

# CHECKLISTE für unbekannte Gruppen

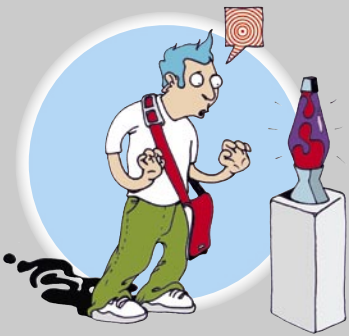
1.

Bei der Gruppe findest Du exakt das, was Du bisher vergeblich gesucht hast. Sie weiß erstaunlich genau, was Dir fehlt.



2.

Schon der erste Kontakt eröffnet Dir eine völlig neue Sicht der Dinge.



3.

Das Weltbild der Gruppe ist verblüffend einfach und erklärt jedes Problem.



4.

Es ist schwer, sich ein genaues Bild von der Gruppe zu machen. Du sollst nicht nachdenken und prüfen. Deine neuen Freunde sagen: „Das kann man nicht erklären, das musst Du erleben - komm doch gleich mit in unser Zentrum.“



5.

Die Gruppe hat einen Meister, ein Medium, einen Führer oder Guru, der allein im Besitz der ganzen Wahrheit ist.

6.

Die Lehre der Gruppe gilt als einzig echtes, ewig wahres Wissen. Die etablierte Wissenschaft, das rationale Denken, der Verstand werden als Verkopfung, als negativ, satanisch oder unerleuchtet abgelehnt.



7.

Kritik durch Außenstehende wird als Beweis betrachtet, dass die Gruppe Recht hat.



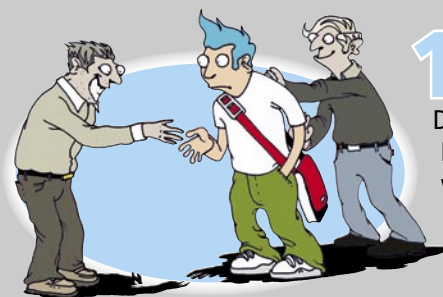
8.

Die Welt treibt auf eine Katastrophe zu, und nur die Gruppe weiß, wie man die Welt retten kann.



9.

Deine Gruppe ist die Elite und die übrige Menschheit ist krank und verloren, solange sie nicht mitmacht beziehungsweise sich retten lässt.



10.

Du sollst sofort Mitglied werden.



11.

Die Gruppe grenzt sich von der übrigen Welt ab, etwa durch Kleidung, Ernährungsvorschriften, eine eigene Sprache, strenge Reglementierung zwischenmenschlicher Beziehungen.

12.

Die Gruppe will, dass Du alle „alten“ Beziehungen abbrichst, weil sie Deine Entwicklung behindern.



13.

Dein Sexualverhalten wird Dir exakt vorgeschrieben, etwa Partnerwahl durch die Leitung, Gruppensex oder auch totale Enthaltsamkeit.

14.

Die Gruppe füllt Deine gesamte Zeit mit Aufgaben: Verkauf von Büchern oder Zeitungen, Werben neuer Mitglieder, Besuch von Kursen, Meditation ...



15.

Es ist schwer allein zu sein, jemand aus der Gruppe ist immer dabei.

16.

Wenn Du zweifelst, wenn sich der versprochene Erfolg nicht einstellt, bist Du „selbst schuld“, weil Du Dich angeblich nicht genug einsetzt oder weil Du nicht stark genug glaubst.



17.

Die Gruppe verlangt strikte Befolgung ihrer Regeln und Disziplin als einzigen Weg zur Rettung.



Wenn mehrere Punkte zutreffen:  
**VORSICHT!**

Wo gibt es Information und Beratung?

Leitstelle für Sektenfragen  
Senatsverwaltung für Bildung, Wissenschaft und Forschung  
Telefon 030 90227 5574, Fax 030 90227 5031  
eMail leitstelle@senbwf.berlin.de

Wir helfen Ihnen mit unseren Informationen gern und vermitteln bei Bedarf auch an weitere Hilfestellen.

Veröffentlichungen unseres Hauses zum Thema „Sekten“/konfliktträchtige Gruppen des Religions-, Weltanschauungs-, Psycho- und Lebenshilfemarktes finden Sie im Internet unter [www.berlin.de/sen/familie/sekten-psychogruppen/](http://www.berlin.de/sen/familie/sekten-psychogruppen/)

Wer bin ich? Woher komme ich?  
 Wohin gehe ich nach meinem Tod?  
 Was ist der Sinn meines Lebens?  
 Was ist ein glückliches Leben?

Das sind Grundfragen unseres Seins. Sie begleiten uns durch unser Leben. Und immer wieder suchen wir in verschiedenen Lebensphasen neu nach Antworten darauf.

Das erste Mal bewusster stellen wir uns solche Fragen während der Pubertät. Die Anschauungen, Werte und Antworten, die uns die Eltern mehr oder weniger gezielt in unseren Rucksack für das Leben gelegt haben, werden ausgepackt und prüfend näher betrachtet. Was taugt davon für meine Lebensreise? Wer will schon leben wie seine Eltern? Mancherlei also verwerfen wir kurzerhand und begeben uns mit leichterem Gepäck auf die Suche nach dem eigenen Weg. Nun beginnt ein spannendes Abenteuer! Ein Gewirr bietet sich dar: Easy-Rider-Highways, glänzende Promenaden, schnelle Autobahnen, glatte Haupt- und interessant düstere Nebenstraßen, holprige Feld- und blumige Wiesenwege, geheimnisvoll verschlungene Trampelpfade, manche Einbahnstraße und Sackgasse.

Welcher Weg ist der richtige für mich? Gibt es mehrere richtige? Orientierung ist schwierig! Dafür bieten sich viele religiöse, weltanschauliche und spirituelle Gemeinschaften, Psychogruppen, esoterische und okkultistische Zirkel an. Ein riesiger Markt hat sich entwickelt. In Berlin ist die Auswahl besonders groß. Alle meinen sie, Antworten auf die Grundfragen unseres Lebens zu haben. Doch Vorsicht!

1. *Nicht für jeden ist dasselbe gut. Wovon mein bester Freund überzeugt ist, das muss nicht unbedingt mir entsprechen.*  
 2. *Und mancher vermeintlich erleuchtete Führer ist gar ein Schartatan und Wegetagerer, der mich in eine Sackgasse führt und psychisch und finanziell ausplündert. Manche Gruppe verspricht mir Freiheit, führt mich aber in totale Abhängigkeit, verspricht mir Selbstfindung und bewirkt in Wirklichkeit, dass ich mich selbst verliere.*

Deshalb: Vor Eintritt in eine Gruppe gut informieren! Dennoch: Auf der Suche nach meinem eigenen Weg kann ich mich verirren, mir zuviel zumuten oder unter meinen Möglichkeiten bleiben, ich kann mir kräftige Beulen holen und zuweilen auf die Nase fallen. All das ist normal und in Ordnung. Denn ich kann immer wieder neu anfangen. Und es gibt Menschen, die mir dabei helfen.

Mein Freund/Partner/Angehöriger ist in letzter Zeit so „komisch“<sup>1</sup>.  
 Ich vermute, dass er in eine konfliktrträgige Gruppe geraten ist.

*Wie kann ich Betroffenen helfen?*

**1** Bewahren Sie Ruhe. Panik blockiert. Handeln Sie dennoch umgehend, weil ein Anhänger in der Einstiegsphase für Argumente und kritische Anmerkungen in der Regel noch weitaus offener ist als später.

**2** Sammeln Sie so viele Informationen wie möglich, um herauszufinden, um welche Gruppe es sich genau handelt. Wie heißt die Gruppe, wie deren Führer? Welche Bücher liest der Angehörige etc. Scheuen Sie sich auch nicht, ihn direkt anzusprechen und interessiert zu fragen.

**3** Wenden Sie sich dann an eine staatliche oder andere kompetente Informationsstelle, die Ihnen in der Regel mit neutralen und kritischen Informationen weiterhelfen kann, sollte es sich wirklich um eine konfliktrträgige Gruppe handeln.

**4** Bilden Sie sich anhand dessen, was sie von Ihren Angehörigen erfahren haben und anhand kritischen Materials eine eigene Meinung.

**5** Verabreden Sie mit Ihrem Angehörigen ein „ritualisiertes“ Gespräch, für das Sie konkrete Absprachen treffen: Jeder lässt den anderen aussprechen und versucht vorbehaltlos zuzuhören. Sorgen Sie für eine ungestörte und vor allem sachliche Atmosphäre.

**5a** Lassen Sie Ihren Angehörigen zuerst sprechen. Bitten Sie ihn um seine Darstellung, was er in der Gruppe an Positivem gefunden hat. Sie werden dabei erfahren, was ihm in seinem bisherigen Leben gefehlt hat.<sup>2</sup> Können Sie an dieser Stelle Hilfe und Alternativen bieten?

**5b** Erzählen Sie Ihrem Angehörigen, wie irritiert sie von seiner Veränderung sind. Berichten Sie von den kritischen Informationen, die sie inzwischen erhalten haben und bieten Sie ihm diese an. Bedeuten Sie ihm, dass für eine mündige Meinungsbildung nicht ausreicht, nur eine Seite (die der Gruppe) allein wahrzunehmen.

**5c** Sagen Sie, dass Sie besorgt sind und benennen Sie die Risiken, die Sie sehen. Versichern Sie Ihrem Angehörigen, dass Sie seine Entscheidung zwar nicht verstehen, aber akzeptieren.

**5d** Eröffnen Sie Perspektiven: Sichern Sie ihm zu, dass Sie ihm bei einem Ausstieg jederzeit helfen werden und zwar ohne dann den Zeigefinger zu erheben im Sinne von „Das hab ich dir doch damals schon gesagt“. Bedenken Sie, wie schwer es für jeden ist, einen Irrtum einzugestehen. Erheben Sie ihren eigenen Lebensentwurf nicht zum Maßstab.

**6** Sprechen Sie das Thema von sich aus künftig nicht ständig an. Andernfalls verstärken Sie die Verteidigungshaltung ihres Angehörigen. Möglicherweise rechtfertigt er dann eine Sache, an der er bereits selbst zweifelt.

**7** Stärken Sie das Gemeinsame. Halten Sie weiterhin Kontakt mit Ihrem Angehörigen, auch wenn die gemeinsamen Interessen Ihrer Beziehung schwinden.<sup>3</sup> Unterstützen Sie auch seine anderen Sozialkontakte außerhalb der Gruppe. Ein Ausstieg aus einer vereinnahmenden Gruppe fällt umso schwerer, wenn der Aussteigende keine anderen sozialen Kontakte mehr hat und der Ausstieg in eine Einsamkeit führt.

**8** Mit der vereinnahmenden Gruppe wird Ihrem Angehörigen eine neue Identität übergestülpt. Sein altes Selbst ist weiterhin mehr oder weniger verschüttet vorhanden. Sorgen Sie dafür, dass diese alte Identität wach bleibt. Sie kennen Ihren Angehörigen am besten; es bietet sich eine Fülle von Möglichkeiten.<sup>4</sup> Ein Zugang zur bisherigen Identität ist wichtig für einen Ausstieg aus der Gruppe.

**9** Werden Sie nicht mutlos, und erwarten Sie nicht unbedingt schnelle Erfolge. Konzentrieren Sie nicht Ihrerseits Ihr Leben auf dieses Problem. Bedenken Sie, dass die Zugehörigkeit zu einer solchen Gruppe häufig nur eine Phase im Leben des einzelnen ist.

<sup>1</sup> Bedenken Sie dabei, dass Veränderung zum Leben gehört. Sie kann auch andere Ursachen haben. Nicht jede starke Veränderung eines Menschen deutet auf eine „Sektenmitgliedschaft“ hin oder muss negativ gesehen werden.

<sup>2</sup> Partnerschaft? Freunde? Bestätigung? Antworten auf Sinn- und Existenzfragen?

<sup>3</sup> Ziehen Sie aber rechtzeitig eine Grenze, wenn Sie feststellen, dass es Sie psychisch zu sehr belastet. Es hilft Ihrem Angehörigen nichts, wenn Sie sich aufopfern. Schützen Sie sich, und suchen Sie professionelle Hilfeangebote auf, wenn Sie es selbst nicht mehr vermögen oder im Zweifel darüber sind.

<sup>4</sup> Z. B. ein Geschenk zum Geburtstag, das an etwas erinnert, oder eine gemeinsame Unternehmung i. S. „Wir sind doch immer gern gesehelt, lass uns doch am Samstag wieder einmal hinausfahren ...“

## Betroffenheiten ... Schlaglichter

Er hat sich total verändert

Er ist oft völlig zu

Mit ihr kann man nicht mehr reden, sie blockt sofort ab

Er ist plötzlich wie ein fremder Mensch

Sie wird dort systematisch kaputtgemacht

Er ist psychisch abhängig

Er entscheidet nichts mehr ohne die Gruppe

## Impressum

**Herausgeber**  
 Senatsverwaltung für Bildung, Wissenschaft und Forschung  
 Otto-Braun-Straße 27  
 10178 Berlin-Mitte

www.berlin.de/sen/bwf

**Text**  
 A. Rühle

**Checkliste**  
 Flyer des Freistaates Sachsen

**Illustration**  
 www.a-vitamin.de

Sie hat alle Kontakte zu uns abgebrochen

Sie hat ihre Stelle gekündigt, bezieht Stütze und arbeitet ohne Bezahlung für die Gruppe

Er redet dauernd vom Weltuntergang - ich habe Angst um ihn

Er redet dauernd vom Weltuntergang - ich habe Angst um ihn

**Nach meinem Ausstieg hat es ewig gedauert, bis ich einigermaßen begriffen hatte, was mir passiert war**

**Zum Glück hatte ich Menschen außerhalb der Gruppe, die mir beistanden**

**Gestaltung**  
 SenBWF

**überarbeitete Online-Fassung**  
 Mai 2010

**V. i. S. d. P.**  
 Frank Schulenberg  
 Referent für Presse- und Öffentlichkeitsarbeit  
 Telefon 030 9027 5985  
 eMail frank.schulenberg@senbwf.berlin.de



# Bildung für Berlin



Sogenannte

## » Sekten «

Konfliktrträgige Gruppen versprechen viel ...

Was ist der Preis?

CHECKLISTE