

## Psykopater

# Hvordan verge seg?

*Av Eva Svarverud,  
Reiki healer, Meyerløkka*

---

**Jeg viser til** Jan Sagens artikkel «Grensepsykopatens diktatur» i Aftenposten onsdag 5.8.

Jan Sagen skriver blant annet at «Å leve med en person i denne gruppen («psykopat») vil være en utmattende oppgave, fordi de er så uberegnelige». Jeg tror han har helt rett i dette utsagnet, blant annet fordi jeg mener at mennesker med helt eller delvis klare psykopatiske trekk er avhengig av den energien de kan få tak i fra andre mennesker for i det hele tatt å fungere; de stjeler som ravner.

Men jeg har også lyst til å legge til følgende: For å unngå å komme og eventuelt forbli i et annet menneskes klør, må vi være villige til å se oss selv: Hvordan er det med vår egen innlevelsessevne (eller mangel på sådan)? Slik jeg ser det, er det nettopp mangel på innlevelsessevne som preger mennesker med psykopatiske trekk/holdninger.

Jeg er meg bevisst at de menneskene vi møter, har et budskap med til oss, og jeg bruker å si det slik: «De verste drittsekkene er de beste læremestrene.» I min jobb som healer er det like viktig å holde klart at jeg bare kan oppnå noe ved å jobbe med meg selv som at min oppgave er å stille gode spørsmål og ikke gi velmente råd.

Jeg har holdt et par åpne foredrag om «Hvordan komme styrket ut av et møte med en psykopat i arbeidslivet?», men har en følelse av at temaet er så vanskelig og at menneskene som er berørt av det så sårbare, at bare et fåtall har krefter til å være med. Jeg undres derfor på om vi er modne for å la «Hvordan verge seg mot psykopater» bli et pensum i skolen? Og dersom svaret på dette spørsmålet blir ja, vil jeg være interessert i å høre (lese) om hvordan et slikt fag skal utformes.