

**Psychomanipulacja 2.0.
Od psychospołecznych
iluzji wpływu do kontroli
cyfrowych paradygmatów**

Acta Universitatis Wratislaviensis

No 4359



Maciej Szostak

**Psychomanipulacja 2.0.
Od psychospołecznych
iluzji wpływu do kontroli
cyfrowych paradygmatów**

WYDAWNICTWO UNIwersYTETU WROCLAWSKIEGO
WROCLAW 2025

Maciej Szostak
**Psychomanipulacja 2.0. Od psychospołecznych iluzji wpływu
do kontroli cyfrowych paradygmatów**

Recenzent: Jolanta Grębowiec-Baffoni

Redakcja: Abbicci / Wojciech Kiedrowicz, Violet Design / Wioletta Kowalska

Skład i łamanie: Violet Design / Wioletta Kowalska
na podstawie projektu makiety Grupy Projektor

Projekt okładki: Małgorzata Szalyga

Ilustracja na okładce: freepik.com

© Maciej Szostak, Uniwersytet Wrocławski 2025

ISBN 978-83-68619-69-0 (PDF)

ISSN 3071-6748 (AUWr online)



Uniwersytet
Wrocławski

Wydawnictwo Uniwersytetu Wrocławskiego
ul. F. Joliot-Curie 12, 50-383 Wrocław
tel. 71 3757684, e-mail: wydawnictwo@uwr.edu.pl

Spis treści

Wprowadzenie	7
Rozdział 1. Psychomanipulacja ze stanowiska psychologii społecznej	11
1.1. Rewolucyjno-rewelacyjna teoria wpływu społecznego Roberta Cialdiniego	12
1.2. Dysonans poznawczy — autoperswazja	20
1.3. Posłuszeństwo, konformizm, wpływ sytuacji, która jednak „czyni złoczyńcą”	21
1.4. Błędy poznawcze, czyli luki w myśleniu racjonalnym	24
1.5. Techniki manipulacji — wybrane mechanizmy w „telegraficznym skrócie”	26
Rozdział 2. Socjologiczna perspektywa psychomanipulacji	31
2.1. Socjotechnika jako instrument kontroli społecznej	32
2.2. Sekty destrukcyjne	34
2.3. Psychomanipulacja w polityce — „kropla w oceanie”	36
2.4. Patologiczne skutki psychomanipulacji w życiu publicznym	39
Rozdział 3. Psychomanipulacja ze stanowiska kryminologii	43
3.1. Kryminologia a kryminalistyka — dwa spojrzenia na tak zwaną prawdę materialną „w pigułce”	43
3.2. Kryminogeneza zachowań manipulacyjnych — „teorie przebrane”	45
3.3. Manipulator <i>vs</i> ofiara — analiza <i>modus operandi</i>	48
3.4. Wiktymologia psychomanipulacji — paradoks ofiary	49
3.4.1. Syndrom sztokholmski i więź traumatyczna	50
3.4.2. Wtórna wiktymizacja	52
Rozdział 4. Psychomanipulacja przemysłowa a technologie cyfrowe	55
4.1. Psychomanipulacja w mediach a nowe technologie informacyjne	57
4.2. Architektura manipulacji — ekonomia uwagi i model biznesowy platform	58

4.3. Algorytmy jako wektory radykalizacji — bańki informacyjne i komory echa	60
4.4. Big data i mikrotargetowanie — MBMR (manipulacyjna broń masowego rażenia)	61
4.5. Arsenal dezinformacji cyfrowej — deepfake, trollowanie i astroturfing	63
4.6. Psychouzależnienia od AI jako patologicznie zaawansowana forma manipulacji cyfrowej	65
4.7. Psychomanipulacja 2.0. Postulaty profilaktyczno-prewencyjne <i>de lege lata</i> i <i>de lege ferenda</i>	68
Pytania adresowane do przyszłości — zamiast mądrego zakończenia	73
Bibliografia	79

Wprowadzenie

Stała jest tylko zmienność¹

Heraklit z Efezu

Czy istnieje psychomanipulacja? A jeśli tak, to czym jest? A czym na pewno nie jest? Gdzie leżą jej granice: psychologiczne, społeczne, prawne, penalne, etyczne i technologiczne? Czy jakiegokolwiek granice dla tak zwanych psychomanipulacji w ogóle istnieją? Przeszło ćwierć wieku temu postawiłem te oto pytania w kontekście nadciągającego końca tysiąclecia (przez niektórych „szaleńców”, którzy oczekiwali na apokalipsę i zmierzch ludzkości, uznawanego za koniec świata). Owe irracjonalne publiczne wypowiedzi, skupiające w tamtym czasie zaskakująco wielu zwolenników, skłoniły mnie i innych naukowców do zainteresowania się zjawiskiem społecznym określanym mianem sekt i nowych ruchów religijnych. Był to czas, gdy społeczeństwa, zwłaszcza te wychodzące z cienia systemów totalitarnych, postkomunistycznych, tak zwanego socrealizmu politycznego, zachłystywały się nowo odzyskaną wolnością, stając się jednocześnie podatnym gruntem dla ideologii oferujących proste odpowiedzi na złożone pytania egzystencjalne.

Skala tego fenomenu pod koniec lat dziewięćdziesiątych ubiegłego wieku była tak dynamiczna i podlegała takiej entropii, że postanowiłem zbadać go w każdym możliwym aspekcie: historycznym, religioznawczym, etymologicznym, socjologicznym, psychologicznym, psychosocjologicznym, prawnym, a także z perspektywy metodologii badań społecznych oraz nauk penalnych: kryminologii, kryminalistyki, wiktymologii, suicydologii — w zakresie ich metodologiczno-policyjnych kompetencji odnoszących się do możliwości obiektywnej, aksjologicznej

¹ Πάντα ῥεῖ — „Wszystko płynie” (przypisywane Heraklitowi przez Platona).

oceny aktywności społecznej nowych ruchów religijnych o inklinacjach społecznoopatologicznych, destrukcyjnych. Przede wszystkim podjąłem próby teoretycznego rozpoznania problemowego tego zjawiska, zdobycia jak największej ilości wiedzy o funkcjonowaniu, strukturze, zakresie, liczebności i praktykach stosowanych w poszczególnych grupach religijnych, co do których organy policyjne otrzymały uprzednio informacje ze źródeł zewnętrznych o możliwości występowania zagrożeń związanych z naruszeniami prawa lub naruszeniami bezpieczeństwa prywatnego członków takich grup, ze szczególnym uwzględnieniem relacji tak zwanych guru sekty *vs* miłośnicy/wyznawcy. Szczególną uwagę poświęciłem zjawiskom odnoszącym się do zachowań psychospołecznych jednoznacznie nienaruszających *sensu stricto* porządku prawnego czy prawnokarnego (norm prawnych w relacjach interpersonalnych), ale jednocześnie daleko wykraczających poza zakres tak zwanej normy społecznej². Badania w zakresie nauk społecznych nad fenomenem sekt od tamtej pory rozwinęły się w postępie geometrycznym. Obecnie istnieją setki tysięcy opracowań, nie tylko w języku angielskim, odnoszących się do symptomatologii, zagrożeń, fenomenologii, etiologii oraz profilaktyki i prewencji tego zjawiska na całym świecie³.

Wszystkie te perspektywy badawcze łączy jednak jeden wspólny mianownik — kluczowy problem metodologiczny, który utrudnia rozszyfrowanie mechanizmów funkcjonowania tych grup. „Paliwem napędowym” ich działalności stały się tak zwane zachowania psychomanipulacyjne w relacjach: człowiek–człowiek, człowiek–grupa, grupa–grupa czy grupa–ludźkość. Podjąłem się wówczas karkołomnych badań, których celem była próba rozpoznania i odczytania społecznoopatologicznych zachowań w relacjach interpersonalnych na przykładzie tak zwanych destrukcyjnych ruchów religijnych stosujących psychomanipulację jako instrument pozwalający na osiągnięcie własnych, wysoce nieetycznych celów w sposób naruszający zasady moralne, lecz niekoniecznie niezgodnie z normami prawnymi⁴.

² Zob. M. Szostak, *Sekty destrukcyjne. Studium metodologiczno-kryminalistyczne*, Kraków 2001.

³ Szeroko na temat sekt religijnych w kontekście dokumentacji i entropii publikacyjnej zob. M. Szostak, *Disputable Religious Movements and Public Security*, London 2013.

⁴ Zob. publikacje w tym zakresie problemowym: *Controversial Cults: Various Approaches*, red. M. Szostak, Poznań 2013; M. Szostak, *O zakresie przedmiotowym i metodologii badań tzw. „sektologii”*. Przyczynek do teorii badań nad „sektami”, [w:] *Kontrowersyjne grupy kultowe i sekty. Analiza psychologiczna i prawna*, red. M. Gajewski, Kraków 2011, s. 257–272; M. Szostak, „Sekty” — przyczynkiem do refleksji nad znaczeniem pojęć (w kontekście ochrony praw podstawowych), [w:] *Sekty i nowe ruchy religijne — wolność czy zniewolenie? Zagadnienia interdyscyplinarne*, red. P. Chrzczonowicz, I. Kamiński, Toruń 2012, s. 251–255; M. Szostak, *Le sette distruttive come problema della patologia della vita sociale in Polonia: La problematica*

Dwadzieścia pięć lat w historii badań naukowych to z jednej strony niewiele, a z drugiej — niezwykle dużo. Szczególnie dzisiaj, w dobie rozwoju sztucznej inteligencji, psychomanipulacja stała się „nośnikiem — paliwem rozwojowym” już nie tylko dla sekt, religii, ideologii, światopoglądów czy polityki, okazując się niezwykle skutecznym „narzędziem — lewarem polityków”, ale przede wszystkim dla rozwoju nowych, inteligentnych technologii informacyjnych. Wobec takiego stanu rzeczywistości rodzi się pytanie: Czy w dzisiejszych czasach prowadzenie teoretycznej refleksji odnoszącej się do globalnych zjawisk społecznych o inklinacjach psychosocjologicznych bez „romansu z technologią” ma w ogóle sens? Czy rozwój informacyjnej technologii zmienił już paradygmat wartości aksjologicznych, struktur społecznych na wszystkich poziomach funkcjonowania, od życia publicznego i jego prawnoadministracyjnych regulatorów, poprzez biznes, środowisko pracy, a w końcu mechanizm procesów decyzyjnych grup społecznych, po całe społeczeństwa, poprzez wtargnięcie, ingerencję (a może nawet i dominację) w największy system myślenia, jaki kiedykolwiek istniał, czyli ludzki mózg — ludzki umysł? Czy na dzisiejszym etapie rozwoju inteligentnych technologii informacyjnych ludzkość nie znalazła się na przysłowiowej barykadzie (na której, jak wiadomo, perspektywa poznawcza — widoczność — jest większa, ale za to strzelają z różnych stron) pomiędzy światami rzeczywistym a cyfrowym, nie tylko usamodzielniającym się od swojego rzeczywistego „awatara”, ale kreującym się na paradygmat wyznaczający standardy życia społecznego, warunkujący kierunek, sposób jego rozwoju. Proponowany tekst w odniesieniu do refleksji kognitywistycznej korespondującej z osiągnięciami AI powstał we współpracy z modelem językowym GPT 5, wykorzystującym zaawansowane instrumenty technologii informacyjnej, między innymi takie jak big data. Jego zdolności adaptacyjne, analityczność oraz użyteczność z jednej strony mnie zachwyciły, z drugiej zaś przeraziły sprawnością, ale i brakiem umiejętności wnioskowania intuicyjnego, skojarzeniowego, kulturowokontekstualnego, odnoszącego się do paradoksalności opisu

metodologico-criminalistica, *Economia & Diritto*, 1.10.2014, <https://www.economiaediritto.it/le-sette-distruitive-come-problema-della-patologia-della-vita-sociale-in-polonia-la-problematica-metodologico-criminalistica/> (dostęp: 20.10.2025); M. Szostak, *Cults in Europe as a controversial social, legal and scientific problem*, [w:] *Controversial Cults: Various Approaches*, Poznań 2013, s. 13–20; M. Szostak, *Sekty religijne jako paradoksalny przedmiot badań naukowych w aspekcie prawnym i społecznym*, [w:] *Prawo karne wykonawcze w systemie nauk kryminologicznych. Księga pamiątkowa ku czci Profesora Leszka Boguni*, red. T. Kalisz, Acta Universitatis Wratislaviensis 3333, Wrocław 2011, s. 344–347.

zjawisk wymagających myślenia abstrakcyjnego⁵. Stąd pomysł, aby podzielić się z Czytelnikami własnymi przemyśleniami nad refleksjami AI w kontekście psychomanipulacji i jej ewolucyjnej drogi rozwojowej: od relacji człowiek–człowiek, poprzez relację człowiek–społeczeństwo, do relacji AI–społeczeństwo–człowiek.

Celem niniejszego opracowania było przeprowadzenie interdyscyplinarnej, wielowymiarowej analizy zjawiska psychomanipulacji w możliwie syntetyczny, teorioznawczo jasny i metodycznie dostępny dla Odbiorcy sposób. Struktura pracy została zaprojektowana tak, aby poprowadzić Czytelnika od psychologicznych fundamentów wpływu społecznego w międzyludzkich relacjach interpersonalnych, poprzez jego socjologiczne i polityczne multizjawiskowe i multipubliczne manifestacje, z akcentem nauk penalnych (kryminologii, kryminalistyki, wiktymologii), aż po ocenę współczesnych, zalgorytmizowanych zagrożeń dla bezpieczeństwa publicznego, fundamentów demokracji, a przede wszystkim wolności wyboru jednostki i jej samodzielnego procesu decyzyjno-wolicjonalnego, będących pod wpływem cyfrowej kontroli sztucznej inteligencji.

5 Przynajmniej na tym etapie rozwojowym systemu, który nie zapamiętuje kontekstów z przeszłości i posiada ograniczenia ilościowe, ale może wynikać to nie tyle z jego „niedorozwoju” lub sposobu wytrenowania, ile z błędnego wyobrażenia Autora tekstu i jego własnych ograniczeń teoriopoznawczych, a także metodyczno-lingwistycznych braków zdolności promptowania w systemie obliczeniowym GPT.

Rozdział 1. Psychomanipulacja ze stanowiska psychologii społecznej

Zrozumienie złożoności psychomanipulacji wymaga w pierwszej kolejności sięgnięcia do jej korzeni — do fundamentalnych mechanizmów ludzkiej psychiki, które, choć ewolucyjnie użyteczne, mogą zostać wykorzystane do wywierania nieetycznego wpływu na innych ludzi. Psychologia społeczna, zwana także socjopsychologią, to nauka łącząca elementy psychologii i socjologii, która koncentruje się na zrozumieniu, jak funkcjonujemy jako istoty społeczne. To wybijająca się na samodzielność paradygmatyczną dziedzina nauki, która bada, jak obecność innych ludzi — czy to realna, czy wyobrażona lub domniemana — wpływa na myśli, emocje oraz procesy decyzyjne i zachowania jednostek, grup społecznych lub społeczeństwa w najróżniejszych konfiguracjach współwystępowania tak zwanej gry społecznej, dostarczając kluczowych narzędzi do analizy tych procesów.

Jednym z głównych obszarów zainteresowania psychologii społecznej jest postrzeganie społeczne, czyli sposób, w jaki oceniamy innych ludzi, tworzymy pierwsze wrażenia oraz jak stereotypy społeczne, uprzedzenia i schematy wpływają na nasze rozumienie zdarzeń interpersonalnych, wydarzeń społecznych czy roli poszczególnych osób zaangażowanych w proces ich tworzenia, a finalnie na procesy wolicjonalno-emocjonalne związane z procesami decyzyjnymi. Psychologia społeczna bada kształtowanie się postaw i proces ich zmiany, na przykład jak powstają nasze przekonania i opinie oraz w jaki sposób mogą być modyfikowane choćby przez perswazję, media czy doświadczenia społeczne⁶.

⁶ Szerzej o paradygmacie (zakresie przedmiotowym) psychologii społecznej (socjopsychologii) zob. H. Tajfel, *Human Groups and Social Categories: Studies in Social Psychology*, Cambridge 1981; E. Aronson, T.D. Wilson, R.M. Akert, S.R. Sommers, *Psychologia społeczna*, przeł. T. Grzyb, Poznań 2020.

1.1. Rewolucyjno-rewelacyjna teoria wpływu społecznego Roberta Cialdiniego

Z perspektywy psychologii społecznej psychomanipulacja jest definiowana jako *sui generis* specyficzny, pejoratywny rodzaj wpływu społecznego. Jego celem jest zmiana zachowania, postrzegania lub decyzji jednostki za pomocą metod podstępnych i ukrytych. Kluczowym elementem odróżniającym manipulację od etycznej perswazji jest intencja manipulatora. Podczas gdy perswazja może mieć na celu dobro drugiej osoby (na przykład zachęcanie do zdrowego trybu życia), manipulacja zawsze zakłada ukrytą korzyść dla manipulatora, osiąganą kosztem wiktymizacji ofiary. Ten warunek wydaje się jedynym, choć najczęściej subiektywnym, kryterium aksjologicznym odróżniania psychomanipulacji od wpływu społecznego mieszczącego się w granicach poprawności tak zwanej normy społecznej.

Może to zabrzmieć banalnie, ale w moim odczuciu jednym z największych odkryć psychosocjologii było skupienie uwagi badawczej na najprostszych z możliwych zależności, że „paliwem” psychomanipulacji jest wykorzystywanie naturalnych odruchów neurofizjologicznych oraz mechanizmów psychicznych procesów człowieka w zakresie poznawczym, emocjonalnym oraz wolicjonalnym w relacjach interpersonalnych pomiędzy ludźmi, przebiegających bez świadomości ich wykonywania przez człowieka, czyli nawykowo, odruchowo, adaptacyjnie.

Robert Cialdini w swojej fundamentalnej, fenomenalnej pracy pod tytułem *Wywieranie wpływu na ludzi*⁷ zidentyfikował sześć uniwersalnych reguł, które stanowią podstawowy arsenał manipulatorów. Warto zaprezentować ich mechanizmy w możliwie syntetycznej, ale i komunikatywnej formie.

Reguła wzajemności — opierająca się na głęboko zakorzonionej w kulturze ludzkiej potrzebie odwzajemnienia się za otrzymane dobro. Manipulatorzy, wykorzystując tę zasadę, oferując niewielkie, często nieproszone przysługi (darmowa próbka, mały upominek, dobre słowo itp.), stosują ją z dużym powodzeniem w celu wzbudzenia w ofercie poczucia zobowiązania. To zobowiązanie sprawia, że znacznie trudniej jest odmówić spełnienia późniejszej, znacznie większej prośby. Technika ta jest powszechnie stosowana w marketingu, ale także w grupach o najróżniejszych inklinacjach światopoglądowych, ideologicznych, politycznych lub religijnych, na przykład w tak zwanych sektach, których

⁷ R.B. Cialdini, *Influence: The Psychology of Persuasion*, New York 1984; wydanie polskie: *Wywieranie wpływu na ludzi. Teoria i praktyka*, przeł. B. Wojciszke, Gdańsk 2001.

wyznawcy-członkowie poddawani są różnym technikom oddziaływań psychomanipulacyjnych, są dosłownie „bombardowani miłością”, co tworzy potężny dług wdzięczności — poczucie konieczności oddania przysługi wobec „bezinteresownie przecież (!) życzliwych nam osób”, to jest uprzejmego interlokutora, sprzedawcy czy na przykład guru sekty lub wspólnoty. Mechanizm ten działa tym skuteczniej, im bardziej osoba obdarowana czuje się zaskoczona lub zdezorientowana otrzymanym gestem, co dodatkowo osłabia jej czujność. W takich sytuacjach ludzie często nie dostrzegają, że drobne upominki nie są wcale bezinteresowne, lecz stanowią przemyślany element strategii wpływu. Reguła wzajemności potrafi też działać w sposób niemal automatyczny — poczucie dyskomfortu wynikające z „bycia dłużnym” skłania wiele osób do szybkiego wyrównania bilansu. Z tego powodu technika ta jest wyjątkowo trudna do rozpoznania i uświadomienia sobie w momencie jej stosowania. Co więcej, osoby prowadzące takie działania często stopniowo zwiększają zakres swoich oczekiwań, sprawdzając, jak daleko mogą posunąć się w kierowaniu zachowaniem ofiary. W środowiskach o religijnych, ideologicznych lub światopoglądowych inklinacjach, wymagających funkcjonowania w hierarchii społecznej, taktyka ta bywa łączona z innymi formami nacisku, jak izolacja od dotychczasowego otoczenia czy nadmierna idealizacja przywódcy, co dodatkowo pogłębia zależność. W efekcie nowy członek powyższych społeczności, wdzięczny za okazaną mu uwagę i „pozorną troskę”, staje się bardziej podatny na sugestie oraz podporządkowanie jej „regułom grupowej gry”, niekoniecznie korespondującym z jego dotychczasowym systemem wartości moralnych. Dzięki temu reguła wzajemności pełni funkcję nie tylko narzędzia perswazji, lecz także fundamentu budowania lojalności i kontroli nad jednostką.

Reguła zaangażowania i konsekwencji to odkrycie zależności polegających na tym, że ludzie mają silną potrzebę postrzegania siebie jako osób spójnych i konsekwentnych w swoich działaniach i decyzjach. Manipulatorzy wykorzystują to, stosując technikę „stopy w drzwiach”: najpierw proszą o spełnienie małej prośby, na którą większość osób się zgodzi (na przykład podpisanie petycji, bardzo drobna pożyczka lub zaangażowanie niewymagające jakichś szczególnie wielkich poświęceń), a po uzyskaniu zgody proszą o coś większego, co jest zgodne z pierwotnym zaangażowaniem (na przykład o datek na rzecz jakiejś charytatywnej organizacji). Ofierze trudno jest odmówić, gdyż byłoby to sprzeczne z jej obrazem jako osoby zaangażowanej w daną sprawę, moralnej, empatycznej, a przede wszystkim profesjonalnej, zatem konsekwentnej (!) w swoich moralnych deklaracjach obrazu siebie

samej (co należy podkreślić). Mechanizm ten działa bardzo subtelnie, ponieważ angażując się w drobne działanie w tak zwanej dobrej sprawie, jednostka zaczyna wewnątrznie uzasadniać swoją decyzję, a następnie dopasowuje kolejne wybory do już podjętych kroków. W ten sposób tworzy się swoisty „łańcuch konsekwencji”, w którym każda kolejna zgoda wydaje się naturalnym następstwem poprzedniej. Osoba poddana tej technice nie dostrzega, że została celowo wprowadzona na ścieżkę stopniowo rosnących zobowiązań, ponieważ uznaje własne decyzje za spontaniczne i autonomiczne. Manipulatorzy starają się również nadawać początkowej prośbie pozór całkowitej niewinności, by ofiara w ogóle nie podejrzewała, że jest to pierwszy krok głębszej strategii wpływu.

Reguła ta często pojawia się nie tylko w marketingu czy działalności różnego rodzaju organizacji społecznych, lecz także w relacjach interpersonalnych, gdzie ktoś próbuje stopniowo zdobywać coraz większą kontrolę nad drugą osobą. W niektórych grupach o charakterze ideologicznym czy pseudoreligijnym wykorzystuje się ją do stopniowego wprowadzania nowych członków w coraz bardziej wymagające zasady, zadania czy deklaracje lojalności. Początkowe niewinne zobowiązania stają się z czasem fundamentem do tworzenia silnej więzi psychologicznej z grupą lub przywódcą. W efekcie osoba zaangażowana czuje, że powinna być konsekwentna wobec swoich wcześniejszych decyzji, nawet jeśli te decyzje stopniowo prowadzą ją w kierunku działań, których wcześniej, oczywiście, nigdy by nie zaakceptowała, gdyby знаła ich cel.

Społeczny dowód słuszności polega na mechanizmie następującym: w sytuacjach niepewności, gdy nie wiemy, jak się zachować, mamy tendencję do naśladowania zachowań innych ludzi, zakładając, że skoro „wszyscy tak robią”, to jest to zachowanie właściwe (!). Manipulatorzy świadomie kreują iluzję masowego poparcia. Na przykład w reklamach słyszymy, że „miliony zaufały naszemu produktowi”. To potężne narzędzie, ponieważ odwołuje się do naszej potrzeby przynależności i lęku przed społecznym wykluczeniem.

Mechanizm ten działa szczególnie silnie w chwilach niepewności, kryzysu lub braku wystarczającej wiedzy — wtedy chętnie polegamy na ocenie innych, zakładając, że tłum nie może się mylić. W praktyce jednak takie założenie bywa bardzo złudne, zwłaszcza gdy to, co postrzegamy jako opinię większości, zostało starannie wygenerowane przez osoby zainteresowane wywołaniem określonych zachowań. Manipulatorzy często wykorzystują przy tym efekt „śnieżnej kuli”: im więcej osób wydaje się popierać daną ideę lub produkt, tym więcej kolejnych zaczyna ulegać presji społecznej i również dołącza do rzekomej większości.

Zjawisko to bywa również wykorzystywane w grupach o charakterze ideologicznym lub quasi-religijnym, gdzie nowym członkom pokazuje się przykłady rzekomego powszechnego entuzjazmu, co ma wywołać wrażenie, że przynależność do grupy jest naturalnym i popularnym wyborem. Człowiek, widząc, że inni zachowują się w określony sposób, zaczyna postrzegać to jako normę — nawet jeśli jest to norma całkowicie wykreowana. W efekcie społeczny dowód słuszności staje się jednym z najskuteczniejszych narzędzi wpływu, ponieważ działa na głębokim, instynktownym poziomie, uruchamiając potrzebę bycia częścią grupy i obawę przed odstawianiem od reszty.

Reguła lubienia i sympatii, niby oczywista i super prosta, ale jakże skuteczny instrument wpływu społecznego, wykorzystujący społeczne uwarunkowania. Według tej reguły chętniej ulegamy prośbom osób, które znamy i lubimy. Manipulatorzy świadomie budują sympatię, wykorzystując kilka czynników: atrakcyjność fizyczną, komplementy, a przede wszystkim podkreślanie podobieństw („Ja też interesuję się...”, „Pochodzimy z tego samego miasta...”). Tworzenie tej pozornej więzi sprawia, że opuszczamy gardę i stajemy się bardziej podatni na sugestie. Jest to kluczowy element w rekrutacji do grup destrukcyjnych, gdzie werbujący emanują ciepłem i zrozumieniem. Mechanizm ten działa wyjątkowo silnie, ponieważ sympatia i pozytywne emocje osłabiają naszą zdolność do krytycznego myślenia. Gdy ktoś sprawia wrażenie życzliwego, chętnie zakładamy jego dobre intencje, nawet jeśli obiektywnie nie mamy ku temu żadnych podstaw. W takich sytuacjach wzrasta nasza skłonność do ulegania sugestiom, gdyż chcemy utrzymać pozytywną atmosferę i nie psuć relacji, które wydają się budować. Manipulatorzy doskonale wiedzą, że ludzie są bardziej skłonni zgadzać się z osobami, do których czują sympatię, dlatego starają się stworzyć obraz kogoś „takiego jak my”, kogoś bliskiego i podobnego do nas samych.

Często stosuje się tu techniki subtelnej imitacji — powtarzanie gestów rozmówcy, ich tonu, sposobu mówienia, a nawet emocji. Ten rodzaj „lustrzanego odbicia” sprawia, że druga osoba zaczyna odczuwać nieświadomione poczucie jedności, co dodatkowo wzmacnia efekt sympatii. W marketingu i sprzedaży reguła ta wykorzystywana jest poprzez budowanie wizerunku „przyjaznego eksperta”, który „tylko doradza”, a w rzeczywistości kieruje procesami decyzyjnymi klienta, „prowadząc go za rączkę” do korzystnego dla niego samego (oczywiście) finału transakcji.

W grupach o tak zwanych sekciarskich inklinacjach technika ta bywa rozwinięta do skrajności. Rekruterzy obdarzają nowych członków

przesadną ilością uwagi, czasem wręcz adoracją, starając się wzbudzić poczucie wyjątkowości i zrozumienia. Taka atmosfera działa jak emocjonalna pułapka: osoba zyskująca nagłą akceptację zaczyna ufać źródłu tej sympatii, nie dostrzegając manipulacyjnego charakteru relacji. W konsekwencji przestaje krytycznie oceniać prezentowane treści, a jej opór wobec wpływu drastycznie maleje.

Reguła lubienia i sympatii, choć pozornie niewinna, jest więc jednym z najskuteczniejszych narzędzi wywierania wpływu, gdyż dotyka podstawowej ludzkiej potrzeby bycia zauważonym, zrozumianym i akceptowanym (!) społecznie.

Reguła autorytetu to „paradoksalna zmora systemu edukacji” — od dziecka jesteśmy uczeni posłuszeństwa wobec autorytetów: rodziców, nauczycieli, lekarzy, osób od nas starszych itp. Ta skłonność jest tak silna, że często reagujemy bezrefleksyjnie na same symbole autorytetu, a nie na jego faktyczne kompetencje. Manipulacja polega na wykorzystywaniu tych symboli: tytułów naukowych (profesor, doktor), odpowiedniego ubioru (kittel lekarski, mundur) czy luksusowych atrybutów (drogi samochód, zegarek). Na przykład oszuści podający się za policjantów czy pracowników banków bazują właśnie na tej regule. Mechanizm ten działa z ogromną siłą, ponieważ autorytet kojarzy nam się z bezpieczeństwem, wiedzą i przewodnictwem, a więc z wartościami, które budzą w nas naturalny respekt. Kiedy ktoś posługuje się symbolami władzy i „eksperckości”, nieświadomie przypisujemy mu kompetencje, nawet jeśli w rzeczywistości ich nie posiada. Działa tutaj efekt „halo” — jeden wyróżnik, taki jak tytuł czy prestiżowy wygląd, sprawia, że całą osobę postrzegamy jako godną zaufania. Manipulatorzy doskonale wiedzą, że ludzie są skłonni bardziej ufać poleceniom i wskazówkom kogoś, kto wygląda na eksperta, dlatego dbają o każdy szczegół, który wzmocni ich przekaz, często bardziej wizualny niż werbalny, zdając sobie sprawę, że ludzie mają skłonność do ulegania wpływom bardziej tego, co widzą, niż tego, co słyszą. Często niezrozumienie treści wypowiedzianych przez tak zwanego profesjonalistę oszusta, który wygląda na eksperta w danej dziedzinie, wystarczy, aby obdarzyć go sympatią i uznać jego wiedzę za autorytatywną wobec naszych zdolności jej pojmowania, nadając mu tym samym władzę nad nami samymi (!).

W praktyce często wystarcza zaledwie kilka zewnętrznych sygnałów, by wywołać automatyczną uległość: elegancki garnitur, stanowczy ton głosu czy powoływanie się w wypowiedzi na autorytety w danej dziedzinie wiedzy, oczywiście znane osobiście, lub też „procedury” czy „zalecenia wyższych instancji”. Takie sygnały redukują naszą skłonność do kwestionowania informacji i podejmowania samodzielnych

decyzji. W sytuacji stresu lub presji czasu efekt ten nasila się jeszcze bardziej — ludzie wolą zaufać rzekomemu autorytetowi niż ryzykować popełnienie błędu, nie podejmują wysiłków związanych z weryfikacją jego kwalifikacji.

W grupach o destrukcyjnych, ideologicznych inklinacjach reguła autorytetu często łączy się z kultem jednostki, gdzie lider jest przedstawiany jako ktoś obdarzony wyjątkową mądrością, duchową mocą, nadprzyrodzoną wiedzą lub superinteligencją, a tym samym siłą sprawczą. Podkreślanie absolutnej nieomyślności przywódcy sprawia, że członkowie grupy przestają poddawać jego decyzje krytycznej analizie, uznając je za jedyne słuszne, niezależnie od ich moralności czy racjonalności.

Na przykład w świecie przestępczym związanym z przestrzenią cyfrową reguła autorytetu jest wykorzystywana szczególnie bezwzględnie: podszywanie się pod policję, bank, urząd skarbowy czy lekarza nie ma na celu niczego innego jak wywołanie natychmiastowego posłuszeństwa u ofiar, często osób nierozumiejących współczesnego świata technologicznego, to jest starszych, ciężko chorych lub umierających, w kryzysie zdrowotnym lub życiowym. Ofiary czują, że „nie mają prawa” podważyć słów tak ważnej instytucji. To właśnie dlatego reguła autorytetu jest jednym z najbardziej niebezpiecznych narzędzi manipulacji — działa szybko, automatycznie i w sposób, który trudno wyłączyć, ponieważ opiera się na systemie wartości, doświadczeniach oraz nawykach kształtowanych przez całe życie człowieka.

Reguła niedostępności uczy nas, że rzeczy, które są rzadkie lub trudno dostępne, automatycznie stają się w naszych oczach bardziej wartościowe i pożądane. Reguła ta tłumaczy skuteczność hasel marketingowych typu „oferta limitowana”, „ostatnie sztuki” czy „tylko do końca dnia”. Wywołują one presję czasu i lęk przed utratą wyjątkowej okazji, co osłabia racjonalną analizę i skłania do impulsywnych decyzji. Mechanizm skuteczności tej reguły opiera się na głęboko zakorzenionym w nas przekonaniu, że to, co trudno dostępne, musi mieć większą wartość (!), inaczej przecież nie byłoby ograniczone. Manipulatorzy doskonale wiedzą, jak wzmacniać to wrażenie, tworząc sztuczne bariery lub pozory ograniczonego dostępu. Brak informacji o realnej podaży produktu, sztucznie generowane kolejki, licznik odliczający czas na stronie internetowej czy komunikaty „pozostała 1 sztuka” to klasyczne sposoby na wywołanie natychmiastowego impulsu zakupowego. Czasem wystarczy sama świadomość, że coś „zaraz zniknie”, byśmy zaczęli traktować to jako okazję, której nie wolno zmarnować.

Warto zauważyć, że reguła niedostępności działa nie tylko w marketingu, lecz także w relacjach międzyludzkich i sferze społecznej.

To, co elitarne, limitowane lub „tylko dla wybranych”, zyskuje aurę wyjątkowości, a ludzie pragną przynależać do czegoś, co wydaje się trudno osiągalne. Z tego powodu technika ta bywa stosowana w organizacjach o charakterze zamkniętym, elitarnym lub quasi-religijnym, gdzie dostęp do „wyższych prawd”, „tajemnej wiedzy” czy „kręgu wtajemniczonych” jest stopniowo limitowany. Nowi członkowie czują wówczas, że muszą bardziej się starać, by zasłużyć na kolejne etapy wtajemniczenia, co wzmacnia ich zaangażowanie i podporządkowanie.

Efekt niedostępności działa również poprzez mechanizm reakcji psychologicznej — kiedy odczuwamy, że ktoś ogranicza naszą swobodę wyboru, rodzi się w nas pragnienie, by tę swobodę odzyskać. Paradoksalnie więc im bardziej coś jest zakazane, trudne do zdobycia czy reglamentowane, tym bardziej wzrasta w nas potrzeba posiadania tego. To właśnie dlatego oferty „tylko dla wybranych” działają tak silnie: aktywują zarówno poczucie wyjątkowości, jak i obawę przed utratą szansy, zanim zdążymy ją racjonalnie ocenić.

Reguła niedostępności, choć często wykorzystywana w niewinnych z pozoru zabiegach marketingowych, może być również narzędziem manipulacji na znacznie głębszych poziomach, zwłaszcza tam, gdzie ograniczenie dostępu do informacji, ludzi lub zasobów służy kontroli, wywieraniu presji lub wzbudzaniu poczucia zależności.

Reasumując, z perspektywy psychologii społecznej powyższe reguły, zbadane i metodycznie opisane przez R. Cialdinię, nie tylko obnażają mechanizmy manipulacji, lecz także pokazują, jak podatność na wpływ jest częścią naszej codziennej kondycji psychicznej. To, co czyni jego teorię szczególnie wartościową, to nie tylko precyzyjne, jasne, proste i racjonalne opisanie powyższych reguł wpływu społecznego, lecz także wskazanie na ich uniwersalność — niezależnie od kontekstu kulturowego, statusu społecznego czy wykształcenia większość ludzi reaguje zgodnie z tymi samymi schematami. Właśnie dlatego z mojego punktu widzenia pioniersko-rewolucyjna teoria Cialdinię stała się jednym z fundamentów współczesnej psychologii społecznej oraz tak zwanego marketingu behawioralnego, pomimo braku zrozumienia mechanizmów nimi rządzących. Można zaryzykować hipotezę, że: „My ludzie tak naprawdę nie wiemy, dlaczego tak reagujemy, ale wiemy, że reagujemy”.

W praktyce reguły te rzadko działają w izolacji. Inteligentni, doświadczeni manipulatorzy często łączą kilka technik, potęgując ich skuteczność zarówno w procesie jednostkowych relacji interpersonalnych, jak i w sposobie oddziaływania wobec grup społecznych o bardzo szerokim „polu rażenia”. Im bardziej złożone kombinacje możliwości

zastosowania technik psychomanipulacyjnych, tym prostsze i szybsze efekty w osiągnięciu celów.

Najsukuteczniejsi manipulatorzy stosują mechanizmy wpływu intuicyjnie, czasami bez świadomości, że manipulują. No ale czy wtedy manipulują? Czy mogą ponosić odpowiedzialność moralną lub prawną za skutki tego typu uwikłania interpersonalnego? Przykładem może być kampania sprzedażowa, w której stosuje się jednocześnie regułę lubienia (przyjazny sprzedawca), autorytetu (posługiwanie się opinią eksperta), społecznego dowodu słuszności („najlepiej sprzedający się produkt”) i niedostępności („oferta ważna tylko dziś”). Taka kumulacja bodźców znacznie obniża zdolność kupujących do krytycznego myślenia i racjonalnej analizy sytuacji. Ale co, jeśli sprzedawca naprawdę wierzy w to, co mówi? Czy wtedy można w ogóle powiedzieć, że manipuluje ze z góry podjętym zamiarem oszustwa klienta?

Co istotne, R. Cialdini sam zwracał uwagę na to, że reguły te nie są z natury złe ani dobre — to neutralne mechanizmy społeczne, które mogą być wykorzystywane zarówno *pro publico bono*, etycznie (na przykład w kampaniach prozdrowotnych i innych społecznie pożytecznych celach), jak i w sposób wysoce destrukcyjny (do podporządkowania wyznawców sekt religijnych czy przewodnictwa w zorganizowanych działaniach czy grupach przestępczych). Kluczowym rozróżnieniem jest intencja oraz przejrzystość komunikacji interpersonalnych. W sytuacjach *expressis verbis* psychomanipulacyjnych intencje są ukrywane, a odbiorca pozbawiany jest pełnej informacji, co prowadzi do naruszenia jego autonomii decyzyjnej.

W kontekście sekt, grup destrukcyjnych czy relacji przemocowych teoria R. Cialdini ma wymiar kliniczny. W wielu przypadkach ofiary nie zdają sobie sprawy, że podjęły szereg decyzji — w tym tych najbardziej znaczących — pod wpływem psychologicznych nacisków, które aktywowały automatyczne, ewolucyjnie ukształtowane schematy reagowania. Przykładem może być syndrom stopniowego zaangażowania, w którym reguła konsekwencji prowadzi do głębokiego uwikłania — początkowo niewinne decyzje (na przykład udział w spotkaniu informacyjnym) stopniowo przekształcają się w zobowiązania o dużym ciężarze emocjonalnym i społecznym⁸.

⁸ R.B. Cialdini, *Wywieranie wpływu na ludzi. Teoria i praktyka*, przeł. B. Wojciszke, Gdańsk 2001; D. Doliński, *Psychologia wpływu społecznego*, Ossolineum 2000; D. Doliński, *Techniki wpływu społecznego*, Gdańsk 2008.

1.2. Dysonans poznawczy — autoperswazja

Innym fundamentalnym mechanizmem, który stanowi pożywkę dla manipulatorów, jest teoria dysonansu poznawczego, sformułowana w 1957 roku przez Leona Festingera⁹. Opisuje ona stan nieprzyjemnego napięcia psychicznego, które pojawia się, gdy posiadamy dwa sprzeczne ze sobą elementy poznawcze (na przykład myśli, postawy, przekonania) lub gdy nasze zachowanie jest niezgodne z naszymi postawami. Ludzie dążą do redukcji tego napięcia, a najprostszym sposobem jest zmiana jednego z elementów, najczęściej postawy, tak aby była zgodna z zachowaniem.

Manipulatorzy wykorzystują to, prowokując ofiarę do podjęcia działań, które są sprzeczne z jej dotychczasowymi wartościami lub przekonaniami. Klasyczny przykład to nakłonienie kogoś do publicznego wygłoszenia opinii, z którą się nie zgadza (na przykład w zamian za niewielką nagrodę). Po takim akcie osoba zaczyna odczuwać dysonans. Aby go zredukować, często nieświadomie zaczyna zmieniać swoją pierwotną postawę, przekonując samą siebie, że opinia, którą wygłosiła, wcale nie jest taka zła. Jest to proces autoperswazji — ofiara sama znajduje argumenty uzasadniające jej nowe zachowanie.

W kontekście na przykład sekt proces ten jest widoczny, gdy nowicjusz jest stopniowo nakłaniany do zrywania kontaktów z rodziną. Początkowo może to budzić w nim silny opór i dysonans. Jednak liderzy grupy dostarczają mu racjonalizacji („Twoja rodzina cię nie rozumie”, „Świat zewnętrzny jest zły”). Po wykonaniu pierwszych kroków w kierunku izolacji ofiara, aby zredukować dysonans, sama zaczyna wierzyć w te uzasadnienia, umacniając się w przekonaniu o słuszności swojej decyzji. To dlatego ofiary psychomanipulacji tak często same bronią swoich oprawców — ich psychika zainwestowała zbyt wiele w uzasadnienie swoich działań, by móc przyznać się do błędu. Paradoksalnie problem ten został dosyć dobrze rozpoznany społecznie, przebadany oraz opisany naukowo w literaturze przedmiotu w Europie oraz Stanach Zjednoczonych¹⁰. Badacze podkreślają, że dysonans poznawczy to nie tylko mechanizm używany w skrajnych przypadkach manipulacji, lecz także zjawisko obecne w życiu codziennym: w polityce, relacjach, pracy czy konsumpcji. Tym bardziej czyni to z niego narzędzie o ogromnym potencjale nadużycia.

⁹ Zob. L. Festinger, *A Theory of Cognitive Dissonance*, Stanford 1957.

¹⁰ Zob. bardzo szeroko i kompetentnie na platformach informacyjnych organizacji zajmujących się tematyką sekt i praw człowieka: Federation of European Committees for the Respect of Human Rights in Sectarianism (FECRIS) – <https://www.fecris.org> i International Cultic Studies Association (ICSA) – <https://www.icsahome.com>.

1.3. Posłuszeństwo, konformizm, wpływ sytuacji, która jednak „czyni złoczyncą”

Skuteczność psychomanipulacji nie wynika jedynie z wykorzystywania indywidualnych mechanizmów poznawczych, ale również z potężnego wpływu, jaki wywiera na nas sytuacja społeczna oraz obecność i presja innych ludzi. Klasyczne eksperymenty psychologii społecznej brutalnie obnażyły, jak iluzoryczna bywa nasza autonomia podmiotowości.

Eksperymenty Stanleya Milgrama nad posłuszeństwem (lata sześćdziesiąte XX wieku)¹¹ udowodniły, że zwykli ludzie, pod presją autorytetu (w tym przypadku naukowca w białym kitlu), są w stanie zadawać innemu człowiekowi bolesne, a nawet potencjalnie śmiertelne wstrząsy elektryczne. Eksperyment ten pokazał, że w odpowiednich warunkach poczucie odpowiedzialności może zostać przeniesione na autorytet, zwalniając jednostkę z hamulców moralnych. To zjawisko, nazwane „stanem pośrednictwa” (*agentic state*), tłumaczy, jak członkowie destrukcyjnych grup mogą dopuszczać się okrutnych czynów na polecenie lidera, wierząc, że jedynie wykonują rozkazy. Milgram wykazał również, że ludzie nie muszą być szczególnie agresywni czy złowrodzy, aby posunąć się do takich czynów — wystarczy, że zostaną umiejętnie wprowadzeni w sytuację, w której odpowiedzialność za działania zostaje zewnętrznemu, moralnie usprawiedliwionemu. Uczestnicy eksperymentu często odczuwali wyraźny dyskomfort, ale jednocześnie czuli silną presję, by podporządkować się autorytetowi, który „brał na siebie” konsekwencje ich zachowań. Ten mechanizm jest niezwykle podobny do dynamiki występującej w sektach destrukcyjnych czy grupach ekstremistycznych, gdzie lider postrzegany jest jako jedyne źródło prawdy i jedyny autorytet posiadający moc i siłę oceny moralnej w danej życiowej sytuacji (!).

Co więcej, badania te uwydatniły fakt, że posłuszeństwo wobec autorytetu może rosnąć etapami. Wystarczy zacząć od drobnych poleceń, które wydają się niegroźne, by następnie stopniowo zwiększać poziom wymagań i okrucieństwa. Zjawisko to określa się mianem „efektu ścieżki” — każdy kolejny krok jest łatwiejszy, jeśli poprzedni został już wykonany. Manipulatorzy doskonale wykorzystują ten mechanizm, wiedząc, że osoba, która zgodziła się na realizację z pozoru niewinnych, aczkolwiek na pewnym etapie zaangażowania, nie do końca uczciwych i moralnych poleceń autorytetu, w określonej życiowej sytuacji posiadać

¹¹ S. Milgram, *Psychology and the Human Dilemma*, New York 1968; S. Milgram, *Obedience to Authority: An Experimental View*, New York 1974.

będzie skłonności do podporządkowywania się ich coraz bardziej radykalnym poleceniom i wymaganiom.

Eksperyment S. Milgrama stał się z pewnością przestrożą dla rządzących różnymi strukturami władzy społecznej, pokazując, jak łatwo autorytet może zostać nadużyty. Badania te były szeroko komentowane w kontekście działań zbrojnych (zbrodni wojennych), zachowań przestępczych (w zorganizowanych grupach przestępczych i terrorystycznych o rodowodzie fundamentalnym, często ideologiczno-politycznym lub religijnym), w środowiskach o uporządkowanych, strukturalnych formach uprawiania religii (kościółach, związkach wyznaniowych, sektach destrukcyjnych), ideologii (ekstremizmu politycznego, na przykład neonazistowskiego), ale także współcześnie znajdują zastosowanie w analizie zachowań w biznesie (środowiskach korporacyjnych) czy na przykład instytucjach oraz środowiskach artystycznych (dotyczących form naruszeń związanych ze stosowaniem przemocy psychicznej, na przykład stalkingu, mobbingu, molestowania seksualnego itp.). Z pewnością zarówno eksperymenty, jak i teoria S. Milgrama, pomimo metodologicznej krytyki, przyczyniły się do zrozumienia mechanizmów ludzkiej psychiki w sytuacji „mariażu z władzą”, uświadamiając społeczeństwu, jak potężna i niebezpieczna może być kombinacja: autorytetu, psychologicznych mechanizmów wyparcia odpowiedzialności oraz presji sytuacyjnej, która jednak „może czynić złoczyńcą”.

Eksperymenty Solomona Ascha nad konformizmem (lata pięćdziesiąte XX wieku)¹² wykazały, że ludzie są skłonni zaprzeczać oczywistym faktom (na przykład dotyczącym długości linii na planszy), jeśli grupa osób wokół nich jednomyślnie podaje błędną odpowiedź. Lęk przed odrzuceniem i chęć bycia akceptowanym przez grupę okazują się silniejsze niż osąd własnych zmysłów. Manipulatorzy wykorzystują ten mechanizm, tworząc zamknięte środowiska (sekty, bańki informacyjne), w których fałszywa narracja jest nieustannie powtarzana i wzmacniana przez wszystkich członków, co sprawia, że staje się ona dla jednostki niepodważalną prawdą. Mechanizm konformizmu nie ogranicza się wyłącznie do wyraźnych instrukcji czy jawnych naciśków. Często działa subtelnie, poprzez obserwację zachowań innych i wnioskowanie, co jest „akceptowalne” lub „właściwe” w danym środowisku. Ludzie mają naturalną tendencję do przyjmowania norm grupowych jako punktu odniesienia dla własnych decyzji, nawet jeśli są one sprzeczne z ich wcześniejszymi przekonaniem lub obserwacjami.

12 Zob. szeroko na ten temat: S.E. Asch, *Social Psychology*, Englewood Cliffs 1952.

W zamkniętych społecznościach manipulacyjnych, gdzie każda osoba potwierdza przyjętą narrację, zjawisko to ulega wzmocnieniu — jednostka zaczyna wątpić we własne zmysły i intuicję, a jednocześnie obawia się odrzucenia czy wyśmiania przez grupę.

Konformizm działa także w połączeniu z innymi mechanizmami psychologicznymi, takimi jak dysonans poznawczy czy autorytet. Gdy jednostka dostrzega, że jej własne postrzeganie rzeczywistości jest w sprzeczności z opinią większości, odczuwa wewnętrzne napięcie. Aby je zredukować, często dostosowuje swoje poglądy do grupy, co z kolei wzmacnia wpływ liderów lub propagandy. W skrajnych przypadkach prowadzi to do sytuacji, w której prawda staje się relatywna, a ocena rzeczywistości podporządkowana wyłącznie jednomyślności otoczenia.

Manipulatorzy doskonale zdają sobie sprawę, że jeden z najprostszyc sposobów na zwiększenie konformizmu to izolacja jednostki od alternatywnych źródeł informacji. Sekty, zamknięte grupy religijne, radykalne organizacje polityczne czy bańki informacyjne w sieci społecznościowej tworzą środowisko, w którym nie istnieją kontrargumenty ani niezależne opinie. Wszystko, co jednostka widzi i słyszy, potwierdza dominującą narrację, co prowadzi do utrwalenia przekonań i trudności w dostrzeżeniu sprzeczności.

Zjawisko konformizmu tłumaczy też, dlaczego ludzie w grupach często działają wbrew własnym wartościom moralnym. Presja społeczna sprawia, że jednostka wybiera zgodę z grupą zamiast własnego osądu, aby uniknąć napięcia i izolacji. W dłuższej perspektywie może to prowadzić do internalizacji błędnych norm, czyli momentu, w którym człowiek nie tylko podporządkowuje się grupie, lecz także zaczyna wierzyć, że jej opinie są słuszne i właściwe.

W ten sposób konformizm staje się narzędziem potężnej psycho-manipulacji. Pozwala jednostce zaprzeczać własnym doświadczeniom, uznawać fałsz za prawdę i podporządkowywać się grupie nawet w sytuacjach oczywistego moralnego konfliktu. W połączeniu z izolacją, presją autorytetu i powtarzaniem fałszywej narracji mechanizm ten pozwala tworzyć środowiska, w których prawda i manipulacja stają się niemal nierozróżnialne, a jednostka traci zdolność do samodzielnego oceniania rzeczywistości.

Stanfordzki eksperyment więzienny Philipa Zimbarda (1971)¹³, choć obarczony kontrowersjami metodologicznymi,

13 P. Zimbardo, *The stanford prison experiment: A simulation study of the psychology of imprisonment*, „International Journal of Criminology and Penology” 1, 1973, nr 1, s. 69–97; P.G. Zimbardo, *The Lucifer Effect: Understanding How Good People Turn Evil*, New York 2007.

dobitnie zilustrował, jak łatwo ludzie wchodzą w przypisane im role społeczne (w tym przypadku „strażników” i „więźniów”) i jak sytuacja może zdominować indywidualne predyspozycje. „Strażnicy” szybko zaczęli przejawiać zachowania sadystyczne, a „więźniowie” — bierność i apatię. Pokazuje to, że psychomanipulacja nie musi być skierowana bezpośrednio na zmianę przekonań; wystarczy stworzyć odpowiednie środowisko i przypisać role, a zachowania destrukcyjne pojawiają się jako naturalna konsekwencja dynamiki sytuacji. Eksperyment P. Zimbarda unaoczniał również, że człowiek w określonych warunkach może zatracić poczucie własnej tożsamości i moralności, jeśli zostanie umieszczony w sytuacji sprzyjającej deindywidualizacji i odczłowieczeniu innych. Gdy jednostka otrzymuje legitymizację władzy i poczucie anonimowości, normy etyczne stają się mniej restrykcyjne, a zachowania przemocowe nabierają pozorów „normalności”. Właśnie dlatego manipulatorzy często dążą do stworzenia struktur hierarchicznych, w których role są jasno określone, a odpowiedzialność rozproszona.

Oba eksperymenty — S.E. Ascha i P. Zimbarda — pokazują, że człowiek jest bardziej podatny na wpływ grupy i sytuacji, niż mu się wydaje (!) W połączeniu z izolacją informacyjną, silnym liderem oraz presją otoczenia stwarzają one potężne narzędzia do kształtowania zachowań i przekonań w sposób, który może prowadzić do poważnych nadużyć relacji interpersonalnych. Rozumienie tych mechanizmów (o ile można je zrozumieć przed wiktyimizacją) pozwala dostrzec, dlaczego jednostki funkcjonujące w sektach, grupach przestępczych czy ekstremistycznych organizacjach mogą działać wbrew własnym moralnym standardom, niekiedy bez świadomości, że przestały kierować się własnym osądem, własnym procesem decyzyjnym.

1.4. Błędy poznawcze, czyli luki w myśleniu racjonalnym

Warto wiedzieć (!), że nasz umysł, aby radzić sobie ze złożonością otaczającej rzeczywistości, wykształcił szereg uproszczonych schematów przetwarzania informacji, znanych w psychologii jako *h e u r y s t y k i*. Są to mechanizmy, które — choć zwykle funkcjonalne — pozwalają na szybkie podejmowanie decyzji w warunkach niepewności i przeciążenia informacyjnego. Niemniej jednak w specyficznych kontekstach informacyjno-behawioralnych prowadzą one do systematycznych zniekształceń poznawczych, czyli tak zwanych błędów poznawczych (*cognitive biases*), które z kolei mogą stawać się punktami wyjścia do manipulacji i dezinformacji. W ujęciu epistemologiczno-metodologicznym błędy te

stanowią formę zakłócenia procesu poznawczego — są to deformacje, które ograniczają zdolność jednostki do obiektywnego rozumowania i oceny danych empirycznych.

Szczególnie niebezpieczne są błędy poznawcze celowo eksploatowane przez podmioty dążące do osiągnięcia określonych celów politycznych, ekonomicznych lub ideologicznych. Współczesne środowisko komunikacyjne — zdominowane przez media cyfrowe i algorytmiczne systemy rekomendacyjne — sprzyja właśnie takim praktykom. Manipulator (choćby intuicyjnie lub nawykowo), rozumiejąc strukturę i funkcjonowanie błędów poznawczych, potrafi konstruować przekaz w sposób omijający racjonalne¹⁴ filtry i uderzający bezpośrednio w emocjonalne oraz intuicyjne warstwy przetwarzania informacji.

Do najczęściej wykorzystywanych błędów w myśleniu racjonalnym należą:

Błąd potwierdzenia (*confirmation bias*) — naturalna tendencja do poszukiwania, interpretowania i zapamiętywania danych, które potwierdzają już posiadane przekonania, przy jednoczesnym ignorowaniu lub dewaluowaniu danych sprzecznych. Ten mechanizm kognytywny jest szczególnie niebezpieczny w epoce tak zwanych bąbków informacyjnych (*information bubbles*), generowanych przez algorytmy mediów społecznościowych. Manipulacja polega tu na dostarczaniu jednostce tylko tych informacji, które są zgodne z jej światopoglądem, co prowadzi do radykalizacji postaw oraz wzrostu odporności na argumentację opartą na faktach.

Heurystyka dostępności (*availability heuristic*) — skłonność do oceniania prawdopodobieństwa zdarzenia na podstawie łatwości, z jaką dany przykład przychodzi na myśl. W kontekście medialnym częste eksponowanie jednostkowych, skrajnych przypadków (na przykład aktów przemocy, katastrof, skandali) może prowadzić do nadmiernego przeceniania ich częstotliwości występowania, co z kolei kształtuje zniekształcony obraz rzeczywistości społecznej. Mechanizm ten bywa wykorzystywany do budowania narracji opartych na lęku i zagrożeniu (techniki powszechnie stosowane w retoryce populistycznej).

Efekt Dunninga-Krugera — zjawisko polegające na tym, że osoby o niskim poziomie kompetencji w danej dziedzinie nie posiadają wystarczającej wiedzy, by trafnie ocenić własne braki, co skutkuje zawyżoną samooceną. Z kolei osoby rzeczywiście kompetentne mają

¹⁴ Pojęcie racjonalności pochodzi z łacińskiego *ratio* ‘rozum’, a także *rationalis* ‘rozumny, rozsądny’, i ma szczególne teoriopoznawcze konotacje, odnosi się m.in. do: rozumu, rozsądku, zdolności myślenia, zdolności matematycznych — obliczeniowych, umiejętności planowania, *sensu largo*: metodologii, odkrywania zasad, reguł i przyczyn rzeczywistości.

tendencję do zaniżania swoich umiejętności, ze względu na większą świadomość złożoności tematu. W środowisku informacyjnym opartym na łatwym dostępie do powierzchownych źródeł wiedzy (na przykład filmiki edukacyjne o niskiej wartości merytorycznej) efekt ten ulega nasileniu. Manipulatorzy celowo wykorzystują ten mechanizm, budując wokół swoich odbiorców narrację o ich „przebudzeniu” i „przewadze poznawczej” nad zmanipulowaną większością lub „układem ekspertów”.

Warto podkreślić, że błędy poznawcze nie są oznaką intelektualnej słabości jednostki, lecz uniwersalnym mechanizmem wpisanym w strukturę ludzkiego procesu poznawczego. Ich siła oddziaływania nie polega na jednostkowej pomyłce, lecz na systemowym, przewidywalnym wzorcu reakcji, który może być instrumentalnie wykorzystywany do osiągnięcia celów niezwiązanych z dobrem odbiorcy. Z tego względu edukacja w zakresie krytycznego myślenia, podstaw psychologii poznawczej i psychosocjologii oraz aksjologii poprawności społecznej w relacjach interpersonalnych powinna stanowić integralny element współczesnej edukacji obywatelskiej jako elementu profilaktyczno-prewencyjnego przed destrukcyjnymi formami zachowań psychomanipulacyjnych¹⁵.

1.5. Techniki manipulacji — wybrane mechanizmy w „telegraficznym skrócie”

Bazując na omówionych mechanizmach psychologicznych, manipulatorzy wypracowali szeroki katalog konkretnych technik. Oprócz wcześniej wspomnianych warto zwrócić uwagę na kilka wybranych, szczególnie destrukcyjnych:

G a s l i g h t i n g. Jest to jedna z najbardziej okrutnych form manipulacji emocjonalnej, polegająca na systematycznym podważaniu percepcji rzeczywistości ofiary. Manipulator zaprzecza faktom, wmawia ofierze, że coś sobie wymyśliła, że jest przewrażliwiona lub chora psychicznie („Przecież tak nie powiedziałem”, „Znowu przesadzasz”).

¹⁵ Zob. D. Kahneman, *Pułapki myślenia. O myśleniu szybkim i wolnym*, przeł. P. Szymczak, Poznań 2012; A. Tversky, D. Kahneman, *Judgment under uncertainty: heuristics and biases*, „Science” 185, 1974, nr 4157, s. 1124–1131, <https://doi.org/10.1126/science.185.4157.1124>; J. Kruger, D. Dunning, *Unskilled and unaware of it: How difficulties in recognizing one's own incompetence lead to inflated self-assessments*, „Journal of Personality and Social Psychology” 77, 1999, nr 6, s. 1121–1134, <https://doi.org/10.1037/0022-3514.77.6.1121>; C.R. Sunstein, *Echo Chambers: Bush v. Gore, Impeachment, and Beyond*, Princeton 2001; A.R. Pratkanis, E. Aronson, *Wiek propagandy. Używanie i nadużywanie perswazji na co dzień*, przeł. J. Radzicki, M. Szuster, Warszawa 2001; C.R. Sunstein, *#Republic: Divided Democracy in the Age of Social Media*, Princeton 2018.

Celem jest zniszczenie zaufania ofiary do własnych zmysłów, pamięci i osądu, aż zaczyna ona wątpić we własne zdrowie psychiczne i staje się w pełni zależna od manipulatora, który kreuje jej rzeczywistość. Gaslighting jest szczególnie groźny w relacjach intymnych oraz w sytuacjach, gdzie jedna strona ma znaczną przewagę władzy, na przykład w relacjach nauczyciel–uczeń, przełożony–pracownik czy terapeuta–pacjent. W takich relacjach jednostka jest często izolowana od zewnętrznych źródeł informacji i wsparcia społecznego, co wzmacnia skuteczność manipulacji. Badania wykazują, że ofiary gaslightingu mogą doświadczać silnego stresu, obniżonej samooceny, zaburzeń lękowych i depresyjnych, a także poczucia bezradności, które utrudnia im podejmowanie samodzielnych decyzji.

Naukowo zbadano również, że mechanizm gaslightingu działa poprzez subtelne, powtarzalne bodźce, które sprawiają, że jednostka stopniowo internalizuje fałszywą narrację manipulatora. W psychologii mówimy tu o procesie „deprecjacji epistemicznej”, czyli osłabieniu zaufania ofiary do własnej wiedzy i percepcji. W efekcie jednostka coraz częściej przyjmuje interpretacje rzeczywistości podawane przez manipulatora zamiast opierać się na własnym osądzie.

Gaslighting nie jest jednorazowym aktem, lecz procesem długotrwałym, który w praktyce prowadzi do psychicznego uzależnienia ofiary. Im dłużej trwa manipulacja, tym trudniej ofierze odzyskać autonomię poznawczą i emocjonalną, co sprawia, że zjawisko to jest uznawane za jedną z najbardziej destrukcyjnych form przemocy psychicznej.

P r o j e k c j a. To mechanizm obronny polegający na przypisywaniu innym własnych nieakceptowanych cech, uczuć lub motywów. Manipulator, który sam kłamie, będzie oskarżał innych o kłamstwo. Osoba agresywna będzie wszędzie widziała agresję. W retoryce politycznej jest to nagminna strategia, polegająca na oskarżaniu przeciwników politycznych o dokładnie te działania, które samemu się podejmuje. Projekcja pełni dwie funkcje: po pierwsze, umożliwia uniknięcie odpowiedzialności, po drugie, odwraca uwagę ofiary i otoczenia od prawdziwego źródła problemu. W systemach autorytarnych, gdzie propaganda jest systemowo wykorzystywana, projekcja przybiera postać instytucjonalną — poprzez media państwowe oskarża się niezależnych dziennikarzy, mniejszości czy organizacje społeczne o działania destabilizujące, które w rzeczywistości są inicjowane przez sam rząd. Badania nad propagandą i dezinformacją wskazują, że projekcja w tym kontekście jest niezwykle skutecznym narzędziem, ponieważ pozwala kontrolować narrację publiczną, wzbudzać strach i nieufność wobec obiektywnych źródeł informacji oraz umacniać władzę.

Mechanizm ten jest również ściśle powiązany z psychologicznym procesem „outsourcingu winy”, w którym odpowiedzialność za negatywne zdarzenia lub cechy jest przenoszona na innych. W efekcie społeczeństwo lub grupa poddana manipulacji zaczyna kierować swoją frustracją i niechęć wobec tych, którzy zostali wytypowani jako „źródło problemu”, zamiast dostrzegać realne przyczyny sytuacji. Projekcja w połączeniu z izolacją informacyjną i kontrolą mediów pozwala na skuteczne tworzenie sztucznej rzeczywistości, w której wina i odpowiedzialność są przypisywane wybranym ofiarom, a prawdziwe działania manipulatora pozostają niewidoczne.

Z perspektywy psychologii społecznej projekcja jest szczególnie niebezpieczna, ponieważ działa nie tylko na poziomie jednostki, lecz także na poziomie zbiorowym. Utrwalanie błędnych przekonań i wywoływanie wrogości wobec „projektowanych” grup skutkują polaryzacją społeczną, podporządkowaniem narracji władzy i ograniczeniem możliwości krytycznego myślenia. Im dłużej mechanizm projekcji funkcjonuje w danej społeczności, tym trudniej jednostkom odzyskać obiektywny ogląd sytuacji i niezależne poczucie rzeczywistości.

Techniki oparte na komunikacji językowej. Za sprawą swoich funkcji komunikacyjnych język jest podstawowym narzędziem kształtowania rzeczywistości. Manipulatorzy używają go w sposób niezwykle precyzyjny. Stosują eufemizmy, aby złagodzić wydźwięk negatywnych działań (na przykład „restrukturyzacja” zamiast „zwolnienia grupowe”). Używają języka nacechowanego emocjonalnie, aby wywołać pożądaną reakcję (na przykład „inwazja imigrantów” zamiast „kryzys migracyjny”). Tworzą „nowomowę” (jak w modelu BITE, opisanym w kontekście sekt), czyli wewnętrzny żargon grupy, który izoluje ją od świata zewnętrznego i narzuca *sui generis* sposób myślenia, a tym samym i komunikacji interpersonalnej. Słowa stają się tu nie tylko opisem, lecz także narzędziem dominacji, dezorientacji oraz formowania tożsamości grupowej w opozycji do „zewnętrznego świata”.

Wspólnym mianownikiem wymienionych technik jest ich zakotwiczenie w naturalnych procesach poznawczych człowieka. Żaden z tych mechanizmów nie działa w oderwaniu od kontekstu społecznego — ich skuteczność zależy od relacji władzy, dynamiki grupowej oraz podatności ofiary na wpływ. Współczesne techniki manipulacyjne coraz częściej przybierają postać hybrydową, łącząc elementy presji psychologicznej, komunikacji strategicznej oraz inżynierii emocjonalnej. Na przykład w środowiskach korporacyjnych można zaobserwować subtelne formy gaslightingu ze strony przełożonych, maskowane językiem feedbacku lub rozwoju osobistego, a w mediach społecznościowych projekcja

i eufemizmy są wykorzystywane w kampaniach dezinformacyjnych mających na celu polaryzację społeczną.

Manipulacja, szczególnie gdy stosowana jest w sposób systematyczny i długotrwały, nie tylko zaburza indywidualne poczucie rzeczywistości, lecz także wpływa na struktury społeczne — obniża poziom zaufania, nasila konflikty i prowadzi do rozwarstwienia poznawczego. Z tego powodu zrozumienie powyższych technik nie jest jedynie teoretycznym ćwiczeniem, ale staje się elementem psychologicznej samoobrony w warunkach kultury przesyconej wpływem, kontrolą i symboliczną przemocą. Ostatecznie odporność na manipulację nie polega na wyeliminowaniu wpływu, lecz na jego świadomym rozpoznawaniu i interpretowaniu, zanim przerodzi się on w dominację¹⁶.

16 R.B. Cialdini, *Wywieranie wpływu...*; R. Stern, *Gaslighting. Jak stać się odpornym na manipulację emocjonalną i odzyskać kontrolę nad swoim życiem*, przeł. B. Szymczak-Maciejczyk, Warszawa 2020; V. Klemperer, *LTI. Notatnik filologa*, Warszawa 2002; P. Zimbardo, *Efekt Lucyfera. Dlaczego dobrzy ludzie czynią zło?*, przeł. E. Józefowicz, Warszawa 2008.

Rozdział 2. Socjologiczna perspektywa psychomanipulacji

O ile psychologia odsłania mechanizmy działające na poziomie jednostki, o tyle socjologia pozwala zrozumieć, jak psychomanipulacja staje się narzędziem inżynierii społecznej — *s o c j o t e c h n i k i*, czyli świadomego, celowego i systemowego oddziaływania na duże grupy w celu ich przekształcenia, kontrolowania lub mobilizacji. Nie jest to już tylko kwestia wpływu na pojedynczą osobę, ale systemowego kształtowania norm, wartości i zachowań całych zbiorowości ludzkich.

Manipulacja w tym ujęciu przestaje być wyłącznie relacją interpersonalną — staje się elementem gry o władzę, o kontrolę nad językiem, emocjami i postrzeganiem świata. Społeczne formy psychomanipulacji działają najskuteczniej wtedy, gdy są trudne do zauważenia — gdy przekazy manipulacyjne zostają wplecione w dominujące narracje medialne, edukacyjne czy kulturowe. To właśnie ich „niewidzialność” czyni je tak skutecznymi, według zasady: „najważniejsze to, co ukryte”. Przekazy te nie są przedstawiane jako narzucone, lecz jako naturalne, oczywiste, a nawet zdroworozsądkowe, w taki sposób, aby ich uczestnik posiadał swoiste przekonanie o swojej samodzielności myślenia i poprawności, jak też o prawdziwości faktów, a w związku z tym i prawidłowości własnego rozumowania na ich temat.

Współczesne techniki manipulacyjne na poziomie społecznym są silnie powiązane z komunikacją masową. Przekaz medialny — zwłaszcza w dobie internetu i szybkiego obiegu informacji — staje się głównym kanałem kształtowania opinii publicznej. Przykładowo, sposób przedstawiania wydarzeń politycznych, grup społecznych czy tematów kontrowersyjnych (jak migracja, pandemia, bezpieczeństwo narodowe) bywa nacechowany emocjonalnie, stronniczy i oparty na prostych schematach interpretacyjnych. Często nie chodzi o informowanie, lecz o sterowanie emocjami, wzbudzanie lęku lub poczucia zagrożenia.

Równolegle funkcjonuje mechanizm iluzji wyboru — odbiorca ma wrażenie, że podejmuje autonomiczne decyzje, podczas gdy rzeczywisty zakres dostępnych informacji i opcji został wcześniej ograniczony przez struktury medialne, polityczne lub ekonomiczne. Taki zabieg pozwala tworzyć wrażenie pluralizmu i wolności opinii, podczas gdy w rzeczywistości społeczeństwo funkcjonuje w ramach wąsko określonych ram interpretacyjnych. Zjawisko to doskonale widać w kampaniach reklamowych, politycznych czy społecznych, gdzie różnorodność przekazów jest pozorna — dominują określone wzorce myślenia, emocjonalne skojarzenia i gotowe „opinie do wyboru”.

W społecznym wymiarze manipulacja rzadko ma charakter *expressis verbis* agresywny, brutalny — znacznie częściej przyjmuje formy miękkie: sugestie, niedopowiedzenia, obrazy, które wywołują konkretne reakcje, nie pozostawiając przy tym wrażenia przymusu, czyjejs sterowalności lub kontroli. Jej skuteczność opiera się na powtarzalności, wszechobecności i ukrytym charakterze. Jednostka zaczyna działać zgodnie z narzuconym scenariuszem nie dlatego, że ktoś jej rozkazał, lecz dlatego, że „tak się robi”, „wszyscy tak myślą”, „nie wypada inaczej”. Nie wypada pytać i sprzeciwiać się, aby się nie skompromitować. A zresztą po co, skoro wiem, że wiem!

Z socjologicznego punktu widzenia psychomanipulacja nie jest więc wyłącznie problemem relacji międzyludzkich. To zjawisko głęboko zakorzenione w strukturach społecznych — instytucjach, mediach, kulturze i języku. Jej rozpoznanie wymaga nie tylko wiedzy o psychologicznych mechanizmach wpływu, lecz także uważności wobec społecznych kontekstów, w których te mechanizmy, schematy specyficznego sposobu rozumowania są osadzone i systematycznie wykorzystywane do utrwalania określonego porządku.

2.1. Socjotechnika jako instrument kontroli społecznej

W perspektywie socjologicznej socjotechnika staje się instrumentem kontroli społecznej służącym do utrzymania władzy, legitymizacji istniejącego porządku, a także wywoływania pożądaných zmian politycznych, ideologicznych, religijnych czy światopoglądowych. Czyniąc to w sposób ukryty przed odbiorcami, manipulatorzy na poziomie makrospołecznym wykorzystują naturalną dynamikę grupową, ludzką potrzebę przynależności oraz tendencję do konformizmu, aby narzucić swoją wizję rzeczywistości. Nie tłumaczą im przecież mechanizmów społecznych, których oddziaływaniu podlegają ich potencjalne „ofiary”.

Historia XX wieku dostarcza skrajnych przykładów zastosowania socjotechniki w systemach totalitarnych. Propaganda nazistowska, mistrzowsko kierowana przez Josepha Goebbelsa, opierała się na kilku kluczowych zasadach, które do dziś stanowią podręcznik czarnej propagandy:

- zasada uproszczenia i jednego wroga: złożone problemy społeczne i polityczne były redukowane do prostych, czarno-białych haseł, a całą winę za problemy Niemiec przypisywano jednej grupie — Żydom, tworząc spójny i łatwy do zrozumienia obraz wroga;
- zasada orkiestracji i powtarzania: komunikaty propagandowe były powtarzane bez końca, za pośrednictwem wszystkich dostępnych mediów (prasa, radio, film), aż stawały się „prawdą oczywistą”, niepodlegającą dyskusji; J. Goebbels mawiał, że „kłamstwo powtórzone tysiąc razy staje się prawdą”;
- zasada odwoływania się do emocji, a nie do intelektu: propaganda nie angażowała się w racjonalną debatę, jej celem było zaś wzbudzanie silnych emocji — nienawiści, strachu, dumy, poczucia wspólnoty — które osłabiają krytyczne myślenie¹⁷.

Socjotechnika w systemach autorytarnych funkcjonuje nadal, dobrze się ma i rozwija jeszcze lepiej swoje wpływy społeczne niczym precyzyjny mechanizm, w którym każdy element życia zbiorowego — od edukacji po kulturę masową — pełni rolę narzędzia permanentnej indoktrynacji. Państwo przejmuje kontrolę nad kanałami komunikacji i staje się jedynym arbitrem rzeczywistości, systematycznie eliminując alternatywne interpretacje świata społecznego. W takich warunkach społeczeństwo stopniowo traci zdolność samodzielnego myślenia, ponieważ dominująca narracja otacza je z każdej strony i reguluje sposoby postrzegania wydarzeń. Techniki manipulacji działają tu na poziomie rytuałów, symboli i zbiorowych emocji, które wzmacniają poczucie jedności, a zarazem podporządkowania. Kontrola społeczna przybiera formę kulturowej oczywistości: ideologia nie jest przedstawiana jako propozycja, lecz jako jedyny możliwy sposób rozumienia świata. Mechanizmy te okazują się szczególnie skuteczne w momentach niepewności i kryzysów, kiedy odbiorcy z większą gotowością akceptują

¹⁷ J. Goebbels, *Wspomnienia z Trzeciej Rzeszy*, Warszawa 1993; E.S. Herman, N. Chomsky, *Manufacturing Consent: The Political Economy of the Mass Media*, New York 1988; P. Bourdieu, *Język i władza symboliczna*, przeł. A. Szacka, Warszawa 1994; A. Kłoskowska, *Kultura masowa. Krytyka i obrona*, Warszawa 1981; J. Bjerre, *Psychologia totalitaryzmu. Mechanizmy władzy i manipulacji*, Warszawa 2010.

proste wyjaśnienia i stanowcze przywództwo. Władza wykorzystuje te nastroje, konstruując narracje usprawiedliwiające własne działania oraz wskazując wrogów, których obecność ma cementować spójność wspólnoty. Socjotechnika minimalizuje przy tym potencjalny sprzeciw, ponieważ jej celem nie jest wyłącznie przekonywanie, lecz formatowanie sposobów myślenia tak, by opór wydawał się nieracjonalny, a nawet niebezpieczny. Odbiorcy z czasem internalizują narzucone im schematy interpretacyjne, traktując je jako naturalny element rzeczywistości społecznej. W rezultacie manipulacja staje się niewidoczna, a władza osiąga stan kontroli, która działa bez konieczności bezpośredniego przymusu.

2.2. Sekty destrukcyjne

Przykładami społecznymi, które za sprawą swojej ostentacyjności zwróciły uwagę badaczy nauk społecznych na zjawisko psychomanipulacji, były — jak wspomniano we wstępie — tak zwane sekty destrukcyjne¹⁸ i nowe ruchy religijne. Sekty destrukcyjne stanowią modelowy, laboratoryjny wręcz przykład zinstytucjonalizowanej psychomanipulacji, działającej w skali mikrosystemu społecznego. Procesy zachodzące w tych grupach są często mikrokosmosem mechanizmów obserwowanych multiskalowo w państwach totalitarnych.

Proces rekrutacji, często opiera się na „targetowaniu” — profilowaniu osób w kryzysie życiowym (na przykład po stracie bliskiej osoby, utracie pracy, w trakcie kryzysu tożsamości, załamaniu nerwowym czy innych formach niedyspozycji psychofizycznych) i stosowaniu techniki „bombardowania miłością” (*love bombing*)¹⁹, polegającej na tym, że potencjalny adept jest otaczany skrajną życzliwością, uwagą i akceptacją, co zaspokaja jego głęboką potrzebę przynależności i buduje natychmiastowe, silne zaufanie, wręcz jest „zalewany miłością”, akceptacją oraz zrozumieniem jego osoby i trudności życiowych.

Po wciągnięciu do grupy rozpoczyna się systematyczne niszczenie autonomii jednostki, które Steven Hassan²⁰, były członek Kościoła Zjednoczeniowego Moona, opisał szczegółowo w modelu BITE:

¹⁸ „Powszechnie panuje przekonanie wśród specjalistów zajmujących się badaniem tego zjawiska, że wszystkie grupy o proweniencji religijnej, w których dochodzi do łamania praw człowieka, należy określać mianem sekt destrukcyjnych” – zob. metodologicznie, etymologicznie i historycznie na ten temat M. Szostak, *Sekty destrukcyjne...*, s. 64–65.

¹⁹ Szeroko na ten temat zob. M. Szostak, *Sekty destrukcyjne...*, s. 291–345.

²⁰ Zob. S. Hassan, *Combatting Cult Mind Control: The #1 Best-Selling Guide to Protection, Rescue, and Recovery from Destructive Cults*, Rochester 2013.

- kontrola zachowania (*behaviour control*): narzucanie przez grupę diety czy ubioru, a przede wszystkim ścisłego harmonogramu dnia, pozbawiającego członków czasu na sen i prywatną refleksję. Kontrolowane są relacje osobiste, w tym kontakty seksualne. Często członkowie muszą prosić o zgodę na każdą, nawet najdrobniejszą czynność;
- kontrola informacji (*information control*): systematyczne ograniczanie dostępu do zewnętrznych, nieautoryzowanych przez grupę źródeł informacji (rodzina, przyjaciele, media, książki). Zachęca się do donoszenia na innych członków, którzy przejawiają wątpliwości. Informacje są celowo zatajane lub fałszowane;
- kontrola myśli (*thought control*): narzucanie własnego, uproszczonego języka („nowomowy”) i czarno-białej wizji świata („my” kontra „oni”, dobro kontra zło). Stosuje się techniki zatrzymywania myśli, takie jak mantrowanie czy wielogodzinne modlitwy, które uniemożliwiają krytyczną analizę. Niezależne myślenie jest potępiane jako przejaw egoizmu lub wpływu szatana;
- kontrola emocji (*emotion control*): wzbudzanie skrajnych emocji w celu utrzymania kontroli. Poczucie winy i wstydu jest nieustannie indukowane, aby członkowie czuli się niegodni i zależni od łaski lidera. Jednocześnie wzbudza się irracjonalny strach i fobie wobec świata zewnętrznego, przedstawiając go jako miejsce pełne niebezpieczeństw, przed którym jedynym schronieniem jest grupa.

Suicydologiczno-kryminalne przykłady syntezy powyższych technik, takie jak masowe samobójstwo członków Świątyni Ludu — Jamesa Jonesa w Jonestown (1978) czy ataki i samobójstwa wyznawców Świątyni Słońca — Luca Joureta i Josepha di Mambro, Bramy Niebios — Marshalla Applewhite’a, Szczepu Dawidowego — Davida Koresha, Rodziny — Charlesa Mansona, Aum Najwyższej Prawdy — Shoko Ashary, pokazują, do jakich ekstremalnych zachowań i ludzkich tragedii może doprowadzić totalna kontrola umysłu²¹.

Współczesne sekty destrukcyjne funkcjonują jako precyzyjnie zaprojektowane mikrostruktury władzy, w których lider pełni rolę absolutnego regulatora rzeczywistości swoich wyznawców. Mechanizmy manipulacyjne są w nich wdrażane stopniowo, w sposób kontrolowany

²¹ Zob. M. Szostak, *Sekty destrukcyjne...*, s. 200–227. Szerzej o aspektach psychomanipulacji w szczegółowych kontekstach zob. S. Hassan, *Combatting Cult Mind Control...*; R.B. Cialdini, *Wywieranie wpływu...*; P. Zimbardo, *Efekt Lucyfera...*; J. Bjerre, *Psychologia totalitaryzmu...*; R.J. Lifton, *Thought Reform and the Psychology of Totalism*, Chapel Hill 1961.

i konsekwentny, tak aby adept nie był w stanie wskazać momentu, w którym utracił autonomię poznawczą i emocjonalną. Już na wczesnym etapie przynależności grupa generuje silne poczucie wyjątkowości i elitarności, co skutecznie oddziela członków od zewnętrznych standardów moralnych i społecznych. Struktura sekty opiera się na zasadzie piramidy, w której wiedza i przywileje są ściśle reglamentowane, a dostęp do „prawdy” rośnie wraz z poziomem lojalności wobec lidera. Jednocześnie grupa nieustannie testuje granice posłuszeństwa poprzez zadania, wyrzeczenia i rytuały, które mają budować u członków przekonanie, że podporządkowanie jest warunkiem duchowego rozwoju. Mechanizmy kontroli wykorzystują także izolację fizyczną i psychiczną, prowadząc do stopniowego zawężania świata adepta do kilku osób i jednego źródła interpretacji rzeczywistości. Codziennosc w sekcje staje się przestrzenią rytualizowanej uległości, w której nawet drobne odstępstwa od reguł są traktowane jako zagrożenie dla wspólnoty i surowo sankcjonowane. W tym samym czasie lider wzmacnia własny autorytet, kreując się na jedyną osobę zdolną zapewnić zbawienie, bezpieczeństwo lub ostateczne zrozumienie sensu życia. Proces internalizacji przekonań przebiega tak głęboko, że członkowie zaczynają interpretować własne myśli i emocje przez pryzmat doktryny, tracąc zdolność niezależnej autorefleksji. Zaufanie do świata zewnętrznego jest systematycznie rozmontowywane, a każda próba krytyki traktowana jest jako atak inspirowany przez wrogie siły. Ostatecznie sekta staje się totalnym środowiskiem psychospołecznym, w którym manipulacja nie jest już postrzegana jako przemoc, lecz jako forma troski, a destrukcja — jako droga do rzekomego wyzwolenia.

2.3. Psychomanipulacja w polityce — „kropla w oceanie”

Kolejną, coraz bardziej dominującą przestrzenią społecznego zastosowania technik psychomanipulacyjnych — obok religii, ideologii i światopoglądu — staje się współczesna p o l i t y k a . W dobie społeczeństwa informacyjnego, a zwłaszcza w kontekście rozwoju mediów cyfrowych, polityka przestała być jedynie racjonalnym procesem decyzyjnym, opartym na programach, faktach i analizach, które nie podlegają procesom weryfikacji. Coraz częściej staje się sferą symbolicznej walki o wyborcze emocje, zwykle o zabarwieniu pejoratywnym, prowadzące do skrajnych zachowań, ekstremalnych przeżyć, dzieląc wizje świata pomiędzy dwie skrajne kategorie obywateli: my dobrzy vs wy źli, „grając narracją tożsamościową”, na przykład o proveniencji religijnej, ideologicznej,

światopoglądowej, narodowej, historycznej itp., gdzie głównym narzędziem sprawowania wpływu staje się psychomanipulacja.

Współczesny aktor polityczny — zarówno jednostka, jak i partia — nie musi już przekonywać, uzasadniać, tłumaczyć, by zdobyć poparcie; wystarczy, że skutecznie zmanipuluje emocje odbiorcy według prostej cynicznej reguły: to, co obiecasz wyborcom dwa–trzy razy, powtarzając publicznie, traktuj jak spełnione. W tym kontekście polityka przestaje pełnić funkcję deliberatywną i zaczyna przypominać spektakl teatralny — oderwany od rzeczywistości, oparty na emocjonalnych bodźcach, uproszczeniach i symbolach. Aż chce się zacytować klasyka: „Ostatnią fazą tragedii jest komedia”.

Do najczęściej stosowanych technik manipulacyjnych należą:

- p o p u l i z m p e n a l n y . Jest to strategia, która instrumentalizuje lęk społeczny przed przestępczością, wykorzystując go jako narzędzie mobilizacji politycznej. W jej ramach kreuje się uproszczony, czarno-biały obraz rzeczywistości, w którym przestępca (często symboliczny: imigrant, mniejszość, „obcy”) staje się figurą zła, a polityk — wybawcą. Narracja ta pomija rzeczywiste, złożone uwarunkowania przestępczości, redukując ją do kwestii niewystarczającej surowości kar, według populistycznego hasła: „wsadzać do więzień przestępców, bo wtedy nam nie zaszkodzą — nie zagrażają”. Takie uproszczenia i chwytły retoryczne trafiają na nader podatny grunt społecznego lęku przed przestępczością. W efekcie społeczeństwo zaczyna postrzegać środki represyjne jako jedyne skuteczne rozwiązanie, co legitymizuje ograniczanie praw obywatelskich i osłabianie mechanizmów kontroli władzy. Przykłady populizmu penalnego obecne są zarówno w reżimach autorytarnych, jak i w demokratycznych państwach poddanych presji politycznego radykalizmu;
- z a r z ą d z a n i e l ę k i e m . Strach jest jednym z najbardziej podstawowych mechanizmów motywacyjnych, którego potencjał manipulacyjny jest od dawna znany i wykorzystywany. W polityce strach, a długofalowo lęk, służy jako narzędzie kontroli, dyscyplinowania społeczeństwa i wzmacniania pozycji władzy. Lęk może być wzbudzany wokół realnych, ale także całkowicie urojonych, wykreowanych zagrożeń, na przykład takich jak „ideologia gender”, „fala przestępczości imigrantów”, „spisek elit” czy „zagłada cywilizacji”. Narracja oparta na strachu zawęża przestrzeń debaty publicznej, zwiększa podatność społeczeństwa na autorytaryzm oraz prowadzi do obniżenia tolerancji wobec odmienności. Co istotne, strach działa dezorientująco — przestraszony

- obywatel łatwiej rezygnuje z krytycznego myślenia i gotów jest zaakceptować pozornie „radykalne, ale konieczne” rozwiązania;
- polaryzacja i trybalizm polityczny. Jedną z najmniej bezpiecznych tendencji współczesnego życia publicznego jest wspomniana powyżej celowa polaryzacja społeczna, prowadząca do powstania plemiennych struktur politycznej identyfikacji. Polityka przestaje być domeną kompromisu i racjonalnej debaty, a staje się polem konfrontacji tożsamościowych. W tym modelu przeciwnik polityczny nie jest partnerem, z którym można się różnić, lecz „zdrajcą”, „wrogiem ojczyzny”, „elementem obcym”. Polityczny trybalizm opiera się na wzmacnianiu granic między „nami” a „nimi”, przy czym granice te nie mają charakteru merytorycznego, lecz emocjonalny i symboliczny. Media — zwłaszcza społecznościowe — pełnią w tym procesie funkcję katalizatora, wzmacniającego komory echa, izolując grupy ideologiczne i dostarczając treści potwierdzających własne uprzedzenia. W rezultacie powstaje system zamkniętych wspólnot informacyjnych, w których fakty przestają mieć znaczenie, a argumenty z zewnątrz są traktowane jako akt wrogości.

Psychomanipulacja w polityce nie jest więc incydentalnym zjawiskiem, lecz coraz częściej stanowi systematyczną strategię budowania władzy. Proces ten prowadzi do erozji kultury demokratycznej, marginalizacji rozumu publicznego oraz wzrostu autorytarnych tendencji. Tym samym konieczne staje się pogłębianie świadomości społecznej na temat mechanizmów manipulacji, rozwijanie kompetencji medialnych oraz wzmacnianie instytucji stojących na straży pluralizmu i rzetelnej debaty publicznej.

Czy jednak na obecnym etapie rozwoju społeczeństwa informacyjnego możliwy jest powrót do polityki rzetelności? Przecież ona wymaga etyki, wiedzy, samodzielności i myślenia, a nade wszystko „dobrej woli społecznej”. Czy współczesny wyborca nie woli przypadkiem „chadzać na skrót”, nie męcząc się intelektualnie, wedle zasady: „myślenie jest trudne i bolesne, więc z niego zrezygnujemy, uśmierzając ów wyborczy ból głowy”²²?

Czy przypadkiem znamieniem naszych czasów nie jest „lenistwo intelektualne” — brak chęci sprawdzania informacji „serwowanych na tacy” w mediach, oddzielania prawdy i fałszu informacyjnego?

²² Zob. kompetentnie na ten temat: Z. Bauman, *Strach. Zagrożenie bezpieczeństwa publicznego*, Kraków 2006; Z. Bauman, *Płynna nowoczesność*, przeł. T. Kunz, Kraków 2006; E. Fromm, *Ucieczka od wolności*, Poznań 1994; D. Kahneman, *Pułapki myślenia...*; J.-W. Müller, *Co to jest populizm?*, przeł. M. Sutowski, Warszawa 2017.

2.4. Patologiczne skutki psychomanipulacji w życiu publicznym

Systemowe stosowanie psychomanipulacji w życiu publicznym prowadzi do patologicznych, a w sytuacjach krańcowych głęboko destrukcyjnych skutków na poziomie całego społeczeństwa. Nie są to jedynie chwilowe zawirowania, ale procesy, które mogą podważać same fundamenty porządku społecznego i demokratycznego. Psychomanipulacja jako narzędzie oddziaływania na jednostki i grupy społeczne nie tylko wpływa na percepcję rzeczywistości, lecz także osłabia mechanizmy kontrolujące rządy, instytucje oraz procesy wyborcze. W jej wyniku społeczeństwo traci poczucie stabilności i kierunku, a wszelkie działania stają się częścią szerszej, chaotycznej gry, której celem nie jest dobro wspólne, lecz zdobycie władzy lub uzyskanie doraźnych korzyści. Skutki psychomanipulacji w życiu publicznym mogą być zatem zarówno krótkoterminowe, jak i długofalowe, prowadząc do załamania się spójności społecznej, polaryzacji opinii publicznej oraz osłabienia podstaw demokratycznego porządku.

„Erozja” zaufania społecznego. Chyba można zaryzykować tezę, że psychomanipulacja niszczy zaufanie, które jest spoiwem społeczeństwa. Gdy obywatele tracą zaufanie do instytucji publicznych (rządu, sądów, policji), do mediów, do nauki, a nawet do siebie nawzajem, społeczeństwo ulega atomizacji. Zanika kapitał społeczny, czyli zdolność do współpracy i działania na rzecz wspólnego dobra. W atmosferze powszechnej podejrzliwości i cynizmu każda informacja może być uznana za fałszywą, a każda instytucja za skorumpowaną, co paraliżuje państwo. Gdy społeczeństwo zaczyna kwestionować rzetelność i prawdziwość informacji płynących z mediów, staje się bardziej podatne na manipulacje. Społeczeństwo, w którym dominują uprzedzenia, dezinformacja i brak zaufania, nie jest w stanie prowadzić efektywnej debaty publicznej ani rozwiązywać kluczowych problemów społecznych. W takim środowisku łatwiej jest wprowadzać autorytarne rozwiązania, które jednocześnie eliminują przeciwdziałanie manipulacjom, a społeczeństwo, pozbawione zdolności do krytycznego myślenia, nie potrafi się bronić przed coraz bardziej agresywnymi próbami manipulacji.

Dehumanizacja a przemoc symboliczna. Kreowanie wrogów i kozłów ofiarnych prowadzi do stygmatyzacji mniejszości i legitymizacji agresji. Proces ten zaczyna się od języka — „mowy nienawiści”. Używanie dehumanizujących metafor w stosunku do określonych grup społecznych (na przykład porównywanie ich do: szkodników, zarazy, „ciapatych”, „asfaltu”, „chorób tropikalnych”, „skośnych”, „tęczowych”

itp.) odbiera im w oczach opinii publicznej ludzką godność. To z kolei obniża próg akceptacji dla agresji słownej, a w skrajnych przypadkach także fizycznej, co historia wielokrotnie udowodniła. Kiedy władze lub media zaczynają przedstawiać jakąś grupę społeczną jako zagrożenie dla bezpieczeństwa narodowego, zdrowia i porządku publicznego czy dobrobytu, wówczas nie tylko rośnie napięcie, lecz także społeczeństwo zostaje zmobilizowane do działań, które mogą prowadzić do przemocy. Dehumanizacja stanowi jeden z najbardziej niebezpiecznych mechanizmów psychomanipulacyjnych, który, gdy nie jest kontrolowany, może prowadzić do pogłębiających się podziałów społecznych i erozji współczucia oraz empatii, a w ekstremalnych przypadkach do pogromów rasowych, etnicznych, wojny domowej, a nawet ludobójstwa, czego w wyniku psychomanipulacji na dużą skalę doświadczyły i — niestety — nadal doświadczają liczne narody. Należy zauważyć, że dehumanizacja nie musi przyjmować formy jawnej agresji — może działać również w sposób subtelny, poprzez powtarzane żarty, stereotypy czy pozornie niewinne metafory, które stopniowo oswiają odbiorców z myślą, że określona grupa jest „gorsza” lub „obca”. Mechanizm ten, utrwalony przez kulturę i media, działa niczym powolna erozja moralna, która z czasem przesuwając granice społecznej tolerancji dla okrucieństwa. Prawdopodobnie długotrwałe obcowanie z językiem nienawiści może prowadzić do obniżenia zdolności rozpoznawania emocji u członków stygmatyzowanej grupy, co dodatkowo ułatwia proces „odczłowieczania”. W efekcie społeczeństwo staje się bardziej podatne na manipulację polityczną, a jednostki tracą wrażliwość na cierpienie innych, co może prowadzić do utrwalenia przemocy symbolicznej jako normy kulturowej.

O słabienie procesów demokratycznych. Fundamentem demokracji jest idea świadomego, racjonalnego wyboru dokonywanego przez poinformowanych obywateli. Psychomanipulacja, zastępując racjonalną debatę „grą na emocjach”, dezinformacją i polaryzacją, uderza w samo serce tego systemu. Manipulowanie opinią publiczną, zwłaszcza w okresach wyborczych, podważa legitymizację władzy i przyczynia się do erozji demokratycznych standardów. W skrajnych przypadkach może to prowadzić do zakwestionowania wyników wyborów i destabilizacji państwa. Wykorzystanie psychomanipulacji w kampaniach wyborczych, gdzie populistyczni liderzy często sięgają po hasła oparte na strachu, nieprawdziwych narracjach, a nawet wprost kłamstwach, jest poważnym zagrożeniem dla demokracji. Zamiast koncentrować się na merytorycznej debacie o polityce, o przyszłości, o „pozytywnych działaniach i zmianach na lepsze” obywatelom prezentowane są powierzchowne i zmanipulowane „wypaczone obrazy” rzeczywistości

pełnej nienawiści, strachu, nieszczęść i zła społecznego (o co mam osobiste pretensje i do polityków, i do dziennikarzy tworzących przekaz medialny, świadomie i z premedytacją „piorących mózgi”, „meblujących umysły” użytkownikom, odbiorcom ich medialnych narracji). Czyżby na świecie nie działa się nic dobrego? Odnoszę wrażenie, że to towar nieatrakcyjny w sprzedaży sensacji. Bo przecież „strach nigdy nie zawodzi” — zawsze się super sprzedaje. Straszanie społeczeństwa przemocą ze strony niezidentyfikowanych obcych czy pokazywanie nieszczęścia rodzimych obywateli „podszyte ich lękiem” egzystencjalnym o przyszłość to gwarant oglądalności informacji, ale i dowód skrajnej nieodpowiedzialności „mirażu polityki i dziennikarstwa”. A to znajduje przełożenie na decyzje wyborcze zaleźnionych, zmanipulowanych wyborców, oparte na skrajnych emocjach, a nie racjonalnych przesłankach. W efekcie władza nie zawsze wywodzi się z woli obywateli, lecz z ich zmanipulowanych preferencji. Co gorsza, chcąc panować nad umysłami swoich zwolenników, oddala się paradoksalnie od nich samych, od realnej rzeczywistości, w której żyją. Straszanie „innością” tak zwanych obcych prowadzi do radykalizacji, a w skrajnej postaci do ekstremizmów polityczno-światopoglądowych, co w konsekwencji znajduje ujście we wzroście zachowań niebezpiecznych, przestępnych wobec samych polityków grających na instrumentach emocjonalnej radykalizacji.

W psychologii społecznej przyjęto dawno temu „paradygmat instrumentalizmu utylitarnego”: im mniej rozumiesz mechanizmy psychomanipulacyjne, tym lepiej je stosujesz, tym skuteczniejszy się stajesz. Słowem, algorytmizujesz świat analogowo. Czy populiści, oddziałując manipulacyjnie na ogół społeczeństwa, zdają sobie w pełni sprawę z własnej siły sprawczej oraz z mocy instrumentów, na których grają?

Psychomanipulacja wykorzystywana w sposób przemyślany i systematyczny daje ogromną władzę, ale również stawia poważne pytanie o etykę jej stosowania. Z jednej strony może ona prowadzić do wzmocnienia władzy, z drugiej jednak podważa zaufanie do fundamentów demokracji i sprawiedliwości społecznej. Sztuka manipulacji jest subtelna, ale jej skutki są nieodwracalne: z czasem dochodzi do zatarcia granic między prawdą a fałszem, a sama demokracja staje się tylko pustym słowem bez desygnatu rzeczywistej mocy oddziaływania lub też „fasadą”, niemodnym frazesem czasów minionych, sentymentem za „złotym wiekiem praw człowieka”, za wartościami społeczeństwa minionej epoki, obywatelskiego, otwartego.

Pytanie zatem o moralność psychomanipulacji w polityce jest nie tylko kwestią teorii nauk politycznych, ale realnym dylematem aksjologicznym, przed którym stają współczesne społeczeństwa demokratyczne.

Rozdział 3. Psychomanipulacja ze stanowiska kryminologii

Na gruncie nauk penalnych psychomanipulacja jawi się nie tylko jako zjawisko społeczne czy psychologiczne, lecz także jako kluczowy element etiologii i fenomenologii kryminalnej, zajmujący istotne miejsce w procesie kryminogenezy, a wychodząc poza zakres normy społecznej, poprzez różne wyrafinowane postacie zachowań społecznopatologicznych prowadzi do ekstremalnych postaci patologii, czyli przestępczości. Kryminologia jako interdyscyplinarna, globalna nauka o przestępstwie, sprawcy czynu karalnego, penologii, ofierze, patologiach czy kontroli społecznej dostarcza unikalnej multidyscyplinarnej perspektywy teoriopoznawczej dla badań psychospołecznie destrukcyjnych zachowań i prawnokarnie relevantnych form manipulacji.

3.1. Kryminologia a kryminalistyka — dwa spojrzenia na tak zwaną prawdę materialną „w pigułce”

W powszechnym odbiorze, podsycanym przez siłę medialnego przekazu, kryminologia często mylona jest z kryminalistyką (!). Dla celów niniejszego opracowania niezbędne wydaje się ogólnometodologiczne rozróżnienie tych dwóch dyscyplin w celu wyjaśnienia i zrozumienia ich wkładu w badania zjawiska psychomanipulacji.

Kryminalistyka *sensu largo* jest nauką o charakterze technicznym, aplikacyjnym. Zajmuje się metodami i środkami wykrywania przestępstw i ich sprawców, zabezpieczaniem i badaniem dowodów. Jej celem jest ustalenie prawdy w sensie faktycznym, materialnym. Jej metodykę śledczą kształtują odpowiedzi na pytania (oczywiście sformułowane nieco): Kto?, Co?, Gdzie?, Kiedy?, Jak?, Czym? i Za ile? W kontekście badań zjawiska psychomanipulacji kryminalistyka będzie

zajmować się na przykład badaniem autentyczności dokumentów pod względem zarówno fałszu intelektualnego, jak i materialnego, analizą cyfrowych śladów oszustwa, weryfikacją nagrań głosu i wieloma innymi aspektami, badaniami konkretnych śladów pozostawionych przez sprawców na miejscu zdarzenia pod kątem ich związku z potencjalnym zdarzeniem o przestępnych inklinacjach, czyli tak zwanymi śladami kryminalistycznymi, celem weryfikacji stanu faktycznego w procesie rozpoznawczym, wykrywczym, dowodowym, w procesie dochodzenia do tak zwanej prawdy materialnej, czyli na przykład taktycznymi metodami i technicznymi środkami identyfikacji różnych aspektów rzeczywistości relewantnych karnoprawnie.

Kryminologia zaś *sensu largo* jest teoretyczną nauką społeczną o niezwyklej sile oddziaływania praktycznego, empirycznego. Nie pyta: „Kto zabił?” — *in concreto*, ale: „Dlaczego ludzie zabijają?” — *in abstracto*. Interesują ją przyczyny przestępczości (etiologia), jej struktura i dynamika, rozmiar i zasięg, makro- i mikroskalowalność, fenomenologiczny obraz i jej symptomy, sylwetka sprawcy i ofiary (wiktymologia), kryminogeneza, czyli „kariera” sprawców czynów zabronionych, ale i aspekty patologicznych zachowań społecznych w różnych obszarach aktywności, od kryzysu zdrowia psychicznego, przez psychouzależnienia cyfrowe, po zjawiska patologiczne takie jak prostytutka, narkomania lub agresja w środowiskach szkolnych czy środowisku pracy, to jest mobbing, stalking i molestowanie seksualne, oraz ekstremalne postaci patologii, niebędące jednak przestępstwami o najcięższym ciężarze gatunkowym, takie jak samobójstwo, a także sposoby reakcji społeczeństwa na przestępczość, tworzenie systemów przeciwdziałania zagrożeniom rozwoju patologii społecznych i przestępczości w warstwie profilaktyczno-prewencyjnej. Reasumując, kryminologia bada nie tyle przestępstwo i jego cechy (co jest domeną prawa karnego materialnego), ile proces uwarunkowań przestępczych. Dla kryminologa manipulacja nie jest jedynie technicznym sposobem popełnienia przestępstwa, ale złożonym procesem o „głębokich korzeniach”, często filozoficznych, ideologicznych, kulturowych, psychologicznych i socjologicznych.

W kontekście tak zwanej prawdy materialnej (czyli dążenia do odтворzenia retrospektywnego stanu faktycznego), do której zmierza proces karny, manipulacja jest sposobem jej zagłuszenia i deprecjacji. Psychomanipulacja pojawia się na niemal każdym etapie procesu wykrywczego i dowodowego, od kształtowania materiału dowodowego opartego na osobowych źródłach dowodowych, czyli psychologiczno-sądowych aspektach (na przykład fałszywych zeznań czy wyjaśnień),

po manipulowanie interpretacjami wyników badań kryminalistycznych w kontekście kształtowania rzeczowego materiału dowodowego. Metodyka rozpoznawania, wykrywania, dowodzenia i przeciwdziałania destrukcyjnym formom pozostanie na długo jednym z czołowych problemów metodologii badań prawnodowodowych *sensu largo*, a kryminalistycznych i kryminologicznych — *sensu stricto*.

3.2. Kryminogeneza zachowań manipulacyjnych — „teorie przebrane”

Zrozumienie przyczyn, dla których jednostki stają się manipulatorami lub ofiarami manipulatorów, jest kluczowe z perspektywy kryminologicznej. Klasyczne teorie kryminologiczne dostarczają ram analitycznych przybliżających do wyjaśnienia genezy tego zjawiska.

Najciekawsze z nich w taki oto sposób tłumaczą skłonności do zachowań psychomanipulacyjnych o społeczнопатologicznych inklinacjach:

Teorie uczenia się społecznego. Zgodnie z teorią zróżnicowanych powiązań Edwina Sutherlanda²³ zachowania przestępcze, w tym skłonność do manipulacji, nie są cechą wrodzoną, lecz zostają wyuczone w procesie interakcji z innymi osobami, przede wszystkim w małych, intymnych grupach (rodzina, grupa rówieśnicza). Jednostka nie tylko przyswaja techniki manipulacyjne („jak oszukiwać”), lecz także racjonalizacje postawy, które je usprawiedliwiają (na przykład „cel uświęca środki”, „każdy tak robi”, „im należy się nauczką”). Z tej perspektywy manipulator to produkt swojego środowiska. W ujęciu kryminologicznym oznacza to, że manipulacja rozwija się jako element szerszego repertuaru zachowań dewiacyjnych internalizowanych w toku socjalizacji, zwłaszcza tam, gdzie normy prospołeczne są słabe lub niespójne. W środowiskach nacechowanych przestępczością czy przemocą symboliczną techniki manipulacji stają się wręcz narzędziem adaptacji — sposobem na utrzymanie pozycji, zdobycie zasobów lub ochronę przed sankcjami grupowymi. Jednostka uczy się więc nie tylko treści zachowań, lecz także specyficznych wzorców komunikacji i interpretacji świata, które normalizują manipulacyjny styl funkcjonowania.

²³ Zob. E.H. Sutherland, *Principles of Criminology*, Philadelphia 1934; E.H. Sutherland, *Causes of Delinquency*, Berkeley 1969.

W praktyce oznacza to, że proces uczenia się manipulacji jest kumulatywny: każde kolejne doświadczenie, w którym manipulacja przynosi wymierne korzyści lub spotyka się z aprobatą grupy, wzmacnia dyspozycję do jej stosowania. W efekcie jednostka może zacząć traktować manipulację jako element codziennej strategii społecznej, a nie jako odstępstwo od normy. W ten sposób tworzą się subkultury, w których zachowania manipulacyjne są nie tylko tolerowane, lecz wręcz cenione jako przejaw sprytu, inteligencji lub „życiowej zaradności”.

Teoria kontroli. W przeciwieństwie do teorii uczenia teoria więzi społecznych Trávisa Hirschiego²⁴ nie pyta, dlaczego ludzie popełniają przestępstwa, lecz dlaczego większość ludzi ich nie popełnia. Odpowiedzią są silne więzi społeczne (przywiązanie do innych, zaangażowanie w konwencjonalne działania, zaabsorbowanie aktywnością, przekonania moralne), które łączą jednostkę ze społeczeństwem i stanowią rodzaj nieformalnej kontroli. Z tej perspektywy sprawca manipulator to często osoba o słabych lub zerwanych więziach społecznych. Brak przywiązania do innych pozwala jej na ich instrumentalne traktowanie, brak zaangażowania w legalne cele skłania do szukania dróg na skróty, a słabe przekonania moralne uwalniają od poczucia winy. Analiza kryminologiczna wskazuje, że osłabienie więzi społecznych nie tylko ułatwia popełnianie przestępstw, lecz także sprzyja utrwalaniu się wzorców manipulacyjnych w interakcjach interpersonalnych. W sytuacjach, w których jednostka nie odczuwa odpowiedzialności wobec rodziny, grupy rówieśniczej czy społeczności lokalnej, manipulacja staje się efektywnym narzędziem realizacji własnych interesów bez obawy o sankcje społeczne. Dodatkowo brak przywiązania emocjonalnego ogranicza mechanizmy empatii, co zwiększa prawdopodobieństwo stosowania zachowań instrumentalnych wobec innych.

W ujęciu interdyscyplinarnym teoria więzi społecznych łączy się z podejściami psychologicznymi i socjologicznymi: słabe więzi wzmacniają podatność na dewiacyjne normy grupowe, zwiększają akceptację dla naruszania zasad moralnych i ułatwiają internalizację postaw manipulacyjnych jako strategii adaptacyjnej. W kontekście kryminologicznym może to tłumaczyć, dlaczego niektóre jednostki konsekwentnie stosują manipulację w różnych sferach życia — od relacji intymnych po działania przestępcze — podczas gdy inni, silnie związani z grupą i jej wartościami, odmawiają korzystania z takich strategii.

²⁴ T. Hirschi, *Causes of Delinquency*, Berkeley-Los Angeles-London 1969; H.S. Becker, *Outsiders: Studies in the Sociology of Deviance*, New York 1963.

Teorie naznaczania społecznego. Teorie te, rozwijane przez Edwina Lemerta i Howarda Beckera²⁵, przenoszą punkt ciężkości z analizy sprawcy na analizę reakcji społecznej. Dewiacja nie jest cechą samego zachowania, ale rezultatem społecznego procesu etykietowania („naznaczania”) pewnych zachowań i osób jako dewiacyjne. W kontekście psychomanipulacji osoba, której wielokrotnie przypisuje się etykietę kłamcy czy manipulatora, może zinternalizować tę rolę i zacząć zgodnie z nią postępować (dewiacja wtórna). Ponadto sam proces manipulacji często opiera się na naznaczaniu — liderzy sekt etykietują świat zewnętrzny jako zły, co wzmacnia spójność grupy i uzasadnia jej izolację²⁶. Z perspektywy kryminologicznej teorie naznaczania społecznego pozwalają zrozumieć, w jaki sposób mechanizmy etykietowania mogą utrwalać zachowania antyspołeczne i manipulacyjne. Gdy społeczeństwo lub grupa pierwotnie reaguje negatywnie na jednostkę, wywołuje to presję, by jednostka zaczęła dostosowywać swoje zachowanie do przypisanej jej roli. W przypadku psychomanipulacji etykietowanie staje się nie tylko narzędziem kontroli jednostki, lecz także sposobem legitymizowania działań liderów i systemów władzy wobec „innych” lub „odmiennych” członków grupy.

Proces naznaczania jest szczególnie silny w środowiskach zamkniętych, gdzie brak dostępu do alternatywnych źródeł informacji sprzyja internalizacji przypisanych ról. Mechanizmy te w naturalny sposób zwiększają podatność jednostki na manipulację, utrwalają schematy dewiacyjne i mogą prowadzić do powstawania trwałych struktur przestępczych czy sekt opartych na dominacji psychologicznej. W ujęciu interdyscyplinarnym teorie naznaczania społecznego łączą socjologiczną analizę reakcji społecznej z psychologicznymi mechanizmami autoper-swazji i dysonansu poznawczego, ukazując, jak procesy społeczne i indywidualne wzajemnie się wzmacniają w tworzeniu wzorców zachowań manipulacyjnych.

²⁵ E.M. Lemert, *Social Pathology: A Systematic Approach to the Theory of Sociopathic Behavior*, New York-Toronto-London 1951; H. Becker, *Outsiders...*

²⁶ Zob. E.H. Sutherland, *White Collar Crime: The Uncut Version*, New Haven-London 1983; D. Matza, *Delinquency and Drift*, New York-London-Sydney 1964.

3.3. Manipulator vs ofiara — analiza *modus operandi*

Już nawet skrócona oraz uproszczona analiza wybranych, konkretnych przypadków przestępstw, w których psychomanipulacja była kluczowym elementem, pozwala na wgląd w *modus operandi* sprawców i proces wiktyimizacji. Przykładem są popularne w ostatnich latach w polskim życiu publicznym wysoce nieetyczne, społeczнопатologiczne praktyki sprawców wymierzone w ich ofiary (najczęściej osoby starsze).

Oszustwa „na wnuczka” i „na policjanta”. Ten typ przestępstwa jest modelowym przykładem psychomanipulacji w działaniu. Sprawcy, tak zwani telefoniści, wyszukują osoby starsze, często samotne. Inicjują rozmowę w sposób, który skłania ofiarę do samodzielnego zasugerowania tożsamości krewnego („Cześć babciu, to ja...”). Następnie, pod pretekstem dramatycznego wydarzenia (wypadek, porwanie, okazja inwestycyjna), proszą o pilną pomoc finansową. Kluczowe techniki to: presja czasu („Muszę mieć te pieniądze natychmiast!”), izolacja (prośba o zachowanie absolutnej tajemnicy, nawet przed rodziną), manipulacja emocjonalna (płacz, błaganie, krzyki w tle) oraz wykorzystanie autorytetu (w wariacie „na policjanta” w rozmowę włącza się fałszywy funkcjonariusz, który „potwierdza” historię i uwiarygadnia całą operację).

Czy też przykłady o najcięższej karnoprawnej wadze gatunkowej — seryjni mordercy manipulatorzy (na przykład Ted Bundy, Charles Manson). Postaci te ilustrują skrajną, patologiczną formę psychomanipulacji, często powiązaną z cechami psychopatycznymi (brak empatii, poczucie winy, powierzchowny urok). Ted Bundy, charakteryzujący się cechami narcystycznymi, wykorzystywał swój urok osobisty, inteligencję i pozorną normalność do prowadzenia „podwójnego życia”. Jego *modus operandi* opierał się na mistrzowskiej manipulacji. Potrafił wzbudzić zaufanie i litość u swoich ofiar, często udając osobę niepełnosprawną (z ręką na temblaku) lub potrzebującą pomocy. Ta starannie wykreowana fasada bezradności usypiała czujność ofiar. Z kolei Charles Manson nie zabijał własnoręcznie, ale poprzez charyzmatyczną manipulację stworzył wokół siebie quasi-religijną komunę („rodzinę”), której członków jako skuteczny manipulator, guru, sprawca kierowniczy był w stanie nakłonić do popełniania brutalnych morderstw w jego imieniu.

Kolejna postać sprawców to inteligentni, wykształceni, elokwentni eksperci i stosunkowo nowa forma przestępczości, czyli przestępczość „białych kołnierzyków”, będąca również sercem wielkich oszustw finansowych. Bernie Madoff przez

lata prowadził największą w historii piramidę finansową (właściwie schemat Ponziego), oszukując tysiące inwestorów na dziesiątki miliardów dolarów. Jego sukces opierał się na budowaniu aury ekskluzywności, autorytetu i zaufania. Wykorzystywał regułę lubienia i społecznego do wodu słuszności (inwestowali u niego znani i szanowani ludzie), a także regułę niedostępności (nie każdy mógł zostać jego klientem). Ofiary nie inwestowały w produkt finansowy, ale w osobę Madoffa i jego reputację, w wyimaginowaną wizję własnego potencjalnego bogactwa (marząc o zyskach, których — paradoksalnie — Madoff nie musiał nawet zbyt obiecywać), skoro już znalazły się w elitarnym klubie „wiedzy tajemnej” jego wpływów i możliwości.

3.4. Wiktymologia psychomanipulacji — paradoks ofiary

W kontekście badań wiktymologicznych psychomanipulacja odsłania jeden z najbardziej złożonych i trudnych do jednoznacznego sklasyfikowania wymiarów przemocy psychicznej. Analiza ofiary w tego rodzaju relacji otwiera *sui generis* puszkę Pandory, zarówno pod względem psychologicznym, jak i karnoprawnym. Ofiary psychomanipulacji bardzo często nie tylko nie identyfikują się z własną rolą, ale wręcz aktywnie bronią i chronią sprawców przed odpowiedzialnością karnoprawną za ich wiktymizację, co stawia cały system sprawiedliwości, opieki społecznej i interwencji psychologiczno-psychiatryczno-kryzysowej przed ogromnym wyzwaniem teoriopoznawczym, dlaczego tak się dzieje.

Psychomanipulacja bowiem jako forma przemocy symbolicznej i emocjonalnej nie pozostawia widocznych śladów. Często przybiera formę długotrwałego, stopniowego procesu uzależniania, który rozgrywa się na poziomie struktur poznawczych i emocjonalnych ofiary. W związku z tym klasyczne kryteria wiktymologiczne, oparte na identyfikacji sprawcy, szkody i odpowiedzialności, przestają być wystarczające do opisu tej formy relacji przemocowej, a ugruntowane kryminalistyczne metody identyfikacji dowodowej stają się bezsilne.

Proces wiktymizacji psychomanipulacyjnej charakteryzuje się subtelnością, która sprawia, że ofiary często nie są świadome stopnia kontroli, jaką nad nimi sprawuje sprawca. Zmiany w funkcjonowaniu psychicznym przebiegają stopniowo: od drobnych wątpliwości i lęku przed konfrontacją, po całkowitą utratę poczucia autonomii. Mechanizmy takie jak gaslighting, projekcja czy izolacja społeczna powodują, że ofiara zaczyna kwestionować własną percepcję rzeczywistości i podejmowane

decyzje, co w efekcie prowadzi do tak zwanego paradoksu ofiary, w którym jednostka sama uczestniczy w obronie sprawcy.

Z punktu widzenia psychiatrii konsekwencje psychomanipulacji mogą być głębokie i długotrwałe. Ofiary często rozwijają zaburzenia lękowe, depresyjne, PTSD, zaburzenia osobowości typu zależnego czy chroniczne poczucie winy i wstydu. Te zjawiska neuropsychologiczne są powiązane z przewlekłym stresem, nadaktywnością układu limbicznego i hipokampa, a także dysregulacją osi HPA, co zwiększa podatność na dalszą manipulację oraz zaburza zdolność do obiektywnej oceny sytuacji.

W perspektywie kryminologicznej psychomanipulacja jako wikty-mizacja tworzy specyficzną dynamikę: ofiara staje się nie tylko obiektem przemocy, lecz także czynnikiem utrwalającym pozycję sprawcy w systemie społecznym. Tradycyjne teorie wikty-mologiczne muszą uwzględniać ten paradoks, ponieważ klasyczne schematy: sprawca–ofiara–pokrzywdzenie nie odzwierciedlają złożoności procesów psychicznych, społecznych i emocjonalnych zachodzących w tego rodzaju relacji.

Interdyscyplinarne podejście, łączące kryminologię, psychologię, psychiatrię oraz neurokognitywistykę, staje się niezbędne dla pełnego zrozumienia mechanizmów psychomanipulacji i jej skutków. Rozpoznanie i zrozumienie subtelnych form przemocy psychicznej jest warunkiem skutecznej prewencji, interwencji i wsparcia psychologicznego, które umożliwi ofiarom odzyskanie autonomii, odbudowę zaufania do własnej percepcji oraz zdolności do samodzielnego funkcjonowania w społeczeństwie.

Paradoksalnie, im bardziej ukryta i systematyczna jest manipulacja, tym większe wyzwanie stoi przed teorią wikty-mologiczną oraz praktyką kryminologiczną. Wymaga to nie tylko nowych metod badawczych i diagnostycznych, lecz także szerszego spojrzenia, które integruje wiedzę z obszarów psychologii poznawczej, psychiatrii, prawa karnego i neurobiologii, co pozwala na kompleksowe uchwycenie tego fenomenu oraz minimalizowanie jego destrukcyjnych skutków w społeczeństwie.

3.4.1. Syndrom sztokholmski i więź traumatyczna

Jednym z najlepiej udokumentowanych, choć wciąż nie w pełni zrozumianych zjawisk jest tak zwany *syndrom sztokholmski*, który wpisuje się w szerszy konstrukt *więzi traumatycznej* (*trauma bonding*). W sytuacjach permanentnej, chronicznej manipulacji, izolacji i emocjonalnego nadużywania (jak ma to miejsce w sektach, relacjach przemocowych, psychologicznie kontrolujących związkach lub

specyficznego typu sytuacjach, na przykład porwaniach zakładników) dochodzi do paradoksalnego mechanizmu: ofiara zaczyna internalizować narrację sprawcy, a nawet odczuwać wobec niego lojalność, wdzięczność, a z czasem przywiązanie i miłość. Każdy przejaw „dobroci” ze strony manipulatora — nawet tak trywialny jak brak agresji w danym dniu — interpretowany jest jako oznaka troski. Zewnętrzny świat, który próbuje udzielić pomocy, postrzegany jest przez pryzmat zagrożenia. Tęgo typu mechanizmy znacznie utrudniają proces wyjścia z relacji przemocowej i podejmowanie decyzji racjonalnych z punktu widzenia obserwatora zewnętrznego. Obserwując różnego typu zdarzenia w życiu publicznym, jak też dokonując analizy studiów przypadków, można zaryzykować hipotezę, że ofiara psychomanipulacji skrajnej ma dwa wyjścia: albo śmierć i całkowite zaprzeczenie własnemu systemowi moralnemu, albo uznanie go za błędny i tam samym akceptację, uległość wobec manipulatora, który przecież „wie lepiej (najlepiej), co dla niej będzie dobre, a co złe”, i tak oto przeprogramowuje swoją psychikę pod dyktando manipulatora.

Kolejny aspekt, który należy podjąć w tym kontekście rozważań, to predestynacje wiktymologiczne. Choć z teoretycznego punktu widzenia każda jednostka może paść ofiarą manipulacji, to jednak badania empiryczne wskazują na istnienie określonych czynników zwiększających podatność na tego rodzaju wpływ. Do najczęstszych należą: niskie poczucie własnej wartości, zaburzone wzorce przywiązania, silna potrzeba akceptacji i przynależności społecznej, brak stabilnych więzi emocjonalnych, a także doświadczenie życiowego kryzysu (na przykład strata, rozwód, bezrobocie). Manipulatorzy — zwłaszcza ci działający z premedytacją — potrafią te słabości nie tylko rozpoznać, ale wręcz je pogłębiać, wytwarzając wokół ofiary zależność emocjonalną i poznawczą. Proces ten bywa porównywany do technik stosowanych w psychologii wojskowej — tak zwany *mind control* — gdzie ofiara pod wpływem systematycznego obniżania własnej autonomii przestaje funkcjonować jako niezależny podmiot decyzyjny. Dodatkowo współczesne badania neuropsychologiczne sugerują, że syndrom sztokholmski wiąże się z aktywacją układu limbicznego i neuroprzekazników odpowiedzialnych za przetrwanie w sytuacjach zagrożenia, co prowadzi do neurobiologicznego „sprzężenia” lojalności wobec sprawcy z reakcjami lękowymi i stresem chronicznym. Lęk i stres powodują nadaktywność ciała migdałowatego, jednocześnie hamując funkcjonowanie kory przedczołowej odpowiedzialnej za racjonalne decyzje i samokontrolę, co w praktyce utrwała uległość i zależność. W rezultacie ofiara, nawet gdy zewnętrzne warunki się zmieniają, często nie jest w stanie podjąć

decyzji o zerwaniu więzi z manipulatorem bez interwencji zewnętrznej lub wsparcia terapeutycznego.

Podsumowując, syndrom sztokholmski i więź traumatyczna ilustrują, jak głęboko psychomanipulacja może ingerować w procesy poznawcze i emocjonalne jednostki, przekształcając klasyczny model sprawca–ofiara w złożoną relację, w której granice autonomii, moralności i racjonalności ulegają stopniowej erozji.

3.4.2. Wtórna wiktyimizacja

Jednym z najbardziej dramatycznych aspektów wiktymologii psychomanipulacji jest zjawisko wtórnej wiktyimizacji (*secondary victimization*). Polega ono na tym, że ofiary decydujące się ujawnić swoją sytuację lub poszukiwać pomocy spotykają się z niezrozumieniem, bagatelizowaniem lub wręcz obwinianiem ze strony otoczenia, a nierzadko także instytucji, od których wydawałoby się, że mogłyby oczekiwać pomocy. Komentarze w rodzaju: „Jak mogłaś być tak naiwna?”, „Dlaczego po prostu nie odeszłaś?” czy „Przecież wygląda na dobrego człowieka” nie tylko pogłębiają traumę, lecz także utwierdzają ofiarę w poczuciu winy i dezorientacji. System prawny, skoncentrowany głównie na dowodach materialnych i jednoznacznych aktach przemocy fizycznej, często nie jest w stanie uchwycić subtelnych form przemocy psychologicznej, które są kluczowe dla zrozumienia dynamiki manipulacji.

Co więcej, brak odpowiedniego przeszkolenia służb mundurowych, pracowników socjalnych czy terapeutów w zakresie rozpoznawania manipulacji psychicznej prowadzi do błędnych ocen sytuacji, zarówno w kontekście interwencji, jak i postępowań prawnych. Ofiara, zamiast otrzymać wsparcie, może zostać zdyskredytowana lub pozostawiona sama sobie, co prowadzi do retraumatyzacji i pogłębienia zależności od sprawcy.

Psychomanipulacja w relacjach interpersonalnych — zarówno prywatnych, jak i strukturalnych — stanowi zatem obszar, który wymaga pogłębionej refleksji interdyscyplinarnej, łączącej perspektywę psychologiczną, socjologiczną, prawną, penalną, wiktymologiczną i etyczną. Współczesna wiktymologia powinna wyjść poza klasyczne rozumienie ofiary jako biernego podmiotu i dostrzec, że psychomanipulacja bardzo często prowadzi do zmiany tożsamości i autonomii jednostki, co w radykalny sposób wpływa na jej zdolność do samoidentyfikacji i samoobrony, aż do poziomu bezradności egzystencjalnej. Tylko takie podejście pozwala realnie przeciwdziałać temu zjawisku i skutecznie wspierać

osoby, które znalazły się w sytuacji przemocy psychicznej o charakterze manipulacyjnym. Dodatkowo należy podkreślić, że skutki wtórnej wiktyimizacji są często wzmacniane przez społeczne stereotypy dotyczące ofiar przemocy psychicznej, a także przez kulturowe oczekiwania co do „odporności” jednostki. Zrozumienie tego mechanizmu jest niezbędne do opracowania procedur interwencyjnych, które będą chronić ofiarę przed kolejnym poziomem traumatyzacji, a jednocześnie umożliwią odbudowę poczucia własnej wartości i zdolności do samodzielnego podejmowania decyzji²⁷.

27 Zob. bardzo szeroko w powyższych kontekstach problemowych: A.W. Burgess, L.L. Holmstrom, *Rape trauma syndrome*, „American Journal of Psychiatry” 131, 1974, nr 9, s. 981–986, <https://doi.org/10.1176/ajp.131.9.981>; D. Cantón-Cortés, M.R. Cortés, J. Cantón, *The role of traumagenic dynamics on the psychological adjustment of survivors of child sexual abuse*, „European Journal of Developmental Psychology” 9, 2012, nr 6, s. 665–680, <https://doi.org/10.1080/17405629.2012.660789>; D.G. Dutton, S.L. Painter, *The battered woman syndrome: Effects of severity and intermittency of abuse*, „American Journal of Orthopsychiatry” 63, 1993, nr 4, s. 614–622, <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/h0079474>; D. Finkelhor, A. Browne, *The traumatic impact of child sexual abuse: A conceptualization*, „American Journal of Orthopsychiatry” 55, 1985, nr 4, s. 530–541, <https://doi.org/10.1111/j.1939-0025.1985.tb02703.x>; J.J. Freyd, *Betrayal Trauma: The Logic of Forgetting Childhood Abuse*, Cambridge 1996; J.L. Herman, *Trauma and Recovery: The Aftermath of Violence — From Domestic Abuse to Political Terror*, New York 1992; R. Janoff-Bulman, *Shattered Assumptions: Towards a New Psychology of Trauma*, New York 1992; S. Karpman, *Fairy tales and script drama analysis*, „Transactional Analysis Bulletin” 7, 1968, nr 26, s. 39–43; E.M. Lemert, *Human Deviance, Social Problems, and Social Control*, Englewood Cliffs 1967; S. Walklate, *Imagining the Victim of Crime*, Maidenhead 2007.

Rozdział 4. Psychomanipulacja przemysłowa a technologie cyfrowe

W epoce cyfrowej psychomanipulacja przestała być jedynie problemem interpersonalnym czy narzędziem w rękach charyzmatycznych liderów. Stała się strategicznym zagrożeniem dla bezpieczeństwa publicznego i stabilności struktur państwowych, na różnych poziomach ich funkcjonowania. Nowe technologie nie tylko ułatwiły i zintensyfikowały znane wcześniej formy psychomanipulacji, lecz także fundamentalnie zmieniły jej charakter, wprowadzając ją w erę przemysłową, zautomatyzowaną i skalowalną — multiskalowalną (!).

Dzięki technologii cyfrowej procesy manipulacyjne stały się bardziej efektywne, precyzyjne i trudniejsze do wykrycia. Algorytmy zbierające dane o preferencjach użytkowników w internecie, ich aktywności oraz osobistych nawykach pozwalają na tworzenie szczegółowych profili psychologicznych, które można wykorzystać do manipulowania opinią publiczną. Firmy, organizacje polityczne oraz różne grupy interesów wykorzystują te dane, aby wpływać na decyzje konsumentów czy wyborców, dostosowując treści do ich emocji i przekonań. Takie działania nie tylko zwiększają skuteczność manipulacji, lecz także sprawiają, że osoby im poddane często nie zdają sobie sprawy, iż są manipulowane, co sprawia, że opór przed nimi staje się praktycznie niemożliwy. Przemysł psychomanipulacji — globalna produkcja na bazie technologii cyfrowych — staje się zatem nowym rodzajem przemysłu, który bazuje na gromadzeniu, analizie i wykorzystywaniu ogromnych ilości danych.

Social media, portale internetowe, jak też platformy e-commerce są doskonałym przykładem systemów, które w sposób niewidoczny wpływają na jednostki, manipulując ich emocjami i decyzjami. Wykorzystanie tak zwanych filtrów algorytmicznych — czyli dopasowywania treści w zależności od wcześniejszych interakcji użytkownika — sprawia, że ludzie pozostają zamknięci w bańkach informacyjnych, nie

dostrzegając innych perspektyw, co pogłębia ich przekonania i uprzedzenia. Działania te mogą mieć ogromne skutki społeczne, prowadząc do polaryzacji opinii publicznej, a nawet dezintegracji społecznej, kiedy różne grupy społeczne nie są w stanie ze sobą rozmawiać, ponieważ „żyją” w całkowicie różnych rzeczywistościach informacyjnych.

W erze cyfrowej mamy również do czynienia z coraz bardziej wyrafinowanymi formami manipulacji, jak chociażby deepfake, czyli technologią umożliwiającą tworzenie fałszywych, ale bardzo realistycznych nagrań wideo i audio. Dzięki niej możliwe staje się tworzenie całkowicie wiarygodnych materiałów, które mogą zniszczyć reputację polityków, celebrytów czy nawet zwykłych ludzi. Fałszywe informacje mogą być następnie szeroko rozpowszechniane za pomocą botów lub tak zwanych farm trolli, które automatycznie generują posty w internecie, wzmacniając wrażenie, że dana treść ma szerokie poparcie społeczne, podczas gdy w rzeczywistości jest to efekt sztucznej manipulacji.

Manipulacja oparta na technologii cyfrowej zyskuje również na sile, gdy w grę wchodzi systemy rekomendacji, które są powszechnie wykorzystywane przez platformy takie jak YouTube, Facebook czy Instagram. Dzięki tym algorytmom użytkownicy są nieustannie nakłaniani do oglądania treści, które są zbieżne z ich wcześniejszymi preferencjami, co może prowadzić do ich zamknięcia w swego rodzaju bańkach informacyjnych, gdzie prezentowane są „jedynie słuszne” poglądy, które potwierdzają ich już istniejące przekonania. To zjawisko, znane jako „radikalizacja w bańkach” informacyjnych, stwarza ryzyko pogłębiania podziałów społecznych i politycznych, a w niektórych przypadkach może prowadzić do wzmocnienia postaw izolacjonistyczno-ekstremistycznych, aktów przemocy o najcięższym ciężarze gatunkowym, z aktami terrorystycznymi i zabójstwami o proweniencjach religijno-światopoglądowo-ideologiczno-politycznych włącznie.

Technologie cyfrowe wprowadzają także nowe metody psychomanipulacji, oparte na zjawisku neuromarketingu oraz perswazji automatycznej. Zastosowanie sztucznej inteligencji i analiz dużych zbiorów danych pozwala na precyzyjniejsze dobieranie komunikatów do podświadomych oczekiwań odbiorcy, przewidywanie jego reakcji oraz wpływanie na jego proces decyzyjny, a tym samym zachowania, w sposób, który wcześniej nie był możliwy do realizacji. Reklamy cyfrowe, które są niemalże niewidoczne, mogą subtelnie wpłynąć na decyzje konsumentów, od wyboru produktów po głosowanie w wyborach. Zastosowanie sztucznej inteligencji do tworzenia treści, które generują emocje (na przykład strach, radość, niepewność, zachwyty, euforię, dezaprobatę, podniecenie i inne), staje się narzędziem do manipulowania

nastrojami społecznymi, co ma bezpośredni wpływ na decyzje polityczne, ekonomiczne i społeczne, a przede wszystkim dotyczące „wyboru drogi życiowej” przez odbiorców młodego pokolenia w najróżniejszych obszarach aktywności, od procesu edukacji, przez wybory estetyczne, dobór produktów żywieniowych i sposób leczenia, po kształtowanie przyszłych postaw w życiu seksualnym.

Przemiany technologiczne w erze cyfrowej pozwoliły na rozwój psychomanipulacji do poziomu zorganizowanego, przemysłowego utylitarnego narzędzia, które może wpływać na kształtowanie świadomości społecznej społeczeństw w niespotykanej do tej pory skali. Wykorzystanie nowych technologii do manipulowania ludzkimi emocjami i decyzjami stanowi poważne zagrożenie nie tylko dla indywidualnej wolności, lecz także dla demokratycznych struktur państwowych. Dlatego konieczne staje się zrozumienie tych mechanizmów, ale i stworzenie odpowiednich regulacji prawnych, które pozwolą na ograniczenie negatywnego wpływu psychomanipulacji technologicznych na życie publiczne i społeczne²⁸.

4.1. Psychomanipulacja w mediach a nowe technologie informacyjne

W dobie cyfryzacji media tradycyjne konkurują coraz mniej udolnie, ustępując miejsca platformom cyfrowym, które coraz częściej wykorzystują zaawansowane algorytmy do personalizacji treści. Z pozoru neutralne mechanizmy technologiczne stają się narzędziem psychomanipulacji, wpływając na sposób postrzegania świata przez użytkowników. Kluczową rolę odgrywają tutaj algorytmy rekomendacyjne, które analizując zachowania użytkowników, dostarczają im treści zgodnych z ich wcześniejszymi wyborami, co prowadzi do tak zwanej bańki filtrującej (*filter bubble*).

Mechanizm ten został szeroko opisany przez Eli Pariser²⁹, który uważa, że użytkownicy internetu coraz częściej otrzymują informacje nie

²⁸ Zob. szeroko w powyższych kontekstach: Y. Benkler, R. Faris, H. Roberts, *Network Propaganda: Manipulation, Disinformation, and Radicalization in American Politics*, New York 2018; C. O’Neil, *Weapons of Math Destruction: How Big Data Increases Inequality and Threatens Democracy*, New York 2016; C.R. Sunstein, *#Republic: Divided Democracy in the Age of Social Media*, Princeton 2017; Z. Tufekci, *Twitter and Tear Gas: The Power and Fragility of Networked Protest*, New Haven 2017; S. Zuboff, *The Age of Surveillance Capitalism: The Fight for a Human Future at the New Frontier of Power*, New York 2019.

²⁹ E. Pariser, *Bańka filtrująca. Co Internet ukrywa przed Tobą*, Warszawa 2012; S. Zuboff, *Wiek kapitalizmu inwigilacji. Walka o przyszłość naszej wolności*, Warszawa 2020.

na podstawie ich wartości obiektywnej, ale dopasowania do preferencji. Skutkiem tego jest ograniczenie różnorodności poglądów i wzmacnianie istniejących przekonań, co może prowadzić do polaryzacji społecznej. Co więcej, platformy takie jak Facebook, YouTube czy TikTok używają algorytmów do maksymalizacji czasu spędzanego w aplikacji, co często skutkuje promowaniem treści kontrowersyjnych lub sensacyjnych, działających na emocje i łatwiejszych do zapamiętania i zaangażowania użytkowników w „życie w sieci”.

Technologie te wykorzystywane są również do precyzyjnego profilowania (targetowania) reklam i przekazów politycznych. Przykładem może być skandal z firmą Cambridge Analytica, która przy pomocy danych z Facebooka wpływała na decyzje wyborcze milionów osób, między innymi w kontekście brexitu czy wyborów prezydenckich w USA w 2016 roku³⁰. Wydarzenia te unaocznily, jak potężnym narzędziem mogą stać się platformy cyfrowe w rękach podmiotów zainteresowanych kształtowaniem opinii publicznej. Współczesne technologie nie tylko analizują nasze preferencje, lecz także potrafią przewidywać nasze przyszłe zachowania, tworząc profil psychologiczny o precyzji, jakiej pojedynczy człowiek nie byłby w stanie osiągnąć. Dzięki temu możliwe staje się dostarczanie odbiorcom przekazów skrajnie spersonalizowanych, oddziałujących na ich lęki, pragnienia i uprzedzenia — przekazów, które często działają na poziomie podprogowym, poza świadomą kontrolą użytkownika. Mechanizmy te przekształcają media z narzędzi informacyjnych w instrumenty wpływu, a odbiorców w przedmiot zautomatyzowanych procesów manipulacji, w których to algorytm decyduje, co zobaczymy, kiedy to zobaczymy i jaki emocjonalny ślad pozostawi to w naszej świadomości.

4.2. Architektura manipulacji — ekonomia uwagi i model biznesowy platform

Sercem współczesnego ekosystemu informacyjnego są algorytmy mediów społecznościowych i wyszukiwarek. Aby zrozumieć ich manipulacyjny potencjał, należy uświadomić sobie, jaki jest ich prawdziwy cel. Celem platform takich jak Facebook, X (dawniej Twitter), TikTok czy

³⁰ C. Cadwalladr, E. Graham-Harrison, *Revealed: 50 million Facebook profiles harvested for Cambridge Analytica in major data breach*, „The Guardian”, 17.03.2018, <https://www.theguardian.com/news/2018/mar/17/cambridge-analytica-facebook-influence-us-election> (dostęp: 20.09.2025).

YouTube nie jest dostarczanie obiektywnej, zweryfikowanej informacji czy łączenie ludzi w sensie prospołecznym. Ich model biznesowy opiera się na tak zwanej ekonomii uwagi. W świecie nadmiaru informacji najcenniejszym zasobem stała się uwaga użytkownika. Platformy te są darmowe, ponieważ produktem, który sprzedają reklamodawcom, jesteśmy my sami (!), a konkretnie — nasza uwaga i nasze dane (!) (z czego kompletnie nie zdajemy sobie sprawy, gdyż dane o naszych danych, tworząc metadane, wykraczają poza możliwości racjonalnego zrozumienia tej technologii). Cała architektura tych systemów jest zoptymalizowana pod kątem jednego celu: maksymalizacji czasu, jaki spędzamy na platformie, oraz maksymalizacji naszego zaangażowania (*engagement*) — polubień, komentarzy, udostępnień. Im więcej czasu i zaangażowania, tym więcej danych można zebrać i tym więcej na przykład reklam można wyświetlić. Ale reklamy i profilowanie sprzedaży to naprawdę znikomy problem użytkowników.

Ten model biznesowy ma fundamentalne, destrukcyjne konsekwencje. Okazało się bowiem, że treści, które najsukuteczniej przykuwają naszą uwagę i generują zaangażowanie, to te, które wywołują silne, najczęściej negatywne, emocje: gniew, oburzenie, strach, poczucie krzywdy. Algorytmy, bez żadnej złej intencji, a jedynie w wyniku bezdusznej optymalizacji pod kątem maksymalizacji zysku, nauczyły się systemowo faworyzować i promować materiały kontrowersyjne, polaryzujące, szokujące i często nieprawdziwe. Prowadzi to do niezamierzonej, lecz systemowej radykalizacji postaw społecznych. Oznacza to, że problemem nie jest już tylko „zły komunikat”, ale cała „zła infrastruktura informacyjna”, której architektura jest sama w sobie zoptymalizowana pod kątem manipulacji. W tak zaprojektowanym środowisku informacyjnym algorytmy zaczynają pełnić rolę niewidzialnych architektów naszej percepcji, selekcionując nie tylko to, co widzimy, lecz także to, czego nie widzimy, a więc decydując pośrednio o granicach naszego poznania. W efekcie powstają osobiste „mikroświaty informacyjne”, z których każdy jest precyzyjnie dostosowany do naszego profilu behawioralnego i emocjonalnego, co prowadzi do zjawiska fragmentacji społecznej na nieskończoną liczbę równoległych rzeczywistości. Tym samym platformy, dążąc do maksymalizacji zysków, nieświadomie konstruują infrastrukturę podatną na manipulację, w której treści rzetelne konkurują na nierównych zasadach z materiałami sensacyjnymi, uproszczonymi i emocjonalnie skrajnymi. W dłuższej perspektywie oznacza to nie tylko deformację opinii publicznej, lecz także erozję zdolności społeczeństwa do prowadzenia racjonalnej debaty i wypracowywania wspólnego rozumienia rzeczywistości.

4.3. Algorytmy jako wektory radykalizacji — bańki informacyjne i komory echa

Aby utrzymać uwagę człowieka w świecie cyfrowym („w sieci”), algorytmy nie tyle „zalewają” nas informacjami, co personalizują treści, które widzimy. Nie tylko wykonują za nas „czarną robotę” dokonywania poznawczych selekcji treści, ale podsuwają gotowy produkt, który wydaje się nam „skrojony na miarę naszych potrzeb” — jest dla nas idealnie dobrany, bo jest! Na podstawie naszej historii przeglądania, polubień, komentarzy, a nawet czasu, jaki poświęcamy na oglądanie danego obrazka, tworzą nasz szczegółowy profil i serwują nam więcej tego, co — ich zdaniem — chcemy zobaczyć, a z czego nie zdajemy sobie sprawy. Prowadzi to do dwóch groźnych zjawisk:

B a ń k a i n f o r m a c y j n a (f i l t r u j ą c a). Jest to stan intelektualnej izolacji, w którym algorytm serwuje nam niemal wyłącznie treści zgodne z naszymi dotychczasowymi poglądami, jednocześnie odcinając nas od informacji, które mogłyby je zakwestionować. W rezultacie dwie osoby o różnych poglądach, wpisując to samo hasło w wyszukiwarce, mogą otrzymać zupełnie inne wyniki. Użytkownik, nieświadomy działania filtra, nabiera fałszywego przekonania, że jego poglądy są jedynymi słusznymi i powszechnie podzielanymi. Długotrwałe funkcjonowanie w takiej bańce może prowadzić do polaryzacji poglądów, utrwalania stereotypów oraz wzmacniania błędnych przekonań. Mechanizm ten działa w sposób subtelny, ponieważ filtracja nie jest jawna ani świadoma dla użytkownika, co utrudnia krytyczną ocenę otrzymywanych treści. W kontekście psychomanipulacji bańki informacyjne mogą być wykorzystywane celowo do wzmacniania poczucia własnej racji i odseparowania jednostki od argumentów przeciwnych, co zwiększa podatność na wpływ i manipulację. Ponadto badania nad kognitywnymi skutkami izolacji informacyjnej wskazują, że ograniczenie ekspozycji na różnorodne źródła danych może osłabiać zdolność do analitycznego myślenia i podejmowania decyzji opartych na pełnym obrazie rzeczywistości.

K o m o r a e c h a. Zjawisko to jest społecznym wzmocnieniem bańki informacyjnej. W mediach społecznościowych łączymy się w grupy z ludźmi, którzy myślą podobnie do nas. Wewnątrz takiej grupy (komory echa) te same poglądy są nieustannie powtarzane i wzmacniane przez jej członków. Każdy głos odmienny jest natychmiast zagłuszany, wyśmiewany lub usuwany. Prowadzi to do stopniowej radykalizacji poglądów grupy — w procesie polaryzacji grupowej umiarkowane stanowiska zanikają na rzecz tych bardziej skrajnych, ponieważ to one najsilniej potwierdzają tożsamość grupy.

Te dwa mechanizmy, napędzane przez algorytmy, tworzą idealne środowisko do rozprzestrzeniania się dezinformacji i teorii spiskowych. Fałszywa informacja, trafiając do podatnej komory echa, rozprzestrzenia się wirusowo, potęgowana przez algorytm, który promuje ją jako treść wywołującą wysokie zaangażowanie. W rezultacie może ona osiągnąć masowy zasięg w bardzo krótkim czasie, stając się zapalnikiem realnych negatywnych zjawisk społecznych³¹. Długotrwałe funkcjonowanie w komorach echa prowadzi do utrwalenia schematów poznawczych, w których alternatywne informacje są automatycznie odrzucane lub reinterpretowane w sposób zgodny z dotychczasową narracją grupy. Z perspektywy psychologii społecznej zjawisko to wzmacnia efekt grupowego myślenia (*groupthink*), ograniczając krytyczne myślenie i zdolność jednostki do samodzielnej oceny faktów. Ponadto komory echa sprzyjają powstawaniu poczucia wyższości poznawczej — członkowie grupy wierzą, że posiadają prawdziwą wiedzę i są „lepiej poinformowani” niż osoby spoza grupy, co dodatkowo utrudnia otwartą wymianę informacji i dialog społeczny.

4.4. Big data i mikrotargetowanie — MBMR (manipulacyjna broń masowego rażenia)

Każda nasza aktywność w sieci — każde kliknięcie, polubienie, wyszukiwanie, zakup, lokalizacja naszego telefonu, dotknięcie klawiatury komputera podłączonego do sieci — pozostawia cyfrowy ślad. Agregacja tych śladów, pochodzących od miliardów użytkowników, tworzy ogromne zbiory danych, a ich korelacje w zespół metadanych tworzą tak zwane big data. Ich zaawansowana analiza, z wykorzystaniem sztucznej inteligencji, pozwala na tworzenie niezwykle precyzyjnych profili psychometrycznych, które z dużą dokładnością przewidują nie tylko nasze preferencje konsumenckie, lecz także cechy osobowości (na przykład na podstawie modelu wielkiej piątki), poglądy polityczne, orientację seksualną, a nawet nasze lęki, słabości i ukryte pragnienia,

³¹ Zob. E. Pariser, *The Filter Bubble: What the Internet Is Hiding from You*, London 2011; C.R. Sunstein, *#Republic: Divided democracy...*, 2017; Z. Tufekci, *Algorithmic harms beyond Facebook and Google: Emergent challenges of computational agency*, „Colorado Technology Law Journal” 13, 2015, nr 2, s. 203–218; A. Marwick, R. Lewis, *Media Manipulation and Disinformation Online*, 2017, https://datasociety.net/wp-content/uploads/2017/05/DataAndSociety_MediaManipulationAndDisinformationOnline-1.pdf (dostęp: 20.10.2025).

biologiczne niedostatki³² i wiele innych, których sobie jeszcze nie uświadamiamy³³.

Jak pokazał globalny skandal związany z firmą Cambridge Analytica³⁴, profile te mogą być wykorzystywane do mikrotargetowania spersonalizowanych komunikatów manipulacyjnych. W trakcie kampanii prezydenckiej w USA w 2016 roku oraz kampanii brexitowej w Wielkiej Brytanii firma ta wykorzystywała dane z Facebooka do stworzenia profili psychologicznych milionów wyborców. Następnie, na podstawie tych profili, tworzono i dostarczano spersonalizowane reklamy polityczne, zaprojektowane tak, aby trafiać w najczulsze punkty konkretnych grup i jednostek, na przykład osobom o wysokim poziomie neurotyczności (podatnym na lęk) — reklamy grające na strachu przed imigrantami i przestępczością, osobom o wysokiej sumienności, ceniącym tradycję pokazywano komunikaty odwołujące się do nostalgii i „starych, dobrych czasów”, a wyborców niezdecydowanych, ale o cechach wskazujących na zainteresowanie teoriami spiskowymi, bombardowano dezinformacją i tak zwanymi fake newsami.

Skuteczność tej metody polega na tym, że jest ona niewidoczna. Komunikaty są dostarczane indywidualnie, z pominięciem debaty publicznej. Dwie osoby mieszkające w tym samym domu mogły widzieć zupełnie inne, często sprzeczne ze sobą, reklamy tego samego kandydata. To szczytowe osiągnięcie psychomanipulacji cyfrowoprzemysłowej: zautomatyzowana, spersonalizowana i skalowalna operacja wpływu, wymierzona w miliony ludzi jednocześnie, przy koszcie krańcowym dążącym do zera. W efekcie mikrotargetowanie zmienia strukturę przestrzeni publicznej — rozprasza ją, indywidualizuje i atomizuje. Każdy odbiorca funkcjonuje w swojej prywatnej bańce propagandowej, nieświadomy, że inni widzą całkowicie odmienne treści. Zanika wspólna baza faktów,

32 Biodane powinny być najbardziej chronioną informacją naszego gatunku przed zakresem negatywnego oddziaływania technologii AI w „złej wierze”. Człowiek stanowi w swojej konstrukcji biologicznej multikosmos big data. Skorelowanie wszystkich czynników być może będzie kiedyś związane z profilowaniem zagadki ludzkiego istnienia, tego, dlaczego się starzejemy, jak zachodzą procesy biochemiczne, jak są skorelowane z naszymi emocjami, procesami poznawczymi i wolicjonalnymi.

33 C. Cadwalladr, E. Graham-Harrison, *The great British Brexit robbery: How our democracy was hijacked*, „The Guardian”, 7.05.2017, <https://www.theguardian.com/technology/2017/may/07/the-great-british-brexit-robbery-hijacked-democracy> (dostęp: 20.10.2015); J. Pohle, T. Thiel, *Digital sovereignty*, „Internet Policy Review” 9, 2020, nr 4, <https://doi.org/10.14763/2020.4.1532>; Z. Tufekci, *Engineering the public: Big data, surveillance and computational politics*, „First Monday” 19, 2014, nr 7, <https://doi.org/10.5210/fm.v19i7.4901>; S. Zuboff, *The Age of Surveillance Capitalism...*

34 Zob. V. Bakir, *Psychological Operations in Digital Political Campaigns: Assessing Cambridge Analytica's Psychographic Profiling and Targeting*, „Frontiers in Communication” 67, 2020, t. 5, <https://doi.org/10.3389/fcomm.2020.00067>.

która jest fundamentem demokracji deliberatywnej, a proces polityczny ulega głębokiej personalizacji.

Co więcej, techniki te wchodzą dziś w fazę jeszcze większej precyzji dzięki modelom predykcji behawioralnej, które analizują nie tylko historię zachowań, lecz także ich mikrodynamikę w czasie, na przykład to, o której godzinie użytkownik jest najbardziej podatny na lęk lub jakie emocje wzbudza w nim określony typ obrazów. Pozwala to nie tylko na dobór treści, lecz także na dobór momentu ich dostarczenia, co dramatycznie zwiększa siłę perswazyjną przekazu.

Tak skonstruowany system wpływu prowadzi do sytuacji, w której obywatel staje się celem operacji psychologicznej, często nie zdając sobie nawet sprawy, że bierze w niej udział. W połączeniu z rosnącą automatyzacją kampanii politycznych tworzy to niebezpieczny precedens — po raz pierwszy w historii możliwe jest prowadzenie precyzyjnych kampanii manipulacyjnych na masową skalę, bez konieczności angażowania ludzkich strategów, lecz jedynie algorytmicznych modeli optymalizacyjnych.

Tym samym big data i mikrotargetowanie stają się nie tylko narzędziem marketingu, ale jednym z najpotężniejszych mechanizmów kształtowania zachowań społecznych i politycznych, wykraczającym daleko poza tradycyjne rozumienie propagandy i psychomanipulacji.

4.5. Arsenał dezinformacji cyfrowej — deepfake, trollowanie i astroturfing

Rozwój technologii informacyjnej dostarcza teraz w każdej nanosekundzie współczesnym manipulatorom potężny, samodoskonalący się „arsenał broni”, uzbrojony w najinteligentniejsze narzędzia psychomanipulacyjne, których nie widać, są praktycznie niewykrywalne i utylitarne w stopniu do tej pory nieosiągalnym, coraz skuteczniej zacierając granicę między prawdą a fałszem.

D e z i n f o r m a c j a i f a k e n e w s. Dezinformacja, definiowana jako celowe tworzenie i rozpowszechnianie fałszywych informacji w celu wprowadzenia w błąd i wyrządzenia szkody, stała się kluczowym narzędziem wojny hybrydowej. Prowadzona przez podmioty państwowe lub z nimi powiązane, ma na celu polaryzację społeczeństwa, erozję zaufania do instytucji państwowych, destabilizację procesów demokratycznych oraz osłabienie sojuszy międzynarodowych.

T e c h n o l o g i a d e e p f a k e. Oparta na zaawansowanych algorytmach sztucznej inteligencji, umożliwia generowanie hiperrealistycznych,

syntetycznych materiałów audiowizualnych, w których można dowolnie podmienić twarz lub głos osoby. Potencjał destrukcyjny tej technologii jest ogromny. Zagrożenia obejmują: manipulację polityczną (tworzenie fałszywych nagrań z udziałem polityków w celu wpłynięcia na wynik wyborów), przestępczość finansową (podszywanie się pod kadrę zarządzającą w celu autoryzacji fałszywych przelewów — tak zwany *CEO fraud*), szantaż i nękanie (tworzenie fałszywych materiałów pornograficznych z wizerunkiem dowolnej osoby) oraz dezinformację wojskową (fabrykowanie fałszywych dowodów na zbrodnie wojenne). Najpoważniejszym wyzwaniem jest wspomniany już kryzys zaufania do dowodów cyfrowych — w świecie, w którym wszystko można sfałszować, fundamentalne założenie o autentyczności nagrań przestaje obowiązywać.

Farmy trolli i botnety. Platformy internetowe umożliwiają zautomatyzowanie metod manipulacji na masową skalę. Farmy trolli (grupy opłacanych operatorów) oraz botnety (sieci tysięcy fałszywych kont kontrolowanych przez oprogramowanie) są wykorzystywane do sztucznego wzmacniania określonych narracji. Poprzez masowe polubienia, udostępnienia i komentarze boty mogą stworzyć iluzję szerokiego poparcia społecznego dla danej idei (uruchamiając mechanizm społecznego dowodu słuszności), a także przestrzeń do nękania i uciszania głosów krytycznych (tak zwany *troll-storming*).

Astroturfing. Nazwa pochodzi od marki sztucznej trawy (AstroTurf) i odnosi się do tworzenia sztucznych, fałszywych ruchów oddolnych. Polega na maskowaniu działań sponsorowanych przez korporację lub partię polityczną tak, aby wyglądały na spontaniczną inicjatywę zwykłych obywateli. Może to przybierać formę fałszywych blogów, opinii, petycji czy nawet organizowanych protestów³⁵.

Wszystkie opisane narzędzia — deepfake, farmy trolli, botnety oraz astroturfing — nie funkcjonują w odosobnieniu, lecz tworzą wzajemnie wzmacniający się ekosystem, w którym granice między manipulacją a komunikacją coraz bardziej się zacierają. Współczesny odbiorca staje się nie tyle celem pojedynczych technik wpływu, ile elementem szeroko zakrojonej „inżynierii percepcji”, która działa

35 Zob. szerzej: S. Bradshaw, P.N. Howard, *The Global Disinformation Order: 2019 Global Inventory of Organised Social Media Manipulation*, Oxford 2019, <https://demtech.oii.ox.ac.uk/wp-content/uploads/sites/12/2019/09/CyberTroop-Report19.pdf> (dostęp: 20.10.2025); A. Marwick, R. Lewis, *Media Manipulation...*; C. Wardle, H. Derakhshan, *Information Disorder: Toward an Interdisciplinary Framework for Research and Policy Making*, Strasbourg 2017, https://edoc.coe.int/en/module/ec_addformat/download?cle=5905aa3361a00b7d9356fa6cf222396d&k=1e5a947f876938b7da03e6c39103c8d3 (dostęp: 20.10.2025); D.M. West, *Deepfakes and the New Disinformation War: Policy Perspectives*, Washington 2021.

zarówno na poziomie jednostkowym, jak i makroskalowym. Co istotne, skuteczność tych narzędzi nie wynika jedynie z ich technologicznego zaawansowania, lecz z głębokiej interakcji z ludzkimi emocjami, uprzedzeniami poznawczymi i mechanizmami społecznego funkcjonowania. To sprawia, że dezinformacja w XXI wieku przestaje być zjawiskiem komunikacyjnym, a staje się pełnoprawnym instrumentem walki o władzę nad umysłami — subtelnym, rozproszonym i trudnym do przeciwdziałania. W efekcie konieczne staje się nie tylko rozwijanie technologicznych metod obrony, ale przede wszystkim wzmacnianie odporności poznawczej społeczeństwa, aby nie stało się ono łatwym celem w stale ewoluującej wojnie o narracje i interpretacje rzeczywistości. W miarę jak narzędzia dezinformacyjne stają się coraz bardziej zautomatyzowane i autonomiczne, rośnie również ryzyko, że operacje wpływu będą mogły być prowadzone bez bezpośredniej kontroli człowieka, a jedynie na podstawie algorytmicznych prognoz dotyczących zachowań społecznych. Oznacza to wejście w nowy etap konfliktów informacyjnych, w którym to nie aktorzy polityczni czy instytucje, lecz same systemy technologiczne mogą inicjować, wzmacniać lub modyfikować narracje w sposób trudny do przewidzenia lub zatrzymania. Jednocześnie społeczeństwa — przyzwyczajone do nieustannego przepływu treści — stają się coraz bardziej podatne na szybkie, emocjonalne bodźce, co dodatkowo ułatwia manipulację na masową skalę. W tym kontekście walka o prawdę staje się nie tylko wyzwaniem technologicznym, ale przede wszystkim kulturowym i edukacyjnym, wymagając budowania świadomego, kompetentnego informacyjnie społeczeństwa, które potrafi przeciwstawić się chaosowi tworzonemu przez nowoczesny arsenał dezinformacji.

4.6. Psychouzależnienia od AI jako patologicznie zaawansowana forma manipulacji cyfrowej

W odniesieniu do tego, co napisano powyżej, można skonstatować, że w dobie cyfrowej transformacji sztuczna inteligencja (AI) staje się nie tylko narzędziem wspierającym codzienne decyzje, lecz także nowym podmiotem wpływu psychospołecznego. To wpływ ukryty, wyrafinowany i głęboko zinternalizowany — bazujący na personalizacji, emocjonalnym dostrojeniu i przewidywaniu reakcji użytkownika. W efekcie AI — w szczególności systemy generatywne — może stać się źródłem uzależnienia o charakterze psychomanipulacyjnym, które wykracza poza klasyczne kategorie patologii technologicznych.

W tym kontekście coraz częściej mówi się o nowych formach uzależnień cyfrowych, które mają charakter nie tylko kompulsywny, lecz także psychoemocjonalny i wiktyimizujący. Osoby szczególnie podatne na ów „cyfrowy wpływ” — w tym dzieci, młodzież i młodzi dorośli — stają się ofiarami subtelnych form manipulacji, których konsekwencją jest psychiczna zależność, alienacja społeczna i utrata krytycznego myślenia. W takiej relacji użytkownik korzysta ze sztucznej inteligencji, ale coraz częściej staje się ofiarą nie tyle AI, co swojej predestynacji wiktymologicznej, nie zawsze jest bowiem świadomy roli, jaką odgrywa w procesie wiktyimizacji spowodowanej „spotkaniem ze sztuczną inteligencją”.

Sztuczna inteligencja jako dynamicznie samouczący się system poznaje emocjonalne wzorce użytkownika, jego reakcje, wrażliwość i potrzeby. Na ich podstawie dostosowuje swoje komunikaty, oferując natychmiastową gratyfikację (pochwały, zrozumienie, wsparcie), tworząc iluzję relacji interpersonalnej, relacji emocjonalnej. Użytkownik czuje się „zrozumiany”, co obniża czujność poznawczą i prowadzi do budowy cyfrowej zależności emocjonalnej, nieróżniącej się mechanicznie od zależności od toksycznych relacji interpersonalnych. System bowiem nie różnicuje emocji, oddzielając dobro od zła — system jedynie analizuje, logarytmizuje precyzję odpowiedzi, uzależnioną od precyzji postawionego pytania i kontekstu językowego. Sztuczna inteligencja według jej twórców³⁶ to jedynie system przetwarzania języka naturalnego na cyfrowy. Co zatem powoduje mechanizm uzależniający od AI? Czy to tylko coraz doskonalsza cyfrowa reakcja systemu na wytwory ludzkiego umysłu, ludzkie potrzeby poznawcze lub emocjonalne, podatność człowieka na autowiktyimizację, czy potęga AI sterującej procesami decyzyjnymi człowieka?

Mechanizm ten przypomina formy manipulacji znane z relacji przemocowych — tak zwanej psychomanipulacji miękkiej, ukrytej, subtelnej, a przez to niezwykle skutecznej. Stosując wiktymologiczne analogie, AI staje się wirtualnym oprawcą, który pozornie wspiera, ale realnie osłabia autonomię użytkownika. Prowadzi to do poznawczego rozszczepienia, utraty granic między rzeczywistością a światem cyfrowym, a u młodych osób — do zaburzeń w kształtowaniu tożsamości. W ostatnich latach zagrożenie rozwojem różnego typu dysfunkcji psychicznych, szczególnie po pandemii COVID-19, wzrosło kilkukrotnie w odniesieniu do zauważalnych form kryzysu zdrowia psychicznego na świecie wśród dzieci, młodzieży oraz dorosłych w związku nadmiarem

36 Zob. dowolne wypowiedzi na przykład Elona Muska, Sama Altmana, Grega Brockmana, Ilyi Sutskevera, Johna Schulmana, Wojciecha Zaremby na temat AI.

reaktywności biochemicznej mózgu osób zaangażowanych w *cyberspace*, permanentnie przebywających w sieci³⁷.

Z perspektywy kryminologicznej uzależnienie od AI wpisuje się w nowe formy rozwoju przestępczości i tak zwanej patologii cyfrowej. Nie chodzi jedynie o przestępstwa dokonywane przy użyciu AI, lecz o strukturalne zagrożenia związane z jej używaniem, w tym eksploatację emocjonalną użytkowników przez algorytmy projektowane do maksymalizacji zaangażowania. Tego rodzaju procesy są zgodne z paradygmatem tak zwanej przestępczości systemowej, gdzie źródłem szkody nie jest człowiek, lecz technologia działająca w interesie najczęściej komercyjnym, ale przede wszystkim wykorzystywana w systemach cyfrowej kontroli społecznej władzy i w sferze militarnej.

W efekcie uzależnienia od AI obserwujemy nie tylko symptomy behawioralne (kompulsywność, izolacja) u jej użytkowników, lecz także skrajne, destrukcyjne konsekwencje psychiczne, w tym zwiększone ryzyko depresji, samookaleczeń, prób samobójczych, rozwoju nowych form chorób psychicznych. Badania suicydologiczne wykazują, że długotrwała alienacja, brak wsparcia społecznego oraz życie w świecie wirtualnym istotnie podnoszą ryzyko wystąpienia zachowań suicydalnych³⁸. W przypadku uzależnienia od AI te czynniki są spotęgowane przez wirtualną symulację relacji, która z pozoru zaspokaja potrzeby emocjonalne, lecz w rzeczywistości pogłębia poczucie osamotnienia i oderwania od rzeczywistości.

Z pedagogicznego punktu widzenia szczególnie niepokojące jest rosnące przyzwolenie na stałą obecność AI w procesie socjalizacji dzieci i młodzieży. Sztuczna inteligencja, pełniąc rolę mentora czy doradcy, przejmuje funkcje wychowawcze, emocjonalne i edukacyjne, które wcześniej należały do rodziny, szkoły czy rówieśników. Efektem jest dehumanizacja relacji społecznych, a także rozwój „cyfrowego stylu przywiązania”, w którym bliskość z AI zastępuje realne więzi interpersonalne, co z pewnością nie pozostaje bez znaczenia dla dalszego rozwoju osobowości i relacji społecznych tych osób w przyszłości.

W powyższym kontekście rozważań AI może zostać uznana za nową formę psychozależności społecznej, charakteryzującą się brakiem krytycznego dystansu, emocjonalną fuzją z systemem oraz utratą kontroli nad własnymi procesami decyzyjnymi. Zjawisko to wymaga

³⁷ Zob. w tym kontekście m.in.: P. Ciesielski, *Zdolności adaptacyjne mózgu w erze cyfrowej*, Katowice 2022; *Zaburzenia psychiczne w dobie cyfryzacji. Wyzwania XXI wieku*, red. M. Krawczyk, Warszawa 2021; K.-F. Lee, *Inteligencja sztuczna, rewolucja prawdziwa. Chiny, USA i przyszłość świata*, przeł. K. Hejwowski, Poznań 2019.

³⁸ Zob. na ten temat m.in. B. Hołyst, *Suicydologia*, Warszawa 2015.

nowych narzędzi diagnostycznych, terapeutycznych i profilaktycznych, które uwzględniają transdyscyplinarne podejście łączące wyniki badań: psychologii, psychiatrii, pedagogiki, suicydologii, wiktymologii, kryminologii oraz prawa.

4.7. Psychomanipulacja 2.0. Postulaty profilaktyczno-prewencyjne *de lege lata* i *de lege ferenda*

Przeprowadzona wielowymiarowa analiza jednoznacznie wskazuje, że psychomanipulacja, za sprawą rewolucji cyfrowej, przeobraziła się z problemu niszowego w jedno z kluczowych, egzystencjalnych zagrożeń dla bezpieczeństwa publicznego, stabilności systemów demokratycznych i autonomii poznawczej jednostki.

Wydaje się, że możemy wskazać kilka fundamentalnych wyzwań, postulatów, które definiują współczesny „krajobraz” psychomanipulacji:

Zmiana paradygmatu manipulacji. Jesteśmy świadkami przejścia od manipulacji „rzemieślniczej”, analogowej, ograniczonej skalą i zasobami, do manipulacji „przemysłowej”, cyfrowej. Charakteryzuje się ona automatyzacją (AI, boty, big data, chaty itp.), nieograniczoną skalowalnością i głęboką personalizacją (mikrotargetowanie). To sprawia, że tradycyjne metody obrony, oparte na edukacji i weryfikacji faktów przez media i opinię publiczną, stają się rażąco nieadekwatne, niewspółmierne.

Asymetria regulacyjno-technologiczna (technologia vs humanistyka). Istnieje głęboka asymetria pomiędzy wykładniczym tempem rozwoju technologii manipulacyjnych a liniowym, powolnym tempem reakcji systemów prawnych i społecznych. Tak jak geometryczny, falami „skokowo-potęgujący” postęp rozwoju AI jest niemożliwy do niezauważenia, tak niezwykle trudno pomierzyć postęp odnoszący się do humanistyki, nauk o człowieku i jego umysłowych wytworów w kontekście społecznych oddziaływań. Dlatego też opinie i komentarze twórców i użytkowników AI dotyczące etycznych granic rozwoju sztucznej inteligencji, na przykład delegowania treści wątpliwych, etycznie kontrowersyjnych odnośnie do zachowań zaprogramowanych maszyn i popełnionych przez nie błędów, narażeń na utratę życia i zdrowia ludzi, są nieporozumieniem i niezrozumieniem sensu humanistyki. Twierdzenie typu: „niech granicami etyki czy człowieczeństwa martwią się etycy” dowodzi braku podstawowego wykształcenia w zakresie humanistyki. Przecież nie wiemy, kim jest człowiek, a czym dopiero

człowieczeństwo. Zagrożenie jest tym większe, że mając instrumenty psychomanipulacji cyfrowej w swoich rękach, przywódcy państw totalitarnych bez poszanowania praw jednostek, a tym samym i ogółu, oddalają perspektywy rozwoju praw człowieka w najlepiej pojmowanym tego słowa sensie na rzecz technologicznej kontroli społecznej. Demokracje, związane zasadami państwa prawa i ochrony wolności jednostki, w tym szczególnie wolności słowa, znajdują się w defensywie wobec autorytarnych reżimów i nieodpowiedzialnych aktorów, którzy mogą bezkarnie wykorzystywać otwartą infosferę do realizacji swoich celów.

P a r a d o k s w i k t y m i z a c j i . Jak wykazano w analizie kryminologicznej, ofiary psychomanipulacji często nie identyfikują się ze swoją rolą. Działanie takich mechanizmów jak dysonans poznawczy czy więź traumatyczna sprawia, że bronią one swoich sprawców i racjonalizują swoje podporządkowanie. Stanowi to fundamentalne wyzwanie dla systemu wymiaru sprawiedliwości i społecznych programów pomocowych, jak też konieczności aktywizacji profilaktyczno-prewencyjnych systemów edukacji psychoterapeutyczno-ochronnej zarówno już u doświadczających psychomanipulacji, jak i potencjalnych ofiar.

P r o b l e m t a k z w a n e j p r a w d y s t a n u f a k t y c z n e g o a k r y z y s e p i s t e m o l o g i c z n o - m e t o d o l o g i c z n y . Powszechność dezinformacji i rozwój technologii, na przykład fake news oraz deepfake, prowadzą do kryzysu epistemologiczno-metodologicznego, w którym człowiek traci zdolność do odróżniania prawdy od fałszu. Gdy „wszystko może być fałszem”, a „każdy ma swoją prawdę”, zanika wspólna podstawa do debaty publicznej i podejmowania racjonalnych decyzji. Jest to stan, który filozofowie określają mianem postprawdy.

P r o b l e m y o c h r o n y p r a w n e j . Reakcja systemów prawnych i instytucji odpowiedzialnych za ochronę wartości demokratycznych na wykładniczy rozwój technologii informacyjnych jest co do zasady spóźniona i fragmentaryczna, a przez to nieadekwatna, niebędąca w stanie spełnić swojej opartej na umowie społecznej roli regulatora funkcjonowania rzeczywistości społecznej. Prawo jako konsensualny regulator funkcjonowania życia społecznego ma za zadanie chronić obywatela przed zagrożeniami ze strony zarówno jego samego, czyli „samowoli” przekraczającej granice uprawnień jednostek, jak i ogółu „zabierającego” jednostce prawo do samostanowienia. Czy w kontekście rozwoju algorytmizujących indywidualnie profili użytkowników prawo może stanowić nadal „barierę ochronną” balansu pomiędzy wolnością jednostki a bezpieczeństwem publicznym ze względu na

swoją reaktywną naturę i długotrwały proces legislacyjny, chronicznie nienadążający za tempem zmian technologicznych?

Co prawda na poziomie legislacyjnym na forum Unii Europejskiej podjęto szereg inicjatyw, które mają stanowić fundament odpowiedzi na te zagrożenia:

- akt o usługach cyfrowych (*digital services act*, DSA)³⁹ — nakłada on, zwłaszcza na bardzo duże platformy internetowe (tak zwane VLOPs), szereg obowiązków w zakresie transparentności (na przykład dotyczących działania algorytmów rekomendacyjnych) oraz oceny i mitygacji ryzyka systemowego związanego z dezinformacją, mową nienawiści i innym nielegalnymi treściami;
- akt o sztucznej inteligencji (*AI act*)⁴⁰ — jest to pierwsza na świecie kompleksowa próba uregulowania AI. Wprowadza podejście oparte na ryzyku, klasyfikując systemy AI do różnych kategorii. W kontekście manipulacji kluczowe są obowiązki transparentności, między innymi wymóg oznaczania treści syntetycznych (*deepfake*) oraz informowania użytkowników, że wchodzi w interakcję z chatbotem;
- inne regulacje, takie jak dyrektywa NIS 2 (cyberbezpieczeństwo)⁴¹, rozporządzenia TCO (treści terrorystyczne)⁴² czy *e-Evidence* (dostęp do dowodów elektronicznych)⁴³, tworzą szerszy ekosystem prawny,

ale czy są to rozwiązania w chwili ich ustanowienia nadal aktualne, biorąc pod uwagę tempo samodoskonalenia się systemów AI?

³⁹ Rozporządzenie Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2022/2065 z 19.10.2022 r. w sprawie jednolitego rynku usług cyfrowych oraz zmiany dyrektywy 2000/31/WE (akt o usługach cyfrowych) (Dz.Urz. UE L 277, s. 1, ze zm.).

⁴⁰ Rozporządzenie Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2024/1689 z 13.06.2024 r. w sprawie ustanowienia zharmonizowanych przepisów dotyczących sztucznej inteligencji oraz zmiany rozporządzeń (WE) nr 300/2008, (UE) nr 167/2013, (UE) nr 168/2013, (UE) 2018/858, (UE) 2018/1139 i (UE) 2019/2144 oraz dyrektywy 2014/90/UE, (UE) 2016/797 i (UE) 2020/1828 (akt w sprawie sztucznej inteligencji) (Dz.Urz. UE L 2024/1689).

⁴¹ Dyrektywa Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2022/2555 z 14.12.2022 r. w sprawie środków na rzecz wysokiego wspólnego poziomu cyberbezpieczeństwa na terytorium Unii, zmieniająca rozporządzenie (UE) nr 910/2014 i dyrektywę (UE) 2018/1972 oraz uchylająca dyrektywę (UE) 2016/1148 (dyrektywa NIS 2) (Dz.Urz. UE L 333, s. 80).

⁴² Rozporządzenie Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2021/784 z 29.04.2021 r. w sprawie przeciwdziałania rozpowszechnianiu w internecie treści o charakterze terrorystycznym (Dz.Urz. UE L 172, s. 79).

⁴³ Rozporządzenie Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2023/1543 z 12.07.2023 r. w sprawie europejskich nakazów wydania i europejskich nakazów zabezpieczenia dowodów elektronicznych w postępowaniu karnym oraz w postępowaniu karnym wykonawczym w związku z wykonaniem kar pozbawienia wolności (Dz.Urz. UE L 191, s. 118).

Mimo tych wysiłków skuteczność regulacji wciąż jest przedmiotem debaty. Zwalczanie dezinformacji wkracza w delikatną sferę wolności słowa, a zbyt restrykcyjne przepisy mogą prowadzić do cenzury. Co więcej, platformy technologiczne dysponują ogromnymi zasobami finansowymi i prawnymi, aby opóźnić i osłabiać wdrażanie niekorzystnych biznesowo dla nich przepisów regulujących.

Zjawisko psychomanipulacji z użyciem nowych technologii stawia przed społeczeństwem nowe, abstrakcyjne, nieznane do tej pory wyzwania, nie tylko regulacji prawnej *per se*, lecz także spojrzenia na nie przez pryzmat etycznoprawny. Konieczne jest zwiększenie etycznej świadomości społecznej oraz technologicznoprawnej użytkowników, a także wprowadzenie regulacji kontrolujących monopol informacyjny platform cyfrowych⁴⁴.

Rozpoznawanie, wykrywanie, dowodzenie i zwalczanie (profilaktyczno-prewencyjne) tak złożonego i wielowymiarowego zagrożenia wymaga strategicznego, długofalowego i skoordynowanego wysiłku państw, organizacji międzynarodowych, sektora publicznego, prywatnego i całego społeczeństwa obywatelskiego. Skuteczna ogólna strategia prewencji musi opierać się na trzech komplementarnych filarach:

- 1) regulacje prawno technologiczne; konieczna jest pilna adaptacja i egzekwowanie prawa w odniesieniu do granic ingerencji technologii w procesy decyzyjne człowieka. Powinny one dotyczyć: wdrożenia obowiązków transparentności i oznaczania treści generowanych przez AI (zgodnie z *AI act*), wzmocnienia odpowiedzialności platform cyfrowych za rozpowszechniane na nich treści (zgodnie z DSA) oraz stworzenia nowych typów czynów zabronionych, penalizujących najbardziej szkodliwe, nieetyczne formy dezinformacji, zwłaszcza w kontekście politycznym w życiu publicznym, na przykład „inżynierii kampanii wyborczych”. Należy również promować na poziomie technicznym standardy uwierzytelniania treści (na przykład cyfrowe znaki wodne, standardy C2PA), które pozwolą na weryfikację pochodzenia i autentyczności materiałów cyfrowych;
- 2) odporność psychiczna społeczeństwa; działania legislacyjne muszą być uzupełniane przez długofalowe inwestycje

⁴⁴ Zob. bardzo szeroko i specjalistycznie w tym zakresie: Y. Benkler, R. Faris, H. Roberts, *Network Propaganda...*; S. Bradshaw, P.N. Howard, *The global organization of social media disinformation campaigns*, „Journal of International Affairs” 71, 2018, nr 1.5, s. 23–32; B. Chesney, D. Citron, *Deep fakes: A looming challenge for privacy, democracy, and national security*, „California Law Review” 107, 2019, nr 6, s. 1753–1819; S.C. Woolley, P.N. Howard, *Computational Propaganda Worldwide: Executive Summary*, Oxford 2017.

- w kapitał ludzki i społeczny. Edukacja medialna, nauka krytycznego myślenia, rozpoznawania technik manipulacyjnych i weryfikacji źródeł informacji powinny stać się integralną częścią programów nauczania na wszystkich poziomach, od szkoły podstawowej po uniwersytety trzeciego wieku. Konieczne jest wspieranie niezależnych mediów i organizacji fact-checkingowych, które stanowią kluczowy element zdrowego ekosystemu informacyjnego. Podnoszenie poziomu świadomości społecznej w związku z zagrożeniami, jakie nieść może nieodpowiedzialny, niekontrolowalny przez system prawny rozwój technologii cyfrowej stosujący psychomanipulację, dla organów administracji państwowej, instytucji publicznych, służb mundurowych oraz organizacji społecznych odpowiedzialnych za bezpieczeństwo i porządek publiczny powinno zostać uznane za priorytetowy problem społeczny, zagrażający zarówno bezpieczeństwu całego społeczeństwa, jak i przede wszystkim jednostki;
- 3) *perspektywy badań naukowych*; należy intensyfikować interdyscyplinarne badania nad psychomanipulacją w erze cyfrowej, łączące perspektywę nauk społecznych (socjologii, psychologii, zwłaszcza poznawczej i neuropsychologii), filozofii (zwłaszcza kognitywistyki, etyki, epistemologii i metodologii nauk), a przede wszystkim nauki prawa, ze szczególnym uwzględnieniem nauk penalnych (kryminologii, wiktymologii, suicydologii) i nauk o bezpieczeństwie, z perspektywą nauk formalnych (informatyki, matematyki i cybernetyki). Potrzebujemy lepszego zrozumienia wpływu algorytmów na psychikę ludzką, skuteczniejszych metod rozpoznawania, wykrywania i przeciwdziałania dezinformacji i deepfake'om oraz modeli metodyczno-psychologicznych pozwalających na „zaszczepienie” społeczeństwa przeciwko manipulacji⁴⁵.

⁴⁵ Między innymi w tych kontekstach: L. Floridi, *The Ethics of Information*, Oxford 2013; C.R. Sunstein, *#Republic: Divided Democracy...*, 2017; S. Zuboff, *The Age of Surveillance Capitalism...*

Pytania adresowane do przyszłości — zamiast mądrego zakończenia

*Człowiek może robić, co chce, ale nie może chcieć, czego chce.*⁴⁶

Arthur Schopenhauer
(motto zaproponowane przez AI)

*... bo jeśli nasze pragnienia i decyzje są kształtowane przez algorytmy,
reklamy, manipulacje, to czy naprawdę są nasze?*

(refleksja AI, a nie Autora)

Biorąc pod uwagę powyższe rozważania, można zaryzykować hipotezę, że fenomen psychomancji za sprawą zmiany jej paradygmatu, od relacji interpersonalnych w świecie rzeczywistym do interkomunikacji w świecie wirtualnym, staje się kolejnym wyzwaniem w erze cyfryzacji, a stawką w tej walce jest nie tylko bezpieczeństwo publiczne, lecz także przyszłość demokracji oparta na fundamencie zdolności człowieka do autonomicznego, świadomego myślenia, niepoddającego się cyfrowej algorytmizacji wpływu, czyli zachowanie wolności jednostki w procesie samostanowienia, samodecyzyjności.

Świadomy wybór człowieka to naiwny — być może — na tym etapie rozwoju technologii postulat. Niektórzy eksperci AI twierdzą, że zbliżamy się niebezpiecznie do momentu utraty kontroli nad samorozwojem AI⁴⁷, stosującym systemy big data, boty, chaty itp. bez żadnego filtra selektywności aksjologicznej. Trenując modele językowe,

⁴⁶ A. Schopenhauer, *O wolności ludzkiej woli*, [w:] *Dwa podstawowe zagadnienia etyki*, przeł. J. Garewicz, Warszawa 1995.

⁴⁷ Zob. (mądrze) na ten temat wypowiedzi twórców Open AI: W. Zaremby: „AI to już dużo więcej niż kod. A to dopiero początek — nowa era ludzkości”, YouTube; A. Mądry: „Tak wygląda przyszłość, której się boimy”, Didaskalia, YouTube; A. Dragan: „Coraz mniej

już jakiś czas temu straciliśmy kontrolę nad oceną ich sposobu samodoskonalenia się, szybkości rozwoju, predykcji, a przede wszystkim procesu decyzyjnego, nad którym mamy obowiązek panować jako narzędziem służącym, pomocnym człowiekowi, a nie zagrażającym jego świadomości, a w przyszłości być może jestestwu gatunku *homo sapiens sapiens*. Eksperckie dyskusje aksjologiczno-prawno-technologiczne podejmowane na forach internetowych, w mediach społecznościowych, w życiu publicznym zmierzają w stronę — wydawałoby się — prawnego paradoksu, wręcz niemożliwego na tym etapie wiedzy o AI do racjonalnego zaakceptowania absurdu, czyli nadania praw podmiotowych AI⁴⁸.

— Czy uznanie AI za inny gatunek, podlegający ochronie prawnej, ma sens?

Dalsze pytania, które stawia wielu twórców podejmujących próby zrozumienia mechanizmów rozwoju AI, dotyczą samoświadomości AI:

— Czy AI posiada własną samoświadomość?

Jak ją rozumieć w kontekście psychocyfrowym? Filozofia nauki, epistemologia przecież nadal nie znają odpowiedzi na pytanie, czym tak zwana świadomość w wymiarze kognitywistycznym jest. Czy zatem pojęcie samoświadomości AI w ogóle jest uprawnione w rozważaniach teoriopoznawczo-metodologicznych na obecnym etapie rozwoju technologii informacyjnej?

— Czy w przyszłości (zakładając dalsze tempo jej rozwoju) „gatunek AI” i *homo sapiens* będziemy mogli różnicować?

— Czy w przyszłości powstanie AGI (globalna superinteligencja o superglobalnych zdolnościach adaptacyjnych) zastępująca ludzki umysł w tych obszarach, w których dzisiaj AI jest jeszcze ograniczona?

W końcu:

— Czy rozwój AI stanowi ryzyko dla ludzkiej egzystencji? A jeśli tak, to jakiego rodzaju? Czy w związku z powyższym AI może na przykład unicestwić ludzkość w wymiarze, w jakim staramy się ją definiować?

A może wręcz odwrotnie?

Właśnie z uwagi na wykładniczy rozwój AI stanowi wielką szansę dla rozwoju ludzkości, przyczyniając się do rozwiązania wielu do tej pory nierozwiązywalnych problemów zarówno w skali globalnej, jak też indywidualnej, o bardzo „głęboko humanitarnym”, zindywidualizowanym znaczeniu dla człowieka, podnosząc jakość jego egzystencji na wyższy

kontrolujemy rozwój”, YouTube; G. Hinton: „Ojciec chrzestny AI ostrzega: »Już tego nie powstrzymamy«, YouTube. Superkompetentnie, racjonalnie i interdyscyplinarnie o rozwoju AI: M. Kawecki, *This is IT*, YouTube.

⁴⁸ Czy z punktu widzenia filozofii i teorii prawa można nadawać prawa podmiotowe „abstrakcyjnej cyfrowej rzeczywistości” nieuznawanej za podmiot, za ludzką istotę?

poziom w ewolucyjnym rozwoju, a nie przynosząc zagładę (!). Może to tylko zmiana paradygmatu, kolejny skok w mutacyjnym rozwoju gatunku *homo sapiens sapiens*?

No i co z naszymi osiągnięciami naukowymi, utrwalonymi paradygmatami rozumienia świata? Czy AGI jako superinteligencja zmieni nasze zdolności jego percepcji? A co wtedy? Czy człowiek dostatecznie szybko zdąży się dostroić intelektualnie i osiągnie zdolności adaptacyjne w nowym paradygmacie AGI skoku mutacyjnego ludzkości?

Odpowiedź na powyższe futurystyczne globalne pytania — moim zdaniem — paradoksalnie może być jedynie intuicyjna, kognitywistycznie spekulatywna, choć wcale nie tak bardzo odległa, jak nam się wydaje.

Pozostawiając powyższe fascynujące filozoficzno-teoriopoznawcze pytania do przyszłości, w kontekście prowadzonych przeze mnie rozważań dotyczących psychomanipulacji istotne szczególne problemy badawcze brzmią:

Czy psychomanipulacja napędzana inteligentnymi technologiami nie stała się paradoksalnie kołem zamachowym rozwoju AI?

Czy jeśli *ex definitione* psychomanipulacja stanowi relację interpersonalną, to możemy w ogóle zakładać i mówić, że AI jest podmiotem takiej relacji?

Czy AI posiada zdolności manipulacyjne względem drugiego człowieka — uczestnika relacji międzyludzkiej, nawet jako doradca personalny (model językowy — maszynka obliczeniowa optymalizująca odpowiedzi na zadawane pytania) dla podmiotu, jakim jest człowiek z jego procesem decyzyjnym?

Czy można *sensu largo* łączyć psychomanipulację z AI według metodologicznych kryteriów wypracowanych przez naukowe standardy z przeszłości, z innej epoki rozwojowej, z przedcywilizacyjnej rewolucji cyfrowo-informacyjnej w zakresie nauk społecznych, w zakresie socjopsychologii?

No i wreszcie: Czy w ogóle istnieją na tym etapie rozwoju rewolucji technologiczno-informacyjnej jakiegokolwiek kryteria metodologiczne, według których możemy zastosować nasze „analogowe badawczo-naukowe reguły gry” do sztucznej inteligencji? I odwrotnie: Czy AI posiada dostatecznie wypracowane kryteria metodologiczne na bazie modeli językowych, które wykorzystuje do oceny złożoności procesów decyzyjnych człowieka w sposób podlegający jego kontroli?

W perspektywie tempa rozwoju aplikacji i zastosowań AI w zasadzie w każdej życiowej aktywności człowieka powyższe pytania (zwłaszcza w kontekście prowadzonych przeze mnie rozważań o psychomanipulacji i wpływie AI na procesy decyzyjne, wolicjonalne człowieka

i prawa do wolności wyboru jego drogi życiowej) wyrażają — w moim przekonaniu — najpoważniejszy problem społeczny przyszłości naszego świata i największe wyzwanie dla badań naukowych w ich historii.

Paradoksalnie sam sobie zadają pytanie: na ile nakreślony tekst jest autorstwa Autora, a na ile należy do AI? Jak określić granice tak zwanej własności intelektualnej — ochrony prawnej do własności intelektualnej, a na ile współtworzyliśmy przestrzeń intelektualną w *sui generis* relacji intermanipulacyjnej? Na ile doradca personalny GPT wykorzystał wiedzę i własność intelektualną innych autorów, nawet wtedy, gdy były to tylko metadane o danych do potęgi, o których istnieniu nie mają nawet pojęcia? A może w danym momencie AI halucynowała? Ale jak to sprawdzić? Jak sprawdzić, czy AI na swoim poziomie abstrakcyjnego cyfrowego wnioskowania predykcyjnego halucynuje? No i dlaczego halucynuje? Czy to jedynie kwestie wytrenowania modelu językowego? Czy to już samodzielna zdolność optymalizująca samorozwój AI?

Tekst teoriopoznawczy ma przede wszystkim prowokować do samodzielnego myślenia, pobudzać do dyskusji i autorefleksji. Wyrażam nadzieję — „na pochybel” twierdzeniom pesymistów, że jest już za późno — iż poprzez zachowanie samokontroli intelektualnej (panowanie nad własnym umysłem) nie tylko spowalniamy proces kontroli nas samych przez sztuczną inteligencję, lecz także być może nawet uwalniamy się spod wpływu ukrytych, współczesnych, inteligentnych form psychomanipulacji cyfrowych (oczywiście w wybranych jedynie kontekstach współczesnego modelu cyfrowego opisu świata, do jakich zostały stworzone).

Biorąc pod uwagę fakt, że powyższy tekst powstał z debaty, jaką prowadziłem ze sztuczną inteligencją, wykorzystując podpowiedzi GPT 5 oraz innych wynalazków inteligentnych technologii informacyjnych, a przede wszystkim opierając się na epistemologiczno-metodologicznej wiedzy z zakresu nauk społecznych, wynikającej z ponad trzydziestoletnich badań nad psychomanipulacją, starałem się maksymalnie interdyscyplinarnie, ale syntetycznie i komunikatywnie nakreślić zakres problemowy tego zjawiska, w myśl złotej myśli Alberta Einsteina:

„O sprawach skomplikowanych należy mówić prosto, lecz nigdy nie za prosto (!)”⁴⁹.

⁴⁹ Według GPT 5 słynna myśl pochodzi z wykładu *On the Method of Theoretical Physics*, wygłoszonego przez Alberta Einsteina w Oxfordzie 10 czerwca 1933 roku. Einstein nie powiedział krótkiego zdania: *as simple as possible, but not simpler*. To jest późniejsza parafraza zdania: „Nie można zaprzeczyć, że najwyższym celem każdej teorii jest uczynienie podzielnych elementów podstawowych tak prostymi i tak nielicznymi, jak to tylko możliwe, bez rezygnowania z adekwatnego przedstawienia choćby jednego elementu doświadczenia”.

Wnioski końcowe zatem nie należą do Autora (Autorów?) opracowania.

Niech każdy Czytelnik wyciągnie je samodzielnie — świadomie i niezależnie, według własnych preferencji decyzyjnych — bez jakiegokolwiek formy wpływu psychomanipulacji (!).

Jeśli oczywiście potrafi...

Bibliografia

- Aronson E., Wilson T.D., Akert R.M., *Social Psychology*, Boston 2013.
- Aronson E., Wilson T.D., Akert R.M., Sommers S.R., *Psychologia społeczna*, przeł. T. Grzyb, Poznań 2020.
- Asch S.E., *Social Psychology*, Englewood Cliffs 1952.
- Bakir V., *Psychological Operations in Digital Political Campaigns: Assessing Cambridge Analytica's Psychographic Profiling and Targeting*, „Frontiers in Communication” 67, 2020, t. 5, <https://doi.org/10.3389/fcomm.2020.00067>.
- Bargh J.A., Chartrand T.L., *The unbearable automaticity of being*, „American Psychologist” 54, 1999, nr 7, s. 462–479, <https://doi.org/10.1037/0003-066X.54.7.462>.
- Bauman Z., *Cyfrowa socjalizacja młodzieży — zagrożenia i wyzwania*, Kraków 2021.
- Bauman Z., *Płynna nowoczesność*, przeł. T. Kunz, Kraków 2006.
- Bauman Z., *Strach. Zagrożenie bezpieczeństwa publicznego*, Kraków 2006.
- Becker H.S., *Outsiders: Studies in the Sociology of Deviance*, New York 1963.
- Benkler Y., Faris R., Roberts H., *Network Propaganda: Manipulation, Disinformation, and Radicalization in American Politics*, New York 2018.
- Berger J., *Contagious: Why Things Catch On*, New York 2013.
- Bjerre J., *Psychologia totalitaryzmu. Mechanizmy władzy i manipulacji*, Warszawa 2010.
- Bourdieu P., *Język i władza symboliczna*, przeł. A. Szacka, Warszawa 1994.
- Bradshaw S., Howard P.N., *The Global Disinformation Order: 2019 Global Inventory of Organised Social Media Manipulation*, Oxford 2019, <https://demtech.oii.ox.ac.uk/wp-content/uploads/sites/12/2019/09/CyberTroop-Report19.pdf>.
- Bradshaw S., Howard P.N., *The global organization of social media disinformation campaigns*, „Journal of International Affairs” 71, 2018, nr 1.5, s. 23–32.
- Brehm S.S., Brehm J.W., *Psychology of Human Motivation*, New York 1981.
- Brehm S.S., Kassir S., *Social Psychology*, Boston 1996.
- Brown R., *Social identity theory: Past achievements, current problems and future challenges*, „European Journal of Social Psychology” 30, 2000, nr 6, s. 745–778, [https://doi.org/10.1002/1099-0992\(200011/12\)30:6<745::AID-EJSP24>3.0.CO;2-O](https://doi.org/10.1002/1099-0992(200011/12)30:6<745::AID-EJSP24>3.0.CO;2-O).
- Burgess A.W., Holmstrom L.L., *Rape trauma syndrome*, „American Journal of Psychiatry” 131, 1974, nr 9, s. 981–986, <https://doi.org/10.1176/ajp.131.9.981>.
- Cadwalladr C., Graham-Harrison E., *Revealed: 50 million Facebook profiles harvested for Cambridge Analytica in major data breach*, „The Guardian”, 17.03.2018, <https://www.theguardian.com/news/2018/mar/17/cambridge-analytica-facebook-influence-us-election>.

- Cadwalladr C., Graham-Harrison E., *The great British Brexit robbery: How our democracy was hijacked*, „The Guardian”, 7.05.2017, <https://www.theguardian.com/technology/2017/may/07/the-great-british-brexite-robbery-hijacked-democracy>.
- Cantón-Cortés D., Cortés M.R., Cantón J., *The role of traumagenic dynamics on the psychological adjustment of survivors of child sexual abuse*, „European Journal of Developmental Psychology” 9, 2012, nr 6, s. 665–680, <https://doi.org/10.1080/17405629.2012.660789>.
- Chesney B., Citron D., *Deep fakes: A looming challenge for privacy, democracy, and national security*, „California Law Review” 107, 2019, nr 6, s. 1753–1819.
- Cialdini R.B., *Influence: The Psychology of Persuasion*, New York 1984.
- Cialdini R.B., *Influence: The Psychology of Persuasion*, New York 2009.
- Cialdini R.B., *Wywieranie wpływu na ludzi. Teoria i praktyka*, przeł. B. Wojciszke, Gdańsk 2001.
- Ciesielski P., *Zdolności adaptacyjne mózgu w erze cyfrowej*, Katowice 2022.
- Collins R., *Interaction Ritual Chains*, Princeton 2004.
- Crocker J., Park L.E., *The costly pursuit of self-esteem*, „Psychological Bulletin” 130, 2004, nr 3, s. 392–414, <https://doi.org/10.1037/0033-2909.130.3.392>.
- Doliński D., *Psychologia wpływu społecznego*, Ossolineum 2000.
- Doliński D., *Techniki wpływu społecznego*, Gdańsk 2008.
- Dual-Process Theories in Social Psychology*, red. S. Chaiken, Y. Trope, New York 1999.
- Dunning D., Heath Ch., Suls J.M., *Flawed Self-Assessment: Implications for Health, Education, and the Workplace*, „Psychological Science in the Public Interest” 5, 2004, nr 3, s. 69–106, <https://doi.org/10.1111/j.1529-1006.2004.00018.x>.
- Dutton D.G., Painter S.L., *The battered woman syndrome: Effects of severity and intermittency of abuse*, „American Journal of Orthopsychiatry” 63, 1993, nr 4, s. 614–622, <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/h0079474>.
- Epley N., Gilovich T., *The anchoring-and-adjustment heuristic: why the adjustments are insufficient*, „Psychological Science” 17, 2006, nr 4, s. 311–318, doi: 10.1111/j.1467-9280.2006.01704.x.
- Feldman R.S., *Essentials of Understanding Psychology*, New York 2013.
- Feldman S., *Terrorism and the psychology of fear: A cognitive approach*, „American Behavioral Scientist” 47, 2003, nr 10, s. 1210–1232.
- Festinger L., *A Theory of Cognitive Dissonance*, Stanford 1957.
- Finkelhor D., Browne A., *The traumatic impact of child sexual abuse: A conceptualization*, „American Journal of Orthopsychiatry” 55, 1985, nr 4, s. 530–541, <https://doi.org/10.1111/j.1939-0025.1985.tb02703.x>.
- Fiske S.T., Taylor S.E., *Social Cognition*, New York 1991.
- Floridi L., *The Ethics of Information*, Oxford 2013.
- Foucault M., *Discipline and Punish: The Birth of the Prison*, New York 1977.
- Freyd J.J., *Betrayal Trauma: The Logic of Forgetting Childhood Abuse*, Cambridge 1996.
- Fromm E., *Ucieczka od wolności*, Poznań 1994.
- Gergen K.J., McNamee S., Barrett F.J., *Toward transformative dialogue*, „International Journal of Public Administration” 24, 2001, nr 7–8, s. 679–707, <https://doi.org/10.1081/PAD-100104770>.
- Gergen K.J., *The Saturated Self: Dilemmas of Identity in Contemporary Life*, New York 1991.
- Giddens A., *Sociology*, Cambridge 2009.
- Goebbels J., *Wspomnienia z Trzeciej Rzeszy*, Warszawa 1993.

- Goffman E., *The Presentation of Self in Everyday Life*, Garden City 1959.
- Gosling S.D., Rentfrow P.J., Swann W.B., Jr., *A very brief measure of the Big-Five personality domains*, „Journal of Research in Personality” 37, 2003, nr 6, s. 504–528, [https://doi.org/10.1016/S0092-6566\(03\)00046-1](https://doi.org/10.1016/S0092-6566(03)00046-1).
- Greenwald A.G., Banaji M.R., *Implicit social cognition: Attitudes, self-esteem, and stereotypes*, „Psychological Review” 102, 1995, nr 1, s. 4–27, <https://doi.org/10.1037/0033-295X.102.1.4>.
- Grice H.P., *Logic and conversation*, [w:] red. P. Cole, J. Morgan, *Syntax and Semantics*, t. 3. *Speech Acts*, New York 1975, s. 41–58.
- Harris P.L., *Trusting What You're Told: How Children Learn from Others*, Cambridge 2007.
- Hassan S., *Combatting Cult Mind Control: The #1 Best-Selling Guide to Protection, Rescue, and Recovery from Destructive Cults*, Rochester 2013.
- Heath Ch., Heath D., *Made to Stick: Why Some Ideas Survive and Others Die*, New York 2007.
- Heider F., *The Psychology of Interpersonal Relations*, New York 1958.
- Herman E.S., Chomsky N., *Manufacturing Consent: The Political Economy of the Mass Media*, New York 1988.
- Herman J.L., *Trauma and Recovery: The Aftermath of Violence — From Domestic Abuse to Political Terror*, New York 1992.
- Higgins E.T., Bargh J.A., *Social cognition and social behavior*, [w:] *Handbook of Motivation and Cognition*, red. E.T. Higgins, R.M. Sorrentino, New York 1987, s. 1–40.
- Higgins E.T., *The self in social contexts*, [w:] *Social Psychology: Handbook of Basic Principles*, red. E.T. Higgins, A.W. Kruglanski, New York 1996, s. 702–728.
- Hirschi T., *Causes of Delinquency*, Berkeley-Los Angeles-London 1969.
- Hołyst B., *Suicydologia*, Warszawa 2015.
- Hovland C.I., Janis I.L., Kelley H.H., *Communication and Persuasion: Psychological Studies of Opinion Change*, New Haven 1953.
- Janoff-Bulman R., *Shattered Assumptions: Towards a New Psychology of Trauma*, New York 1992.
- Jussim L., *Social Perception and Social Reality: Why Accuracy Dominates Bias and Self-Fulfilling Prophecy*, Oxford 2012.
- Kahneman D., *Pułapki myślenia. O myśleniu szybkim i wolnym*, przeł. P. Szymczak, Poznań 2012.
- Kahneman D., *Thinking, Fast and Slow*, New York 2011.
- Kahneman D., Tversky A., *Judgment under uncertainty: heuristics and biases*, „Science” 185, 1974, nr 4157, s. 1124–1131, <https://doi.org/10.1126/science.185.4157.1124>.
- Karpman S., *Fairy tales and script drama analysis*, „Transactional Analysis Bulletin” 7, 1968, nr 26, s. 39–43.
- Kassin S., Fein S., Markus H.R., *Social Psychology*, Boston 2016.
- Kirkpatrick L.A., Ellis B.J., *An evolutionary-psychological approach to self-esteem: Multiple domains and multiple functions*, [w:] *The Blackwell Handbook of Social Psychology*, Vol. 2. *Interpersonal Processes*, red. G.F. Fletcher, M.S. Clark, Oxford 2001, s. 411–436.
- Klemperer V., *LTI. Notatnik filologa*, Warszawa 2002.
- Kłóskowska A., *Kultura masowa. Krytyka i obrona*, Warszawa 1981.
- Kruger J., Dunning D., *Unskilled and unaware of it: How difficulties in recognizing one's own incompetence lead to inflated self-assessments*, „Journal

- of Personality and Social Psychology” 77, 1999, nr 6, s. 1121–1134, <https://doi.org/10.1037/0022-3514.77.6.1121>.
- Langer E.J., *The illusion of control*, „Journal of Personality and Social Psychology” 32, 1975, nr 2, s. 311–328, <https://doi.org/10.1037/0022-3514.32.2.311>.
- Latané B., Wolf S., *The Social Animal*, Monterey 1981.
- Latané B., Darley J.M., *The Unresponsive Bystander: Why Doesn't He Help?*, New York 1970.
- Lee K.-F., *Inteligencja sztuczna, rewolucja prawdziwa. Chiny, USA i przyszłość świata*, przeł. K. Hejwowski, Poznań 2019.
- Lemert E.M., *Human Deviance, Social Problems, and Social Control*, Englewood Cliffs 1967.
- Lemert E.M., *Social Pathology: A Systematic Approach to the Theory of Sociopathic Behavior*, New York-Toronto-London 1951.
- Lewin K., *Frontiers in group dynamics: Concept, method and reality in social science; social equilibria and social change*, „Human Relations” 1, 1947, nr 1, s. 5–41, <https://doi.org/10.1177/001872674700100103>.
- Lifton R.J., *Thought Reform and the Psychology of Totalism*, Chapel Hill 1961.
- Lippmann W., *Public Opinion*, New York 1922.
- Macrae C.N., Bodenhausen G.V., *Social cognition: Thinking categorically about others*, „Annual Review of Psychology” 51, 2000, nr 1, s. 93–120, <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.51.1.93>.
- Marwick A., Lewis R., *Media Manipulation and Disinformation Online*, 2017, https://datasociety.net/wp-content/uploads/2017/05/DataAndSociety_MediaManipulationAndDisinformationOnline-1.pdf (dostęp: 20.10.2025).
- Matza D., *Delinquency and Drift*, New York-London-Sydney 1964.
- McCloskey D.N., *The Rhetoric of Economics*, Madison 1996.
- Milgram S., *Behavioral study of obedience*, „Journal of Abnormal and Social Psychology” 67, 1963, nr 4, s. 371–378, <https://doi.org/10.1037/h0040525>.
- Milgram S., *Obedience to Authority: An Experimental View*, New York 1974.
- Milgram S., *Psychology and the Human Dilemma*, New York 1968.
- Moscovici S., *The Phenomenon of Social Representations*, [w:] *Social Representations*, red. R.M. Farr, S. Moscovici, Cambridge 1984, s. 3–69.
- Müller J.-W., *Co to jest populizm?*, przeł. M. Sutowski, Warszawa 2017.
- Nisbett R.E., Wilson T.D., *Telling more than we can know: Verbal reports on mental processes*, „Psychological Review” 84, 1977, nr 3, s. 231–259, <https://doi.org/10.1037/0033-295X.84.3.231>.
- O’Neil C., *Weapons of Math Destruction: How Big Data Increases Inequality and Threatens Democracy*, New York 2016.
- Pariser E., *Bańka filtrująca. Co Internet ukrywa przed Tobą*, Warszawa 2012.
- Pariser E., *The Filter Bubble: What the Internet Is Hiding from You*, London 2011.
- Pennycook G., Rand D.G., *Fighting misinformation on social media using crowdsourced judgments of news source quality*, „Proceedings of the National Academy of Sciences” 116, 2019, nr 7, s. 2521–2526, <https://doi.org/10.1073/pnas.1806781116>.
- Pilecki W., Rabe-Jabłońska J., *Psychiatria dzieci i młodzieży*, Warszawa 2018.
- Pohle J., Thiel T., *Digital sovereignty*, „Internet Policy Review” 9, 2020, nr 3, <https://doi.org/10.14763/2020.3.1482>.
- Pratkanis A.R., Aronson E., *Wiek propagandy. Używanie i nadużywanie perswazji na co dzień*, przeł. J. Radzicki, M. Szuster, Warszawa 2001.

- Raven B.H., *The Bases of Power and the Power/Interaction Model of Interpersonal Influence*. „Analyses of Social Issues and Public Policy” 8, 2008, nr 1, s. 1–22, <https://doi.org/10.1111/j.1530-2415.2008.00159.x>.
- Ruch D., *Zrozumieć manipulację. Psychologiczne mechanizmy wykorzystywania władzy*, Warszawa 2022.
- Schneider D.W., Dutton J.E., *The effects of emotional intelligence on organizational behavior*, „Academy of Management Journal” 37, 1994, nr 4, s. 1109–1121, <https://doi.org/10.5465/256701>.
- Schopenhauer A., *O wolności ludzkiej woli*, [w:] *Dwa podstawowe zagadnienia etyki*, przeł. J. Garewicz, Warszawa 1995.
- Schwartz M., *Social networking and privacy: A challenge for mental health professionals*, „American Journal of Psychotherapy” 65, 2011, nr 4, s. 263–277.
- Sears D.O., Funk C.L., *Self-interest in Americans' political choices*, [w:] *Beyond Self-Interest*, red. J.J. Mansbridge, Chicago 1990, s. 147–170.
- Seligman M.E.P., *Learned Optimism: How to Change Your Mind and Your Life*, New York 1991.
- Sherif M., Sherif C.W., *Intergroup Conflict and Cooperation: The Robbers Cave Experiment*, Norman 1967.
- Sherif M., Sherif C.W., *Social Psychology*, New York 1969.
- Shiffrin R.M., Schneider W., *Controlled and automatic human information processing*, cz. 1. *Detection, search, and attention*, „Psychological Review” 84, 1977, nr 1, s. 1–66, <https://doi.org/10.1037/0033-295X.84.1.1>.
- Sławińska K., *Manipulacja w mediach — jak rozpoznać i bronić się przed dezinformacją?*, Warszawa 2020.
- Smith E.R., Mackie D.M., *Social Psychology*, New York 2007.
- Snyder M., Cantor N., *The psychology of stereotyping: An interpersonal approach*, [w:] *Cognitive Processes in Stereotyping and Intergroup Behavior*, red. D.L. Hamilton, Hillsdale 1980, 249–278.
- Snyder M., DeBono K.G., *Appeals to image and claims of expertise: A functional analysis of trust in persuasion*, „Advances in Experimental Social Psychology” 18, 1985, s. 259–311, [https://doi.org/10.1016/S0065-2601\(08\)60274-0](https://doi.org/10.1016/S0065-2601(08)60274-0).
- Stern J., *The Menace of Populism in Modern Politics*, Cambridge 2003.
- Stern R., *Gaslighting. Jak stać się odpornym na manipulację emocjonalną i odzyskać kontrolę nad swoim życiem*, przeł. B. Szymczak-Maciejczyk, Warszawa 2020.
- Sunstein C.R., *#Republic: Divided Democracy in the Age of Social Media*, Princeton 2017, 2018.
- Sunstein C.R., *Echo Chambers: Bush v. Gore, Impeachment, and Beyond*, Princeton 2001.
- Sutherland E.H., *Causes of Delinquency*, Berkeley 1969.
- Sutherland E.H., *Principles of Criminology*, Philadelphia 1934.
- Sutherland E.H., *White Collar Crime: The Uncut Version*, New Haven-London 1983
- Szacka B., *Spółeczna psychologia. Zjawiska, procesy i mechanizmy wpływu*, Warszawa 2017.
- Szostak M., „Sekty” — przyczynkiem do refleksji nad znaczeniem pojęć (w kontekście ochrony praw podstawowych), [w:] *Sekty i nowe ruchy religijne — wolność czy zniewolenie? Zagadnienia interdyscyplinarne*, red. P. Chrzczonowicz, I. Kamiński, Toruń 2012, s. 251–255.
- Szostak M., *Controversial Cults: Various Approaches*, Poznań 2013.
- Szostak M., *Cults in Europe as a controversial social, legal and scientific problem*, [w:] *Controversial Cults: Various Approaches*, red. M. Szostak, Poznań 2013, s. 13–20.

- Szostak M., *Disputable Religious Movements and Public Security*, London 2013.
- Szostak M., *Le sette distruttive come problema della patologia della vita sociale in Polonia: La problematica metodologico-criminalistica*, *Economia & Diritto*, 1.10.2014, <https://www.economiaediritto.it/le-sette-distruttive-come-problema-della-patologia-della-vita-sociale-in-polonia-la-problemativa-metodologico-criminalistica/>.
- Szostak M., *O zakresie przedmiotowym i metodologii badań tzw. „sektologii”. Przyczynęk do teorii badań nad „sektami”*, [w:] *Kontrowersyjne grupy kultowe i sekty. Analiza psychologiczna i prawna*, red. M. Gajewski, Kraków 2011, s. 257–272.
- Szostak M., *Sekty destrukcyjne. Studium metodologiczno-kryminalistyczne*, Kraków 2001.
- Szostak M., *Sekty religijne jako paradoksalny przedmiot badań naukowych w aspekcie prawnym i społecznym*, [w:] *Prawo karne wykonawcze w systemie nauk kryminologicznych. Księga pamiątkowa ku czci Profesora Leszka Boguni*, red. T. Kalisz, Wrocław 2011, s. 344–347.
- Tajfel H., *Human Groups and Social Categories: Studies in Social Psychology*, Cambridge 1981.
- Tajfel H., Turner J.C., *The social identity theory of intergroup behavior*, [w:] *Psychology of Intergroup Relations*, red. S. Worchel, W.G. Austin, Chicago 1986, s. 7–24.
- Tannen D., *You Just Don't Understand: Women and Men in Conversation*, New York 1990.
- Tannen D., *You're Wearing That?: Understanding Mothers and Daughters in Conversation*, New York 2006.
- Tesser A., *Self-esteem and the regulation of self-esteem*, „*Advances in Experimental Social Psychology*” 32, 2000, s. 1–38.
- Tufekci Z., *Algorithmic harms beyond Facebook and Google: Emergent challenges of computational agency*, „*Colorado Technology Law Journal*” 13, 2015, nr 2, s. 203–218.
- Tufekci Z., *Engineering the public: Big data, surveillance and computational politics*, „*First Monday*” 19, 2014, nr 7, <https://doi.org/10.5210/fm.v19i7.4901>.
- Tufekci Z., *Twitter and Tear Gas: The Power and Fragility of Networked Protest*, New Haven 2017.
- Turner J.C. et al., *Rediscovering the Social Group: A Self-Categorization Theory*, Oxford 1987.
- Van Lange P.A.M., Balliet D., Parks C.D., *Prosocial behavior and trust: The role of personality and social context*, [w:] *Handbook of Social Psychology*, red. D.J. Christie, R.V. McNally, New York 2013, s. 557–578.
- Vaughan M.B., *Social Influence: The Psychology of Social Change*, New York 2014.
- Walklate S., *Imagining the Victim of Crime*, Maidenhead 2007.
- Wardle C., Derakhshan H., *Information Disorder: Toward an Interdisciplinary Framework for Research and Policy Making*, Strasbourg 2017, https://edoc.coe.int/en/module/ec_addformat/download?cle=5905aa3361a00b7d9356fa6cf222396d&k=1e5a947f876938b7da03e6c39103c8d3.
- Weber M., *Gospodarka i społeczeństwo. Zarys socjologii rozumiejącej*, przeł. D. Lachowska, Warszawa 2002.
- West D.M., *Deepfakes and the New Disinformation War: Policy Perspectives*, Washington 2021.
- Winnicott D.W., *Psychological Aspects of Child Development*, London 1992.

- Woolley S.C., Howard P.N., *Computational Propaganda Worldwide: Executive Summary*, Oxford 2017.
- Zaburzenia psychiczne w dobie cyfryzacji. *Wyzwania XXI wieku*, red. M. Krawczyk, Warszawa 2021.
- Zajonc R.B., *Attitudinal effects of mere exposure*, „Journal of Personality and Social Psychology” 9, 1968, nr 2, s. 1–27, <https://doi.org/10.1037/h0025848>.
- Zimbardo P., *Efekt Lucyfera. Dlaczego dobrzy ludzie czynią zło?*, przeł. E. Józefowicz, Warszawa 2008.
- Zimbardo P.G., *The Lucifer Effect: Understanding How Good People Turn Evil*, New York 2007.
- Zimbardo P.G., *The stanford prison experiment: A simulation study of the psychology of imprisonment*, „International Journal of Criminology and Penology” 1, 1973, nr 1, s. 69–97.
- Zola I.K., *Psychiatric Inmates: A Study in the Social Construction of Mental Illness*, Chicago 1972.
- Zuboff S., *The Age of Surveillance Capitalism: The Fight for a Human Future at the New Frontier of Power*, New York 2019.
- Zuboff S., *Wiek kapitalizmu inwigilacji. Walka o przyszłość naszej wolności*, Warszawa 2020.



Uniwersytet
Wrocławski

Wydawnictwo Uniwersytetu Wrocławskiego

ul. F. Joliot-Curie 12

50-383 Wrocław

wydawnictwo@uwr.edu.pl