

Søk i VG+ | Søk



Ekspertenes råd mot psykopater: Kom deg unna!

Så mange som én av tyve nordmenn kan være psykopater. Siden de er manipuleringens mestre kan du bo sammen med en uten at du vet det.

Av Fredrik Svendsen 30. mars 2014

Anbefal < 74

Tweet 0

g+1 0

De færreste psykopater er drapsmenn eller overgripere. De fleste har en helt vanlig jobb, en helt vanlig kjæreste og lever tilnærmet vanlige liv.

– Du finner dem overalt, og det er flere psykopater blant oss enn det vi er klar over. De finnes i alle yrker og sjikt av befolkningen, sier psykolog og forfatter av boken «Psykopatene blant oss», Anne Brudevold.

Hun mener at fem prosent av befolkningen anses for å være psykopater. Andre studier har funnet at tallet er nærmere én prosent.

Det betyr at et sted mellom 50 000 og 250 000 nordmenn kan være psykopater.

– De psykopatiske trekkene utspiller seg primært i atferd. Mitt råd er å se på hva folk gjør, heller enn hva de sier. Psykopater er hensynsløse, og jeg anbefaler folk å komme seg unna hvis de treffer på dem. Finn deg en annen jobb, eller finn deg en annen ektefelle, sier sjefpsykiater Jon Reichelt i Forsvaret.

– Oppblåst selvbilde

Psykopati er ikke lenger en diagnose i Norge, men begrepet brukes fortsatt i faglitteraturen. I stedet gis nordmenn i dag enten diagnosen antisosial eller narsissistisk personlighetsforstyrrelse. Og disse personene fortsetter å fascinere oss.

De to grunnleggende kjennetegnene deres er nærmest total mangel på empati og et stort oppblåst selvbilde. En potensielt katastrofal blanding.

Det klassiske eksempelet fra litteraturen er den kannibalistiske seriemorderen Hannibal Lecter. En mer moderne variant er den selvtrettferdige seriemorderen Dexter. Begge lager sine egne regler samtidig som de knapt har medfølelse med sine ofre. Men dette er ekstremtilfellene.



PSYKOPAT: Seriemorderen «Dexter» (Michael C. Hall). Foto: SHOWTIME/CANAL+

Bak dem finnes de mange tusen psykopatene som lever mer eller mindre lovlydig i samfunnet med alle andre. De har like lite empati og er like overbevist om sin

egen fortrefelighet, men følgene er ikke like dramatiske.

Som Lecter og Dexter, er også hverdagspsykopatene mestere i manipulering. De kan få omgivelsene sine, som kjæresten eller medarbeideren, til å tro omtrent hva som helst.

Det gjør dem ofte vanskelige å avsløre.

– Vokser det av seg

Et lyspunkt både for dem som er offer for psykopatene og for psykopatene selv, er at de fleste vil vokse seg ut av diagnosene med årene. Det sier en av Norges fremste eksperter på personlighetsforstyrrelser, professor emeritus Sverre Torgersen ved Universitetet i Oslo.

– Alder betyr mye for å redusere antisosiale trekk. Vår personlighet er på det mest ekstreme i en periode av vårt liv. Er vi litt vel egoistiske, impulsive, aggressive eller hensynsløse, så kan vi få diagnoser som antisosial og narsissistisk personlighetsforstyrrelse. Men så blir vi roligere. Vi blir ikke nødvendigvis det mest behagelige mennesket å ha med og gjøre, men stort sett blir vi ikke så ille, sier han.

Som eksempel, viser han blant annet til at kriminalitet i stor grad er et ungdomsfenomen.

– Om lag ni av ti vil ikke lenger har diagnosen ti år etter at de fikk den påvist.

Det betyr imidlertid ikke at man bør avvente og se hvis man lever i et forhold med en psykopat.

– Overhodet ikke. Det kan koste deg helsen, sier Torgersen.

De psykopatiske typene

Den psykopatiske kjæresten:



En psykopatisk kjæreste er ikke mer manipulerende enn psykopater generelt, men et sterkt bånd kan gjøre dem vanskeligere å avsløre.

– Det første tegnet man kan legge merke til, er en opplevelse av å bli manipulert. Det kan ofte starte med småting som «Hvorfor går du med de klærne der?», men kan eskalere til «Jeg forbyr deg å gå ut», sier spesialist i klinisk psykologi, Lisbeth Holter Brudal.

– Manipuleringen kan ofte være forkledd som omsorg, og det gjør det vanskelig å gjennomskue.

Den psykopatiske lederen:



Organisasjonspsykolog Paul Moxnes holder årlig kurs for norske ledere, og har møtt flere med psykopatiske trekk.

– Anslagsvis 10-40 prosent av dem har det, og de kan virkelig ta i et tak når det gjelder. De kan ofre folk uten at de mister nattesøvnen. Psykopater sover ikke dårlig om natten, sier Moxnes.

Han understreker at en person med en psykopatisk diagnose ikke vil være arbeidsdyktig som leder. Ifølge Brudal viser studier at personer med psykopatiske trekk er overrepresentert i næringslivet. Der kan de gjerne nå til topps.

Den psykopatiske forelderen:



Ifølge Anne Brudevold finnes det to hovedtendenser blant psykopatiske foreldre.

– Den ene er de psykopatforeldrene som er vanskelige og nedvurderende overfor sine barn, og så er det de som setter dem opp over andre barn. Siden psykopatene ser på seg selv som verdens beste, mener noen psykopater at deres barn også er verdens beste, sier hun.

– En psykopatfar eller mor kan være nok til stede i barnets liv. De gjør det tilsynelatende riktige, men de gjør ut fra en intellektuell forståelse av hva man bør gjøre som forelder.

Sjekklisten:

Hare Psychopathy Checklist-Revised er en internasjonal sjekkliste utviklet av den kanadiske psykologen Robert D. Hare for å kartlegge psykopatiske symptomer. Sjekklisten er kun én del av en undersøkelse.

Her gis de som undersøkes en score fra null til to på hvert av de tyve punktene. Null gis hvis personen ikke har dette trekket, én hvis det delvis er til stede eller to hvis trekket er klart til stede. En totalscore på 30 settes gjerne som grense for om en person er psykopat eller ikke.

Glatthet/overflatisk sjarm

Storhetsideer

Patologisk lyving

Bedragerisk/manipulerende

Manglende anger og skyldfølelse

Grunne affekter

Ufølsom/manglende empati
Behov for stimulering/lett for å kjede seg
Parasittisk livsstil
Dårlig atferdskontroll
Tidlige atferdsproblemer
Mangel på realistiske fremtidsplaner
Impulsivitet
Uansvarlig atferd
Ungdomskriminalitet
Promiskuøs seksuell atferd
Mange kortvarige ekteskaps-/samboerforhold
Kriminell karriere med flere typer lovbrudd

Vanskelig å avsløre

Hodejeger i Panamera IMD, Per-André Marum tror ikke det finnes mange psykopater blant lederne for større private selskap i Norge, men kjenner samtidig til flere tilfeller hvor personer med psykopatiske trekk har fått sjefsposisjoner.

– Mange søker seg nok til slike posisjoner når de har disse trekkene. De ønsker den påvirkningen og makten som ligger i en lederfunksjon.

Ifølge hodejegeren er det flere måter å avsløre psykopater i en ansettelsesprosess på, som tester, intervjuetnikker og å sjekke referanser.



PSYKOPAT: «Hannibal Lecter» (Anthony Hopkins). Foto: AP

I Forsvaret har de flere teknikker for å luke ut psykopatene.

– Den endelige fasiten får vi ikke før folk har møtt opp til tjeneste. Da bor de på rom med andre, har overordnede som gir ordre og skal fungere sammen i en gruppe. Erfaringsmessig så tåler psykopater dette veldig dårlig, sier sjefpsykiater i Forsvaret, Jon Reichelt.

En annen teknikk er rett og slett å slite dem ut.

– Da kommer vrangsidene av personligheten ofte frem. Når de har fått lite mat, begynner å bli slitne og irriterte, da får vi se hvem de egentlig er, sier Reichelt.

Fakta: Psykopati

Psykopati er en personlighetsforstyrrelse som kjennetegnes ved mangel på empati og et grandiost selvilde.

De to grunntrekkene gir seg utslag i flere psykopatiske trekk: Ufølsom, kald, egosentrisk, ufeilbarlig, manipulerende, patologisk løgnaktig, bedragersk, svikefull,

falsk, manglende anger og skyldfølelse, oppfarende, aggressiv, respektløs og overfladisk.

Psykopati er et omstridt begrep, og er ikke i dag en formell diagnose ifølge diagnosemanualene som brukes i Norge. I stedet brukes antisosial eller narsissistisk personlighetsforstyrrelse. Samtidig hevder flere forskere at psykopati bør betegnes som en egen diagnose.

Det er ikke gjort noen studier på hvor mange nordmenn som er psykopater, men internasjonale studier viser at mellom én og fem prosent faller innenfor denne kategorien.

Kilde: «Psykopatene blant oss», SIFER og Tidsskrift for norsk psykologforening.

Gi oss tilbakemelding på denne artikkelen



Forrige sak: [– Enkelt om det handler om å være «tøffest»](#)

Neste sak: [Ulven skjøt ulven](#)

Populære saker på VG+:



[Løp deg i form på seks uker!](#)

[Våren er i anmarsj, og det er på tide å ta frem løpeskoene. Følger du dette treningsprogrammet kan du gå fra å være sofagris til utholdende jogger på bare seks uker.](#)

