

DEN KARISMATISKE PSYKOPATEN

Konsten att upptäcka och lämna en psykopat

Läsprov – 2 kapitel

Vad är en psykopat



Vanliga svar är: en lögnare, förvillare, manipulatör, chef, idiot, galning, förstörare och en kameleont. Men en sak är alla helt överens om. Nämligen att en psykopat är någon som skadar andra människor. Som lämnar ärr i både kropp och själ hos sina offer.

Psykopater saknar också den empati som annars är grunden för gott mänskligt samspel. Utan empati kan psykopater skada andra och ändå vara helt övertygade om att de gör och har rätt. Psykopaten upplever sig ju som helt felfri och normal. Anser att det är fel på omgivningen som är upptagen med att prata om skam, skuld och moraliska kompasser. Eftersom psykopaten inte på alls förstår vad detta är, blir han istället ett offer för dessa - utifrån hans syn – besvärliga och empatiska dumbommar.

Psykopaten är kort sagt ständigt omgiven av idioter.

Fast om den personen som du tänker på ändå visar viss empati, då kan det väl inte handla om psykopati? Här måste du ställa dig frågan om empatin du ser är äkta eller spelad. En psykopat har nämligen inga som helst problem att spela empatisk eftersom detta beteende är ett sätt att vinna fördelar och förtroende. Och att skådespela är en av hans paradgrenar. Alltså kan en psykopat framstå som oerhört inlevelsefull och inkännande, allt för att få dig att känna dig sedd, trygg och för att du ska sänka garden så att han kommer åt ditt innersta.

Men du som sitter med den här boken i handen, vill förmodligen först och främst veta hur du upptäcker och klarar dig undan en psykopat. Du vet redan att en psykopat kan skövla sin omvärld helt utan skuld, skam eller eftertanke. Du vill hitta *huret* för hur du själv ska agera. Tänk så skönt det hade varit om psykopaten vore en person som märktes övertydligt, en uppenbart helgalen person som vi enkelt känner igen så fort de dyker upp. Som galne Jokern i ”Batman” med målat ansikte, Hannibal Lecter med sin lädermask i ”När lammen tystnar” eller Frankensteins fula monster.

Eller om psykopaten var någon vi genast identifierade, klassificerade och kunde akta oss för. Så vi kunde springa åt andra hållet och klara oss undan. Dessvärre är det inte så enkelt att identifiera en psykopat. En psykopat är nämligen en helt vanlig medborgare, en person mitt ibland oss. Kort eller lång. Smal eller tjock. Ung eller gammal. Straight eller gender fluid. Religiös eller ateist. Vänsterpartist eller SD. Infödd eller nyanländ. Det som skiljer psykopaten från oss andra, är oftast saker som inte alls syns. Ytan luras och erbjudandet är inte det som det förefaller att vara.

Redan i sagans värld hittar vi ett antal luriga personer med psykopata drag. Vem minns inte de lömska skräddarna som ljög om att de vävt ett så pass kostbart tyg att det krävde ett rent sinne för att kunna ses och lurade både Kejsaren och alla andra. Tills att ett barn sa att Kejsaren var spritt sprängande naken. Eller sagohäxan som lockade Hans och Greta att äta på huset och sedan sa att de måste betala med sitt liv för måltiden. I folksagor har psykopaten ofta beskrivits som ett naturväsen. Den kvinnliga psykopaten blir till ett skogsrå, den yppiga förförerskan som lockar till sig män men som har ett stort hål i ryggen och saknar alla de delar i kroppen vi förknippar med liv. Den manlige kallas Näcken och är en skamlös man som sitter i en bäck och spelar musik som lockar människorna, särskilt kvinnorna till otidigheter.

En svensk psykolog, Malin Edlund, beskriver psykopater såhär:

Psykopater är mänskliga rovdjur som använder charm, manipulation, provokation och våld för att kontrollera andra och tillfredsställa sina egna själviska behov. Genom brist på medkänsla och samvete tar de kallblodigt det de vill ha och gör det de vill. Bryter mot sociala normer utan minsta skuld eller ånger. Det spelar ingen roll vilka konsekvenserna är. Drivkraften är att skapa egen vinning.

Det är en väldigt bra beskrivning. Psykopaten har inget samvete, känner ingen ånger för det han gjort och är enbart lojal mot sig själv. Det är därför psykopaten är farlig och därför du ska fortsätta att läsa.

Vårda din inre motståndsrörelse



I kontakter jag haft med kvinnor som till slut lämnat våldsamma relationer, finns en återkommande beskrivning om att de - trots rädsla - ändå fortsatt att på olika sätt göra motstånd. En inre liten motståndsrörelse eller rebell som på olika sätt ändå försvarar ursprungsjaget mot den bild som relationspsykopaten försöker måla upp.’

Kanske tänker man inte på det som motstånd under den tiden man är i relationen. Eller, på jobbet där man har en psykopat. Det blir en sorts anpassning till de förutsättningar som råder för att skapa så lite konflikt och våld som möjligt. Först när man klivit ur blir det tydligt att man trots allt hållit en sorts inre gnista vid liv.

”Under tiden jag var gravid så svullnade fötterna. Men hemma och när vi var någonstans tillsammans så hade jag alltid högluckat eftersom han ville se mina snygga ben. Det var mer väsentligt än att jag skulle må bra under graviditeten. Jag gömde tofflor på jobbet.”

”Tidigt i vår relation krävde han insyn i min mobil och dator med ursäkten att han hade blivit bedragen. Att göra honom lugn, var ingen big deal. Jag ville visa att jag var en pålitlig flickvän. Men sedan blev det ett obehagligt måste där han alltid påpekade och ifrågasatte. Så jag lade nästan ner sociala media helt. Jag orkade inte. När jag fick ett nytt jobb förväntades jag vara aktiv på bland annat LinkedIn och min arbetsgivare hade där varit tydlig med att på jobbdatorn och mobilen så var det total sekretess. Just där fredade jag mina lösenord med hänvisning till jobbet. Min partner var sur, men kunde ju inte direkt hävda att hans ångest trumfade reglerna på mitt jobb. När min dator strulade och jag lämnade in till supporten sa de grejorna innehöll spionprogram. Avancerade

grejor. Det blev starten till att jag fattade att min partner var sjuk i huvudet på riktigt. Som hjälpte mig bort.”

”Han kollade alltid upp alla kvitton och rotade runt både i min garderob och i kylskåpet efter om jag hade köpt något som han inte kände till. Om jag handlade något godis till mig eller barnen gällde det att köpa det kontant och äta upp det med en gång. Mamma brukade ofta komma med en choklad som jag gillar och den hade jag bland mina bindor.

Jag satt inne på toaletten och åt choklad i smyg.”

”Han avskydde att jag umgicks med en av mina vänner och sa att hon var en manshatande flata som hade dåligt inflytande på mig och barnen. Så jag träffade min väninna på andra sätt. Vi lunchade och gick och tränade ihop direkt efter jobbet. Visserligen var det svårt att förklara bort för henne varför vi aldrig sågs hemma hos mig eller henne. Om han dykt upp kunde jag skylla på att det var en slump att hon var där. Våra träffar höll mig friskare i huvudet.”

Din egen lilla hemliga motståndarmé håller kvar din identitet som ett viktigt ankare i tillvaron. Och även om det är pyttelitet, som en godispåse, ett klädesplagg eller musik du lyssnar på i smyg, så är det vitalt.

Vårda din inre HEMLIGA motståndsrörelse!

På andra sidan kommer den att stå där med en öppen famn och ta emot dig och vara ett bevis på att du gjort rätt som har lämnat. Alla är vi värda att få leva i ett eget och obegränsat livsutrymme.

En kvinna sammanfattade sin känsla av att vara på andra sidan av den psykopata relationen på ett klockrent sätt.

”Det är så fantastiskt att äntligen slippa ljuga för att få vardagen att gå ihop.”

