

Harc a manipuláció és a befolyásolás ellen

Bevezető

Ez a rövid útmutató abból a célból írtam (elsősorban a témával kapcsolatos szakmai anyagokra támaszkodva), hogy segítsék azoknak a családoknak, ahol az egyik családtag valamelyik szekta vagy manipulatív módszereket használó közösség vagy csoport tagjává vált.

Hasznára válhat azoknak is, akik már kikerültek ugyan egy ilyen csoportból, de még nem sikerült 100%-ban feldolgozni ezt magukban.

Az útmutató alapjául részben **Steven Hassan** nemzetközileg is elismert szektaügyi szakértő munkássága szolgál. Róla annyit érdemes tudni, hogy az Egyesítő Egyház volt tagjaként személyes tapasztalatai is vannak a szekták által alkalmazott befolyásolási módszerekről. Az erőszakmentesség, az emberi jogok és a vallásszabadság elkötelezett híve, munkái és a témával kapcsolatos tanácsai is ezt tükrözik. (Lesz még arról szó, hogy ezek hogyan egyeztethetőek össze a szekták és a hasonló jellegű szervezetek manipulációs módszerei elleni eredményes fellépéssel).

Az itt leírtak nem csak a szcientológia „egyházra” vonatkoznak. Számos más olyan ún. „kisegyház”, szekta stb. létezik, amely hasonló módszerekkel tartja rövid pórázon „híveit”.

Véleményem szerint ahhoz, hogy hatékony ellenlépéseket tudjunk tenni, fontos tudni, hogy egész pontosan mivel állunk szemben. Nem csak elméleti jelentősége van tehát ezen információknak.

A legnagyobb rejtély

A kívülállók számára általában azt a legnehezebb megérteni, hogy hogyan kerül be valaki egy szekta hálójába. A szcientológiánál maradván – mi visz rá valakit arra, hogy higgyen az egyház meglehetősen vad ígéreteinek, és a kudarcok/család/rossz sajtó ellenére kitartsa az egyház mellett. A „rossz társaságba” keveredés megmagyarázható egy rossz pillanattal vagy érzelmi hullámvölgygel, de azt már tényleg nehéz megérteni, hogy a nyilvánvaló figyelmeztető jelek ellenére miért marad ott valaki.

Sokszor elhangzik a szcientológiával (és más hasonló szervezetekkel) kapcsolatban az a vád, hogy „agymosásnak” vetik alá a hívőket. Én nem szeretem ezt a kifejezést, mert azt sugallja, hogy kényszerítéssel és erőszakkal veszik rá az embereket gondolkodásmódjuk megváltoztatására. Az egyház sokkal kifinomultabb módszerekkel dolgozik, mint a testi erőszak. Jeff Hawkins, az egyház volt marketing vezetője „mentális manipulációnak” nevezte azon módszerek összességét, amivel az egyház fokozatosan átveszi az irányítást tagjai élete felett. Én is ezt fogom használni.

Tehát úgy marad valaki szcientológus, hogy áldozatul esik valamelyik alattomos befolyásolási technikának.

A kognitív disszonancia

Idézet a **Szkeptikus Társaság wiki-jéről**:

*A kognitív disszonancia egy pszichológiai elmélet, mely szerint az egymásnak ellentmondó vélemények feszélyező érzést keltenek az elmében. Az elmélet szerint a disszonancia, kellemetlen lévén, arra ösztönzi az embert, hogy változtasson **gondolkodásmódján, véleményén** vagy **viselkedésén**. Az elméletet elsőként Leon Festinger szociálpszichológus vizsgálta meg alaposabban...*

...

A kognitív disszonanciát sokáig "a manipulátorok legjobb barátjának" hívták (Levine 2003: 202). A dolgot alaposabban szemügyre véve azonban kiderül, hogy nem a disszonancia, hanem a rá adott

válaszreakció a fontos annak, aki másokat befolyásolni próbál, miközben a bizonyítékok ellene szólnak.

Az egyház tanítása (és mindennapi gyakorlatai) tele vannak a „hétköznapi” értékrendnek, életvitelnek ellentmondó dolgokkal (kapcsolatmegszakítás a családdal, ha szükséges; az egyház mondja meg, hogy mit szabad olvasni az Interneten, és mit nem; rendkívül drágák a könyvek és a „szolgáltatások”; munkaszüneti napokon és ünnepeken is elvárt a megjelenés az egyház programjain; éjjel és a munkahelyén is hívhatják az embert, hogy adományozzon; a Sea Org tagok rabszolgaként dolgoznak stb). Az egyház kommunikációja és a valóság között is sok ellentét van, ezek lelki kényelmetlenséget okoznak a szcientológusoknak, amelyeket igyekeznek feloldani a disszonancia csökkentésére.

Nézzük meg, hogy hogyan játszik az egyház kezére a kognitív disszonancia és az arra adott válaszreakció.

Gipsz Jakab érzelmileg a padlón van, most hagyta ott a barátnője. Céltalanul térfereg az utcán, amikor leszólítja egy szcientológus munkatárs. Kitölti a személyiségtesztet, utána pedig rendkívül szuggesztíven közlik vele, hogy van megoldás a veszteség okozta lelki fájdalom csökkentésére. Lelkileg nincs olyan állapotban, hogy tiltakozzon vagy kérdezzessen, beül auditálásra.

Mivel kibeszéli a problémát, jobban lesz. Fellelkesül, a szcientológiának tulajdonítja a sikert („működik a tech!”). Hazamegy, elmeséli édesanyjának, aki bepánikol („Úristen, de hát az egy SZEKTA, ahol kimossák az agyadat és elszedik a pénzedet!!!”).

A két szembenálló vélemény kognitív disszonanciát okoz, amelyet igyekszik feloldani magában.

A kognitív disszonanciáról szóló elmélet szerint az ember hajlamos úgy megváltoztatni a gondolkodásmódját ilyen esetben, hogy az az ő cselekedetei helyességét igazolja (akkor is, ha irracionális vagy logikátlan a magyarázat).

Mit tesz Gipsz Jakab ekkor? Felkeresi az egyházat, és beszámol édesanyja reakciójáról. Megtudja, hogy vannak olyan emberek, akik nem szeretik, ha más jobban lesz. Aki a szcientológia ellen van, a javulás ellen van, tehát antiszociális személyiség, aki a hazugságtól sem riad vissza, hogy eltántorítsa az embert ettől a fantasztikus módszertől. Gipsz Jakab inkább ebbe az irányban változtatja meg a gondolkodásmódját (az édesanyját látja rosszabb színben, ekkor ugyanis 1) helyesen cselekedett, amikor az egyház segítségét kérte 2) mást színt kapnak a régebbi viták édesanyjával, ugyanis ha ő antiszociális, akkor minden vitában tulajdonképpen Jakabnak volt igaza. Az ellentmondás feloldódik, Jakab boldogan fizeti be a „következő szintet”.

Az egyházban rengeteg ilyen irracionális magyarázat van az egyházzal kapcsolatos ellentmondásokra, amelyekkel sikeresen meg lehet győzni a szcientológusokat a legvadabb dolgokról is. Minél több időt tölt el (és minél több pénzt költ el) valaki az egyházon belül, annál nehezebb lesz kimagyaráznia magának, hogy miért hitt ilyen sokáig ebben, és annál könnyebben elfogadja a legvalószínűtlenebb magyarázatokat is.

Gondoljuk csak végig – lelkiileg mi a könnyebb? Beismerni, hogy kidobtunk az ablakon x millió forintot, vagy egy antiszociális személynek kikiáltott rokont hibáztatni a „nyereségek” hiányáért? Nézzük meg, hogy milyen módszerekkel befolyásolja még a tagokat az egyház.

A befolyásolás 4 fő területe

Forrás:

Steve Hassan: *Releasing the Bonds: Empowering People to Think for Themselves*, 2. fejezet

A káros manipuláció onnan ismerszik meg, hogy célja a függőség kialakítása a szekta/csoport felé, valamint az, hogy engedelmességre kondicionálja az egyént egy eszme vagy vezető iránt. Ennek során igyekszik csökkenteni az egyén azon képességét, hogy önálló gondolatai legyenek a témáról (és ennek következtében ne is cselekedjen önállóan).

A másik célpont pedig az egészséges kritikai érzék.

Az ideális szektatag gondolati szinten sem képes objektíven szemlélni a helyzetét és kritizálni a szektát vagy annak vezetőjét. Elhiszi a szekta összes hivatalos magyarázatát és megvédi a védhetetlent is. Immunis azokra a kísérletekre, amelyek eltávolítanák őt az eszmétől vagy a szektától.

A pajzson természetesen van rés. A manipuláció ellenszere a manipulációs módszerek ismerete, hogy azok hatását csökkentő vagy semlegesítő ellenlépéseket tudjunk tenni.

Steve Hassan 4 fő területet különített el, ahol manipulálják a tagok. Ezek a következők: **viselkedés, információk, gondolatok, érzelmek.**

Steve Hassan szerint fontos megérteni, hogy egy-egy szektára nem feltétlenül érvényes a következő lista valamennyi pontja. Ez mindössze azon módszerek felsorolása, amelyet az ilyen szervezetek használnak tagjaik manipulálására.

A lista pontjai a Szcientológia Egyházra kb. 75%-ban, a Szcientológia Egyház „szervesrendjére”, a Sea Org-ra pedig szinte 100%-ban illenek (erről még lesz szó később)

I. Viselkedés

1. az egyén mindennapi életének beszabályozása
 - a. hol, hogyan és kivel élhet és barátkozhat az illető
 - b. milyen (színű) ruhákat viselhet, milyen lehet a hajviselete
 - c. mennyit alhat az illető
 - d. pénzügyi függés
 - e. kevés vagy semmi idő nem jut a pihenésre, szórakozásra vagy vakációzásra
2. rendkívül időigényes beavatási szertartások vagy rituálék
3. engedélyt kell kérni a nagyobb döntések meghozatalához
4. be kell számolni gondolatainkról, érzéseinkről és tevékenységeinkről a feletteseinknek
5. jutalmak és büntetések rendszere (viselkedésmódosító technikák)
6. a csoport gondolatvilágának adoptálása, az egyénieskedés elfojtása
7. szigorú szabályok és előírások

II. Információk

1. a tagok megtévesztése
 - a. információk szándékos visszatartása
 - b. információk elferdítése, hogy azok elfogadhatóak legyenek a tagok számára
 - c. hazudozás

2. a szektán kívüli információforrások használatának tiltása, ezek minimalizálása
 - a. könyvek, cikkek, újságok, magazinok, TV, rádió
 - b. a szektát kritizáló források
 - c. volt tagok
 - d. folyamatosan ellátni a tagokat teendővel, hogy ne legyen idejük gondolkodni

3. az információk kategorizálása, belsőst és külsőst megkülönböztető doktrínák
 - a. nem szabadon elérhetőek az információk
 - b. a szervezeten belül szintenként változik, hogy milyen információk elérhetőek
 - c. a vezetőség dönti el, hogy ki miről tudhat

4. a tagokat arra bátorítják, hogy besúgóként segítsék a vezetőséget
 - a. egy tapasztalt „segítőt” állítanak az új tag mellé megfigyelési céllal
 - b. a hivatalos irányvonalától eltérő gondolatok, érzések és cselekedetek jelentése a vezetőségnek

5. információs és propagandaanyagok nagymértékű használata
 - a. hírlevelek, magazinok, újságok, audio- és videokazetták, DVD-k, stb.
 - b. szektán kívüli információforrásokból származó, szövegkörnyezetből kiragadott állítások idézése

6. etikátlan visszaélések a meggyónt bűnökkel
 - a. a „bűnökkel” kapcsolatos információk használata az identitás feladásának elősegítésére
 - b. a meggyónt bűnök manipulációs célzatú felhasználása; nem létezik a megbocsátás vagy a felmentés intézménye

III. Gondolatok

1. elérni, hogy az egyén a csoport tanításaira igazságként tekintsen
 - a. leképezés = valóság
 - b. végletekben (fekete-fehér) gondolkozás
 - c. jó kontra gonosz
 - d. „ők” kontra „mi”

2. „Terhelt” nyelvezet használata („a további gondolkozást leállító klisék” jellemzőek rá). A szavak segítségével gondolkozunk. Ezek a „speciális” szavak inkább szűkítik, és nem bővítik a megértést. Az a szerepük, hogy az élet összetett és bonyolult dolgait egyszerű közhelyekre lehessen redukálni.

3. csak a „jó” és „megfelelő” gondolatok engedélyezettek

4. A „további gondolkozást leállító” technikák használata (a negatív gondolatok leállítása, csak jó gondolatok lehetnek). A racionális elemzés, kritikus gondolkozás, konstruktív kritika elvetése.
 - a. tagadás, racionalizáció, magyarázkodás, ábrándozás
 - b. kántálás
 - c. meditáció
 - d. imádkozás
 - e. sajátos belső szóhasználat
 - f. éneklés vagy dúdolás
5. tilos a vezető, a tanítások és az irányelvek megkérdőjelezése
6. nem létezik szerintük olyan más eszmerendszer, amely hasznos vagy jó lenne

IV. Érzelmek

1. az egyén érzelmi tartományának szűkítése, érzelmeinek manipulálása
2. elérni, hogy problémák esetén az illető úgy érezze, hogy azokért kizárólag ő a felelős, sosem a vezető vagy a csoport
3. gátlástalan rájátszás a büntudatra, büntudat keltése adott dolgokkal kapcsolatban
 - a. identitással kapcsolatos büntudat
 1. ki is az illető (nem a képességeinek megfelelően teljesít)
 2. a családja
 3. a múltja
 4. milyen csoportoknak volt tagja
 5. gondolatai, érzései, cselekedetei
 - b. társadalmi büntudat
 - c. történelmi büntudat
4. gátlástalan rájátszás a félelmekre, félelem keltése adott dolgokkal kapcsolatban
 - a. félelem az önálló gondolatoktól
 - b. félelem a „külső” világtól
 - c. félelem az ellenségektől
 - d. félelem az „üdvözülés” v. „megváltás” lehetőségének elvesztésétől
 - e. félelem a csoport elhagyásától vagy az onnan történő kiközösítésről
 - f. félelem a rosszallástól
5. szélsőséges érzelmi állapotok
6. a „bűnök” rituális és gyakran nyilvános meggyónása
7. Fóbiák beültetése. Irracionális félelmek programozása az elmébe, amelyek célja a csoport elhagyásának vagy a vezető megkérdőjelezésének megakadályozása. A manipulált személy képtelen elképzelni egy olyan jövőt, ahol pozitív és teljes életet képes élni a csoport nélkül is.
 - a. a csoporton kívül lehetetlen boldognak lenni
 - b. rettenetes következményei vannak a csoport otthagadásának: „pokol”, „démoni megszállottság”, „gyógyíthatatlan betegségek”, „balesetek”, „öngyilkosság”, „megbolondulás”, „10000 reinkarnáció” stb.
 - c. A csoportot elhagyók megbélyegzése és kiközösítése. Félelem attól, hogy kiközösítik a barátai vagy a családtagjai.

- d. Nem létezik elfogadható indok a csoport elhagyására. Akik otthagyják a csoportot, azok a csoport szempontjából a következő kategóriába esnek: „gyenge”, „fegyelmetlen”, „nem elég spirituális beállítottságú”, „világias”, „a család vagy egy tanácsadó által végrehajtott agymosás áldozata” stb.

Steven Hassan munkái alapján írta: Bonyai Péter