

# *BITE-modellen för att analysera sekterism som otillbörlig påverkan*

Huruvida en viss organisation bör betraktas som en sekt eller inte beror på i vilken mån den har starka sekteristiska drag. En metod för att utvärdera detta är BITE-modellen, vilken här presenteras av **Xzenu Cronström Beskow**.

VAD GÖR Egentligen en organisation till en sekt? Är det svartvitt tänkande, allt överskuggande gruppidentitet, krav på total underkastelse under de trosföreställningar som är socialt accepterade i gruppen, ständig kamp mot upplevda "fiender" och "förrädare", allt ovanstående?

Ett sätt att se på saken är att kategorisera allt ovanstående som "otillbörlig påverkan" när en person dras in i det av en ledare eller av en grupp<sup>1</sup>. Denna otillbörliga påverkan har den amerikanska doktoranden och sektavhopparen Steven Hassan kategoriserat i en modell som



han kallar för BITE<sup>2</sup>. Modellen utgår från tidigare forskning av Robert Jay Lifton, Margaret Singer, Edgar Schein och Louis Jolyon West. De fyra bokstäverna står för Beteendekontroll, Informationskontroll, Tankekontroll och Emotionskontroll. (Detta översatt från engelska. På svenska hade ”Emotional Control” även ha kunnat kallas för ”känslokontroll”, men för att inte blanda ihop med ”känsl” och för att bevara bokstavskombinationen så får det istället bli ”emotionskontroll”).

Tänk dig att du på Facebook eller motsvarande kritiserar märkliga påståenden från någon organisation, varpå organisationen svarar med att bjuda in dig till ett möte för dialog. Väl på mötet visar det sig att dess förutsättningar för ”dialog” är ganska... ”speciella”. Här kan det vara bra att ha ett verktyg för att utvärdera den situation du har hamnat i. Ett verktyg som BITE-modellen.

Innan vi går närmare in på BITE-modellens fyra aspekter så bör vi först ta en titt på hur modellen bör tillämpas. Detta gör Hassan genom ett kompletterande verktyg vilket han kallar för påverkanskontinuum<sup>3</sup>. Detta består av en glidande skala mellan å ena sidan det konstruktiva och hälsosamma till å andra sidan det destruktiva och ohälsosamma. Skalan har tre olika versioner: En för individer, en för ledare/ledarskap, samt en för organisationer och relationer (inklusive kärlekspar). Kontroll är inte nödvändigtvis något destruktivt eller ohälsosamt. Det beror på hur och på vilka villkor den utövas.

Kort sammanfattat innebär BITE-modellen sålunda följande: **Se upp med hur och på vilka villkor som människor styr eller påverkar sina egna och varandras beteenden, informationstillgång, tankar och känslor.**

Ovanstående snabbversion av BITE-modellen är tillräckligt enkel för att vi ska kunna komma ihåg den och ha den i åtanke närhelst som vi kan ha användning för den. På detta sätt kan den användas som något av en varningsklocka som visserligen inte ger oss någon förståelse i sig, men som däremot tipsar oss om när det kan finnas behov av att stanna upp och tänka efter med att börja analysera lite mer på djupet. För att BITE-modellen ska vara användbar även till själva analysen så behöver vi använda en mer utförlig version av den. Sålunda kommer jag nedan att lite närmare presentera först de tre skalorna för påverkanskontinuum (alltså angående vad påverkan innebär) och därefter BITE-modellens fyra aspekter (alltså angående mer konkret hur påverkan går till). Efter dessa sammanlagt sju avsnitt följer ett exempel i form av ett verkligt besök hos en grupp som visade sig ha starka sek-



*Steven Hassan*

teristiska drag, och därefter en analys av BITE-modellens möjligheter och begränsningar.

### *Påverkan Individ/medlem*

Om någon annan människa påverkar ditt beteende eller dylikt så behöver detta inte nödvändigtvis vara dåligt. Påverkan kan vara på gott och ont. Sålunda: när du funderar på hur du själv eller någon annan enskild person blir påverkad av en ledargestalt eller organisation eller dylikt, fundera över vad denna påverkan innebär.

Som verktyg för detta ställer Hassan upp sex glidande skalor för hur individer blir påverkade, från det konstruktiva och hälsosamma till det destruktiva och ohälsosamma:

- 1.1. Autentiskt jag versus falsk (sekt)identitet
- 1.2. Villkorlös kärlek versus villkorad "kärlek"
- 1.3. Medlidande versus hat
- 1.4. Samvete versus doktrin
- 1.5. Kreativitet och humor versus andäktighet, skräck och skuldkänslor
- 1.6. Fri vilja och kritiskt tänkande versus beroende och lydnad

Dessa glidande skalor utgör så klart enorma överförelingar, men kan ändå vara användbara som analysverktyg. Gäller bara att komma ihåg att många situationer är mer komplicerade än vad som rakt av ryms i modellen. Till exempel när påverkan uppmuntrar till en slags medlidande som å ena sidan är genuint för de som inkluderas men å andra sidan är begränsat till att endast gälla de människor som har "rätt" grupptillhörighet.



*Jim Jones (1931-1978), ledare för Folkets Tempel*

### *Påverkan Ledare/ledarskap*

En ledare påverkar sin omgivning, på gott och ont. I vissa fall mer gott, i andra fall mer ont. Här använder Hassan fem glidande skalor.

- 2.1. Psykisk hälsa versus narcissism och/eller psykopati
- 2.2. Känner till sina begränsningar versus elitistisk och/eller grandios
- 2.3. Empowering (ungefär "Uppmuntrande & Delegerande") versus maktthungrig
- 2.4. Pålitlig versus hemlighetsmakeri och bedräglig
- 2.5. Ansvarsfull versus kräver obegränsad auktoritet

Dessa skalor bör tillämpas inte enbart på hur specifika ledare fungerar, utan även på hur en social miljö uppmuntrar sina ledare att bete sig. Vilka ledarstilar får positivt gensvar

bland medlemmarna? Vilka ledarstilar premieras bland de som har makt att välja vem som ska bli och förbli ledare?

### *Påverkan Organisation/relation*

Varje organisation eller rörelse har sin egen dynamik. Detta gäller allt från nationalstater och globala folkrörelser till två personers privata relation - sistnämnda oavsett om relationen är romantisk eller något annat. Här ställer Hassan upp sju glidande skalor:

- 3.1. Jämlikhet versus elitism
- 3.2. Maktavgränsning ("Checks and balances") versus auktoritär struktur
- 3.3. Informerat samtycke versus bedräglig / manipulativ
- 3.4. Individualitet / mångfald versus likriktning, att "klona människor"
- 3.5. Etiskt handlande versus "ändamålen helgar medlen"
- 3.6. Uppmuntran till att växa versus bevarar sin egen makt
- 3.7. Frihet att ge sig av versus aldrig legitimt att ge sig av

Ett exempel på manipulation och "ändamålen helgar medlen" som Hassan berättar om<sup>4</sup> är när han var 19 år gammal och precis hade blivit dumpad av sin dåvarande flickvän. Tre kvinnor som dök upp på hans universitet och låtsades vara studenter började flörta med honom. Eftersom han trodde att de var intresserade av honom på riktigt så började han umgås med dem. I själva verket var han bara en måltavla av många, och bakom låtsas-studenternas falska förespeglningar om sex ruvade en världsbild där det är



*Sun Myung Moon (1920–2012), ledare för  
Unification Church*

otänkbart att kyssas, onanera eller att ha föräktenskaplig sex - dylika handlingar anses i själva verket vara "sataniska". Innan han visste ordet av hade de manövrerat in honom i Unification Church, mer känd som Moon-sekten, och först långt senare kunde han pussla ihop hur bedrägligt och systematiskt han hade blivit inlurad i den.

Detta om påverkanskontinuum. Nu över till de mer konkreta aspekterna av hur otillbörlig påverkan kan tillämpas för att kontrollera människors beteende, informationstillgång, tankar och emotioner.



# **B**ehavior Control **I**nformation Control **T**hought Control **E**motional Control

## *Beteendekontroll*

Att kontrollera en persons beteende kan göras genom att på olika sätt påverka vad en handling har för förutsättningar och vad den får för konsekvenser. Metoder för detta inkluderar till exempel<sup>5</sup>...

1. Kontrollera hens fysiska miljö.
2. Bestämna var, hur och med vem eller vilka personen lever. Vilket även inkluderar det omvända - att bestämma vilka miljöer, omständigheter och personer som hen ska isoleras från.
3. Kontrollera när och med vem hen har sex.
4. Kontrollera hens klädstil och frisyr.
5. Kontrollera tillgång till, och avsaknad av, mat och dryck.
6. Kontrollera tillgång till, och avsaknad av, sömn.
7. Kontrollera hens ekonomi, överta hens tillgångar och göra hen ekonomiskt beroende.
8. Begränsa tillgång till fritid, underhållning och semester.
9. Lägga beslag på stora delar av hens tid genom ritua-

ler och indoktrinering - gemensamt IRL eller på egen hand online.

10. Styra hens beteende genom belöningar och bestraffningar - i extrema fall med metoder som misshandel, tortyr och våldtäkt.

### *Informationskontroll*

Att kontrollera en persons tillgång till information verkar både genom att pracka på hen viss information och genom att förvägra hen annan information. Förutom att kontrollera personens tillgång till information handlar informationskontroll även om att kontrollera andra gruppmedlemmars och omvärldens tillgång till information om personen. Exempel inkluderar...

1. Bedräglighet: Systematiskt undanhålla information, förvränga information, samt rena lögner.
2. Minimera tillgång till informationskällor utanför sekten, och avskräcka från att använda eller lita på sådana informationskällor i den mån de fortfarande är tillgängliga.
3. Dela upp informationen i en version för utomstående och en annan version för invigda. Ledarna bestämmer vem som "behöver" ha tillgång till vilken information.
4. Uppmuntra sektmedlemmarna till att spionera på varandra och rapportera till ledarna.
5. Starkt fokus på sektens egna propagandakanaler, vilket även kan inkludera att dessa presenterar - men då i filtrerad och förvrängd form - information från andra källor.
6. Oetisk hantering av bikt och terapi. Kan användas för att lösa upp personens gränser, användas som direkt

maktmedel, eller rent av suggerera fram falska minnen.

### *Tankekontroll*

Att kontrollera en persons tankar görs indirekt, genom att på olika sätt dels pressa fram ”de rätta” tankarna och dels pressa bort alla ”felaktiga” och ”olämpliga” tankar. Metoder för detta inkluderar sådant som att...

1. Bygga upp en svartvit världsbild/”verklighetskarta”, vilken baseras på strikta uppdelningar i oss versus dem och gott versus ont. Detta inkluderar krav på att internalisera och underkasta sig denna världsbild/verklighetskarta - ”om du inte är med oss så är du emot oss”.
2. Förmå personen att byta namn och identitet.
3. Att ”ladda” språket, så att komplexa frågor reduceras till plattityder och klichéer som begränsar möjligheterna till kunskap och till kritisk analys.
4. Uppmuntra personen att endast tänka ”lämpliga” tankar.
5. Hypnotekniker som skapar förändrade sinnestillstånd som till exempel åldersregression.
6. Manipulera minnen och skapa falska minnen.
7. Lära ut tankestoppande tekniker för att förhindra ”olämpliga” tankar. Till exempel att hänge sig åt slagord, böner, meditation eller tungotal för att pressa bort de olämpliga tankarna.
8. Ta avstånd från rationell analys, från kritiskt tänkande och från konstruktiv kritik.
9. Förbjuda kritiska frågor om ledarna, doktrinerna eller rådande policies.
10. Stämpla alternativa idéer som otillåtna, ondskefulla eller oanvändbara.

## *Emotionskontroll*

Att kontrollera en persons känslor/emotioner görs genom att sprida både skräck och en kontrollerad och villkorad, men ofta intensiv, form av "kärlek". Metoder inkluderar sådant som att...

1. Manipulera och stympa personens känsloregister genom att stämpla vissa känslor och behov som själviska eller ondskefulla.
2. Lära ut känslostoppande tekniker för att motverka tvevel, ilska och hemlängtan.
3. Lära personen att hens problem alltid är hens eget fel, aldrig ledarnas eller gruppens fel.
4. Uppmuntra skuldkänslor och värdelöshetskänslor som att skämmas över sin identitet och sitt förflutna eller sin historia, eller att börja se sina tankar och känslor som själviska eller irrelevanta.
5. Uppmuntra rädsla för självständiga tankar, för omvärlden, för fiender, för att gå miste om sin frälsning, eller för att lämna eller bli utkastad ur gruppen.
6. Omtumlande behandling där personen blir höjd till skyarna ena ögonblicket och släpad i smutsen i nästa.
7. Rituedla (och eventuellt offentliga) "syndabekännelser".
8. Generera fobier genom indoktrinering där personen lär sig att det inte kan finnas

**Att kontrollera en persons tankar görs indirekt, genom att på olika sätt pressa fram "de rätta" tankarna.**

någon sann lycka eller frälsning utanför gruppen, att avhopp skulle få fruktansvärda konsekvenser som att komma till helvetet eller att gruppen kan börja frysa ut eller förfölja personen och hens familj.

*Exempel: Ett möte med så kallad "dialog"*

Tänk dig att ett inlägg på Facebook fångar din uppmärksamhet. Inlägget verkar lite märkligt, så du ställer en fråga om innehållet. De som skrivit inlägget svarar att de gärna tar en dialog om detta med dig, men inte på Facebook. Istället är du varmt välkommen att komma på ett möte som de arrangerar. Så kan ni under mötets gång ta er ett snack om saken. Låt säga att inlägget handlade om något som har med jämställdhetsfrågor att göra, och att den grupp som nu har bjudit in dig på möte är könsseparatistisk så att den enbart är till för personer av samma kön som du själv brukar räknas som. Det framgår inte huruvida gruppen räknar sig som feministisk, profeministisk, antifeministisk, jämställdistisk, menninistisk eller något annat, men däremot framgår det att den anser sig sitta inne med sanningen i jämställdhetsfrågor.

Efter viss tvekan väljer du att gå på mötet för att se om det kan bli någon intressant dialog. Väl på plats får ni som dykt upp veta att ni ska få se en film, och därefter ska ni få information om mötets upplägg. Filmen visar sig vara ett väckelsetal som fastslår enorm skillnad mellan män och kvinnor: Endast kvinnor kan bli utsatta för övergrepp, detta då i motsats till män vilka därmed per definition är osårbara. Efter talet är det strängt förbjudet att ställa frågor eller komma med kommentarer. Istället blir det en ordentlig genomgång av mötesformalia. Där



får du veta att mötet kommer att växla fram och tillbaka mellan dels en helklass och dels smågrupper. I helklassen ska ledarna informera mötesdeltagarna om vad som gäller. I smågrupperna ska mötesdeltagarna prata om sig själva - bekänna sina synder och kritisera sitt eget beteende. Som mötesdeltagare ska ni inte komma med några synpunkter i helklassen, och i smågrupperna så ska era synpunkter inte handla om ideologin eller om mötet eller om varandras berättelser - utan enbart handla om er själva och om era känsligaste och mest traumatiska livserfarenheter. I helklassen får ni bland annat information om vilken värdeladdning som vissa ord har. Till exempel att all pornografi utan undantag per definition är skadlig och skamlig och destruktiv, och att denna ståndpunkt per definition inte kan ses som moralistisk.

Ser du i ett sådant möte några tendenser till otillbörlig påverkan, och i så fall vilka?

För min del var jag härom året med om just den beskrivna situationen. Just då tänkte jag bara att det rent allmänt var ganska mycket sektvarning på gruppens sätt att fungera. När jag senare läste på om BITE-modellen så tänkte jag genast på detta möte. Av de i tidigare avsnitt nämnda formerna av Beteendekontroll, Informationskontroll, Tankekontroll och Emotionskontroll tänker jag att gruppens agerande visade tendenser till B1, B9, I3, I6, T1, T3, T4, T8, T9, E4 och E7. Alltså tendenser till att: Kontrollera hens fysiska miljö, Lägga beslag på stora delar av hens tid genom ritualer och indoktrinering, Dela upp informationen i en version för utomstående och en annan version för invidga, Oetisk hantering av bikt och terapi, Bygga upp en svartvit världsbild/”verklighetskarta”, Att ”ladda” språket, så att komplexa frågor reduceras till plattityder och klichéer som begränsar möjligheterna till kunskap och till kritisk analys, Uppmuntra personen att endast tänka ”lämpliga” tankar, Ta avstånd från rationell analys från kritiskt tänkande och från konstruktiv kritik, Förbjuda kritiska frågor om ledarna doktrinerna eller rådande policies, Uppmuntra skuldkänslor och värdelöshetskänslor som att skämmas över sin identitet och sitt förflutna eller sin historia, samt Rituell (och eventuellt offentliga) ”syndabekännelser”.

För min egen del var dessa tendenser mer än nog för att jag inte skulle vilja ge mig närmare in i den aktuella organisationen. Samtidigt så noterade jag även i mitt stilla sinne att det som arrangörerna hade lockat dit mig med falska löften om var någonting helt annat än den frälsning-genom-feministisk-pånyttfödelse-för-män som de började locka med när jag väl var på plats. Med andra



ord hade de utsatt mig för en ”bait and switch”. Samma grundläggande taktik som Steven Hassan berättade att moon-sektens rekryterare utsatte honom för en gång i tiden, om än inte alls lika utstuderad variant i mitt fall. I efterhand kände jag mig mycket orolig för en annan mötesdeltagare som också var där för första gången. Han var öppen med att befinna sig i en livssituation som var psykiskt plågsam i form av hjärtskärande ensamhet, och han framstod rent allmänt som att vara tämligen skör.

### *BITE-modellens möjligheter och begränsningar*

Med sitt breda spektrum av komponenter och glidande skalor kan BITE-modellen ge ett visst mått av överblick över sekteristiska tendenser i vilken organisation eller relation som helst. I gengäld medför samma bredd att



modellen inte fungerar för att enkelt och entydigt avgöra huruvida en viss organisation bör räknas som en sekt eller inte. För min del ser jag denna begränsning som en fördel. Ordet "sekt" bör syfta på att en organisation har mycket hög nivå av sekteristiska tendenser, snarare än att utgöra någon svartvit uppdelning i "sekt" versus "inte sekt". Denna flexibilitet utgör en frihet under ansvar, ett underförstått krav på att användaren ska tillämpa modellen med eftertänksamhet och intellektuell hederlighet. Det kan vara ack så frestande att tillämpa modellen mycket striktare på de grupper och relationer som en själv ogillar än på de som en gillar.

En annan begränsning är att BITE-modellen helt bortser från att varje social interaktion sker i en kontext: Interaktionen handlar inte bara om hur inblandade parter beter sig mot varandra, utan även om deras sociala situation och psykiska hälsa. Till exempel tar modellen upp flera aspekter som ofta handlar om att gruppens medlemmar upplever sig vara hotade av sin omvärld - men tar inte med i bedömningen i vilken mån gruppen faktiskt ÄR hotad av omvärlden, än mindre omständigheterna för eventuella hot. Denna begränsning är helt nödvändig för att modellen inte ska bli alltför tungrodd och oöverskådlig. Men den innebär också att det i många fall kan vara bäst att inte alltför ensidigt förlita sig enbart på BITE-modellen, utan komma ihåg att det även finns andra aspekter än de som den tar upp. Här bör vi inte behöva välja mellan å ena sidan fördöma/sektstämpla de offer för mobbning och annat förtryck som utvecklat starka försvarsmekanismer, eller att å andra sidan acceptera sekteristisk bullshit eller totalitära anspråk från människor som är (eller anser sig



vara) utsatta. Det bör rimligtvis gå att hålla mer än en tanke i huvudet samtidigt.

Avslutningsvis så är en av modellens stora styrkor att den inte begränsar sig till någon viss typ av kontext (till exempel religion) eller till någon viss kontextnivå (till exempel relationer/micronivå, organisationer/mesonivå, eller hela samhällen/makronivå). Vi människor påverkar alla oss själva och varandra, både i stort och i smått. Genom kritiskt tänkande och medvetenhet om otillbörlig påverkan kan vi arbeta för att denna påverkan blir på så justa villkor som möjligt. ✍️

## Referenser

Steven Hassans webbsajt Freedom Of Mind: <https://freedomofmind.com/>

BITE Model: <https://freedomofmind.com/bite-model/>

Influence Continuum: <https://freedomofmind.com/influence-continuum/>

BITE Model handout: <https://freedomofmind.com/wp-content/uploads/2018/12/BITE-Model-Handout-9-23-16.pdf>

Föreläsningen "Undue Influence: Cults and Predators with Steven Hassan" - <https://www.youtube.com/watch?v=STwPg-ZWFLW8>

Podden "Sensibly Speaking Podcast #77: Dealing with Destructive Cults ft. Steve Hassan" <https://www.youtube.com/watch?v=j1hKF9SWP3M>

## Noter

1. "Undue Influence: Cults and Predators with Steven Hassan" - <https://www.youtube.com/watch?v=STwPg-ZWFLW8>
2. <https://freedomofmind.com/bite-model/>
3. Influence Continuum: <https://freedomofmind.com/influence-continuum/>

4. ”Sensibly Speaking Podcast #77: Dealing with Destructive Cults ft. Steve Hassan” <https://www.youtube.com/watch?v=j1hKF9SWP3M>
5. Fler punkter, dock på engelska, återfinns på: <https://freedomofmind.com/wp-content/uploads/2018/12/BITE-Model-Handout-9-23-16.pdf>