

## Control de comportamiento

1. Regular la realidad física del individuo
2. Dictar dónde, cómo y con quién vive el miembro y se asocia o se aísla
3. Cuándo, cómo y con quién tiene relaciones sexuales el miembro
4. Controlar tipos de ropa y peinados
5. Regular la dieta: comida y bebida, hambre y / o ayuno
6. Manipulación y privación del sueño
7. Explotación, manipulación o dependencia financiera
8. Restringir el ocio, el entretenimiento y el tiempo de vacaciones
9. Dedicar la mayoría del tiempo al adoctrinamiento y rituales grupales y / o al auto adoctrinamiento, incluido Internet
10. Permiso requerido para decisiones importantes
11. Uso de recompensas y castigos para modificar comportamientos, tanto positivos como negativos.
12. Desalentar el individualismo, fomentar el pensamiento grupal
13. Imponer reglas y regulaciones rígidas
14. Castigar la desobediencia golpeando, torturando, quemando, cortando, violando o tatuando / marcando
15. Amenazar con dañar a familiares y amigos
16. Obligar a la persona a violar o ser violada
17. Fomentar y participar en castigo corporal
18. Inculcar dependencia y obediencia
19. Secuestro
20. Golpear
21. Torturar
22. Violar
23. Separación de familias
24. Prisión
25. Asesinato

## Control de información

1. Engaño:
  - a. Retener información deliberadamente
  - b. Distorsionar la información para hacerla más aceptable
  - c. Mentir sistemáticamente al miembro de la secta
2. Minimizar o desalentar el acceso a fuentes de información externos al grupo, incluyendo:
  - a. Internet, TV, radio, libros, artículos, periódicos, revistas, medios
  - b. Información crítica
  - c. Ex-miembros
  - d. Mantener ocupados a los miembros para que no tengan tiempo de pensar e investigar
  - e. Control a través del teléfono móvil con mensajes de texto, llamadas, rastreo de Internet
3. Clasificar la información en doctrinas externas versus internas
  - a. Asegurarse de que la información no sea de libre acceso
  - b. Controlar la información a diferentes niveles y misiones dentro del grupo
  - c. Permitir que solo los líderes decida quién necesita saber qué y cuándo
4. Fomentar el espionaje de otros miembros
  - a. Imponer un sistema de compañeros para monitorear y controlar a los miembros
  - b. Informar pensamientos, sentimientos y acciones desviadas al liderazgo
  - c. Asegurarse de que el comportamiento individual sea monitoreado por grupo
5. Uso extensivo de información y propaganda generadas por cultos, que incluyen:
  - a. Boletines, revistas, diarios, cintas de audio, cintas de video, YouTube, películas y otros medios
  - b. Hacer citas incorrectas o fuera de contexto de fuentes que no son del grupo
6. Uso poco ético de la confesión
  - a. Información sobre pecados usada para romper y/o disolver los límites de la identidad
  - b. Retención del perdón o la absolución
  - c. Manipulación de la memoria, posibles recuerdos falsos.

## Control del pensamiento

1. Exigir a los miembros que internalicen la doctrina del grupo como verdad.
  - a. Adoptar el 'mapa de la realidad' del grupo como realidad
  - b. Inculcar el pensamiento en blanco y negro
  - c. Decidir entre el bien y el mal
  - d. Organizar a las personas en nosotros frente a ellos (personas internas frente a personas externas)
2. Cambiar el nombre y la identidad de la persona
3. Uso de un lenguaje cargado y clichés que restringen el conocimiento, detener los pensamientos críticos y reducir las complejidades a palabras de moda triviales.
4. Fomentar solo pensamientos 'buenos y apropiados'
5. Las técnicas hipnóticas se utilizan para alterar los estados mentales, socavar el pensamiento crítico e incluso hacer retroceder la edad del miembro.
6. Manipular los recuerdos y crear recuerdos falsos
7. Enseñar técnicas para detener los pensamientos que bloquean la comprobación de la realidad, deteniendo los pensamientos negativos y permitiendo solo los pensamientos positivos, que incluyen:
  - a. Negación, racionalización, justificación, pensamiento ilusorio
  - b. Cánticos
  - c. Meditar
  - d. Orar
  - e. Hablar en lenguas
  - f. Cantar o tararear
8. Rechazo al análisis racional, pensamiento crítico y/o crítica constructiva
9. Prohibir preguntas críticas sobre líder, doctrina o el comportamiento permitido
10. Etiquetar sistemas de creencias alternativos como ilegítimos, malvados o no útiles
11. Inculcar un nuevo "mapa de la realidad"

## Control emocional

1. Manipular y reducir la gama de sentimientos: algunas emociones y/o necesidades se consideran malas, incorrectas o egoístas
2. Enseñar técnicas para detener las emociones para bloquear los sentimientos de nostalgia, ira y duda
3. Hacer que la persona sienta que los problemas siempre son culpa suya, nunca culpa del líder o del grupo
4. Fomente sentimientos de culpa o indignidad, como:
  - a. Culpabilidad de identidad
  - b. No está cumpliendo con su potencial
  - c. Su familia es deficiente
  - d. Su pasado es sospechoso
  - e. Tus afiliaciones son imprudentes
  - f. Tus pensamientos, sentimientos, acciones son irrelevantes o egoístas
  - g. Culpa social
  - f. Culpa histórica
5. Infundir miedo a cosas como:
  - a. Pensar de forma independiente
  - b. El mundo exterior
  - c. Enemigos
  - d. Perder la salvación de uno
  - e. Dejar o ser rechazado por el grupo
  - f. La desaprobación de otros
  - g. Culpa histórica
6. Extremos de altibajos emocionales: "bombardeo de amor" y alabar al miembro un momento y al siguiente declarar que es un pecador horrible
7. Confesión de pecados ritualista y, a veces, pública
8. Adoctrinamiento de la fobia: inculcar temores irracionales de dejar el grupo o cuestionar la autoridad del líder
  - a. No es posible la felicidad o la realización fuera del grupo
  - b. Terribles consecuencias si te vas: infierno, posesión demoníaca, enfermedades incurables, accidentes, suicidio, locura, 10.000 reencarnaciones, etc.
  - c. Rechazo de los que se van; miedo a ser rechazado por amigos y familiares
  - d. Nunca una razón legítima para irse; los que se van son débiles, indisciplinados, no espirituales, mundanos, con un lavado de cerebro por familiares o consejeros, o seducidos por el dinero, el sexo o el rock and roll
  - e. Amenazas de daño a ex-miembro y familia

