

Metody manipulacji stosowane przez SEKTY

Autor: Anna Krasuska

W każdym z nas tkwi potrzeba ciepła, miłości i akceptacji, a często także pragnienie przynależności do grupy. Dlatego prawie każdy może paść ofiarą sekty. Warto poznać, proste zasady manipulacji, jakie stosują sekty, by zwerbować swych członków.

Zaproszenie na kurs jogi czy prezentacja technik uczenia się zwykle nie kryje w sobie nic niebezpiecznego. Dlatego wiele sekt posługuje się metodami, które z pozoru wydają się bardzo niewinne. Ale pamiętaj: celem grupy o charakterze destrukcyjnym (a za takie uważa się sekty) jest całkowite zawładnięcie umysłem. Według szacunkowych danych w Polsce działa co najmniej kilkadziesiąt (mówi się nawet o 300!) sekt. Wiele z nich wymienionych zostało w raporcie Komisji Parlamentu Europejskiego jako szczególnie niebezpieczne organizacje, działające przeciwko zdrowiu psychicznemu i fizycznemu ludzi. Jak je odróżnić? Można zaufać intuicji. Lecz to za mało. Trzeba także poznać – proste w gruncie rzeczy – mechanizmy manipulacji, którymi posługują się sekty.

Sekta wymaga podporządkowania się

Sekta zazwyczaj chce decydować o wszystkich aspektach życia członków - stylu życia, majątku, pracy, kontaktach społecznych, a niekiedy nawet o zdrowiu i życiu. Wymaga absolutnego posłuszeństwa i podporządkowania się. Ludzie zwykle się przed tym bronią, dlatego sekty posługują się specjalnymi technikami, których celem jest wywołanie w werbowanej osobie wrażenia, że dobrowolnie przyjmuje to, co jest jej narzucane.

Deinformacja i kamuflaż - metody stosowane przez sekty

Im mniej rzetelnych wiadomości, im bardziej zatarty jest obraz, tym łatwiej oszukać potencjalną ofiarę. Kiedy więc ktoś zaczepia cię na ulicy i z uśmiechem zaprasza na spotkanie – na którym dowiesz się, jak w sposób pokojowy rozwiązywać palące problemy świata – pierwszym pytaniem powinno być: „Kto się za tym naprawdę kryje?”. Prawdopodobnie odpowiedź niewiele wyjaśni (może to być np. międzynarodowa organizacja o nic niemówiącej nam nazwie), ale ważne jest, by zachować czujność, zdrowy rozsądek i zasadę ograniczonego zaufania.

Ważne



Jak rozpoznać wpływ sekty?

Nie istnieją specyficzne objawy uzależnienia od sekty. Warto jednak przyrzeć się pewnym zmianom w zachowaniu bliskiej osoby. Pierwszym sygnałem, że coś jest nie tak, może być rosnąca izolacja i gwałtowna zmiana osobowości. Charakterystyczne mogą być początkowo stany euforii, a w późniejszym okresie zamknięcie się w sobie, depresja i osłabienie fizyczne.

Osoba dotąd rozmowna, towarzyska nagle może stać się milcząca, nieobecna. Przestaje się interesować szkołą, pracą, rodziną. Rezygnuje także ze swoich wcześniejszych pasji. Może zmienić nagle styl ubierania się, czytać książki, którymi dawniej się nie interesowała. Czasem w domu pojawiają się dziwne broszury i ulotki. Z taką osobą coraz trudniej jest rozmawiać – zwłaszcza na tematy światopoglądowe i religijne. Odnosimy wrażenie, że nasz bliski tkwi za szybą, odgradzony od świata parawanem cudzych myśli i gotowych, sztywnych pojęć.

Trzy etapy manipulacji stosowane przez sekty

1. Uwodzenie

Na początku jest miłość. Werbownik, czyli osoba, która próbuje cię wciągnąć do sekty, jest zawsze osobą niezwykle życzliwą – ale pozornie – otwartą i sympatyczną. Okazuje żywe zainteresowanie twoimi sprawami, szczerze współczuje, otacza ciepłem i oferuje swoją przyjaźń. Jeśli zgodzisz się wziąć udział w kameralnym spotkaniu (np. dotyczącym samorealizacji, wegetariańskiej diety czy możliwości rozwoju zdolności zawodowych), wtedy zwykle przeżywasz szok. Oto zalewa cię morze miłości! – Wszyscy się do ciebie uśmiechają i emanują dobrocią. Chwalą cię, zapewniają, że to wcale nie przypadek, że tu jesteś i że właśnie na kogoś takiego czekali – mówi Anna Rygielska, psycholog, terapeuta z warszawskiego Centrum Informacji o Sektach. – Myślisz: „Jakie to wspaniałe miejsce”, i umawiasz się na kolejne spotkanie. Potem zaczynasz czytać podsuwane książki, przysłuchujesz się rozmowom i powoli, krok po kroku, poddajesz się – początkowo łagodnej i zakamuflowanej – indoktrynacji.

– Werbownicy starają się dowiedzieć o tobie jak najwięcej i rozpracować, co do ciebie najlepiej trafi. Podczas wstępnych obserwacji ustalają, do jakiego typu można cię zaklasyfikować: religijnego, intelektualnego, emocjonalnego czy społecznego. Każdy człowiek ma swoje wrażliwe punkty. Jedni mają silnie rozbudzone potrzeby religijne, inni szukają sposobów samorealizacji, jeszcze inni chcą się dowiedzieć, jak szybko zarobić duże pieniądze albo jak rozwinąć swój intelekt. Chodzi tylko o to, żeby te potrzeby odkryć i dopasować do nich później sposoby perswazji – tłumaczy Anna Rygielska.

2. Przekształcanie

Celem sekty jest spowodowanie u człowieka trwałej zmiany tożsamości. Presja grupy na nowego członka staje się coraz silniejsza, ale wciąż kontrolowana, by zachować złudzenie, że to on sam decyduje o tym, co się dzieje w jego umyśle. Moment przemiany światopoglądu pod wpływem manipulacji jest, niestety, dość trudny do uchwycenia.

– Sekty zawsze podkreślają swoją neutralność religijno-światopoglądową – tłumaczy Anna Rygielska. – Dlatego trzeba przez cały czas pamiętać o tym, jakie się miało oczekiwania na początku kontaktu z grupą. Zapisujesz się np. na kurs tai-chi, bo chcesz poprawić swoją sprawność fizyczną i zdolność koncentracji uwagi. Na ulotce obiecują ci, że tylko to otrzymasz, ale po jakimś czasie zaczyna się ci saczyć do ucha jakąś filozofię. To powinien być pierwszy sygnał, że możesz paść ofiarą psychomanipulacji. Jeśli rzeczywiście masz do czynienia z sektą, to powoli jest ci wpajany nowy obraz świata. Nagle, nie wiadomo kiedy, zaczynasz nosić sari, przechodzisz na wegetarianizm, porzucasz rodzinę albo zapisujesz się na kolejne kursy rozwiązywania problemów życiowych, które rujną cię finansowo i coraz bardziej odrywają od rzeczywistości. Jak więc odróżnić prawdziwy kurs, np. szybkiego uczenia się, od fikcji stworzonej na potrzeby werbunku do sekty?

Anna Rygielska radzi, by dokładnie sprawdzać, na jakiej teorii opiera się proponowane szkolenie. Nie musisz się obawiać, jeśli stoi za nim rzetelna wiedza psychologiczna. Podejrzenia mogą natomiast budzić argumenty natury parareligijnej, np. hasło otwierania się na kosmiczną energię, która cię oświeci. – Niektóre konstrukcje myślowe są szalenie atrakcyjne. Dlatego warto zawsze sprawdzić, jakie są podstawy danej teorii i czy mamy ochotę mieć z nią cokolwiek wspólnego – dodaje psycholog.

3. Utrwalanie lojalności

Kiedy więź między werbującymi a werbowanym zacieśnia się, totalitarne normy obowiązujące w grupie stają się coraz bardziej widoczne. Działanie sekty wobec nowej ofiary skupia się wtedy na maksymalnym odizolowaniu jej od świata. Sekta robi wszystko, żeby odciągnąć „nowego” od rodziny i przyjaciół. Może on być np. namawiany do dzielenia się ze swoimi bliskimi prawdami, które niedawno zostały mu objawione, a wynikające z tego konflikty powodują dobrowolne odsuwanie się od rodziny. Zachęca się nowego członka do porzucenia pracy i np. całkowitego poświęcenia się poszukiwaniu oświecenia lub zajęcia się zbawianiem świata, co zwykle oznacza darmową pracę na rzecz sekty (z której przywódca czerpie korzyści materialne).

Sekta stosuje rozmaite techniki, żeby uzależnić od siebie nowych członków. Jedną z nich jest „wyciszanie myślenia” polegające na wykorzystywaniu modlitwy, mantrowania i technik medytacyjnych do tłumienia wątpliwości. Innym sposobem jest szantaż emocjonalny – manipulowanie takimi uczuciami, jak lęk, poczucie winy, poczucie zobowiązania wobec lidera grupy. Miejsce wcześniejszych zapewnień o miłości zajmuje system kar i nagród. W efekcie kształtuje się nowa tożsamość. Członek sekty trafia do psychologicznego więzienia, którego sam jest strażnikiem.

Profil psychologiczny potencjalnej ofiary sekty

Nie istnieje jeden typ osobowości podatnej na psychomanipulację. Nikt nie jest całkowicie na nią odporny, ale są też sprzyjające okoliczności. Momenty kryzysowe, takie jak czyjaś śmierć, rozwód, utrata pracy czy przeprowadzka do innego miasta, czynią nas bardziej podatnymi na wpływy. – Wszystko, co cię osłabia, otwiera cię jednocześnie na manipulację – tłumaczy Anna Rygielska. – Kiedy czujesz się samotna i zagubiona, poszukujesz sensu życia, potrzebujesz zmiany, wtedy chętniej szukasz wsparcia. Bezrobotni są otwarci na oferty sekt ekonomicznych, które obiecują duże zarobki. Młodzi, inteligentni ludzie łatwo ulegają obietnicom szybkiej kariery. Wiele zależy też od tego, co wynieśliśmy z domu. Jeśli ktoś miał autorytarnych rodziców i nie był przyzwyczajony do autonomii tylko do ślepego posłuszeństwa, w dorosłym życiu szuka środowiska, które o wszystkim będzie za niego decydować. To osoby, które nie potrafią funkcjonować samodzielnie. Na drugim biegunie są ludzie, którzy w dzieciństwie byli zaniedbywani i mają niezaspokojoną potrzebę ciepła i uwagi. To oni właśnie są wrażliwi na bombardowanie miłością.

Zrób to koniecznie



Pomoc osobie uzależnionej od sekty

Pomoc osobie, która uzależniła się od sekty, jest trudna i wymaga współdziałania całej rodziny. Najważniejsze jest zachowanie ciepłych relacji i stałego kontaktu. Czasem wymaga to zmiany w sposobie komunikowania się, w czym najlepiej pomoże doświadczony psycholog. Należy pytać, co się dzieje, rozmawiać, nie dopuszczać do tego, by człowiek zamykał się w sobie. Trzeba przy tym okazywać serdeczność i zainteresowanie, a nie atakować czy ośmieszać. Warto też skorzystać z fachowej pomocy osób, które zajmują się problemami sekt. W każdym większym ośrodku w Polsce możesz znaleźć tego typu placówki.

Ofiary sekt płacą wysoką cenę

Ofiary sekt ponoszą ogromne koszty: porzucenie nauki, utrata pracy, rodziny i przyjaciół, majątku, nawet zdrowia. Dłuższe przebywanie w sekcie może spowodować osłabienie możliwości umysłowych. Wiele radykalnych sekt bazujących na kulturze Wschodu nakłania swoich członków do stosowania drastycznych diet i wielogodzinnych medytacji. Głodówka, niewyspanie i do tego nawyk ciągłego mantrowania robią swoje. Ludzie są później wyniszczeni fizycznie i ogłupiali. Konsekwencją kontaktu z guru-uzdrowicielem bywa przerwanie leczenia, co np. w przypadku nowotworów zwykle kończy się tragicznie. – Sekty wykorzystują to, co w nas najlepsze, czyli gotowość do miłości i poświęcenia. Najgłębsze pokłady dobra, marzenie o szczęściu – nie tylko własnym – nasze najlepsze motywacje... To właśnie staje się przedmiotem manipulacji. Dlatego ludzie, którzy wychodzą z sekty, przeżywają zwykle poważne załamanie wiary we wszystko. Mówią, że czują się tak, jakby doświadczyli duchowego gwałtu. Musi minąć sporo czasu, zanim nauczą się żyć od nowa – podkreśla Anna Rygielska.

W tekście wykorzystano wypowiedzi Pawła Królaka z Centrum Przeciwdziałania Psychomanipulacji w Lublinie

www.psychomanipulacja.pl

Gdzie szukać pomocy



- Warszawa ul. Dominikańska 2, tel. 0-22 543 99 99
- Kraków ul. Dominikańska 3/24, tel. 0-12 423 11 81
- Gdańsk ul. Świętojańska 72, tel. 0-58 301 45 61
- www.badzwolny.eu