározzuk, a hiteles szakmai vélemény és az áltudomány által képviselt narratívák közti különbséget.

1. Tudomány és áltudomány

A dolgozat alapját Krekó Péter és Falyuna Nóra: által szerkesztett Sarlatánok kora: Miért dőlünk be az áltudományoknak? című kötete adja (2022). Az áltudomány-definiálásaként, Kutrovátz Gábor e kötetben szereplő meghatározását használom: „Áltudományoknak az olyan vállalkozásokat szokás nevezni, amelyeket képviselőik tudományként próbálnak feltüntetni, miközben valójában nem tekinthetők annak „– (Kutrovátz, 2022, 36.o.)”. Kutrovátz szerint az áltudományok kialakulásának fő oka az, hogy a modern társadalmakban a tudomány és annak képviselői nagy tekintéllyel bírnak, a tudósok a társadalom azon szereplői, akik jogosultak annak meghatározására, hogy hogyan működik a világ, ami nagy presztízzsel jár együtt. Az áltudományos szakemberré válásnak két-kategóriáját különbözteti meg, az egyik esetben az adott terület szakértői félreértik a tudományos gyakorlatot, a másik esetben az adott terület képviselői szándékosan törekszenek arra, hogy meggyőzzék a nyilvánosságot a terület tudományosnak tekinthető voltáról. A szerzők az áltudományosság-kritériumainak, tíz szabályát fektetik le, melyek a következők:”

11. A használt szakkifejezéseket következetesen és egyértelműen használják a szövegben/
Jelentésük érthető, meghatározott vagy ellenőrizhető?
12. A tartalom fő állításai következetesek és egyértelműek?
13. A tartalom okfejtése, érvelése következetes és pontos?
14. Előfordulhatnak azonosítható érvelési hibák, amelyek megtévesztően hatnak?
15. A tartalom erősen hat az érzelmekre? Feltételezhető a manipulatív szándék?
16. A hivatkozott, érvelést erősíthető számadatok érthetők, pontosak és ellenőrizhetők?
17. A hivatkozott források, kutatások hitelesek, ellenőrizhetők és azonosíthatók? Valóban azt állítják, amit az adott tartalom idéz belőlük?
18. A hivatkozott (szak) tekintélyek azonosíthatók (valóban léteznek), relevánsak, valóban hozzáértők a témában, nem elfogultak, és valóban megfogalmazták azokat az állításokat, amelyeket idéznek tőlük:
19. Megjelennek az összeesküvés-elméletek? Felfedezhetők az összeesküvéselméletekre jellemző kommunikációs jellemzők, például az áldozati szerepbe helyezkedés, az ellenségkép gyártás, a polarizáció, illetve a cáfolhatatlanság?

20. Meg akar győzni a szöveg valamely ideológiáról, termék megvásárlásáról, szolgáltatás igénybevételeéről? – (Falyuna, 2022,148.o.).

A fenti kritériumok, támpontot adnak a dolgozatomban szereplő szövegek tematikus elemzése során.

2. *Egészségügyi információk az interneten*

A nyugati társadalmakban nagyon gyakori jelenség, hogy egészséggel kapcsolatos információ, megszerzésének érdekében az egyén a közösségi média felületekhez fordul, ami elősegítheti a félretájékozódást egy adott egészségügyi témával kapcsolatban. Starvaggi, Dierckman, Lorenzo-Luaces (2024) célja, hogy összesítsék a mentális egészséggel és a dezinformációval kapcsolatosan fellelhető szakirodalmi eredményeket. Az egyik említett kutatás szerint, a Facebookon és Redditen OCD-vel kapcsolatos segítő csoportban résztvevő felhasználók 37%-a válaszolta azt, hogy az ezen, csoportokban talált információ, hatással volt arra, hogy máshogy kezeljék a betegségüket, de az említett személyeknek csak a fele konzultált szakemberrel megküzdési stratégiákkal kapcsolatban. Az eredmények, azt sugallják, hogy a közösségi média felhasználók az egymás közötti tanácsot könnyebben találják megbízható információ-forrásnak, ami feltételezi a valódi szakvélemény kizárását.

Osman és munkatársai (2022) szisztematikus áttekintő tanulmányukban arra keresték a választ, hogy a meglévő kutatási eredmények alapján a youtube megbízható platform-e a mentális egészséggel kapcsolatos információk tekintetében. Az elemzett tanulmányokban a tartalom minőségét pontozással és/vagy kategorizációval határozták meg. A pontozás alapján történő értékelés során a videókat egytől öt pontig terjedő skálán értékelték, ahol például az egy pont a nagyon rossz, míg az öt pont a nagyon jó minőséget jelölte. A kategorizációs meghatározás során a kutatók címkéket adtak a videóknak, amelyek az adott tartalom minőségére, hasznosságára, pontosságára és megbízhatóságára utaltak. A kutatás eredményei azt mutatták, hogy bár a youtube rengeteg információt kínál a mentális egészségről, ezek minősége jelentősen eltérő lehet. A szerzők arra a következtetésre jutottak, hogy a youtube nem feltétlenül megbízható információforrás a mentális egészség vonatkozásában. A megtekintésszám és a kedvelések száma nem tekinthető a videók minőségét meghatározó indikátornak. Ez azt jelenti, hogy egy videó népszerűsége nem feltétlenül tükrözi annak pontosságát vagy hasznosságát. Az eredmények rámutatnak arra, hogy bár a youtube nagy potenciállal rendelkezik a mentális egészséggel kapcsolatos információk terjesztésében, a

felhasználóknak érdemes kritikusán megközelíteniük az ott található tartalmakat. A kutatók hangsúlyozták, hogy a megbízható és hiteles információk keresése érdekében a nézőknek figyelniük kell a forrásokra, és előnyben kell részesíteniük azokat a videókat, amelyeket szakértők készítettek vagy hiteles tudományos forrásokra alapoznak.

A 21. században az alternatív médiumok, mint az internet és a közösségi média térnyerése számos pozitív hatással jár, például a hozzáférhető és nyitott tudomány révén. Ugyanakkor, az információáradat megjelenése számos negatív következménnyel is járhat, melyek közül az egyik legmeghatározóbb a dezinformáció terjedése. Wang (2024) kutatásában kiemeli, hogy számos serdülő a közösségi platformokon tájékozódik egészségügyi kérdésekkel kapcsolatban. Az ilyen platformokon terjedő egészségügyi dezinformáció káros egészségügyi magatartásokhoz vezethet, és komoly negatív hatásokkal járhat a fiatalok mentális és fizikai egészségére nézve. Az egészséggel kapcsolatos dezinformáció egyik legaggasztóbb következménye, hogy hozzájárulhat a negatív testkép kialakulásához és növelheti a szorongást a serdülők körében. Ezzel szemben a releváns és megbízható tartalmak elősegíthetik az egyéni jólétet. Ha a közösségi média felelősségteljesen van használva, a serdülők körében emelkedhet a társas támogatás szintje, ami pozitív hatással lehet a mentális egészségükre. A nárcisztikus személyiségzavarral kapcsolatos narratívák szempontjából releváns lehet ezen eredmény, mert a mentális betegségek esetében ez még fontosabb, mivel a hiteles információ segíthet az érintetteknek abban, hogy felismerjék a problémát és merjenek segítséget kérni. A nárcisztikus személyiségzavar egy stigmatizált téma, amelynél sokszor megjelenik a mentális zavarral küzdő személy minősítése és értékelése. Ez a stigma megnehezítheti az érintettek számára, hogy nyíltan beszéljenek a problémáikról és segítséget kérjenek. Az alternatív médiumokban terjedő dezinformáció tovább súlyosbíthatja ezt a helyzetet, mivel hamis vagy félrevezető információk terjedhetnek a betegségről, amelyek tovább növelhetik a stigmatizációt és a félreértéseket. Összességében, az alternatív médiumok hatása a mentális egészséggel kapcsolatos információterjedésre kettős. Bár a megbízható és releváns tartalmak hozzájárulhatnak az egyéni jóléthez és a társas támogatás növeléséhez, a dezinformáció súlyos negatív következményekkel is járhat. Ezért elengedhetetlen, hogy a közösségi média platformjai és a tartalomgyártók felelősségteljesen járjanak el, biztosítva, hogy a mentális egészséggel kapcsolatos információk pontosak és megbízhatóak legyenek. Csak így lehet csökkenteni a dezinformáció káros hatásait és elősegíteni az érintettek megfelelő tájékozódását és támogatását.

P. Mache, S. Natu (2020) összefoglaló kutatásának témája az áltudomány és az empirikus, bizonyítékokon nyugvó tudományosság harca, azon jelenség térnyerése, hogy képzetlen szakemberek folytatnak kvázi terápiás tevékenységet az online térben. Az alkalmazott módszertan az online félig strukturált interjúkból gyűjtött adatok kvalitatív elemzése volt. Egyik válaszadójuk egy angol egyetemista volt, aki elmondása szerint pánikrohamra jellemző tüneteket vélt felfedezni magán, mivel hat hetet kellett volna várnia még arra, hogy az egyetem kampuszán egy szakember fogadja, egyik legnépszerűbb közösségi portált használva keresett segítséget. Talált is egy magát terapeutának kiadó személyt, aki online egy ötven perces beszélgetésért kétszáz fontot elkérve „kezelt” őt. A történet kapcsán több probléma is felmerül, elsősorban a „szakember” hiányzó kompetenciája, amely alapján el tudja dönteni, hogy az adott személy, illetve a mentális zavar súlyossága lehetővé teszi-e az online kezelést vagy sem. Az eset kapcsán felmerülő másik szempont az elérhetőség és az anyagi juttatás aránytalansága. Egy áltudományos „szakember” könnyen válhat elérhetővé a közösségi felületeken, azonban a juttatás, amit kér a „terápiáért” aránytalan lehet egy valódi hitelesített szakemberhez képest.

Megfigyelhető tendencia a nyugati társadalmakban, hogy egyre több szó esik a közbeszédben a mentális jólétről és a különféle pszichopatológiákról, még a XX. század utolsó évtizedeihez képest is. A közösségi média gyorsan hozzáférhető információkat nyújt a mentális zavarokról, ami nagymértékben elősegítheti ezek felismerését és a segítségkérést is. Syed (2020) kutatása a közösségi médiában megfigyelhető vizuális narratívákról szól a depresszióval kapcsolatban. A tanulmány a Tumblr közösségi média felületén térképezte fel a depresszióval összekapcsolható vizuális elemeket. A kutatók tizennégy közepes súlyosságú depresszióban szenvedő beteget (többségük nő) toboroztak egy tanácsadó központba. A vizsgálat során 72, depresszióval kapcsolatos képet mutattak a résztvevőknek a Tumblr-ről egy félig strukturált interjú keretében. A résztvevőknek beszélniük kellett a képekről az alapján, hogy számukra milyen relevanciával bír az adott kép. A kutatás a közösségi média segítségével betekintést nyújt a mentális betegek szubjektív betegségélményével kapcsolatban. A tematikus elemzés segítségével hat témát azonosítottak, amelyek segítenek megérteni a résztvevők depresszív és diszfunkcionális gondolatait. A tanulmány rávilágít arra, hogy a közösségi médiában megjelenő vizuális tartalmak hogyan segíthetnek a mentális zavarokkal küzdők számára, hogy kifejezzék belső érzéseiket és tapasztalataikat. Ezen felül, a közösségi média platformjai lehetőséget adnak arra, hogy a mentális egészség témája szélesebb körben elterjedjen és a társadalom nagyobb része számára hozzáférhetővé váljon. A közösségi médiának előnye, hogy gyorsan és széles

körben terjed az információ rajta, így azok is könnyen hozzáférhetnek ezekhez a tartalmakhoz, akik egyébként nem keresnének aktívan információt a mentális zavarokról. Ez különösen fontos a fiatalabb generációk számára, akik gyakran a közösségi médiát használják fő információforrásként. A depresszióval kapcsolatos vizuális tartalmak segíthetnek abban, hogy a mentális zavarokkal küzdők kevésbé érezzék magukat egyedül a problémáikkal, és bátoríthatják őket arra, hogy segítséget kérjenek. A közösségi média fontos szerepet játszik a mentális egészséggel kapcsolatos ismeretek terjesztésében és a segítségkérés elősegítésében. Syed (2020) kutatása jól mutatja, hogy a közösségi médiában megjelenő vizuális narratívák hogyan nyújthatnak támogatást és megértést a mentális zavarokkal küzdők számára. A tematikus elemzés által azonosított hat téma pedig mélyebb betekintést ad a depresszióval küzdők gondolataiba és érzéseibe, ami hozzájárulhat a mentális egészségügyi ellátás javításához és a társadalmi stigmatizáció csökkentéséhez. A közösségi média így nem csupán információs platform, hanem egy eszköz is, amely segíthet a mentális zavarokkal küzdők támogatásában és a társadalmi tudatosság növelésében.

A Dolgozat témája az áltudomány a pszichológiában, ezen belül a nárcisztikus személyiségzavar reprezentációja a magyar nyelvű legnépszerűbb videómegosztó portálon (youtube-on). A nárcisztikus személyiségzavarral kapcsolatos közbeszéd térnyerése okán választottam ezt a személyiségzavart, az összes többi személyiségzavarral szemben. A nárcisztikus személyiségzavar pszichopatológiai leírása a mellékletben megtalálható. A nárcisztikus személyiségzavar egy kontinuumon értelmezendő, kritériumai jellemzőek lehetnek, nem patológiás személyekre is (egy-egy kritérium előfordul egyszeri/ritka esetben). A patológiás személyeknél nagyon fontos szempont, hogy annyi kritérium álljon fent egyszerre, amennyit az adott klasszifikációs rendszer meghatároz, tartósan. A tünetek kihatnak az egyén életének minden területére (nem csak egy-egy kontextusban jelenik meg). A nárcisztikus személyiségzavar szenvedésnyomással jár, ugyanis rontja az alkalmazkodást, nehezíti azt, hogy az egyén teljes életet éljen.

Módszertan, mintavétel, kutatási kérdés:

A vizsgálatban a youtube videómegosztó portálon a „nárcizmus” kereső szóra megtalálható legmagasabb megtekintésszámú, húsz magyar nyelvű videó került tematikus elemzésre. A megtekintésszám alapú szűrés oka egyrészt az, hogy az adott megtekintésszám nagysága jelzőértékű lehet a tartalom relevanciájának szempontjából, másrészt olyan videókat szerettem volna elemezni, amelyek sok felhasználóhoz eljutottak. A vizsgálat kvalitatív

módszerrel készült, mert célom a nárcizmussal kapcsolatos internetes médiában fellelhető narratívák és a nyelvben felfedezhető mintázatok azonosítása volt. A tematikus elemzés módszerét számos internetes médiával kapcsolatos kutatásban használják a kutatók, abból a célból, hogy feltérképezzék egy adott területen megjelenő narratívákat egy témával kapcsolatban. Velarde (2017) például mentális betegséggel kapcsolatos narratívákat elemzett tematikusan az Instagram felületén megjelenő posztok alapján. Wenglorz, (2021) pedig a mentális egészséggel kapcsolatos stigmatizáció feltérképezésére használtak tematikus elemzést mentális egészség témájú, német nyelvű podcast alapján. A saját mintámban szereplő videók nyersszöveg változatát tematikusan elemeztem. A mintában hat olyan videó található, amelyben a tudományos közösséget képviselő, hitelesített szakember szerepel és tizennégy olyan videó van, melyben az adott szakértő, szakmai tudása, képzettségének szintje megkérdőjelezhető, vagy nem derül ki az adott személy végzettsége (nincs megjelenítve a csatornán és a videóban sem), illetve az adott szakember bár feltételezhetően rendelkezik valamilyen képesítéssel (például coach), azonban az általa szakmaiként közölt vélemény végzettség kompetencia határain túl van. A nárcisztikus személyiségzavarról hiteles szakmai véleményt, klinikai-kompetenciával rendelkező szakember tud szolgáltatni, a szakmaiságról ezen, szempont alapján gondolkodtam. A kutatásban azt vizsgáltam, hogy a mintában szereplő internetes videókban, milyen narratívák jelennek meg, a nárcisztikus személyiségzavar vonatkozásában, illetve, hogy mennyire jelennek meg Falyuna szempontjai az adott videók tartalmában. Az elemzést az imént említett tíz szempont mellett, explorációs jelleggel végeztem, ezért megjelennek további szempontok is, amik kiegészíthetik és egy integráltabb képet adhatnak a nárcisztikus személyiségzavarral kapcsolatban fellelhető narratívákról.

Eredmények:

A kutatásban azt vizsgáltam, hogy a magyar nyelvű youtube videómegosztó portálon milyen fogalmi keretben beszélnek a különböző tartalomgyártók a nárcisztikus személyiségzavarról, illetve, hogy az adott videók, mennyire feleltethetőek, meg tartalmukban a tudomány által már fellelhető ismereteknek, klasszifikációs rendszereknek, illetve, hogy az adott videók mennyiben térnek el, terminológiájukban, a közlés tartalmában a hitelesített, szakmailag releváns forrásoktól. A videók elemzése során Falyuna, (2022), által felállított tíz kritériumot használtam szempontként, illetve az explorációs jelleg miatt megjelentek további szempontok is azzal kapcsolatban, hogy az adott videókban, milyen fogalmi keretbe, narratívába illeszti bele a tartalomgyártók a nárcisztikus személyiségzavart.

Az első három kritérium: („A használt szakkifejezéseket következetesen és egyértelműen használják a szövegben/ Jelentésük érthető, meghatározott vagy ellenőrizhető?”, „A tartalom fő állításai következetesek és egyértelműek?”, „A tartalom okfejtése, érvelése következetes és pontos?”) –(Falyuna, 2022)”, szorosan kapcsolódik egymáshoz. Ezen kritériumok, releváns szakmailag megalapozott, tartalmaknál kerültek elő. A mintában szereplő hat videóban, melyben szakértő található, három szakember jelenik meg (Dr. Bánki György, Orvos-Tóth Noémi, Knapék Éva), mindhárom szakember rendelkezik klinikai kompetenciával, (Orvos-Tóth Noémi, Knapék Éva-klinikai szakpszichológus, Dr. Bánki György- pszichiáter). A maradék hét kritérium: („ Előfordulhatnak azonosítható érvelési hibák, amelyek megtevesztően hatnak?”, „A tartalom erősen hat az érzelmekre? Feltételezhető a manipulatív szándék?”, „A hivatkozott, érvelést erősíthető számadatok érthetők , pontosak és ellenőrizhetők?” , „A hivatkozott források, kutatások hitelesek, ellenőrizhetők és azonosíthatók? Valóban azt állítják, amit az adott tartalom idéz belőlük?”, „Megjelennek az összeesküvés-elméletek? Felfedezhetők az összeesküvéselméletekre jellemző kommunikációs jellemzők, például az áldozati szerepbe helyezkedés, az ellenségkép gyártás, a polarizáció, illetve a cáfolhatatlanság?” , „Meg akar győzni a szöveg valamely ideológiáról, termék megvásárlásáról, szolgáltatás igénybevételéről?” – (Falyuna, 2022)), az általános szakembereknél és egyéb tartalomgyártóknál (ismeretterjesztő csatorna), jelent meg. Az elemzés során megjelenő tartalomgyártók a bennfentes, a tanulom magam, Eva Winter, Németh Erika, Szilárd Levente András Szücs és a Nácisz coach nevekre hallgató youtube csatornák.

Narcisztikus személyiségzavar- Szakértői tartalmak:

Azon tartalmakban, melyekben szakértőket szerepeltetnek a tartalomgyártók következetes szakkifejezések jelennek meg, a tartalom okfejtése követhető, a tartalmakban megjelenő érvelés pontos, szakmailag releváns források által alátámasztott állításokat tesznek. Az ilyen típusú tartalmakra jellemző, hogy a szakértők által használt terminológia precíz. Az ilyen videókban megjelenő információk alapját gyakran hiteles tudományos kutatások és tanulmányok képezik, amelyek biztosítják, hogy az állítások megalapozottak és ellenőrizhetők legyenek. Ezen tartalmak hozzájárulnak ahhoz, hogy a nézők mélyebb és árnyaltabb megértést szerezzenek a narcisztikus személyiségzavarral kapcsolatban.

Szakértői tartalmak – Szenvedésnyomás

Dr. Bánki György a vele készült interjúban utal arra, hogy a nárcisztikus személyiségzavart nem jellemhibaként, hanem egy kezelendő problémaként kell megközelíteni, amihez megfelelő szakmai segítségre van szükség. A nárcisztikus személyiségzavarral rendelkező személyek számára van rendelkezésre álló kezelés/terápia. A nárcisztikus személyiségzavar hatalmas szenvedésnyomással jár az egyén számára.

„Azt tudni kell, hogy ez nem egy választott sors [a nárcisztikus személyiségzavar...], hogy mondjuk valaki gonosz akar lenni vagy kínozni akarja a környezetét. Nem egy választott dolog, hanem egy igazi úgynevezett sors, és nem véletlenül azt is gondolhatjuk, hogy tragikus sors.[...]. Nem rosszat akar alapvetően, hanem ő is keresi az ideális partnert, illetve az ideális terapeutát” – Dr. Bánki György

Ezen állítás azért fontos, mert jó alapokkal szolgálhat pszichológusok/pszichiáterek által képviselt perspektíva megértéséhez. A nárcizmus nem rossz emberi tulajdonság, hanem mentális zavar, amit ilyen szempontból érdemes vizsgálni, kezelni. A személyiségzavar felismerése árnyalt, bonyolult folyamat, amihez elengedhetetlen a kellő szakmai kompetencia.

„Foglalkozunk a múlttal, foglalkozunk azzal, hogy ez, hogy alakulhatott ki, miből fakad. Érthetővé próbáljuk tenni a jelen jelenségeit, mechanizmusait kapcsolati történeteket azzal, amit ő valaha átélt. Ez azért nagyon nehéz egyébként”.- Dr. Bánki György

Az interjúban elhangzott okfejtés, logikailag és tartalmilag is követi a klasszifikációs rendszerek által meghatározott kritériumokat, mind a két kritérium (B kritérium leírás a mellékletben) megjelenik, ami alapján meghatározható, hogy az egyén nárcisztikus személyiségzavarral rendelkezik. Az egyik kritérium a grandiozitás, a másik a figyelemkeresése.

„A nárcizmusnál van az embernek egy úgynevezett hatalmas szelfje, egy grandiozitása”, [A nárcisztikus személyiségzavaros egyének...], valójában nagyon mély és meglepő függésben vannak a környezetük adni tudásától főleg a figyelem és a csodálat és a siker tekintetében.” – Dr. Bánki György

Szakértői tartalmak – A kontinuum, mint szempont

A nárcisztikus személyiségzavar kontinuumon értelmezhető, amely azt jelenti, hogy minden ember rendelkezik bizonyos mértékű nárcisztikus személyiségvonásokkal. Ezek a vonások az emberi természet részét képezik, és különböző intenzitásban és gyakoriságban

jelenhetnek meg a különböző egyének életében. Fontos megérteni, hogy a nárcisztikus személyiségvonások normálisak is lehetnek, és nem feltétlenül jelentenek mentális zavart vagy patológiát. A patológiás nárcizmus diagnosztizálása során különösen fontos szempont, hogy az egyénnél milyen mértékű és milyen jellegű nárcisztikus jegyek mutatkoznak. Dr. Bánki György is hangsúlyozza ezen aspektusát a nárcisztikus személyiségzavar diagnosztizálásának. A diagnózis szempontjából meghatározó, hogy az illetőnél milyen intenzitással és tartóssággal figyelhető meg a nárcisztikus személyiségvonások együttes jelenléte. A klasszifikációs rendszerek által meghatározott kritériumok segítenek abban, hogy megkülönböztessük a normális nárcisztikus vonásokat a kóros, szenvedésnyomással járó személyiségzavartól. A patológiás nárcizmusban szenvedő egyének számára jellemző, hogy a nárcisztikus vonások súlyos nehézségeket okoznak az életük különböző területein, beleértve a munkahelyi magánéletbeli és egyéb emberi kapcsolatokat.

„A skála elég széles nárcisztikus [személyiségzavarnál]” - Dr. Bánki György

Nyilván a rosszindulatú formákban [is előfordul a nárcizmus...], tehát vannak úgynevezett malignus nárcisztikusok. - Dr. Bánki György

„Hiszen önmagában a nárcisztikus jegyek azok nem rosszak. Az a kérdés, hogy milyen mennyiségben vannak jelen egy embernek a személyiségében, a működésében” - Orvos-Tóth Noémi

Szakértői tartalmak – A téma túlreprezentáltsága, a nárcizmus, mint stigma

A nárcisztikus személyiségzavar nagy mértékben reprezentált téma a médiában, amire Orvos-Tóth Noémi és Knapek Éva klinikai szakpszichológusok is utalnak a velük készült interjúkban. A valódi személyiségzavarral rendelkező emberek aránya sokkal alacsonyabb a populációban, mint ahogy ezt a médiatartalmak mennyiségéből le lehet szűrni. Amely állítás, valóban igazolható: „A nárcisztikus személyiségzavar az általános populáció 1–2%-ában, a klinikai populáció 1,3–20%-ában fordul elő” (Weinberg, 2020). A nárcisztikus kifejezés „címkévé” válik, ami egy ártalmas jelenség, hiszen nehezen lesznek a hasonló vonásokkal rendelkező személyek megkülönböztethetőek a valódi személyiségzavaros egyénektől.

[A nárcisztikus személyiségzavarról való diskurzusnál...]jegyeként én is azt látom, hogy ez egy nagyon könnyen másokra akasztható címke. [a nárcisztikus...] másokra olyan

könnyen rá lehet fogni, és ez ad egy nagy felmentést is, hogy megvizsgáljuk azt a kapcsolatot, amiben mondjuk valakire rá ragasztjuk ezt a címkét.” - Orvos Tóth Noémi

„Igen, én is úgy látom, hogy kissé már túl van használva ez a kifejezés [a nárcizmus kifejezése...] és akkor is eszünkbe jut, amikor nem feltétlen erről van szó. Például egy szakítás után. Nagyon hamar előkerül.” - Knapek Éva

Nárcisztikus személyiségzavar- Áltudományos tartalmak:

Azon tartalmakban, melyekben magukat szakértőknek kiadó személyek szerepeltek, a nárcisztikus személyiségzavarral kapcsolatos tartalmak érvelése következetlen, érzelmekre ható, megtevesztő. A videókban elhangzó állítások cáfolhatatlanok, a tartalomgyártók formális pszichológiai kifejezések használata helyett áltudományos „ál-szakkifejezéseket” hoznak létre.

Nyelvi eszközök: ál-szakkifejezések, tudományosnak tűnő érvelés, biológiai érvelés

A tartalomgyártók a tartalom hitelesítésének az érdekében a tudomány által is használt eszközöket használják. Ilyen eszközök az álszakkifejezések használata és a biológiai alapú érvelés. Álszakkifejezésekre példa: hamis én, elhagyási trauma, toxikus kapcsolat, stabil belső identitás mag.

A biológiai érvelés tartalmaz valós tudományosan igazolt állítást, azonban az állításból következő analógia nem állja meg a helyét. A megjelenített élettani összefüggésekből olyan következtetést von le a tartalomgyártó, ami nem tudományosan igazolható objektív állítás, hanem értékelő, a személyiségzavaros emberrel szembe helyezkedő tartalom. A nárcisztikus személyiségzavarral rendelkező egyént (párkapcsolati kontextusban) függőséget okozó „droggal” vonja analógiába, amiről a partnert le kell szoktatni.

„A pozitív -negatív ingerek véletlenszerű hirtelen váltakozása pedig előidézi az agyadban azt, hogy függője legyél ennek a hormon koktélnak. Ami oxitocinból és kortizolból áll, természetesen sok más neurokémiai anyag is szerepet játszik ebben a folyamatban, de a két fő felelős, amire mi most koncentrálni fogunk, az az oxitocin és a kortizol .”

Ezen állításból a következő következtetést vonja le a tartalomgyártó:

„Egészen egyszerűen ez egy biokémiai addikció, amiről ugyanúgy le kell szoktatni magad mint egy drogról, mert jelen esetben a nárcisztikus a drogod .”

A mintában megjelenített tartalmakban számos esetben fordul elő, hogy egy adott formális pszichológiai kifejezést, elméletet vagy pszichológusok által használt kifejezést nem megfelelően értelmeznék a tartalomgyártók a követők számára. Ilyen eset a „traumás kötődés” elméletének az értelmezése, amely kifejezés nem jelöl konstruktumot azonban a szakmán belül számos esetben használják pszichológusok és az angol szakirodalomban megtalálható megfelelője is van (trauma bonding). A traumás kötődés kifejezés arra utal, hogy olyan esetekben, ahol a személy már az elsődleges kötődési kapcsolatában akár gyermekkorban egy bántalmazó szülő mellett traumatizálódik, akkor előfordulhat, hogy ezt a mintázatot tovább viszi felnőtt korában, ami miatt benne maradhat egy bántalmazó kapcsolatban. A tartalomban a kifejezésnek a jelentéstartománya módosul, egy komplex folyamat ábrázolása helyett egy leegyszerűsített folyamat kerül megjelenítésre. A nárcisztikus személlyel való kapcsolat összemosódik a bántalmazó kapcsolat fogalmával.

„A traumás kötődés nagyon gyakori a nárcisztikus kapcsolatokban, és ha valaki hosszú, intenzív hónapokat, éveket vagy évtizedeket tölt el egy ilyen kapcsolatban, szinte biztos, hogy érinteni fogja ez a függőség. Ez a kötődés azonban nem eltérhetetlen, nem leküzdhetetlen és semmi misztikus nincs benne . ”

„Egyszerűen így működik az agyunk, a traumás kötődés egy természetes válasz arra az abúzus, amin keresztülmentél ebben a nárcisztikus kapcsolatban az a hullámvadász dinamika, amire a nárcisztikus kapcsolat épül a tökéletes receptje annak, hogy kialakuljon benned a traumás kötődés. Ez a dinamika rettentően megterhelő hatással van bárkire, és [még...] a legjobban összerakott embert is szétszedi, hogyha belecsúszik: „

„Fontos megértened, hogy nem a te hibád és nem, nem azért mész újra és újra vissza az abúziv partnerhez, mert te ezt szereted, vagy ezt érdeled. „

Nyelvi eszközök: nyomozás, leleplezés:

A nárcisztikus személyiségzavaros egyénhez olyan narratívát társítanak, amiben a nárcisztikus bujkál, megpróbál elrejtőzni, elvegyülni a többi ember között, emiatt fel kell fedni a kilétét, hogy ne kerüljenek velük a „normálisként” azonosított emberek interakcióba. A nárcisztikus „bűvész”, akit le kell buktatni, meg kell fejteni, mint egy kódot. Ezen kívül számos esetben megjelenik a fogalmak összemosása, mint motívum (jelen esetben a nárcisztikus fogalma a pszichopata fogalmával).

„Valószínű. Hogy ön már találkozott valamikor, egy nárcisztikus pszichopátával. Csak nem ismerte fel. Ugyanúgy néznek ki, mint bárki más. Van néhány árulkodó jel, ami lebuktatja őket. Első látásra ezek az emberek, teljesen ártalmatlannak tűnnek.”

„Hát most leleplezzük a nárcisztikusokat, mert egyáltalán nem elégedettek önmagukkal”

„A rejtettebb nehezebben észrevehető, hiszen ők azok, akik inkább megbújnak [a nárcisztikusok...], inkább a háttérben vannak, és innen a háttérből különféle passzív-agresszív eszközökkel manipulálnak és érik el azt, amit akarnak”

„Ugyanis amikor megérted, hogyan működik a nárcisztikus és hogyan képes hatni rád a viselkedésével, az olyan, mint hogyha egy bűvészt lepleznél le és már máshogy nézed a trükköt már nem hat rád olyan erővel, mert már tudod, sőt látod hogyan csinálja. Mondhatjuk, hogy már látod a kódot a mátrixban, ezzel pedig nemcsak az ellátmány változik, hanem némileg lazul az a kötelék is, amivel a nárcisztikus fogvatartott.”

Nyelvi eszközök: érzelmi hatáskeltés, militáns kifejezések, dehumanizáció

A különböző tartalmakban érzelmi hatást keltő narratívák jelennek meg. Az érzelmi hatás elérése érdekében, a tartalomgyártók militáns, harcra utaló kifejezéseket használnak és számos esetben dehumanizálják a nárcisztikus személyiségzavarral rendelkező egyéneket. Ilyen militáns kifejezések: a lefegyverezés, párbaj, taktika. A dehumanizáció esetében, olyan képzeteket társítanak a nárcisztikusokhoz, mint pokol, démon.

„Megteremtette a hamis ént, ez lett az ő istene, de ez az isten azonban nem egy jó isten, hanem egy gonosz isten. Azért gonosz isten, mert ahhoz, hogy a nárcisztikus megfelelően tudjon funkcionálni, ezt a hamis ént, az istenét [...], ez egy mohó isten, tehát ennek állandóan kell az üzemanyag, és ezt csak úgy tudja elérni, hogy ennek a hamis énnak az oltárán ő további emberáldozatokat áldoz fel annak érdekében, hogy ő megfelelően tudjon funkcionálni az életben.”

„Tulajdonképpen úgy a nárcisztikus az nem létezik. A nárcisztikus egy külső környezeti visszaverődés.”

„[A nárcisztikus személyek] magukat egy amolyan istenszerű lények látják.”

Tartalmi eszközök: Sematikus ábrázolás

Számos esetben a tartalomgyártók többféle eszközzel próbálják meggyőzni és befolyásolni nézőiket. Nemcsak nyelvi eszközöket alkalmaznak a meggyőzés érdekében, hanem különböző tartalmi stratégiákat is, amelyek célja, hogy hatékonyan közvetítsék üzeneteiket és érzelem keltéssel befolyásolják a nézőiket. Az elemzett tartalmak esetében gyakran látható, hogy a nárcisztikus személyiségeket egy leegyszerűsített séma alapján ábrázolják. Ez a séma gyakran arra épül, hogy a nárcisztikus személy (általában férfi nemű) negatív szereplőként van jelen, míg partnere vagy az áldozatként ábrázolt személy pozitív, empátiát kiváltó karakterként van megjelenítve. Az ilyen jellegű ábrázolások leegyszerűsíthetők és torzíthatják a valóságot, mivel nem nyújtanak teljes képet az érintett személyiségzavarral kapcsolatos viselkedési mintázatokról és a viselkedés hátterében megbúvó motivációs háttérrel. Ezen túlmenően, a tartalmakban gyakran hiányozik az integrált kép, a kétoldalúság, ami hozzájárulhat ahhoz, hogy a tartalmak követői nem kapnak teljeskörű tájékoztatást és kellően árnyalt képet a problémával kapcsolatban. Példaként említhető az áldozathibáztatás gyakori megjelenése, ahol a nárcisztikust és partnerét is hibáztatják az ártudományos szakértők. A nárcisztikus személyiségzavarral rendelkező egyén rosszat akar, a partnere azért nem képes kilépni a kapcsolatból, mert nincs elég ereje, azért lépett be a kapcsolatba, mert nem figyelt kellő képpen az intő jelekre.

„Ők nagyon sokszor áldozatnak mutatják be magukat a főleg a barátaik előtt, és úgy fognak viselkedni, mintha te lennél a bántalmazó és az örült és figyeld, mert abból is tetten érheted. Az exéről beszél és azt mondja, hogy az exem engem bántott, mert egy örült nőszemély egy örült perszóna volt, aki itt megütött, ott megütött”

„[A nárcisztikus személy...] tudom, hogy bánt engem, de én akkor is szeretem. Tudom, hogy szenvedek melletted, egyszerűen nem tudok nélküle élni, mert úgy még jobban szenvednék. Tudom, hogy ez a kapcsolat lassan mindent megöl bennem, de én akkor sem tudom elhagyni. Egyszerűen semmi vagyok nélküle.”

„Te voltál a játék és most nincsen nárcisztikusnak a játéka. Mit fog csinálni a nárcisztikus, ha elveszti a játékszerét? Hát megpróbálhatja akár visszaszerezni a játékszerét.”

„Ezek az emberek [a nárcisztikusok...] manipulatívak, egocentrikusak lételemük, a dominancia a kontroll.”

Tartalmi eszközök: Egy mindennapi élethelyzet patologizálása

A videókban számos alkalommal körül írnak egy szakítási szituációt, ami egy teljesen hétköznapi helyzet, bárkivel előfordulhat. A szakítás krízisének a patologizálása azért lehet kontraproduktív, mert gátja lehet a feldolgozási folyamatnak, hiszen az egyén nem néz szembe a problémával, nem vállal érte felelősséget. A videókban ritkán esik szó a kontinuumról, minden nárcisztikus személyiségzavarral rendelkező személyt ugyanúgy ábrázolnak különbségtétel nélkül. A nárcisztikus személlyel való kapcsolatból menekülni kell, a személyiségzavarral rendelkező egyének számára nincsen megoldás, „gyógymód”. (szemben a szakértőknél, ahol Dr. Bánki György beszél a terápiás folyamatról és a terápia fontosságáról). A mindenki által ismerős helyzet megjelenítése, növeli az azonosulás lehetőségét, illetve a partner azonosítását nárcisztikusként. A nárcisztikus személlyel való kapcsolat fogalma összemosódik a bántalmazó kapcsolat fogalmával. Fontos említést tenni arról is, hogy a nárcisztikus személyiségzavar többnyire a párkapcsolat vonatkozásában jelenik meg ezen tartalmakban az élet többi területén való működésüket nem tárgyalják a videók.

„Egy nárcisztikus kapcsolatból kilépni. Borzasztóan nehéz, és ha még meg is történik a szakítás, akkor is nagy eséllyel átélheted azt, hogy nem tudsz elszakadni a nárcisztikus partnertől, annak ellenére sem, hogy tudod, hogy a kapcsolat nem tesz jót neked valahogy hiába próbálnál menekülni valami nem enged és mindig visszatérsz hozzá, vagy csak egész nap folyamatosan rajta és a kapcsolaton agyalsz, még akkor is, ha már hónapok óta vagy ne adj isten évek óta nem vagytok együtt vagy ténylegesen vissza is mész hozzá.”

„Egy nárcisztikus kapcsolat csapdájából nagyon ritkán lép ki úgy az ember, hogy késznek is érzi magát erre. Mert a csapda egyik jellegzetessége, hogy sosem érzed készen magad [a kilépésre...]. A tisztánlátás egy bizonyos szinten ellehetetleníti azt, hogy minden úgy menjen tovább a nárcisztikus kapcsolatodban, mint eddig, és általában pontosan azt a lökést adja meg, ami ahhoz kell, hogy tényleg elinduljon valamiféle változás”

„[nárcisztikus szakítási helyzetben a kontextus...] A nárcisztikus egy extrém mértékű fájdalmat él meg. Egy pánikszerű valamit. Szó szerint ilyenkor vérszemet kap és bosszúvágya lesz. El fogja határozni ilyenkor, hogy minden erejével tönkretesz téged. Eltűntet úgymond a térképnek a felszínéről.”

Tartalmi eszközök: Reklám, szolgáltatás igénybevételére való buzdítás:

Számos esetben megfigyelhető volt, hogy a videókban reklámok találhatóak. Ezek a reklámok általában a tartalomgyártók saját szolgáltatásaira irányultak, ideértve a coaching

programokat és egyéb fizetős tartalmakat. A reklámok célja gyakran az volt, hogy felhívják a nézők figyelmét a különböző személyiségfejlesztő vagy mentálhigiénés szolgáltatásokra, amelyeket az adott videó készítője kínál. A coaching programokban általában személyre szabott tanácsadást és támogatást ajánlanak a nézőknek. Ezek a szolgáltatások gyakran azt ígérik, hogy segítenek az egyéneknek jobban megérteni önmagukat, vagy éppen kezelni aktuális mentális állapotukat.

„Ne felejts el feliratkozni, ha eddig ezt még nem tetted meg és állítsd be az értesítéseket is, hogy biztosan ne maradj le a következő videókról, ha kérdésed van, vagy személyes konzultációt szeretnél foglalni, akkor írd nekem a [email cím helye...]. „

„Tarts velünk önismereti kurzusainkat is ide fogom tenni. Nézd meg az egyik kurzusunk linkjét és gyere el találkozni velünk személyesen. És juss felismerésekre, önmagadról, személyesen kurzusaink által, illetve szerezd be otthonra önismereti könyveinket.”

„Remélem érthető volt és hasznos volt mindenkinek. Ha tetszett, akkor nyomj egy lájkot csatornámra pedig sok videó van feltöltve”

Szakértői tartalmak és áltudományos tartalmak összehasonlítása: A patológiás hazudozás jelensége:

A nárcisztikus személyiségzavar egyik jellegzetessége, hogy a személyiségzavarban szenvedő egyénre jellemzővé válik az ismétlődő hazudozás, olyan helyzetekben is ahol teljesen felesleges funkció nélküli a hazugság. Ezen jelenség maladaptív lehet a számukra és megnehezítheti a társas alkalmazkodást. Ezen szempontokra utal Dr. Bánki György a vele készített interjúban. Ezzel párhuzamba állítva az áltudományos tartalomgyártó a nárcisztikus hazugságait, jelentős cselekedetként írja le ami adaptív funkcióval rendelkezik minden esetben. A hiteles pszichológiai szakirodalom és szakértők, mint Dr. Bánki György, arra hívják fel a figyelmet, hogy a nárcisztikus személyiségzavarban szenvedők viselkedése sokszor ellentmondásos és nehezen érthető kívülállók számára. Az ismétlődő hazudozás, amelyet gyakran automatikusan és reflexszerűen végeznek, nem mindig tudatosan megtervezett stratégia, hanem egy önkéntelen viselkedési mintázat, amivel saját magának is árthat az egyén.

„Olyan hazugságokat mondanak neked, amivel elérik, hogy felszabaduljon a saját rossz viselkedésükkel kapcsolatos felelősség alól. A nárcisztikus egész élete hazugság és illúzió

ritkán, és csak a sorok között olvasva tiszta pillanataiban amikor egy két százalék felbukkan az igazi énje akkor hallhatsz tőle őszinte mondatokat.”

„Narcisztikus akkor is hazudik, amikor az igazság egy jobb sztori lenne. Tehát, hogy fölösleges bukásokat eredményező. Egyszerűen ezt úgy hívják, hogy primitív hazugságaik vannak tehát [...] egészséges értelemben véve semmi értelme annak, hogy hazudjanak.” - Dr. Bánki György

Szakértői tartalmak és áltudományos tartalmak összehasonlítása: A kompetencia határ kérdése:

A narcisztikus személyiségzavar terápiás kezelése klinikai és/vagy egészség pszichológusi kompetenciát igényel. A terápiás kezelés során kiemelt fontosságú a szakmai tudás, mivel a narcisztikus személyiségzavar kezelése speciális szakértelmet kíván. A terapeuta feladata a személyiségzavar mélyebb gyökereinek feltárása és megértése, amely gyakran komplex pszichológiai és szociális dinamikákat foglal magában. Az intervenciók időigényesek és általában a hosszú távú terápiás kapcsolat kialakítását igénylik a pácienssel. A terapeuta feladata, hogy támogassa és segítse a páciens/klient az önismeret fejlesztésében, a kapcsolati mintázatok megváltoztatásában, valamint a kezelés során felmerülő kihívások kezelésében. Ezen tények ismeretében a tartalomgyártók által használt coaching fogalomkörébe tartozó eljárás nem megfelelő módszer a narcisztikus személyiségzavar kezelésének a vonatkozásában. Az áltudományos szakértő módszerspecifikus, gyors, hatékony eljárást végez, ezzel szemben Dr. Bánki György arra utal a vele készült interjúban, hogy a terápiás folyamat gyakran több évig is eltarthat, a folyamat erőfeszítést kíván a páciensből, a hatékonyságot és gyorsaságot nem említi, mint terápiás szempontot.

„Jelentkezhetsz egy az egy coaching-ra is hozzám, akár áldozat szerepben akár akkor is, ha te magad vagy a narcisztikus, vagy a bántalmazó természetesen engem is a titoktartás kötelez, de nem vagyok orvos”.

„Én coachként dolgozom megoldásközpontúan, viszonylag gyorsan, tehát én annak a híve vagyok. Ez az én szakterületem, hogy ne évekig húzzuk azt, amit lehet. Természetesen vannak olyan esetek, amik meghaladják a kompetenciámat, azt nyilván jelezni fogom.”

„Ez azt jelenti, hogy 3 éven keresztül rendszeresen beszélgetnek és feltárják a gyökereket és a múltat ?[interjúztató kérdése...] Hát igen, ez is zajlik, nyilván foglalkozhatunk [a múlttal], mert mondom irányzatfüggő is, de hát nagyon nehéz megkerülni.- Dr. Bánki György

Diskusszió:

Áltudományos tartalmaknál a nárcisztikus személyiségzavarral kapcsolatos érvelések gyakran következtelenek, érzelmekre hatóak és megtévesztőek. Az ilyen videókban elhangzó állítások sokszor cáfolhatatlanok, érvelési rendszerük pedig hasonlít az összeesküvés-elméletek érvelési rendszeréhez. Az érvelés erősítésére használt formális pszichológiai kifejezések helyett a tartalomgyártók gyakran hoznak létre "álszakkifejezéseket", amelyek könnyen megtéveszthetik a laikus nézőket. A dolgozatban szereplő tartalmak ellenséggépet gyártanak a nárcisztikus személyiségzavarral küzdő egyénekből, ami a nárcisztikus személyiségzavar stigmatizációjához vezethet.

A videókban hétköznapi élethelyzeteket patologizálnak, így a nézők könnyebben azonosulhatnak a tartalommal, és ezáltal könnyebben azonosíthatnak bárkit nárcisztikusként a saját környezetükben. Ennek számos társadalmi következménye lehet, például a mentális zavarral élők stigmatizációja és diszkriminációja. A címkézés és az egyértelműen negatív ábrázolás megnehezítheti a nárcisztikus személyiségzavarral élők számára a segítségkérést.

A fő különbség a szakértői és az áltudományos "szakemberek" álláspontja között az, hogy a hiteles szakemberek nem minősítik a mentális zavarban szenvedőket, míg az áltudomány képviselői egyértelműen a személyiségzavaros emberekkel szemben pozicionálják magukat. Az ilyen tartalmak nem csak, hogy félrevezetik a közönségüket hanem hozzájárulnak a nárcisztikus személyiségzavarral élők stigmatizációjához is. A videók manipulálhatják a nézők érzelmeit, félelmet és ellenszenvet kelthetnek, ami tovább súlyosbíthatja a mentális betegségekkel kapcsolatos társadalmi előítéleteket. Az elemzett áltudományos tartalmak nagy népszerűségnek örvendenek (több tízezres elérések), ami okán fontos lehet pszichológusoknak és egyéb segítő szakembereknek is tájékozódni esetlegesen pontatlan narratívákkal kapcsolatban, hogy edukálni tudják a hozzájuk érkező pácienseket és/vagy klienseket a nárcisztikus személyiségzavarral kapcsolatban.

Mesterséges-intelligencia nyilatkozat:

Kijelentem, hogy semmilyen MI-technológiával előállított tartalom nem került bemutatásra saját munkaként.

Irodalom jegyzék & melléklet:

Bender, D. S., Morey, L. C., & Skodol, A. E. (2018). User's guide for the Structured Clinical Interview for the DSM-5® Alternative Model for Personality Disorders (SCID-5-AMPD). American Psychiatric Association Publishing.

Sarlatánok kora : miért dőlünk be az áltudományoknak?(Krekó, P., & Falyuna, N, 2022)

<https://search.worldcat.org/title/1415789722>

Osman, W., Mohamed, F., Elhassan, M., & Shoufan, A. (2022). Is YouTube a reliable source of health-related information? A systematic review. *BMC Medical Education*, 22(1). <https://doi.org/10.1186/s12909-022-03446-z>

Silverman, D. (2015). *Interpreting qualitative data: A guide to the principles of qualitative research (5th ed.)*. SAGE Publications.

Wang, M. L. (2024). 47. Navigating Health Misinformation on Social Media to Promote Adolescent Health. *Journal of Adolescent Health*, 74(3), S26–S27.

Pseudo-science Versus Evidence-based Science: Emergence of Online Therapy ,P. Mache, S. Natu, *IAHRW International Journal of Social Sciences*, 2022, 10(4), 505-511

Yeo, T. E. D. (2020). “Do you know how much I suffer?”: How young people negotiate the tellability of their mental health disruption in anonymous distress narratives on social media. *Health Communication*, 36(13), 1606–1615. <https://doi.org/10.1080/10410236.2020.1775447>

Syed, A.H. (2020)-Is this what depression looks like? Visual narratives of depression on social media, *Research Article*, 245-259 <https://doi.org/10.1080/1472586X.2020.1779611>

Starvaggi, I., Dierckman, C., & Lorenzo-Luaces, L. (2024). Mental health misinformation on social media: Review and future directions. *Current Opinion in Psychology*, 56, 101738. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2023.101738>

Velarde, C. (2017), Doctoral Student, Communication & Journalism. “*This is what crazy looks like*” a thematic analysis of mental illness narratives on Instagram. UNM Digital Repository. <https://digitalrepository.unm.edu/skc/2017fall/posters/16/>

Wenglorz, Lara (2021) Personal narratives of mental illness stigmatization: A thematic analysis. - University of Twente Student Theses. (n.d.-b). <https://essay.utwente.nl/88773/>

Weinberg I, Ronningstam E: Dos and don'ts in treatments of patients with narcissistic personality disorder. *J Pers Disord* 2020; 34(suppl):122–142

Videók szövegesítéséhez használt szoftver: <https://transkriptor.com/>