

Томас Еріксон

В оточенні психопатів, або Як уникнути маніпуляцій з боку інших

Вступ

Уявіть собі, що перед вами сідає неймовірно приваблива особа (жінка чи чоловік – відповідно до ваших смаків) і з захопленням промовляє: «Ви – найпрекрасніша людина, яка мені коли-небудь зустрічалася!» Ви одразу відчуваєте, що це – не жарт, що ця людина насправді має саме це на увазі. Він (або вона) розпитує вас про вас самих – хоче знати практично все. Ця людина взагалі не говорить про себе, а поводить себе так, ніби окрім вас двох у кімнаті немає нікого іншого. Вона зосереджується на вас як на людині й робить так, що ви відчуваєтеся краще, ніж будь-коли у своєму житті. Ця особа показує своє захоплення вами, каже вам лише приємні речі й висловлює почуття, які ви хотіли почути від когось усе своє життя. Здається, що вона розуміє, хто ви, як вам зараз живеться, що вам подобається, а що – ні. Здається, ви нарешті знайшли свою половинку. Якимсь незрозумілим чином у вашому серці починають виривати переживання, яких ви ніколи раніше не відчували.

Чи можете уявити собі таку ситуацію? Можете відчути це всередині себе? Хіба не було би це насправду приємним чудом?

Тепер перейдемо до питання: чи можете ви подивитися в дзеркало і чесно сказати, що така ситуація на вас ніяк не вплине? Ви вважаєте, що не «поведетеся» на такі романтичні трюки і одразу почнете щось підозрювати, будете чітко розуміти, що ця людина насправді домагається чогось зовсім іншого? Якщо ідеться не про ваше тіло, то, напевно, про ваші гроші.

Добре подумайте перед тим, як відповісти. Тому що, якщо ви ніколи не бували в подібній ситуації, то не побачите небезпеки. Ця людина розповість вам свої секрети, і він (або вона) змусить вас розкрити їй ваші. Ви відповісте на всі питання цієї зацікавленої особи, єдина мета якої – дізнатися про вас якомога більше.

Кілька років тому я написав книгу «В оточенні ідіотів, або як зрозуміти тих, кого неможливо зрозуміти». Вона стосувалася основних аспектів мови DISA (акронім авторського підходу до визначення типів особистості за кольорами. – *Прим. перекладача*), одного з найбільш поширених способів опису людського спілкування та відмінностей між нашими різними формами поведінки. Книга стала справжнім успіхом, чого я насправді навіть і не очікував. Я думаю, що річ у тому, що є багато людей, таких, як і я, захоплених поведінкою, звичайно, інших, але передусім, і своєю власною. І ви повинні це визнати: *я – цікава людина!* Принаймні для себе самого.

Поділ, який я використовую в цій книзі, як і в попередній, заснований на дослідженні Вільяма Моултона Марстона й складається з чотирьох основних категорій, представлених кольорами, які використовуються як педагогічний прийом для ліпшого запам'ятовування. Поведінка буває червоного, жовтого, зеленого і синього кольорів. ЧЕРВОНИЙ позначає домінантне ставлення, ЖОВТИЙ – натхнення, ЗЕЛЕНИЙ – стабільність, а СИНІЙ вказує на аналітичні здібності.

У наступних розділах я проведу для вас оглядову екскурсію основними практичними значеннями цих кольорів. Цей інструмент можна використовувати для того, щоб дізнатися, як працюють люди, але, він, вочевидь, не дає відповідей на усі питання.

Люди справді занадто складні, щоб їх можна було вичерпно, повністю описати, але що більше ви знаєте й розумієте, то легше вам помітити відмінності між людьми, які, попри все, дійсно існують. Метод збирає до купи, можливо, 80 відсотків всієї головоломки. Це, звісно, багато, але все ж далеко не означає стовідсоткової впевненості. Існують інші аспекти, на які слід звернути увагу: гендерний розріз проблематики, вік, культурні відмінності, мотиваційні чинники, інтелект, зацікавленості людей, досвід усіх видів; людина на роботі новачок чи досвідчений «ветеран» якоїсь справи; місце, яке ви займаєте за віком серед своїх братів чи сестер, та багато інших аспектів. Щоб спростити, використаємо метафору головоломки-пазла: у ній дуже багато різних частинок.

ТЕПЕР ПЕРЕЙДЕМО ДО ПРОБЛЕМИ

З часом було доведено, що деякі люди вирішують використовувати запропонований мною інструментарій геть хибним чином. А це ніколи не було моїм наміром. Ось чому тепер я хочу вас насторожити проти цих осіб. Дуже поширене питання, яке мені ставили стосовно попередньої книги про ідіотів: чи може людина мати *всі* кольори? «Я маю трохи кожного кольору», – кажуть деякі читачі в довгому списку отриманих мною електронних листів. Звісно, люди можуть відчувати щось подібне. Іноді я реаую, як ЧЕРВОНИЙ, часто як ЖОВТИЙ і ЗЕЛЕНИЙ, але іноді я, звичайно ж, СИНІЙ. Насправді відповідь на це питання досить проста: у всіх нас є можливість використовувати поведінку, яку ми хочемо, тому що ми – розумні істоти, які здатні самостійно мислити. В міру того, як особистий інстинкт посилюється, ЖОВТА людина знає, коли настав час закрити рота й відкрити вуха. А ЗЕЛЕНА людина може навчитися говорити те, що вона насправді думає, від душі, навіть якщо це може призвести до конфліктів. Але, в основному, у поведінці переважають два кольори.

НЕПРИЄМНИЙ ДОСВІД

Приблизно за рік після публікації «В оточенні ідіотів» сталася дивна і неприємна подія. В одному з університетів я читав лекцію, після якої до мене підійшов молодий чоловік. Він став переді мною, просто обличчям до обличчя, відштовхуючи убік майже усіх, хто хотів до мене підійти, щоби щось спитати. Він дивився на мене й говорив, що не впізнає себе в жодному з кольорів. Я запитав, що він має на увазі, і він сказав, що нічого з того, що я описав, йому не підходить. Він мав на увазі, що він – п'ятий колір. Окрім того, він хотів дізнатися більше про те, як найкраще пристосуватися до інших кольорів. Він хотів знати, як цього можна досягти, і його формулювання також було цікавим: він хотів знати, як він може скористатися цими знаннями в найкращий спосіб.

Ну добре.

Від мене він отримав стандартну відповідь, тому що я не мав жодної можливості почати аналізувати його просто там, на місці, в якому ми перебували, і коли він зрозумів, що нічого не отримує на свої наполегливі запити, то відійшов убік. Проте не вийшов з аудиторії, але відступив на кілька метрів і весь час спостерігав за мною, поки я пакував свої речі.

Просто дивився? Насправді він безсоромно не відводив від мене свого в'їдливого погляду, напевно, хвилин з десять. Я бачив, як люди наближаються до нього, вітаються з ним і посміхаються. І він щоразу відповідав посмішкою. Хоча те, що він справді робив, це щось інше – він не посміхався, а *робив вигляд, що посміхається*. Його обличчя викривлялось дивною гримасою, свого роду імітацією усмішки. Деякі люди, яким він посміхався, реагували здивовано, із запитом в очах, проте інші не помічали нічого дивного. І після кожної «посмішки» спрямовував до мене свій серйозний, зосереджений погляд. Це було дуже неприємно.

Що ж він дійсно мав на увазі, коли запитував про те, як *він може скористатися цими знаннями в найкращий спосіб?*

Мене осяяло своєрідне прозріння, і я збагнув, що цей молодик мав рацію в одному: мова DISA дійсно не покриває абсолютно усі випадки. Насправді є частина людей, яку не можна класифікувати. Це – неприємні особи, з якими ми мусимо бути вкрай обережними. Ми всі чули розповіді про майстрів маніпуляцій, спокусників, шахраїв. *«Як він зміг мене так обдурити?»* – зазвичай саме так звучить коментар жертв. *«Чому я не помітив, щоб він був шахраєм?»*

Справді ж – чому? Тому що ці особи знають, як скерувати вашу власну поведінку проти вас самих. Вони мають інстинктивне розуміння того, як маніпулювати людиною і змусити її робити практично геть усе. У принципі, вони можуть обдурити будь-кого, використовуючи те, що вони дізналися про цю людину. Їхня мета завжди одна: отримати те, чого вони хочуть. По собі вони залишають лише безлад і хаос.

Отже, перед нами стоїть таке питання: якщо людина не має власної особистості, але завжди лише віддзеркалює людину, що перед нею, то хто ж ця людина? Вона не є ані червоною, ані жовтою, ні зеленою, ні синьою. Тоді ця людина – усі кольори разом? Чи якийсь п'ятий колір? Відповідь – жоден із цих варіантів.

Ця людина є чимсь набагато гіршим, її не можна класифікувати за категоріями нормальних людей. Вона не має власної особистості, бо лише імітує те, що бачить, і виключно для власної вигоди. Це свого роду хамелеон із прихованими особистими мотивами та планами дій, відомими лише йому самому.

І ми можемо бути впевнені, що цей план приносить користь виключно цій людині й нікому іншому.

Я би сказав, що це радше людина взагалі без кольору, тому що той, хто не має особистості, хто завжди грає роль, не є по-справжньому повноцінною особистістю. Така людина – це скоріше тінь, віддзеркалення реальності, але сама – нереальна. Це свого роду афера на двох ногах. Якщо ви бодай колись натрапляли на таку людину, то ви знаєте, про що я говорю.

Проте ким *насправді* є ті люди, про яких я веду мову?

Хто ж ці особи, що намагаються мавпувати інших?

Якою може бути їхня мета?

ПРИКИДАТИСЯ ТАКИМИ, ЯК ВСІ

Якщо говорити простим текстом: вони – хижакі, замасковані під людей. Чи звучить це драматично?

Причина дуже проста: все *насправді драматично*.

Ці особи в кінцевому підсумку завдають шкоди більшості з тих, з ким вони контактують, і часто жертва навіть не знає, хто винуватий у нещастях, що з нею відбуваються.

Саме це, дорогий друже, психопати й роблять.

НА ЩАСТЯ, ВОНИ РОБЛЯТЬ ЦЕ У ВСІХ НА ВИДНОТІ

Психопати поширені у суспільстві, так само, як і будь-які інші люди. Вони проникають у компанії та організації, виконують відносно мало реальної роботи й лише в окремих випадках роблять якийсь корисний внесок. Вони рідко самі просять у ресторані рахунок, а коли їм доводиться платити, вони ніколи не мають при собі грошей. Зазвичай вони – маніпулятори й

обманщики. Вони патологічно брехливі – більшість з них бреше навіть тоді, коли немає на це причин. Вони можуть обдурити будь-кого та змусити повірити їм, і все, що ви їм скаже, обертається проти вас. Часто вони є дуже популярними. Багатьом вони подобаються, люди зводять їх на п'єдестал та ставляться до них з повагою.

«Як таке можливо?» – запитаєте ви. Гарне питання. Чому нам подобається людина, яка є такою оманливою? «Не мені», – думаєте ви одразу, – «я би зневажав таку персону з першої секунди». Точно. Якщо б ви знали справжню сутність такої персони. Але ви її не знаєте – бо вона цього ніколи не виказує. З невеличкою вдачею, можливо, вам пощастить з'ясувати це наприкінці. У кращому разі до того, як ви опинитеся на межі розорення, на руїнах своїх колишніх статків, втратите роботу чи зрозумієте, що ізолювали себе від усіх людей, яких ви називали колись друзями.

«Ану постривайте», – подумаєте ви. – «Психопати – це ж серійні вбивці та гвалтівники. Більшість з цих скажених постатей сидить за ґратами».

Якби ж усе справді було так просто!

Правда, багато хто з них у в'язниці, тому що їм не вдалося контролювати свої імпульси. Вони схильні до насильства, а іноді просто дуже недалекі. Коли вони бачать те, чого хочуть, вони йдуть і здобувають це, часто насильницьким шляхом, і такі дії одразу їх виказують. Проте більшість психопатів все ж не сидить за ґратами.

Найбільш кмітливі психопати переважно не вчиняють насильницьких злочинів, тому вони на свободі, довкола нас. Це ті люди, які без вагань скористаються будь-якими засобами, щоб отримати те, чого вони хочуть.

Гарантовано, вам вони у житті вже траплялися.

АЛЕ ЧИ СПРАВДІ МИ ОТОЧЕНІ НИМИ?

Назва «В оточенні психопатів» обрана навмисно, тому що існує набагато більше психопатів, ніж, на мою думку, уявляє собі більшість людей. Я хочу показати, як ви можете впізнати майстра маніпуляцій, і я сподіваюсь, що зможете зрозуміти, як захистити себе, якщо натрапите на таку особу.

ЯКИМИ Є НАСЛІДКИ?

Отой молодик на моїй лекції, чия дивакувата поведінка не давала мені спокою протягом декількох місяців: той в'їдливий погляд, облудна посмішка... Усе було якимсь дуже дивним. Що з ним сталося? Відповідь я одержав зовсім нещодавно. З різних причин я мав нещодавно можливість повернутися до того самого університету. Я знайшов завідувача кафедри, на якій я читав лекцію, і запитав в нього про цю молоду людину. Хто це був? Що завідувач міг мені про нього розповісти?

Відповідь, яку він дав мені, мене налякала.

Цей молодик привласнив біля півмільйона крон (майже 50 тисяч євро) з наукових фондів і, зрештою, завкафедри змушений був повідомити про це поліцію.

Але перед тим, як цей молодик вкрав гроші, від нього завагітніли дві жінки, що працювали з ним на тій самій кафедрі. Одній він позбувся, звинувативши її у сексуальних домаганнях, а інша жінка намагалася вчинити самогубство після того, як їхня любовна афера скінчилася (ця жінка, до того ж, уже багато років перебувала в шлюбі).

Двоє працівників змушені були піти на лікарняний через стрес і вигоряння на роботі, – і все «завдяки» цьому молодикові та його інтригам, які він почав плести у своїй робочій групі.

Керівник цієї групи пішов з роботи, і відділ занурився у справжній хаос. Ніхто не знав, що робити, вони забули про ціль роботи, тож ця група просто «пішла на дно».

Проте цей молодик навчився усміхатися. Він навчився виглядати як той хлопак-друга, якого усі люблять. Йому вдалося втриматися в університеті майже два роки, поки його не звільнили. Ніхто його ні в чому не підозрював. Він завжди мав на все пояснення. І винним завжди був хтось інший.

Завідувач кафедри тремтячим голосом сказав мені, що цього молодика звільнили після того, як він переконав поліцію і прокурора, що економічні злочини він вчиняв *за наказом завкафедри*.

Після тридцяти восьми років відданої праці в університеті завідувачу кафедри заледве вдалося уникнути судового розслідування. Гроші, звичайно, зникли, і докази були настільки розмиті, що нічого не можна було вдіяти зі справжнім шахраєм.

Я запитав, куди ж пішов той молодик. Завідувач сказав мені, що він тільки-но отримав нову роботу в ІТ-компанії. Тепер він керував проектом для великих інвестицій, які мали би вивести цю компанію на нові висоти.

Виявилося, що цей молодий чоловік все ж навчився «використовувати знання найкращим чином».

Закінчивши розповідати мені цю історію, завідувач кафедри розплакався. Мені було боляче на нього дивитися.

Якби міг, я би все ж проаналізував того молодика. Але що б вдалося виявити? Чесно кажучи, я не знаю.

Проте найстрашнішим є те, що він все ще там, «на свободі». І якщо ви натрапите на нього, то краще знати, як діяти і як поводитися. Тому що він зможе «винюхати» усі ваші слабкості, він зробить все можливе й потягне за всі ниточки, щоб знищити вас. Не тому, що він ненавидить персонально вас чи тому, що має щось проти вас особисто, а тому, що так вчиняють усі психопати. Вони беруть від вас те, що хочуть. Будь-яким способом. Їх абсолютно не цікавлять наслідки.

Вони спокушають та обманюють. Вони брешуть і маніпулюють, крадуть і паразитують, а знищення інших людей дає їм силу. Це їхнє головне паливо.

Перебільшення? Аніскільки.

Коли ви читатимете цю книгу, вам, може, бути важко засинати вночі. Я, про всяк випадок, наперед вибачаюся.

Я поясню в цій книжці, як ви можете розпізнати психопата і як можете впізнати людину з психопатичними рисами.

Я також покажу вам, що ви можете зробити з цими людьми.

ЩЕ ОДНА КНИГА ПРО ПСИХОПАТІВ?

Після публікації «В оточенні ідіотів» я читав лекції з цієї теми по всій Європі. Книга висвітлювала певні речі, які я завжди вважав само собою зрозумілими. Люди відрізняються одне від одного. Перевірте самі. Ми це вже знали. Але якою мірою і яким чином? А передусім – що ми можемо з цим зробити?

Система кольорів, мова DISA, основи якої заклав Марстон, багато що пояснює, як саме люди функціонують. Але, як я вже згадував, ця схема не пояснює всього.

Марстон був, наприклад, першим великим психологом, який досліджував поведінку здорових людей. Тоді як Юнг і Фрейд присвятили себе головним чином психічно хворим.

Чи можна усіх вписати в систему DISA? Насправді – ні. Ця система працює тільки з психічно стабільними людьми. Якщо ви маєте якийсь діагноз – такий, як межовий розлад, тяжкий аутизм, шизофренія або подібні розлади, – метод просто не працює.

Так само він не спрацьовує з психопатією.

СКІЛЬКИ ПСИХОПАТІВ Є НАСПРАВДІ?

«Зачекайте», – можливо, скажете ви, – «психопатів так мало, що навряд чи варто турбуватися про них, або що їх не може бути більше, ніж одна особа на тисячу населення». Я розумію хід ваших думок. Проте психопатів більше, ніж ви собі уявляєте. За даними останніх наукових досліджень, вони становлять від 2 до 4 відсотків населення. Для порівняння, я можу сказати, що їх є набагато більше, ніж людей, які проявляють виключно червону поведінку. Таких є лише близько 0,5 відсотка населення; і тим не менше я присвятив їм достатньо сторінок у попередній книзі.

Уявіть собі: ви – чабан, що має отару з тисячі овець, і ви чули, що поблизу є два вовки. Про кого б ви хотіли дізнатися більше? Про ваших овечок чи... про вовків? Мабуть, ви хочете дізнатися більше про вовків. Хоча їх мало, і хоча вони не будуть вбивати всіх овець, на яких натраплять, було б добре знати, як вовки поведуться. Бо як тільки вони вирішать діяти, буде занадто пізно. Тоді вони нападуть на тих овець, яких вони захочуть.

Коли йдеться про психопатів, йдеться також і про побічні ефекти, які вони викликають довкола себе. Їхня поведінка впливає на велику кількість людей, оскільки наслідки їхньої поведінки рідко впливають тільки на них самих. Шкода, яку вони завдають, має далекосяжні наслідки, які завжди впливають на багатьох.

Ця книга розповідає про те, як можна захистити себе від цих поведінок. З системи Марстона, з чотирма кольорами, я покажу, як психопат може використати сильні та слабкі сторони відповідних типів особистості для своїх підступних планів. Він (або вона) використає це проти вас.

Це, між іншим, є однією з причин, чому з психопатами терапія не спрацьовує. Для них немає ліків.

У цій книзі я повторю частину наукових знань про чотири кольори. Це я роблю на випадок, якщо ви не читали «В оточенні ідіотів». Ви зможете краще зрозуміти мову й термінологію цієї книжки і вам буде ясно, чому деякі приклади є такими, якими вони є.

Якщо ви вже прочитали мою попередню книгу і думаєте, що зрозуміли систему на сто відсотків, будьте терплячими. Пам'ятайте, що повторення – матір навчання.

Що ближче до істини, то краща брехня, а сама істина, коли вона може бути використана, — це найкраща брехня.
Айзек Азімов

ПРИКЛАД ПСИХОПАТІЇ

Свій перший приклад повсякденної психопатії я наводжу з власного досвіду. Я написав кілька книг, і після публікації першого трилера молода жінка, яка хотіла стати письменницею, звернулася до мене через електронну пошту. Вона прочитала мою книжку, писала, що та була

чудовою і чи можу я допомогти їй стати письменницею? Моя позиція з приводу того, як поводитися зі своїми читачами, проста: я справді дуже ціную всі контакти з тими, хто читає мої книги, і із задоволенням вислуховую їхні коментарі, як і в цьому випадку. Але зазвичай не надсилаю більше однієї відповіді. Я не можу розпочати тривалішого діалогу, тому що працюю шість днів на тиждень. Я надіслав їй якусь стандартну відповідь і більше про її листа не думав. Але ця жінка надсилала мені повідомлення, а її тон ставав дедалі більш агресивним, бо я не відповідав на її листи.

Через деякий час людина, з якою ми тоді жили разом, отримує електронний лист, в якому повідомляється, що та панянка – тепер вже під іншим іменем – перебуває зі мною в стосунках, і що ми збираємося одружитися. Я і моя друга половинка були шоковані, до того ж у повідомленні містився довгий перелік серйозних звинувачень на мою адресу. Наприклад, я нібито мав стосунки з більш ніж сотнею молодих жінок, і від мене завагітніли щонайменше двадцяттеро з них. Усе це – протягом декількох місяців.

(Це нарешті змусило мене звернутися до поліції, а поліцейські взагалі дивувались, як я взагалі тоді ще знаходив сили працювати).

Від неї надходили листи з багатьма іншими божевільними речами, але я не можу розповісти тут про всі. Моя кохана отримала в цілому близько п'ятдесяти електронних листів із різним змістом, але завжди на цю тему.

Паралельно я отримував листи з любовними посланнями від тієї ж панянки. Вона дуже за мною сумувала. Вона дуже хотіла зі мною побачитися. Мовляв, можливо, нам варто піти хоча б поглянути на ту квартиру в центрі Стокгольма? Через мій профіль на Facebook, який тоді був повністю відкритим для сторонніх людей, вона зібрала масу інформації про мене й про моє приватне життя, завдяки чому багато з того, що вона писала, видавалося досить правдоподібним.

(Попередження: ви не знаєте, хто бачить те, що ви робите в соціальних мережах чи в інтернеті, і тим більше ви й гадки не маєте, як люди можуть скористатися цією інформацією).

Ця історія тривала десь півроку, поки поліція не зупинила її.

Вона по-справжньому переслідувала мене. За допомогою соціальних мереж в інтернеті молода жінка зуміла поставити мене в дуже делікатну ситуацію, передусім перед моїми друзями-письменниками, як я. Для мене це було жахливо й досить незручно.

Я навіть і гадки не мав, хто ця жінка.

«Психічка», подумаєте ви. «Ще одна божевільна – таких хоч греблю гати!». Можливо. Проте простежується певна модель поведінки.

Поліцейське розслідування показало, що жінка вчинила так само щонайменше з одною людиною до мене. Він також був письменником, значно старшим за неї, набагато відомішим за мене. Цілком імовірно, що ви про нього чули. Вона довела його до того, що він вийшов на пенсію зі своєї роботи. Я декілька раз розмовляв з ним, щоб спробувати зрозуміти, але ніхто з нас так і не збагнув, чого саме домагалася та панянка. Можливо, це була своєрідна помста за те, що він не підіграв її мрії стати письменницею.

У своїй книзі «Жінки-психопатки» Лізбет Давріндж і Майк Флоретт пишуть: «Помста настільки для них солодка, що вони [психопати] знаходять задоволення в руйнуванні, вони цим насолоджуються. Особливо жінкам-психопаткам припадає до душі емоційна помста, соціальна

агресія у вигляді пліток, які породжують маніпулятивні, крихкі та ненависницькі стосунки. Цей тип помсти – теж деструктивний, проте його не так помітно, як фізичне насилля, відтак його важче ідентифікувати».

Я точно знаю з власного досвіду, як почувається людина, коли їй влаштовують отаке переслідування.

Поліція знайшла цю панянку і викликала її на допит, після чого майже вмить, немов хтось махнув чарівною паличкою, переслідування припинилося. Дивина та й годі, правда? Ця людина вже почала перекладати свою провину на інших людей, які, мовляв, могли бути винними в цій нісенітниці. Саме цей фактор посилив моє переконання в тому, що ця панянка не була психічно хворою. Якби в неї був діагноз, бодай якийсь значний психічний розлад, то вона б не змогла схаменутися так швидко. Ця особа увесь час була свідомо того, що вона робить. Проте тільки-но запахло смаленим, вона згорнула свою діяльність проти мене та, цілком можливо, одразу рушила вполювати собі наступну жертву кудись в інші «угіддя».

У поліції сказали, що ніколи раніше не зустрічали настільки переконливої брехухи. Видалося, наче панянка сама вірить своїм словам.

Незважаючи на те, що поліція мала технічні докази про те, що мене переслідувала саме вона (вони перевіряли її комп'ютери й знайшли там усі необхідні докази), ця особа настирливо все заперечувала. Запереченнями вона навіть не обмежилась. Вона висунула обвинувачення проти мене в тому, що я її погрожував. З її слів це я переслідував її. Вона звинуватила мене в погрозах вбити її, у тому, що я буцімто найняв професійного кілера, з яким мав контакт. Серйозні звинувачення, м'яко кажучи.

Єдине, що врятувало мене від того, щоб бути пов'язаним з цією людиною, полягало в тому, що я міг легко продемонструвати, що перебував у різних місцях, і з очевидністю я не міг бути там, де ми мали би зустрічатися, відповідно до її версії.

Вимальовується *модель поведінки*.

Ось він – метод психопата з руйнування мого життя та моєї кар'єри письменника. Підозрюю, що це була помста мені за відмову спілкуватися з нею з приводу її писанини.

Помститися мені їй не вдалося. Проте їй вдалося тоді зруйнувати мої відносини з коханою людиною. Ця вся історія так сильно вплинула на нас, що ми розійшлися.

На той час в моєї другої половинки справді почали проявлятися параноїдальні симптоми. Кожного дня вона проводила по декілька годин в соцмережах і відстежувала, чим займалася ота панянка. Усі мої спроби заспокоїти її були марними.

Особа, про яку йдеться, продовжила своє життя й радісно розважалася на яхті з якимсь чоловіком. Про це я дізнався з її сторінки у Facebook.

Докори сумління, її, вочевидь, не мучали, тоді як у моєї другої половинки вже з'явилися патологічні ревності, що змусило її ізолюватися від усього, навіть від дітей, – щоб переконатися, що це не станеться з нею знову. Коли я не міг навіть привітатися з працівниками магазину взуття або поговорити з офіціанткою, коли ми заходили на обід до ресторану, бо мене піддавали повноцінному допиту...

На цьому етапі я зрозумів, що все було втрачено. І це при тому, що я ніколи навіть в очі не бачив цю особу.

СКІЛЬКИ ЛЮДЕЙ ПОСТРАЖДАЛО?

Скільком людям ця психопатка занапастила життя? Спробуймо підраховувати.
Зрозуміло, що йдеться про моє життя.
Двоє моїх дітей також постраждали.
Моя партнерка, з якою ми тоді жили разом. Її троє дітей.
Мій батько і моя хвора мати.
Моя сестра та вся її родина.
Мої колеги в компанії, в якій я працював, коли відбувалися ці події.
Усі люди, яких я вважав своїми друзями.
На одного психопата припадає, в цьому випадку, десь п'ятдесят жертв. Один до п'ятдесяти. Два відсотки.
Маємо ось таку статистику.

Я розповідаю цю історію не для того, щоб розчулити вас. Це все я вже пережив. Проте я хочу показати, що постраждати може *кожен*. Ніхто не застрахований від такого роду поведінки, і, звичайно, я зараз з більшою обережністю ставлюся до людей, які трапляються мені на життєвому шляху. Я сподіваюся, що ми не так часто особисто з ними стикаємося, хоч я і знаю, що на кожних сто осіб припадає від двох до чотирьох психопатів чи психопаток. Тому я уважніше ставлюся до дивакуватої поведінки людей.

Те, як уся ця історія вдарила по мені та моїх близьких, це все – ніщо, як порівняти з багатьма іншими тривожними історіями, що трапляються в світі, тому що дуже часто психопати заходять занадто далеко у своїх прагненнях здобути владу.

Можливо, вам цікаво дізнатися, що зі своїми психопатами робили ескімоси.

Іноді, коли чоловікам доводилося виходити в море ловити рибу чи полювати на морських тварин, був хтось, хто удавав з себе хворого або пораненого. Він не міг піти зі всіма, тому залишався на суші.

Коли за три місяці мисливці поверталися до свого села, там усе було спалено вщент, а всі жінки були вагітними.

Що робили ескімоси з винуватцем? Вони саджали його на льодину й відпускали в море.

Ті, хто настільки божевільні, щоб вірити в те, що вони можуть керувати світом, завжди є тими, хто ним і керує.

Стефан Моліне

НАБАГАТО ГІРШИЙ ПРИКЛАД...

Якщо я згадаю Адольфа Гітлера, про що ви подумаете?

Розв'язавши світову війну, Гітлер перетворив увесь світ на величезну пожежу, яка забрала життя шістдесяти мільйонів людей. На додаток до страждань сотень мільйонів людей по всьому світу, матеріальні витрати, мабуть, неможливо й підрахувати. Подумайте лишень, що можна було б зробити, якби всіма цими мільярдами можна було скористатися для чогось хорошого!

Якби я стверджував, що Гітлер був чистопородним психопатом, чи суперечили би ви мені? Мабуть, ні. Суто інстинктивно ми на фізичному рівні відчуваємо його божевільня. Звісно, і ви, і я дивуємося, чому ніхто не усвідомлював, наскільки божевільним він був? Чому його вчасно ніхто не зупинив? Як могла вся Німеччина дозволити йому робити те, що він робив? Чому йому ніхто не завадив?

Дуже слушні питання. І відповідь полягає в тому, що психопати – вправні експерти в обманюванні людей довкола себе.

Проте чисто з наукової точки зору, звідки ми *знаємо*, що Гітлер був психопатом? Дослідник Кевін Даттон, автор книги «Довідник з успіху хорошого психопата», використовував тест особистості для діагностики психопатії у дорослих. Тест називається «*Опитувальник з визначення психопатологічної особистості*» (PPI-R), початкову версію якого розробили Скотт Лілієнфельд і Брайан Ендрюс для оцінки певних характеристик некримінальних груп населення.

Метою було складання вичерпного переліку психопатичних рис особистості без урахування антисоціальної або кримінальної поведінки.

Тест також містить методи для виявлення відхилень за показниками здатності до лідерства та безвідповідальної поведінки в цілому.

Тест PPI-R / IPP-R виявляє вісім специфічних факторів:

- **Макіавеллістична особистість**, тобто відсутність емпатії та дистанціювання від інших задля досягнення особистих цілей.
- **Соціальне пристосування**, здатність спокусити та обманювати інших.
- **Відсутність емпатії**, тобто горезвісна відсутність емоцій, почуття провини або в принципі зважання на почуття інших.
- **Безобачна відсутність довгострокового бачення**, тобто труднощі в плануванні та оцінці наслідків своїх дій.
- **Нерозсудлива поведінка**, тобто прагнення до ризикованих дій, що зазвичай йде пліч-о-пліч з нестачею страху.
- **Безвідповідальна поведінка**, неспроможність взяти на себе відповідальність за свої власні дії і замість цього звинувачувати інших або раціоналізувати відхилення власної поведінки.
- **Девіантна та імпульсивна поведінка**, відсутність поваги до соціальних норм чи до соціально прийнятної поведінки.
- **Імунітет до стресу**, відсутність реакції на травматичні події або на інші фактори чи події, які викликають напруженість.

Науковці розділили ці фактори на підкатегорії та згрупували для отримання моделі, яку можна в якийсь спосіб інтерпретувати. Візьмемо дві категорії: «Безстрашне домінування» та «Імпульсивний егоцентризм».

Після дослідження доступних історичних матеріалів про Гітлера, Даттон зміг помістити його в топ людей з серйозними психічними розладами. Це нас насправді й не дивує, хіба не так? Однак Гітлера випереджають Саддам Хуссейн, Іді Амін і король Англії Генріх VIII.

(Ви можете знайти дослідження «Що спільного у психопатів і політиків» у вересневому номері American Scientific Mind за 2016 рік).

ОТЖЕ, САМІ ЛИШЕ ДИКТАТОРИ І ТИРАНИ?

Справді цікавим дослідження Даттона стає тоді, коли він застосовує той самий інструмент до інших відомих історичних лідерів і досліджує, як вони поводитися зі своїм оточенням. Особливо цікаво знати, як вони ухвалювали свої рішення, усвідомлюючи, що їхні рішення впливатимуть на інших людей. Майже так само високо в списку, як і Гітлер, Даттон розміщує головного ворога Адольфа – Вінстона Черчилля. У принципі на практично такі самі високі позиції в рейтингу Даттон ставить і двох кандидатів у президенти Сполучених Штатів на виборах 2016 року: Дональда Трампа та Гіллари Клінтон.

Якщо ми вже говоримо про президентів США (а ця посада, безсумнівно, впливає на увесь інший світ) то варто згадати про цілий перелік тих із них, хто вирізняється найбільшою кількістю психопатичних рис. Даттон інтерв'ював людей, яких вважають експертами з конкретних президентів (приміром, це можуть бути історики та дослідники), а також декілька людей, які працювали з колишніми президентами. Не вдаючись до технічних деталей, скажу, що йшлося про «бали», які набирали досліджувані президенти за такими психопатичними категоріями, як *безстрашне домінування* та *егоцентрична імпульсивність*.

ПЕРЕМОЖЦІ – ГОБЛІНИ-ЛЮБУСИКИ

Найвищу позицію в рейтингу Даттона займає... Джон Ф. Кеннеді. На другому місці – Білл Клінтон. Обидва вони відомі, серед усього іншого, як приємні, чуйні та успішні особистості, видатні оратори, які з легкістю завойовують довіру людей. Простими словами, вони – чудові хлопці, але «засвітилися» вони іншим, у т. ч. і документально підтверджена невірність своїм дружинам.

Кількома сходинками нижче в рейтингу можемо побачити Рузвельта, Джорджа Буша, Ніксона та Ліндона Джонсона.

Ось і перелік президентів, за якими не було помічено психопатичних рис: Джиммі Картер, Джордж Вашингтон, Авраам Лінкольн, Гаррі Трумен і, власне, більшість інших.

На момент написання цієї книги Даттон не опублікував жодної оцінки президента Барака Обами.

Може здатися дивним, що такі успішні та популярні президенти зайняли настільки високі сходинки в серйозному дослідженні про психопатів, але після прочитання цієї книги ви зрозумієте, чому вони там опинилися.

Чому вам треба прочитати «В оточенні психопатів»?

Цією книжкою я не маю на меті налякативас чи змусити не довіряти людям – навпаки. Я хочу, щоб ви дізналися, кому ви можете довіряти, а які люди в спілкуванні з вами керуються геть іншими мотивами ніж ті, про які вони вам розповідають. Якщо ви керівник підприємства й шукаєте собі нового заступника, або якщо ви – жінка, яка відчуває, що вона нарешті знайшла того самого чоловіка, або навіть якщо ви доросла людина, яка й досі не може второпати, чому ваш шлунок болить кожного разу під час зустрічей з вашою мамою, то за допомогою цієї книги ви можете дізнатися, хто з людей довкола вас – щирий, а хто – ні. Тверезий і розсудливий підхід до людей навколо – це краще, ніж бездумні дії, що можуть призвести до катастрофи у ваших стосунках, зруйнувати вас емоційно, особистісно чи фінансово. Багато жертв психопатів втрачає інтерес до життя. Вони занепадають духом і серйозно розглядають можливість самогубства.