



Agnieszka Olszewska
Urszula Zielińska

WYDAWNICTWO
ASTRUM

PSYCHOMANIPULACJA

METODY I TECHNIKI

Reklama • Biznes • Rodzina • Sekty • Inne



Dotychczas w serii „Kreatywność” ukazały się:

- MICHAEL ARGYLE, *Psychologia szczęścia*
- ANTONI BENEDIKT, *Motywowanie pracowników w sytuacjach kryzysowych*
- ANTONI BENEDIKT, *Reklama jako proces komunikacji*
- GEORGE D. BISHOP, *Psychologia zdrowia*
- MARCIN BROCKI, *Język ciała w ujęciu antropologicznym*
- CELIA BURTON, NORMA MICHAEL, *Zarządzanie projektem*
- pod red. PETERA DAHLGRENA, COLINA SPARKSA, *Komunikowanie i obywatelskość*
- BOGUSŁAWA DOBEK-OSTROWSKA, *Podstawy komunikowania społecznego*
- BOGUSŁAWA DOBEK-OSTROWSKA, ROBERT WISZNIOWSKI, *Teoria komunikowania publicznego i politycznego*
- ROBERT S. FELDMAN, *Zrozumieć psychologię*
- JOHN FISKE, *Wprowadzenie do badań nad komunikowaniem*
- PETER HARTLEY, *Komunikowanie interpersonalne*
- MARTA JARMAŁKOWICZ, *Jak zostać prawnikiem*
- ANNA JARMULA, *Manipulacja i wywieranie wpływu na ludzi*
- MARK L. KNAPP, JUDITH A. HALL, *Komunikacja niewerbalna w interakcjach międzyludzkich*
- BEATA OCIEPKA, *Komunikowanie międzynarodowe*
- TIM O’SULLIVAN, JOHN HARTLEY, DANNY SAUNDERS, MARTIN MONTGOMERY, JOHN FISKE, *Kluczowe pojęcia w komunikowaniu i badaniach kulturowych*
- MONIKA PABJAŃSKA, *Psychomanipulacja w polityce*
- TYMON SMEKTAŁA, *Public relations w Internecie*
- TYMON SMEKTAŁA, *Public relations w sytuacjach kryzysowych przedsiębiorstw*
- PIERRE SORLIN, *Mass media*
- JANINA STANKIEWICZ, *Komunikowanie się w organizacji*
- ALEKSANDER SZTEJNBERG, *Komunikacyjne środowisko nauczania i uczenia się*
- ALEKSANDER SZTEJNBERG, *Podstawy komunikacji społecznej w edukacji*
- JAROSŁAW ŚCIŚLAK, *Jak zostać dziennikarzem*
- JOHN B. THOMPSON, *Media i nowoczesność*
- CHRISTOPER TURK, *Sztuka przemawiania*
- SUSAN VINNICOMBE, NINA L. COLWILL, *Kobieta w zarządzaniu*
- pod red. J. BARAŃSKIEGO, E. WASZYŃSKIEGO, A. STECIWKI, *Komunikowanie się lekarza z pacjentem*

Polecamy także książki:

- ANTONI BENEDIKT, *Mowa ciała*
- ALFRED J. BIERACH, *Sztuka czytania z twarzy*
- VERA F. BIRKENBIHL, *Zdobywanie informacji. Technika szybkiego zadawania trafnych pytań*
- JOLANTA CIANCARA, BOŻENA UŚCIŃSKA, *Komunikowanie się z mediami w praktyce*
- CHRISTIANE EISLER-MERTZ, *Mowa rąk*
- CATHERINE HERRIGER, *Komunikacja bez słów. Rytuały społeczne*
- KLAUS KOBJOLL, *Szybciej, lepiej, więcej. Sztuka motywowania pracowników*
- GÜNTHER REBEL, *Naturalna mowa ciała*
- HORST RÜCKLE, *Mowa ciała dla menedżerów*
- ANDRZEJ SIERADZKI, *Vademecum managera*
- GISELA TAUTZ-WIESSNER, *Savoir-vivre w życiu zawodowym*
- ERHARD THIEL, *Mowa ciała zdradzi więcej niż tysiąc słów*
- LECH TKACZYK, *Postawa, mimika, gest*
- TOM WERNECK, FRANK ULLMANN, *Szybkie czytanie. Naucz się sam*



KREATYWNOŚĆ

PSYCHOMANIPULACJA

METODY I TECHNIKI

Agnieszka Olszewska
Urszula Zielińska

WYDAWNICTWO
 **ASTRUM**
Wrocław

© Copyright by Wydawnictwo ASTRUM Sp. z o.o.

Wrocław 2006

Wszelkie prawa zastrzeżone

Redakcja

IWONA ŁABUDA-BOBOWSKA

Korekta

MALGORZATA JASZCZUK-SURMA

Redakcja techniczna

ELŻBIETA BURSZTYNOWICZ

Projekt okładki

JOANNA TCHÓRZEWSKA

Wydanie I

*Żadna część tej pracy nie może być powielana i rozpowszechniana
w jakiegokolwiek formie i w jakikolwiek sposób, włącznie z fotokopiowaniem,
nagrywaniem na taśmy lub przy użyciu innych systemów,
bez pisemnej zgody wydawcy*

Zamówienia na książki można składać na **kartach pocztowych**

lub przez **Internetową Księgarnię Wysyłkową**

<http://www.astrum.wroc.pl>

Nasz adres

ASTRUM Wydawnictwo Lech Tkaczyk

50-950 Wrocław 2, skr. poczt. 292

e-mail: astrum@astrum.wroc.pl

tel. 071 328-19-92, fax 071 372-18-34

Napisz do nas lub zadzwoń!

ISBN 978-83-7277-285-5

SPIS TREŚCI

	Wstęp	7
Rozdział 1	Pojęcie i istota psychomanipulacji	10
	Przypisy	26
Rozdział 2	Analiza przestępczej działalności sekt	27
	Definicja sekty	27
	Charakterystyka niektórych sekt destrukcyjnych	32
	Świątynia Słońca	32
	Rodzina	34
	Kościół Zjednoczenia	34
	Kościół Scjentologiczny	35
	Hare Kryszna	36
	Świadkowie Jehowy	40
	Mormoni	41
	Bahaici	42
	Ruch Raeliański	43
	Medytacja transcendentalna	44
	Niebo	45
	Charakterystyka satanizmu	46
	Przestępczość sekt	56
	Sekty, samobójstwa a psychomanipulacja	59
	Skutki przynależności do sekt	61
	Przypisy	63
Rozdział 3	Psychomanipulacja w network marketingu	66
	Definicja network marketingu	66
	Herbalife	67

	Amway	72
	Żabka	83
	Przypisy	85
Rozdział 4	Przemoc domowa w aspekcie psychomanipulacji	86
	Pojęcie przemocy domowej.	86
	Czynniki i elementy wpływające na bycie ofiarą przemocy	89
	Pochodzenie	89
	Lęk	89
	Wyuczona bezradność	90
	Skutki przemocy w rodzinie	91
	Psychiczne znęcanie się jako przejaw psychomanipulacji w stosunkach rodzinnych	92
	Przemoc psychiczna wobec dzieci	95
	Aspekty prawne psychicznego i fizycznego znęcania się nad rodziną	96
	Gwałt między małżonkami	99
	Prostytucja a psychomanipulacja	108
	Fala w wojsku a psychomanipulacja	112
	Przypisy	114
Rozdział 5	Psychomanipulacja a mobbing w miejscu pracy	117
	Pojęcie mobbingu.	117
	Skutki mobbingu	119
	Prawne skutki stosowania mobbingu	120
	Przypisy	124
Zakończenie	Skuteczne formy obrony przed psychomanipulacją	125
	Przypisy	130
	Bibliografia.	131

WSTĘP

Zmiana ustroju w Polsce w 1989 roku z jednej strony wywołała wiele skutków pozytywnych, do których zaliczyć należy narodziny wolnego rynku, wolność słowa, szeroki dostęp do informacji, czy możliwość swobodnego przekraczania granic. Z drugiej strony jednak pojawiły się przed polskim społeczeństwem nowe problemy, takie jak: upadek wartości moralnych, bezrobocie, wzrost przestępczości i jej brutalizacja, zorganizowane grupy przestępcze, narkomania i eskalacja agresji w szkole, sekty destrukcyjne, firmy zajmujące się tzw. multi level marketingiem.

Na rynku wydawniczym ukazuje się coraz więcej pozycji naukowych i poradników poświęconych problematyce kontroli umysłu jednostki czy grupy osób. Publikacje te zawierają informacje o technikach psychomanipulacyjnych stosowanych w biznesie, reklamie, sektach.

Jesteśmy właścicielkami kancelarii prawnej. Po pracy działamy społecznie, udzielając bezpłatnych porad z zakresu prawa karnego, prawa pracy oraz prawa gospodarczego. Zajmujemy się w szczególności problematyką przemocy domowej, sekt, mobbingu, molestowania seksualnego, zgwałceń, a także opiniowaniem umów handlowych. Większość spraw, z którymi się spotykamy, ma związek z wykorzystaniem technik psychomanipulacyjnych.

W niniejszym opracowaniu dokonamy charakterystyki czynów zabronionych, tj. zbrodni i występków popełnianych przy użyciu psychomanipulacji, mających związek z działalnością sekt destrukcyjnych. Zajmiemy się też problemem przemocy domowej, a także przedstawimy skuteczne

sposoby ochrony przed działaniami manipulatora. Poszczególne zagadnienia omówimy w pięciu rozdziałach.

W rozdziale pierwszym podamy definicje psychomanipulacji (kontroli umysłu) i „prania mózgu”, a także różnice pomiędzy tymi pojęciami. Skupimy się również na mechanizmach psychomanipulacji tj. modelu Hassana, tabeli przymusu wg Bidermana, kryteriach Liftona, 6 zasadach Cialdiniego, reformie myślenia Singer. Przedstawimy sylwetkę manipulatora: maski, które nakłada, aby wabić ofiary, techniki jego postępowania oraz cechy charakterystyczne, po których można go rozpoznać.

W rozdziale drugim zdefiniujemy pojęcie sekty, omówimy mechanizmy werbowania do niej nowych członków, nakreślimy charakterystykę sekt destrukcyjnych działających w Polsce. Dokonamy także analizy jakościowej popełnianych przez nie – a zwłaszcza przez grupy pseudosatanistyczne – przestępstw.

W rozdziale trzecim zajmiemy się badaniem network marketingu, określanego przez swoich zwolenników mianem biznesu XXI wieku, mającego podobno zastąpić tradycyjny handel. Jego ofiarami są osoby, które omamione perspektywą szybkiego wzbogacenia się, podpisują niekorzystne dla siebie umowy, zazwyczaj zawierające klauzule uniemożliwiające dochodzenie swoich praw na drodze sądowej. Przedstawimy sposób funkcjonowania dwóch największych firm stosujących network marketing, którymi są Herbalife i Amway. Zajmiemy się także zagadnieniem psychomanipulacji w sieci sklepów „Żabka”.

Rozdział czwarty będzie poświęcony psychomanipulacji związanej z przemocą domową. Sprawca przestępstw przeciwko rodzinie i opiece, a także przestępstw seksualnych to wytrawny manipulator, za wszelką cenę dążący do osiągnięcia wyznaczonego celu. Ucieka się do kłamstw, osacza swoją ofiarę, która – zastraszona i nierzadko uzależniona od swego oprawcy – nie potrafi racjonalnie myśleć i funkcjonować; nie jest w stanie wyobrazić sobie, że jej życie mogłoby wyglądać inaczej.

W rozdziale piątym zajmujemy się kolejnym przejawem psychomanipulacji, a mianowicie mobbingiem w miejscu pracy. Stosują go zarówno pracodawcy wobec pracowników, jak i pracownicy wobec siebie nawzajem, a także wobec pracodawców. Mobbing dotyczy wszystkich – bez względu na wiek, płeć, stanowisko, poziom wykształcenia. Działania manipulacyjne wyniszczają ofiarę, prowadzą do kryzysu poczucia własnej wartości, zachwiania wiary w swoje umiejętności i sukces zawodowy. Powodują problemy zdrowotne, wymagające nierzadko długotrwałego leczenia. Osoba pokrzywdzona jest bezbronna. Nawet jeśli dochodzi swoich praw w sądzie pracy, znajduje się często na pozycji przegranej, m.in. wskutek braku wystarczającej wiedzy na temat czynów niedozwolonych

w miejscu zatrudnienia. Manipulator zazwyczaj dużo lepiej orientuje się w obowiązujących procedurach, sprawia wrażenie bardziej wiarygodnego i kompetentnego niż cierpiąca nieraz na depresję ofiara mobbingu. Pokrzywdzeni często nie mają też wystarczających środków finansowych, aby przekazać sprawę pełnomocnikowi, w wyniku czego bądź przegrywają proces, bądź się z niego wycofują.

Aby nie pozostawić czytelnika bezbronnego wobec nieuczciwych zamiarów czy podstępnych sztuczek manipulatora na zakończenie omówimy techniki służące obronie przed psychomanipulacją.

POJĘCIE I ISTOTA PSYCHOMANIPULACJI

Niniejsze rozważania należy rozpocząć od zdefiniowania pojęcia psychomanipulacji (zwanej też kontrolą umysłu). Fabrice d'Alemda mianem manipulacji określa „wszelkie oszustwa, kłamstwa i patologiczne uwarunkowania, czyniące z człowieka ofiarę tych, którzy uzurpują sobie nad nim władzę”¹. Przytacza również bardziej umiarkowaną definicję, według której manipulacja to „ciąg poczyniań i środków prowadzących do tego, aby na drugiej osobie wymóc przyzwolenie na coś; posługiwanie się inteligencją w celu odniesienia tryumfu nad drugą osobą”². W socjologii oraz psychologii pojęcie manipulacji oznacza działalność świadomą, inspirowaną, mającą na celu oszukanie osoby lub grupy osób, a w efekcie nakłonienie ich do działania sprzecznego z ich dobrem. Autor manipulacji dąży zwykle do osiągnięcia ich kosztem korzyści osobistych lub politycznych.

Centrum Przeciwdziałania Psychomanipulacji wyróżnia dwa rodzaje psychomanipulacji:

1. **Psychomanipulację powierzchowną** – z którą stykamy się na co dzień w reklamie, a także akwizycji. Skutkiem oddziaływań manipulatora staje się w tym przypadku zakup konkretnego produktu przez klienta.
2. **Psychomanipulację głęboką** – sięgającą do wnętrza człowieka: jego myśli, emocji, istotnych decyzji, dotyczących wyboru szkoły, pracy, partnera życiowego. Z tym typem psychomanipulacji spotykamy się w niektórych firmach, (np. Amway), przedsiębiorstwach organizujących często tzw. weekendowe szkolenia, sektach³.

Pojęciem zbliżonym do psychomanipulacji jest „pranie mózgu”. Polega ono na używaniu przemocy wobec ofiary, znęcaniu się nad nią, narażaniu jej na obelgi, tortury, głodzenie, itp. Osoba poddana praniu mózgu jest świadoma manipulacji, które się wobec niej stosuje. Efekty owych działań zwykle ustępują po jakimś czasie same, gdy ofiara zdoła wydostać się z opresji⁴. Różnica między obiema metodami: psychomanipulacją i praniem mózgu polega na tym, że pierwsza z nich jest bardziej subtelna. Osoby, które się nią posługują, postrzegane są jako nastawione wobec innych życzliwie i przyjacielsko, dzięki czemu ich ofiara nie przyjmuje postawy obronnej i zaczyna nieświadomie z nimi współpracować. Efekty psychomanipulacji są o wiele bardziej długoterminowe niż w przypadku prania mózgu i nie ustępują nawet po zaprzestaniu wywierania nacisku. Odmienny system przekonań staje się niejednokrotnie częścią nowej tożsamości, którą trudno odrzucić⁵. Pojęcie „pranie mózgu” po raz pierwszy pojawiło się w roku 1950, w artykule Edwarda Huntera opublikowanym w „Miami News”. Etymologię owego terminu wywodził on od chińskiego *hsi-nao*, czyli „wymazać z umysłu”. Hunter twierdził, że podczas rewolucji w Chinach stosowano techniki zmierzające do nakłaniania obywateli do wstępowania w szeregi partii komunistycznej⁶. Procesowi „prania mózgu” poddawano także jeńców amerykańskich, którzy po powrocie do kraju w dalszym ciągu popierali ideologię komunistyczną.

Wyróżnia się trzy etapy zdobywania kontroli nad umysłem:

1. Rozmrażanie – w ofierze wywołuje się zwątpienie w prawdziwość własnej wizji świata. Jedną z najskuteczniejszych metod jest doprowadzenie do załamania nerwowego, np. poprzez pozbawienie snu. Sprzyja to zakłóceniu równowagi psychicznej i czyni osobę bardziej podatną na sugestie.
2. Przekształcanie – to etap indoktrynacji, w którym ofierze narzuca się nową tożsamość. Wszystko toczy się wokół jednej sprawy, określone treści powtarzane są bez końca, a monotonia i jednostajny rytm usypiają czujność osoby.
3. Ponowne zamrażanie – ofiara musi zostać ponownie ukształtowana jako zupełnie nowy człowiek⁷.

Zdaniem Liftona zajmującego się badaniami jeńców amerykańskich:

Reforma myślenia posiada swój własny psychologiczny pęd, energię napędzającą samą siebie, którą nie zawsze można opanować. Gdy badamy źródła tego pędu, odkrywamy złożony zestaw tematów psychologicznych, które łącznie można określić następująco: totalitaryzm ideologiczny. W tym niezbyt zręcznym wyrażeniu chciałem równocześnie zawrzeć tak „nieumiarkowaną” ideologię, jak i „nieumiarkowane” ce-

chy charakteru jednostki – określić w ten sposób krytyczne spotkanie między ludźmi i ideami [...] totalitarne skłonności do emocjonalnego porządkowania według zasady „wszystko albo nic” – tkwią w każdym człowieku, tylko rozwinięte są w różnym stopniu. Podobnie, każda ideologia – zestaw emocjonalnie nasyconych przekonań o człowieku oraz jego relacjach z naturalnym lub nadnaturalnym światem – może służyć rozwojowi totalitarnych zapędów u jej zwolenników. Jednak najczęściej takiemu procesowi ulegają ideologie obejmujące maksymalnie szeroki zakres rzeczywistości, najbardziej ambitne, mesjanistyczne – niezależnie od swojego charakteru: religijnego, politycznego czy naukowego. Niezależnie od tego, czy totalitaryzm pojawia się w religii, ruchu politycznym czy nawet w organizacji naukowej, sprawia, że staje się ona czymś w rodzaju ekskluzywnego kultu. Dyskusja nad tym, co jest najbardziej charakterystyczne dla środowiska reformy myślenia, może zaprowadzić nas w kierunku bardziej ogólnych rozważań z zakresu psychologii fanatyzmu. Aby rozpoznać cechy charakterystyczne dla ideologicznego totalitaryzmu oraz aby móc odpowiedzieć na ciągle powracające pytanie: „Czy występuje tu coś na kształt »prania mózgu«?” chciałbym zaproponować zestaw kryteriów pomocny w oszacowaniu każdego środowiska pod tym kątem. Kryteria te tworzy osiem tematów opisujących środowisko reformy myślenia. Każde kryterium określa jakąś totalitarną właściwość, odnosi się do założeń absolutnej filozofii oraz do emocjonalności człowieka, a w szczególności do dwubiegunowej natury ludzkich emocji. Zagadnienia psychologiczne, przesłanki filozoficzne oraz dwubiegunowa natura emocji są tu ze sobą powiązane; raczej wymagają współlistnienia niż wynikają z siebie. Kombinacja tych wymiarów tworzy atmosferę, która jest w stanie pobudzić, ożywić, ale równie dobrze może stać się najpoważniejszym zagrożeniem dla człowieka⁸.

Do wspomnianych powyżej kryteriów Lifton zalicza:

1. **Kontrolę środowiska** – najbardziej podstawowym zjawiskiem jest tutaj utrata równowagi między własnym „ja” a światem zewnętrznym. Człowieka pozbawia się możliwości łączenia (porównywania) informacji docierających z zewnątrz z własnymi przemyśleniami. Wymaga się od niego spolaryzowania rzeczywistości na realną (dotyczącą panującej ideologii) i nierealną (wszystkie pozostałe).
2. **Mistyczną manipulację** – jej celem jest wywołanie określonego modelu zachowania i przeżyć emocjonalnych tak, aby można było sądzić, że zaistniały one w danym środowisku spontanicznie. Taki czynnik, zwany też zaplanowaną spontanicznością, wprowadzony przez pozornie wszystkowiedzącą grupę, musi – aby cel manipulacji został osiągnięty

nięty – mieć charakter niemalże mistyczny. Owa mistyka zasadza się na poczuciu „wyższego celu”, „nadchodzącego postępu społecznego” oraz bycia w szeregu jego strażników. Przy pomocy odpowiednich technik, ideolodzy tworzą mistyczną aurę wokół swych instytucji: partii, rządu, organizacji. Zostają reprezentantami „wybranymi” (przez historię, Boga lub jakąś nadnaturalną siłę) do wypełnienia „mistycznego imperatywu”, przewodniczenia gonitwie, podczas której nie należy kierować się ani kryterium moralnym (czy coś jest czy nie jest przyzwoite), ani potrzebą szybkiego wzbogacenia się.

3. **Wymóg czystości** – dobre i czyste są tylko te idee, uczucia i działania, które wynikają z totalitarnej ideologii i polityki; wszystkie inne powinny być uznane za złe i nieczyste. Na poziomie relacji między jednostką a otoczeniem wymóg czystości tworzy coś, co możemy określić jako „środowisko winy” oraz „środowisko wstydu”. Człowiek, świadom swych słabości i wad uznanych za grzeszne i zgubne (dla niego i innych), oczekuje zasłużonej kary, a winnym jej czyni swoje otoczenie.
4. **Kult spowiedzi** – spowiedź przybiera typowo religijny, formalny bądź terapeutyczny charakter, ale może też stać się kultem samym w sobie. Spełnia wiele specyficznych funkcji. Po pierwsze, jest środkiem pozwalającym osiągnąć i utrzymać stan psychologicznego oczyszczenia; takie oczyszczające środowisko rozciąga totalitarną kontrolę nad egzystencjalną winą człowieka. Po drugie, stanowi symboliczny akt oddania się, wyraz połączenia się jednostki ze środowiskiem. Po trzecie, staje się środkiem utrzymywania etosu totalnego uzewnętrzniania – polityki ujawniania (przynajmniej wobec grupy) wszelkich, a zwłaszcza kompromitujących jednostkę doświadczeń życiowych, myśli i namiętności.
5. **Święta nauka** – wokół jej podstawowych dogmatów roztacza się aurea świętości, uznaje się je za ostateczną moralną wizję, porządkującą ludzką egzystencję. Święta nauka dodaje otuchy i przynosi poczucie bezpieczeństwa. Jej atrakcyjność tkwi w złudnym przekonaniu, że udało się zjednoczyć mistyczne i logiczne (racjonalne) sposoby doświadczania rzeczywistości (według terminologii psychoanalitycznej: pierwotne i wtórne procesy myślowe).
6. **Zniekształcony język** – doniosłe i złożone problemy ludzkie są w nim skondensowane w postaci krótkich zwrotów, wysoce redukcyjnych, brzmiących jak ostateczne rozstrzygnięcia, które łatwo jest sobie przypomnieć i wyrazić. Totalitarny język to przede wszystkim wszechogarniający, używany na co dzień żargon, przesycony abstrakcją, sztywny i osądający. Według Lionela Trillinga jest to „język nie-myślenia”. Pojawia się on w pewnym stopniu w każdej kulturalnej i zorganizowanej grupie oraz we wszystkich systemach wierzeń.

7. **Doktrynę ponad siłę** – prymat doktryny nad osobą przejawia się w ciągłym rozdzwieniu między doświadczeniem a wysoce abstrakcyjną jego interpretacją. Uznanie doktryny za jedynie obowiązującą to pierwszy krok do zmieniania ludzi. Jednostka, która znalazła się pod jej presją, jest popychana do intensywnej walki z poczuciem własnej integralności, jaka rozgrywa się między spolaryzowanymi uczuciami szczerości i nieszczerości. W totalitarnym środowisku wymaga się absolutnej szczerości, a najważniejszym jej kryterium jest doktrynalna uległość wyrażająca się w trosce o właściwe przekonania i odpowiednio ukierunkowane zmiany osobiste.
8. **Dysponowanie życiem** – totalitarne środowisko dokonuje wyraźnego podziału na tych, którym przyznano prawo do życia i tych, którym ono nie przysługuje. Nawet nie uciekając się do fizycznej przemocy wywołuje strach przed zagładą lub unicestwieniem⁹.

Model sterowania umysłem opracowany przez Stevena Hassana ujmuje owo zjawisko w czterech kategoriach: sterowania zachowaniem, informacją, myśleniem oraz emocjami (BITE)¹⁰.

1. **Sterowanie zachowaniem** – przejawia się w następujących działaniach manipulatora:
 - a) ustawianiu rzeczywistości danej osoby poprzez:
 - decydowanie m.in. o tym, gdzie, jak i z kim mieszka, z kim jest związana, jakie nosi ubiory, jakie lubi kolory,
 - kontrolę ilości snu,
 - zależność finansową,
 - decydowanie o sposobie spędzania wolnego czasu i o jego ilości;
 - b) wymaganiu zgody na udział w długotrwałych sesjach indoktrynujących lub grupowych rytuałach;
 - c) wymuszaniu prośby o pozwolenie na „samodzielne” podejmowanie ważnych decyzji;
 - d) nakłanianiu do relacjonowania myśli, uczuć i czynów przełożonym;
 - e) stosowaniu systemu nagród i kar za właściwe lub niewłaściwe zachowanie;
 - f) tępieniu jakichkolwiek przejawów indywidualizmu;
 - g) narzucaniu sztywnych zasad i regulacji;
 - h) wymaganiu posłuszeństwa i zależności.
2. **Sterowanie informacją** – polega na tym, że manipulator:
 - a) dopuszcza się oszustwa m.in. poprzez rozmyślne zatrzymywanie wiadomości, ich zniekształcanie, kłamstwa;