

Margaret Thaler Singer/Janja Lalich

Sekten



Wie Menschen ihre
Freiheit verlieren und
wiedergewinnen können

Übersetzt aus dem Amerikanischen
von Gabriele Kuby

► Inhalt

Vorwort	12
Danksagung	16
Einleitung	18

Teil eins: Was sind Sekten? 29

1. Definition von Sekten	30
Definitionen und Merkmale	33
Die Entstehung der Gruppe und die Rolle des Führers	35
Machtstruktur: die Beziehung zwischen Führer und Anhängern	36
Der Einsatz von Überredungs- und Überzeugungstechniken	37
Sekten sind nicht alle gleich	38
Arten von Sekten	40
Wer tritt Sekten bei?	43
„Ich doch nicht!“	43
„Doch, Sie!“	45
Warum treten sie bei?	49
Die Fiktion vom Sucher	52
Das Opfer ist schuld	54
2. Kurze Geschichte der Sekten	58
Sekten im 19. Jahrhundert	60
Oneida Community	63
Amana Society	64
Die sechziger Jahre: ein fruchtbarer Boden für Sekten	66

Die siebziger Jahre: Sekten zur Bewußtseinserweiterung	69
Transformationelle Gruppen	70
Politische Gruppen	71
Large Group Awareness Training	71
Spirituelle Gruppen	72
Die achtziger Jahre: Psychologische, okkultistische und Prosperitätssekten	73
Psychologische Gruppen	73
Okkultistische Gruppen	74
Prosperität	75
Beispiele für neue Sekten	75
Grund zur Besorgnis	79
3. Gehirnwäsche, psychologischer Zwang und mentale Programmierung	82
Gehirnwäsche: Beispiele aus der Geschichte	84
Verkappte Beeinflussung	86
Angriff auf das Selbst	90
Wie mentale Programmierung funktioniert	92
Singers sechs Bedingungen	94
Liftons acht Kriterien	100
Scheins drei Stadien	105
Eine neue Identität	109
Unzulässige Experimente	111
4. Was ist an Sekten schlimm?	114
Sekten bedrohen öffentliche Einrichtungen	115
Sekten schaden Kindern und reißen Familien auseinander	118
Sekten sind gewalttätig	119
Sekten arbeiten mit Verschwörung und Betrug	120
Auch kleine Sekten können schädlich sein	121
Sekten berauben uns unserer Freiheit	123
Sekten bemächtigen sich des Eigentums ihrer Anhänger	124
Sekten entziehen sich öffentlicher Kontrolle	127
Was ist zu tun?	131

5. Die Rekrutierung neuer Mitglieder	136
Der erste Kontakt	137
Wer wird angeworben?	137
Wo wird angeworben?	138
Die Einladung	141
Straßenwerbung	141
Der erste fatale Schritt	143
Der erste Kontakt mit der Sekte	144
Die Bindung vertiefen	147
Manipulation und Täuschung	148
Einimpfen von Schuldgefühlen	150
Nicht nur Junge, auch Alte sind gefährdet	151
Zielgruppe: Senioren	152
Zielgruppe: Junge Menschen	153
Die verborgene Zielsetzung	155
6. Physiologische Methoden der Beeinflussung	157
Massenvermarktung von religiösen Übungen	158
Techniken, die vorhersagbare physiologische Reaktionen hervorrufen	160
Hyperventilation	160
Repetitive Bewegung	163
Eingriffe in Ernährung, Schlaf und Streßniveau	164
Steuerung körperlicher Vorgänge	168
Entspannungsinduzierte Angst	169
Meditation muß nicht immer gut sein	171
Meditationsopfer	175
Kann Meditation auch positive Wirkungen haben?	180
7. Psychologische Überzeugungstechniken	182
Trance und Hypnose	183
Naturalistische Tranceinduktion	185
Geführte Imagination	189
Indirekte Anweisungen	192

Tricks	194
Revision der Lebensgeschichte	196
Gruppendruck und Rollenvorbild	201
Emotionale Manipulation	202
Psychotherapeutische Sekten	206
Die Sullivanians	208
Center for Feeling Therapy	209
Dr. Tim	211
Unprofessionelle therapeutische Sekten	213
8. Eindringen in die Arbeitswelt	217
Was heißt New Age?	219
New Age am Arbeitsplatz	221
Verletzung der Bürgerrechte	223
Was geschieht in Großgruppentrainings?	227
1. Tag	228
2. Tag	229
3. Tag	230
4. Tag	230
5. Tag	230
Die Wirkung	231
Die Entwicklung eines New-Age-Trainingsprogramms:	
Ein Fallbeispiel	232
Probleme mit der „Transformation“ am Arbeitsplatz	234
Managementkurse und Reaktionen von Arbeitnehmern	235
Das Forum und Trans Tech	238
Auf den Zug aufspringen	241
Krone-Training bei Pacific Bell	241
PSI World	242
Lifespring	242
Psychologische Betriebsunfälle	243
Psychischer Zusammenbruch	244
Psychische Entgleisung	245
Massiver Psychostreß	245
Vorsicht Käufer: Hier findet Programmierung statt	246

9. Drohung und Einschüchterung	249
Fachleute im Dienst der Sekten	249
Helfende Berufe	250
Akademiker	257
Einschüchterung und Schikanierung von Kritikern	260
Einschüchterung von Wissenschaftlern	260
Repressalien gegen Journalisten, Reporter und Schriftsteller	263
Image-Manipulation durch Sekten	266
Einschränkung und Kontrolle von Forschung	268
Verfolgung von Therapeuten und Rechtsanwälten	270
Androhung von Prozessen	272
Verwandte und Freunde zum Schweigen zwingen	274
Repressalien und Terror	276

Teil drei: Wie können wir Sektenmitgliedern helfen, zu entkommen und zu genesen? 281

10. Rettung von Kindern	282
Die Kinder von Jonestown	284
Die Kinder von Waco	287
Kinder in anderen Sekten	288
Körperliche Mißhandlung	289
Ungenügende Schulbildung	290
Unzureichende Gesundheitsversorgung	290
Emotionale und psychologische Mißhandlung	291
Die Rolle des Sektenführers	293
Die Rolle von Eltern in Sekten	294
Was Kinder in Sekten lernen	297
Nach der Sekte	298
Kinder sind Überlebende	300
11. Die Sekte verlassen	306
Warum es schwer ist zu gehen	306
Überzeugung	307

Anstand und Loyalität	307
Autoritätsfiguren	308
Gruppendruck und Informationsmangel	309
Erschöpfung und Verwirrung	310
Trennung von der Vergangenheit	311
Angst	312
Schuldgefühle wegen der Teilnahme	313
Wege aus der Sekte	315
Deprogrammierung und Ausstiegsberatung	317
Die Anfänge der Deprogrammierung	321
Die Ausstiegsberatung	324
Wer wird Ausstiegsberater?	328
Die Wahl eines Ausstiegsberaters	329
Psychologen und Geistliche als Berater	331
Ausstiegsberatung versus Therapie	332
Ausstiegsberatung heute	333

12. Wieder zu sich kommen:

Die Pseudopersonlichkeit ablegen	336
Genesung von den Nachwirkungen der Sektenmitgliedschaft	338
Praktische Fragen	342
Geld	342
Ausbildung und Gesundheit	343
Die Lücke im Lebenslauf erklären	345
Psychologische und emotionale Schwierigkeiten	346
Schuld und Scham	346
Panikanfälle	347
Angst vor Vergeltung	348
Angst vor sich selbst	349
Konflikte wegen der Zurückgelassenen	350
Mangel an Verständnis in der Außenwelt	350
Kognitive Störungen	352
Unkritische Passivität	353
Reste des Sektenjargons	353
Gedächtnisverlust und veränderte Erinnerungen	354

Triggers, Flashbacks, Floating –	
blitzartige Rückerinnerungen und Abdriften	356
Soziale und persönliche Beziehungen	358
Aufbau eines neuen sozialen Netzes	358
Einsamkeit	359
Intime Beziehungen und Sexualität	359
Ehepartner	361
Vertrauen	362
Der „Aquariumseffekt“	363
Angst vor Bindung	364
Fragen der Philosophie und der Einstellung	364
Aversionen und hyperkritische Einstellungen	365
Abschied vom Weltretter	367
Hilfreiche Aufgaben für Exmitglieder	367
Frühere Leben und die Umdeutung der Biographie	368
Kognitive Störungen	369
Wie man aufhört abzudriften	369
Aversionen widerstehen	372
Wieder vertrauen können	373
Wieder zufrieden werden	374
Es gibt ein Leben nach der Sekte	375
Postscript: Sekten und das Ende des Jahrtausends	379
Anmerkungen	383
Literatur	397