

# PSYCHICKÉ PROBLÉMY BÝVALÝCH ČLENOV SIEKT

Mgr. Zuzana Škodová, psychologička

## 1. ÚVOD

Všeobecne sa odborníci v problematike siekt zhodujú na tom, že vplyv siekt na osobnosť človeka je negatívny. Mohla by som vymenovať aj pár vecí, ktoré sú na sektách pozitívne napr. to, že určitá časť ľudí by sa bez závislosti na sekte pravdepodobne dostali do iného typu závislosti (niekoľko substitúcií drogovej závislosti za závislosť na sekte túto skutočnosť potvrdzuje). Je tiež pravdou, že ľudia v sektách bývajú prvé mesiace veľmi šťastní. Tento stav by sme mohli prirovnať k zamilovaniu. Je ale otázne, kedy tento prirodzený pocit šťastia nahradí šťastie z povinnosti, pretože člen sekty si nedostatok šťastia priznať nemôže. Niektorí ľudia sa pripájajú k sekte kvôli tomu, že stoja o sociálnu izoláciu (môžu mať na to rôzne dôvody, najčastejším býva útek z rodinného prostredia, ktoré býva buď sociálne slabšie alebo príliš hyperprotektívne). Vtedy sa sekta stáva tým prostredím, ktoré poskytuje kvalitnejšie sociálne zázemie (je napríklad známe, že Svedkovia Jehovovi spoločensky pozdvihli mnoho ľudí z radov alkoholikov, neprispôsobivých Rómov apod. (Vojtíšek, 1998)). Okrem týchto pár „pozitívnych“ vplyvov na osobnosť človeka majú však sekty celé kvantum vplyvov negatívnych, ktorým by som chcela venovať nasledujúce riadky.

## 2. RESOCIALIZAČNÝ PROCES A JEHO FÁZY

Existuje niekoľko klasifikácií bývalých členov siekt založených na tom, akým spôsobom opustili sektu: tí, ktorí odišli s pomocou výstupového poradcu, tí, ktorí odišli sami, tí, ktorí boli vyhodení. Tí, ktorí odišli sami a tí, ktorí boli vyhodení najviac potrebujú pomoc pri procese návratu do bežného života. Bývalí členovia, ktorých podržala rodina a ktorí tiež využili rehabilitačné centrá (výstupové poradenstvo, podporné skupiny, atď.) sú skôr pripravení na život mimo sektu. Je viacero aspektov, ktoré ovplyvňujú post-kultový proces: to, ako dotyčný opustil skupinu, čas strávený v skupine, to, či bol alebo nebol vo vedúcej funkcii v skupine, dostupnosť rodinnej alebo sociálnej podpory po opustení skupiny, intenzita emočných zážitkov a psychických následkov, dostupnosť finančných prostriedkov alebo možností ich získania, vek (napríklad žena ktorá opustila sektu po pôrode, alebo mladý človek ktorý vyrastal v sekte), manželský stav alebo to, či mal rodinu v skupine. Primárnymi faktormi podieľajúcimi sa na úspešnej resocializácii sú: láska a podpora rodičov a rodiny (64%), vŕhľad a podpora bývalých členov siekt (59%), nachádzanie nových priateľov mimo sektu (50%), pomoc druhým, varovanie pred sektami alebo pomoc pri odchode zo sekty a resocializácii (39%) zamestnanie sa a vybudovanie novej kariéry (36%), návrat do školy alebo na univerzitu (25%) atď. Niektorí jedinci sú schopní opustiť skupinu s minimálnou úzkosťou, rýchlo sa prispôsobujú životu mimo sektu. Iní môžu vykazovať vážne ťažkosti vo vysporiadaní sa s jednoduchými činnosťami denného života.

Po odchode zo sekty sa bývalý člen potrebuje zaradiť naspäť do bežného života. Prvé tri mesiace sú zvyčajne pre každého najobtiažnejšie. V tomto čase je bývalý člen sekty závislejší na rodičoch ako by sa od adolescenta očakávalo. Rodičia a ostatní členovia rodiny potrebujú byť pripravení na trávenie svojho voľného času s bývalým členom, keď sa púšťa do "nových" vecí, ktoré sú pre rodičov úplne samozrejmé ako je napr. varenie alebo nákupy. *"Toto obdobie závislosti môže byť veľkou dilemou pre oboch rodičov a tiež detí, zahrňujúcou v sebe emocionálnu blízkosť verus ponechanie prílišnej slobody"* (Langone, 1993, str. 296). V druhej fáze dochádza vlastne k integrácii pre-kultovej a post-kultovej identity a bývalý člen by mal byť schopný vrátiť sa do školy alebo do práce. Niektorí začnú upozorňovať iných na nebezpečenstvo deštruktívnych kultov, prípadne zahájajú spoluprácu s tímom výstupových poradcov ako jeden zo spôsobov vyjadrenia svojho hnevu voči tomu, že boli manipulovaní skupinou alebo vodcom sekty. Strach rodičov z toho, že by sa ich dieťa mohlo vrátiť do sekty je reálny, najmä ak rodičia pozorujú frustráciu pri zápase svojho dieťaťa o obnovenie života mimo skupinu. Rodičia môžu prehnanou starostlivosťou skutočne predĺžiť závislosť dieťaťa. V niektorých prípadoch rodičia platia deťom drahé nájomné a podporujú ich nezamestnanosť. Neočakávajú, že si ich dieťa pohládá prácu a postará samé o seba.

## 3. NIEKTORÉ PROBLÉMY BÝVALÝCH ČLENOV SIEKT A KULTOV

### 3.1. Fyzické problémy

Bývalí členovia často trpia chorobami zapríčinenými stresom ako sú vredová choroba žalúdka a dvanástnika, bolesti hlavy a vysoký krvný tlak. Podvýživou a nedostatkom spánku je veľmi oslabený aj ich imunitný systém, takže oveľa skôr podľahnú bežným chorobám ako je napríklad chrípka. V niektorých prípadoch ale môže dôjsť aj k zmenám telesnej váhy, kožným ochoreniam, u žien k nepravidelnostiam v menštruačnom cykle (Porterfieldová, str.120-122).

Zdravie je vo väčšine siekt poslednou vecou, o ktorú sa treba starať. Mnoho bývalých členov odchádza zo sekty bez zdravotnej starostlivosti a poistenia. *"Je preto potrebné postarať sa o to, aby dotyčný absolvoval kompletnú zdravotnú prehliadku, hlavne pokiaľ trpí chronickým ochorením (cukrovkou, epilepsiou ap.) alebo bol vystavený infekčným chorobám ako sú pohlavné alebo tropické ochorenia. Samozrejme, že všetky deti musia absolvovať očkovania proti detským ochoreniam (osýpky, čierny kašeľ atď.)"* (Langone, 1993, str.314)

### 3.2. Medziľudské vzťahy

Mnoho bývalých členov má problémy znova začať s normálnymi vzťahmi. Stáva sa to z viacerých dôvodov. Niektorí sa narodili v sekte alebo ich rodičia vstúpili do sekty keď boli ešte veľmi malí a nepoznajú zdravé medziľudské vzťahy. V niektorých sektách sa podporovala promiskuita, prostitúcia, praktizovalo sa sexuálne zneužívanie a vodca často určoval nielen výber manželského partnera, ale aj spôsob, častotť sexuálnych stykov a počet detí. Veľa bývalých členov siekt trpí ťažkosťami po tom, ako praktizovali celibát mnoho rokov. Toto všetko zapríčiňuje strach z nových vzťahov a nedôveru (Langone, 1993). Zdieľanie sa s najhlbšími pocitmi a myšlienkami je v sektách nebezpečné, pretože obvykle končí trestom. Preto si väčšina bývalých členov udržuje k ostatným veľmi rezervovaný postoj. Noví známi a starí priatelia môže tiež zraniť bývalého člena tým, že sa čudujú, prečo sa práve on pripojil k takej skupine. Veľmi ťažké sú pre ex-členov pokusy o vysvetlenie, prečo nie je človek schopný jednoducho zo sekty odísť; to si vyžaduje dlhé a náročné vysvetlenie psychickej manipulácie (Singer, 1979).

### 3.3. Smútok a hnev

Veľa bývalých členov siekt trpí silnými pocitmi osamelosti. S osamelosťou sú spojené pocity smútku nad stratou časti života, ktorý naplňal ich idealizmus. Smútok je zdravá reakcia na stratu. Takmer všetci bývalí členovia prežívajú smútok, pretože opustiť skupinu znamená viacero strát. Stratu priateľov alebo rodiny, času, naivity a idealizmu, ale hlavne zmyslu života. Pokiaľ je smútok skombinovaný s anxiétou, hnevom a pocitmi hanby môže vyvolať depresívne stavy, s ktorými sa ale bývalí člen väčšinou do mesiaca vyrovná.

Objavenie sa prudkého hnevu voči sekte a jeho vodcovi je jeden z prvých znakov procesu uzdravovania z kultových zážitkov (znamená, že dotyčný dospel k poznaniu, že bol obeťou psychickej manipulácie), ale pre mnohých je to aj najťažšia vec, s ktorou sa musia vysporiadať. Hnev je zdravá reakcia na mnohé zranenia a útoky. Bývalí členovia často nevedia akým spôsobom majú vyjadriť tieto uzdravujúce emócie, pretože boli vedení k tomu, aby svoje negatívne pocity skrývali a popierali. Mnohí preto nesprávne namieria svoj hnev na tých, ktorí za to vôbec nemôžu alebo na seba. Aby mohol byť hnev efektívne využitý, musí byť zameraný na správny zdroj a tým je vodca alebo vedenie sekty. Sociálne alebo legálne činnosti sú považované za progresívny krok..

### 3.4. Strach

Väčšina siekt tvrdo pracuje na tom, aby zabránili odchodu svojim členom zo skupiny. Strach zo života mimo skupinu, strach zo zlyhania, z posmechu a násillia, to sú pocity ktoré vodcovia zámerné vyvolávajú u svojich členov. Pokiaľ člen odíde, úsilie získať ho späť môže mať podobu mierneho obťažovania (telefonáty, návštevy) až po násillné incidenty. Mnohí bývalí členovia si preto dávajú zaviesť tajné telefónne číslo, zmenia adresu, niektorí si dajú zmeniť meno a odsťahujú sa. Zdá sa však, že väčšina siekt venuje svoju energiu skôr získavaniu nových členov, než by vynakladala úsilie na znovuzískanie odpadlíkov. (Singer, 1979).

Základom pre proces uzdravenia pre bývalého člena sekty je rozpoznanie, že strach a fóbie sú dôsledkom psychickej manipulácie (Langone, 1993). Pokiaľ sa bývalý člen prestane obávať odvetu zo strany sekty, stále u neho pretrvávajú strach zo stretnutia členov sekty napr. na ulici. Strach prežívajú aj tí, ktorí odchodom zo sekty opustili svojho partnera alebo deti, ktoré v sekte zostali. Akýkoľvek pokus nadviazať s nimi kontakt väčšinou skončí úplným prerušením vzťahu. Často prichádza na rad bolestivé obdobie, kedy sa ako bývalý člen, tak aj jeho partner, ktorý zostal v skupine, pokúšajú právnymi cestami získať dieťa do opateru (Singer, 1979).

### 3.5. Pocity viny

Keďže sekty obviňujú členov za všetko zlé, pokiaľ bývalý člen nezažije pomoc výstupového poradcu, má tendenciu v sebaobviňovaní pokračovať aj po odchode zo sekty. Bývalí členovia často prežívajú pocity viny z toho, že zranili rodinu, priviedli do sekty priateľov a známych, z toho že sa zúčastňovali na vedení kultových aktivít, ktoré boli proti ich etickým hodnotám (napr. aktivity spojené s klamstvami, žobraním, prostitúciou, pornografiou, násillím, drogami atď.). *"Bývalý člen potrebuje rozlíšiť skutky za ktoré je zodpovedný od skutkov za ktoré je zodpovedný vodca alebo skupina"* (Langone, 1993, str. 310). Primerané pocity viny nám môžu pomôcť vyhnúť sa starým chybám, ale nadmerné zabraňujú osobnému rastu a učeniu sa z týchto chýb. Bývalý člen preto potrebuje v prvom rade odpustiť sebe a na druhom mieste je potom reálne zhodnotenie, či sa niektoré veci dajú nejakým spôsobom odčiniť, hlavne pokiaľ stále zapríčiňujú ďalšiu bolesť niekomu inému. Odpustenie vodcovi nie je v procese uzdravenia podstatné.

### 3.6. Pasivita

Ludia, ktorí strávili dlhší čas v sekte bývajú pasívni, pretože sú zvyknutí, že za nich rozhoduje niekto iný. Niektoré skupiny predpisujú prakticky každú aktivitu: čo a kedy jesť, obliecť si a robiť cez deň a v noci, hygienických návykov a miesta na spanie. Sú zaskočení, keď si majú vybrať šaty, ktoré si oblečú alebo sami objednať v reštaurácii jedlo, takže svojou neschopnosťou pripomínajú malé deti. M. Singerová toto obdobie nazýva *"štádium nekritickej pasivity"* (in: Porterfieldová, 1997, str.119 ). Strata spôsobu života, v ktorom je všetko naplánované často spôsobí to, čomu niektorí bývalí členovia hovoria „nemajúci budúcnosť“ v ktorej musia plánovať a uskutočňovať všetky svoje zajtrajšky sami. Mnoho bývalých členov hovorí o tom, že prijímajú skoro všetko, čo počujú, akoby stratili schopnosť kriticky hodnotiť a prehodnocovať. Aj malé poznámky priateľov, spolupracovníkov a spolubývajúcich sú vnímané ako príkazy (Singer, 1979).

### 3.7. Zmenené stavy vedomia a pseudo-identita

Ex-členovia siekt od ktorých sa vyžadovali dlhé meditácie, opakovanie modlitby, mantry, vizualizácie, alebo iné hypnotické techniky majú problémy s koncentráciou a inými kognitívnymi funkciami. Často trpia pocitmi úzkosti, že upadnú nedobrovoľne do zmeneného stavu vedomia. Pod pojmom zmenený alebo vyšší stav vedomia sa v kultoch a sektách označujú stavy tranzu (stavy disociácie, depersonalizácie a derealizácie). Aj po odchode zo skupiny a opustení praktík navodzujúcich zmenený stav vedomia má táto naučená odpoveď tendenciu dočasne sa objavovať napríklad pod tlakom stresu, pri únave alebo chorobe (Hassan, 1997), inými spúšťacími mechanizmami môžu byť sluchové podnety (pieseň, mantra, žargón sekty), zrakové podnety (obraz vodcu, symboly skupiny, určitá farba), čuchové podnety (parfém vodcu, jedlo, vôňa kadidla), dotyky (určité gesto, spôsob dotyku potrasenie rukou) a chute. *"Rozpoznanie podnetov, ktoré spôsobujú zmenené stavy vedomia je prvým krokom k imunite"* (Langone, 1993, str. 305).

Dlhodobý stres alebo neobvyklé životné situácie môže narušiť celistvé fungovanie osobnosti. Jednotlivci sa tak môžu adaptovať na danú situáciu tým, že sa u nich vytvorí zmenená osobnosť alebo pseudo-identita. Pseudo-identita alebo tzv. kultové „ja“ je v prostredí siekt posilňované, stáva sa postupne dominantným a potlačí pôvodnú identitu. (Martin, West, 1994). Človek, ktorý opustí prostredie sekty sa môže vrátiť späť k svojej pôvodnej identite, ale tento proces sa zvyčajne nezaobíde bez niekoľkých psychických problémov. Epizódy zmenenej osobnosti, tak ako flashbacky u užívateľov drog, sa najviac objavujú hneď po odchode zo skupiny, ale u niektorých jednotlivcov môžu pretrvávajúť týždne aj mesiace (Singer, 1994). Terapia zahŕňa porozumenie mechanizmom, ktoré spúšťajú syndróm pseudo-identity (Martin, West, 1994).

### 3.8. Duchovné problémy

Najsmutnejšie a najťažšie pri stretnutiach s bývalými členmi siekt sú problémy s duchovnou oblasťou. Často opisujú zážitky v sekte ako duchovné znásilnenie. Prežívajú strach z večného zatratenia, apokalypsy, demonizujú realitu a cítia sa nehodní a vinní. Veľa bývalých členov siekt trpí silnými pocitmi osamelosti a izolácie. Niektorí sa vrátia ku viere, v ktorej boli vychovávaní, ale často sa stáva, že sa vrátia do svojich siekt alebo sa pripoja k inej deštruktívnej skupine, aby vyplnili prázdnotu vytvorenú opustením intenzívnych kultových zážitkov. Iní sú veľmi opatrní a organizované náboženstvo nie je možnosťou o ktorej by v tomto čase uvažovali (napríklad vo výskume I.Gasde a R.A.Block (1998) udávajú, že 72,1% probandov-bývalých členov sekty Church Universal and Triumphant pochádzalo pôvodne z kresťanského prostredia, ale v čase výskumu, teda po výstupe zo sekty udávalo 80,3% položku „bez vyznania“).

### POUŽITÁ LITERATÚRA:

GASDE, I.; BLOCK, R. A.: Cult experience: Psychological Abuse, Distress, Personality Characteristics, and Changes in Personal Relationships Reported by Former Members of Church Universal and Triumphant. *Cultic Studies Journal*, Vol. 15, No. 2, 1998, page 192-221.

HASSAN, S.: Jak čelit psychické manipulaci zhoubných kultů. Brno, Nakladatelství Tomáše Janečka 1994.

LANGONE, M.: The recovery from cults, New York, W.W. Norton and company 1993.

THE AMERICAN FAMILY FOUNDATION: [www.csj.org](http://www.csj.org)

PORTERFIELDOVÁ, K.M.: O sektách, Praha, nakladatelství Lidové noviny 1997.

VOJTÍŠEK, Z.: Netradiční náboženství u nás, Praha, Dingir s.r.o. 1998.