

Psihopati, plenilci brez vesti

Predstavlja si, da ste prenehali kaditi in da vas še vedno občasno preganja želja po kajenju. V eni od takih kriz svojemu partnerju potožite, kako močno si želite cigarete. Partner vam prijazno reče, da se ni vredno tako mučiti in da kar prižgite eno. Ker ste v resnici le iskali zunanje dovoljenje, da malo skrenete s poti, z olajšanjem potegnete prvi dim. Partner pa vas hladno pogleda in pravi: »Saj sem vedel, da ne boš zdržala.«



(Foto: Thinkstock)

Tako manipulativno vedenje je značilno za t.i. »uspešnega« psihopata«. Z njim zmede človeka in mu ruši samospoštovanje ter gradi premoč in nadzor. Tega ne počne iz naklonjenosti ali skrbi, čeprav lahko to tako prikazuje, temveč zato, ker lahko. In iz užitka, ki mu ga prinaša mučenje. So plenilci brez čustev, ki si brez pomisleka vzamejo, kar hočejo. Moč kažejo zaradi nje same.

Ne slepimo se: večina psihopatov ni množičnih morilcev, ki sedijo v zaporih, temveč relativno uspešno krmarijo skozi življenje. Čeprav pogosteje kot drugi prestopajo socialne meje, se znajo, ponavadi uspešneje kot povprečni ljudje, izogibati odgovornosti za škodo, ki jo povzročajo drugim. Vsak med nami se z njimi srečuje, lahko so naši družinski člani, sodelavci, šefi, prijatelji ali partnerji. V nekaterih poklicih pa je tako vedenje celo zaželeno in nagrajevano. Med moškimi jih je okoli 2-3 odstotke, med ženskami le 1 odstotek. Zdi se malo, ko pa pomislimo, da med 100 ljudmi lahko naštejemo 3 psihopate, ki lahko naredijo ogromno škodo, pa to ni več tako zelo malo.

Kaj je psihopatija?

Izraz psihopat se danes redkeje pojavlja v strokovni literaturi, saj ga nadomešča antisocialna (disocialna) osebnostna motnja. Pojavlja se tudi izraz sociopat, ki poudarja predvsem dejavnike vzgoje. Nekatere raziskave pa kažejo, da je psihopatija na nek način ekstremna oblika narcisistične osebnostne motnje in da je ne moremo enačiti z antisocialnimi tendencami, ki se lahko pojavljajo tudi pri drugih osebnostnih motnjah.

Ta osebnostna motnja zajema več podtipov. Ene klasifikacije psihopate delijo na bolj agresiven, aktivno plenilski podtip, ki je pogosto nasilen in na bolj pasiven/parazitski podtip, ki je relativno nenasilen manipulator, »prevarant«. Drugi pa jih delijo na take, ki bolje kontrolirajo svoje nasilne impulze in so zaradi svoje hladnokrvnosti življenjsko uspešnejši ter tiste, ki so impulzivno nasilni do drugih (»vročekrvni«). Hladnokrvnejši psihopati, zlasti tisti, ki so izrazito inteligentni in karizmatični, se lahko zaradi svoje brezčutnosti in brezobzirnosti ter odsotnosti strahu zelo učinkovito uveljavijo v visoki politiki in v gospodarstvu, kjer pa brez pomisleka zlorablajo moč in izkoriščajo, prevarajo ali celo uničijo mnoge ljudi, profesionalno ali ekonomsko. Posojanje za oderuške obresti ali piramidne igre so že nekatera od njihovih značilnih področij delovanja. Razpon nasilnejših psihopatov sega od tistih, ki ustrahujejo in mučijo svoje bližnje, sodelavce ali podrejene, pa do serijskih morilcev, ki se sadistično izživljajo nad žrtvami.

Kako pride do take osebnostne motnje?

Pri pravem psihopatu igrajo močno vlogo genetski dejavniki in predispozicije, na katere žal nimamo prav nobenega vpliva. Vsak človek se rodi z določenim temperamentom, nekakšno biološko predispozicijo, na podlagi katerega se nato v procesu socializacije in vzgoje oblikuje osebnostna struktura. Biološke značilnosti delovanja centralnega živčnega sistema se pri psihopatih močno razlikujejo od povprečnih ljudi. Najbolj pomembna genetska predispozicija je odsotnost strahu (manjša vzdražljivost centra za strah, amygdale), ki sama po sebi ni psihopatija. Zaradi tega kazni pri takih otrocih nimajo prav nobenega pozitivnega učinka, imajo pa lahko močne negativne posledice. Da je situacija še hujša, ima vsaj eden od staršev sorodno predispozicijo, zato tak otrok pogosto odrašča v izrazito neugodnem okolju, ki je običajno hladno, zavračajoče in brez čustvene bližine, pogosto pa tudi nasilno ali celo sadistično. To pa je ugodno gojišče, da se vse predispozicije oblikujejo in v odraslosti formirajo antisocialno psihopatsko osebnost. Težje vzgojljivi otroci potrebujejo specifične vzgojne prijeme in socializacija steče v pravo smer le pod pogojem, da sta v čustveno toplem okolju poglobljena motivacija pri vzgoji ponos in spoštovanje ob realno in konsistentno postavljenih mejah. Žal pa tudi zelo ugodno okolje ni vedno zagotovilo, da se človek ne bo formiral v antisocialnega psihopata.



(Foto: Thinkstock)

Kako prepoznamo psihopata?

Uspešne psihopate je v vsakdanjih situacijah nemogoče prepoznati brez strokovnega znanja. Ko pa jih prepoznamo, je navadno že prepozno. Pogosto se tudi zgodi, da jih ne prepoznamo, ker slepimo sami sebe. Če nam znanec že tretjič ne vrne denarja, če nas partner stalno čustveno ali fizično zlorablja ali vara ter nas celo prepričuje, da ga narobe razumemo ali pa da smo za vse krivi sami, se znaki najbrž dovolj jasni, le mi jih nočemo videti. Tu je nekaj značilnosti psihopatov, ki lahko kažejo na psihopatsko osebnost, a našete značilnosti kljub vsemu niso izključno lastnosti psihopatov. Jih je pa pri pravih psihopatih večina prisotna:

Neustrašnost: Čeprav racionalno prepoznavajo nevarnost, redkeje in manj intenzivno čutijo strah in tesnobo kot ne-psihopati. Tega ne smemo zamenjevati s pogumom, ki pomeni ustrezno delovanje strahu navkljub. Zato psihopati sebe in druge neprestano spravljajo v nevarne situacije (npr. divjaška vožnja, izrazito tvegane investicije...). Njihovo nasprotje so tisti, ki se spopadajo bolj ali manj intenzivno anksioznostjo, saj je pri njih vzdražljivost centra za strah (amygdale) pretirana.

Odsotnost empatije – brezčutnost: Psihopati so izrazito sposobni za prepoznavanje čustvenih stanj drugih, vendar ob tem sami ne občutijo ničesar. Njihova zmožnost prepoznavanja čustev in hkratna popolna nevpletenost doživljanja jim seveda omogoča povsem hladno in preračunljivo manipuliranje in izkoriščanje ljudi. Ker se zavedajo, da so drugačni od normalnih ljudi, se hitro naučijo posnemati mimiko različnih čustev, zato pogosto delujejo nepristno ali patetično. Čeprav lahko posnemajo čustvovanje in navezanost, ljubezni ne zmorejo čutiti. Iz tega vidika niso povsem učlovečeni niti subjektivno resnično živi. Zanimajo izključno sami sebe. Vsi ostali odnosi so zgolj funkcionalni in služijo neposrednemu zadovoljevanju potreb. Živijo v prevladujočem prepričanju, da jim prav vse pripada in da jim je vse dovoljeno. Psihopat je v svojih očeh bog.

Odsotnost vesti – brezobzirnost, odsotnost obžalovanja: Vest, občutki krivde, obžalovanja in sramu so notranji kontrolni mehanizmi, ki odražajo medosebne in socialne meje in norme. Ljudje smo narejeni za življenje z drugimi in ravno preko procesov empatije usklajujemo zaznave, interese, sodelujemo in spoštujemo družben norme. Psihopati ne čutijo prav nobenega obžalovanja tudi takrat, ko namerno oškodujejo človeka ali ga celo ubijejo. Tega čuta preprosto nimajo, tako kot obstajajo ljudje, ki ob poškodbi telesa ne čutijo bolečine.

Nezaupljivost do paranoidnosti: Ker jih je večina odraščala v čustveno neugodnih odnosih in pogosto v nasilju, je pri njih opaziti strah pred bližino in nezaupanje, celo paranoidnost. Zato poskušajo nadzirati vse ljudi, s katerimi so povezani. Pregledujejo sporočila, zasledujejo, prisluškujejo, pri čemer so prepričani, da imajo do tega pravico, ker jih vsi ogrožajo. Tak človek tudi ne oprusti žalitve in je izrazito maščevalen.

Nezmožnost odnosa: Premiskuitetnost, tako socialna kot seksualna, je posledica nezmožnosti pravega odnosa. Ker so pogosto izrazito prijetni in šarmantni, odnose zlahka vzpostavljajo, a jih z enako lahkoto zavržejo. Če pa zgradijo družinsko življenje, odnosi ponavadi temeljijo na stalnem ustrahovanju, nadzoru in manipulaciji, partnerji so bodisi mazohistične osebe ali pa so sami psihopati.

Površinskost: Zaradi nezmožnosti doživljanja čustev v medčloveških odnosih ne razumejo, zakaj se ljudje navezujejo, uživajo v medosebnem druženju, v skrbi za živali ipd. V profilu psihopata skoraj vedno najdemo v otroštvu mučenje in izživljanje nad živalmi ali ljudmi. Ne zmorejo uživati v prenosu čustev preko glasbe in drugih oblikah umetnosti, čeprav se navzven lahko kažejo, da jih vse to zanima, lahko celo zbirajo umetnine, vendar ne zaradi užitka, temveč izključno zaradi statusa in prestiža. Ker niso zmožni inspiracije, se nikakor ne morejo motivirati, da bi postali res pravi strokovnjaki na kateremkoli področju, saj ne zmorejo predanosti, zato posegajo po položajih, kjer lahko preko izkoriščanja in parazitiranja drugih ljudi gradijo svojo slavo.

Neodgovornost: Ker se psihopati ne navezujejo in nimajo vesti, ne morejo razviti in ponotranjiti socialnih norm. Obljube in zaveze jim ne pomenijo ničesar. V svojem svetu se dojemajo kot popolne in ker jim vse pripada, ne morejo narediti napake. Vsega so krivi samo drugi.

Manipulativnost in patološko laganje: Za svoje potrebe proučujejo druge ljudi in kako uporabiti naša čustva proti nam samim.

Megalomanstvo: Prevladujoč občutek vsemogočnosti se pri psihopatu kaže v popolnem nezanimanju za ljudi, razen v kontekstu, kako bi se z njimi okoristili. V svoji obliki socialne resničnosti so bog in od tod tudi občutek, da jim vse pripada.

Krutost – Sadizem: Nekateri so brez sočutja in kruti, drugi pa celo uživajo v trpljenju drugih. Ljudem, ki so z njimi v stiku, uničujejo samozaupanje, jih strašijo ter jih psihično ali telesno zlorablja do mučenja.

Prisotni so v vseh družbenih strukturah

Psihopati obstajajo prav v vsakem socio-ekonomskem položaju, z vsemi stopnjami izobrazbe, v vseh kultura in pri vseh rasah. Vodilni položaji na državnih funkcijah in multinacionalkah so za psihopate v resnici pisani na kožo, saj zlahka opravijo z potencialnimi rivali na poti do

položaja, pozicija moči pa jim pravzaprav ustreza pri zadovoljevanju občutka vsemogočnosti. Ker se počutijo vsemogočne, se čutijo poklicane, da odločajo o usodi drugih, tudi o njihovem življenju in smrti. Z ljudmi ravnajo kot s šahovskimi figurami, po uporabi jih odvržejo. Psihopati se odlično znajdejo v okolju, ki je zelo tekmovalno. Ker so opremljeni z neusmiljenostjo, prepoznavanjem šibkosti drugih, manipulativnostjo, površinskim šarmom in neustrašnostjo, zlahka pometejo s konkurenco in se pri vzponu na vrh ne zadržujejo pri uporabi strategij in metod, na katere normalni ljudje še pomislili nebi, kaj šele da bi jih bili zmožni izvesti. Psihopati so povsem osvobojeni vesti zato so tako zelo nevarni. Vsaka višja pozicija jim omogoča še več zlorabe položaja moči in tako hitro in skokovito napredujejo navadno vse do vrha.

V odnosu s psihopatom

Zavedati se moramo, da pravega psihopata na noben način ne moremo spremeniti s še tako veliko ljubezni in ga »rešiti« njegove motnje, ker je on ne doživlja kot težavo. Zato je priporočljivo iz takega odnosa izstopiti na najhitrejši možni način. Sliši se paradoksalno, a če nas psihopat izkoristi za kratko avanturo in nas potem brezčutno zapusti, smo še med srečnejšimi.

Psihopat želi svoje življenjske partnerje (in otroke) izolirati ob bližnjih in prijateljev, zato da jih lažje nadzoruje in si jih psihično in eksistenčno povsem podredi z manipulacijami in ustrahovanjem. Zato je marsikomu težko zaključiti tak rušilen odnos, saj je ponavadi (prav zaradi tega odnosa) zelo načeto njegovo samozaupanje, počuti se manjvrednega, negotovega, prestrašenega, socialno osamljenega in zbezanega, dezorientiranega. Svoje vedenje psihopat dosledno opravičuje s tem, da je zanj kriv njegov partner. V takem primeru je nujno in neizogibno čim hitreje poiskati strokovno pomoč psihoterapevta, saj bo tako ujeta oseba vse bolj negotova, depresivna in apatična. Partnerji psihopatov pogosteje naredijo samomor in so pogosteje žrtve umora partnerja. Brez strokovne pomoči je izhod iz takih okoliščin skrajno težak, če ne nemogoč. Še enkrat: nujno si poiščite pomoč!

Podobno kot v zasebnih zvezah ravnajo psihopati tudi v službi. Navzven so lahko šarmantni in očarljivi, vendar tudi pogosto izvajajo mobing, manipulirajo, podtikajo in ustrahujejo. V delovnem okolju ustvarjajo ozračje nezaupanja, zmede in podpihujejo sodelavce drugega proti drugemu. Predvsem moramo paziti, da jih ne užalimo, saj se njihova maščevalnost vleče daleč po tistem, ko smo na konflikt že zdavnaj pozabili. Zato varujmo hrbet in dosledno pretehtajmo vse svoje korake. Dokler mu bomo koristili, nas lahko celo dobro nagrajuje. In ponovno: če bomo imeli srečo, nas bo po uporabi odvrzel. Če bomo imeli manj sreče, nas bo po uporabi hladnokrvno uničil, če bo ocenil, da ga lahko kako karierno oviramo ali mu škodujemo. Zavedati se moramo, da mu bomo težko kos, če sami nismo psihopati. Zato bodimo pri sodelovanju korektni in komunicirajmo pisno. Lahko se bo zgodilo, da nas bo nekaj časa hvalil in koval v zvezde, nato pa si bo hladnokrvno prisvojil vse zasluge za vaše opravljeno delo. Če se boste uprli, vas bo očrnil in skušal odstraniti.

Oblike pomoči, ki so jim na voljo

Psihopati ne zaznavajo, da potrebujejo pomoč, saj so v svojih predstavah popolni. Pomoč lahko poiščejo le zaradi psihosomatskih težav, a zgolj funkcionalno. Nekatere posameznike s takšno osebnostno strukturo je mogoče spremeniti – sekundarne psihopate ali sociopate, vendar pod določenimi pogoji in do določene mere. Pravih psihopatov pa v resnici ni mogoče spremeniti. Še posebej pomembno je, da so težje socializabilni otroci obravnavani z ustrezno

podporo staršev, saj je pri veliki večini primerov, ko ne gre za pravo psihopatsko strukturo osebnosti, možno preprečiti razvoj antisocialnih značilnosti. Če je otrok, ki se rodi brez strahu (genetska predispozicija), vzgajan v čustveno izrazito ugodnem okolju, se lahko usmeri v močno tvegane družbeno koristne poklice, kot so testni piloti, deminerji, gorski reševalci, dirkači itd. To pa seveda nikakor ne pomeni, da je večina ljudi v teh poklicih psihopatov.