

»Hvem vil vedgå sig, at man er psykopat?«

Du er enten med ham eller imod ham. Påpeger du hans adfærd, er det en krænkelse. Mellem tre og fire procent vurderes at have hverdagspsykopati i en eller anden grad. Chefsykolog Tine Wøbbe arbejder på en bog om, hvordan du spotter dem.

Af **Anne Funch** afu@berlingske.dk
Foto: **Søren Bidstrup**

Vi har allesammen psykopatiske eller dyssociale personlighedstræk. Det har du, og det har jeg. Det har *alle*.«
Tine Wøbbe er chefsykolog på Psykiatrisk Center Sankt Hans med speciale i dyssocial personlighedsstruktur:

»Jeg er måske lidt mere dyssocial, end du er, eller omvendt, men vi er stadig inden for normalområdet. Det er langt de fleste af os.«

Men der er gruppe mennesker, siger hun, som befinder sig uden for normalområdet et sted inde i mellemområdet for psykopati, hvad enten det er i let, moderat eller svær grad: Hverdagspsykopaterne. Og jo højere oppe på »psykopatskalaen«, jo vanskeligere foromgivelserne og for samfundet.

»De oplever ikke selv, at de har et problem, så hvorfor skulle de gøre noget ved det? Hvem vil vedgå sig, at man er psykopat? De glider gennem tilværelsen på en anden måde, end du og jeg gør. Der er ikke noget, der gør ondt. Der er ingen følelsesmæssig regning for tingene, men teflon hele vejen rundt. Empati, anger og skyldfølelse er ikke noget, de mærker. De bruger os andre til at opnå det, de gerne vil, og er ikke blege for at smide os væk, når der ikke er brug for os længere.«

På en gåtur i Dyrehaven nord for København forklarer Tine Wøbbe om hverdagspsykopati. Om at de fleste af os på et eller andet tidspunkt med en vis sandsynlighed vil støde ind i en hverdagspsykopat med narcissistisk og psykopatisk adfærd, måske uden at opdage det. Eller også indser vi det først efter længere tid. For andre vil relationen være tættere, måske er vi kæreste eller gift med ham, hvis ikke han er vores ven, chef, kollega eller badmintonmakker.

»De kan ikke relatere sig til eller holde af andre på samme måde, som du og jeg kan,« siger hun og tilføjer, at der er flere mænd end kvinder med psykopati.

Tine Wøbbe arbejder på på bogen »Kort og godt om psykopati,« som udgives af Dansk Psykologisk Forlag. En bog, der skulle være udkommet, men som så meget andet er blevet

forsinket af coronakrisen. Der har været ekstra meget at se til for chefsykologen, der har sin daglige gang på Danmarks største psykiatriske hospital i Roskilde, for også her har man været udfordret af coronaepidemien i løbet af vinteren.

Til april skal hun holde foredraget »Kender du en psykopat?« for Folkeuniversitetet i København.

»Hver gang jeg ude og holde et oplæg, skal jeg sikre mig at have mindst tyve minutter ekstra til at svare på spørgsmål, for der altid er nogle nede i salen, som enten er eller har været ofre for psykopater. Folk spørger også undervejs, og mange har behov for at fortælle om deres egne erfaringer.«

I Danmark skønnes det, at der er cirka 250.000 psykopater, og det betyder, at vi hver især kender én - måske to. Men hvornår er man psykopat, hvor møder vi dem, og hvordan tackler vi dem? Det er noget af det, Tine Wøbbe forsøger at give svar på, når hun holder foredrag.

Sammen med sine kolleger har hun ansvaret for landets mest syge retspsykiatriske patienter, mange af dem med lange domme. De patienter befinder sig i ekstremområdet og er velkendte i psykiatrien, mens hverdagspsykopaterne er langt mere usynlige og sværere at diagnosticere, fordi man kun har kontakt med et fåtal.

»Ikke to diagnoser er ens,« fastslår Tine Wøbbe.

»Psykopater er mindst lige så forskellige, som alle os inden for normalområdet. Vi ville gerne vide mere og forske mere, men det er meget vanskeligt, netop fordi vi har med mennesker at gøre, som ikke selv mener, der er et problem.«

Ingen fælles børn eller fælles penge

Når det sker, at vi har en relation med en hverdagspsykopat, er det ifølge chefsykologen klogt at vide, hvad man er oppe imod.

»Få aldrig børn med ham eller hende og hold økonomien adskilt,« lyder det råd, som Tine



»De oplever ikke selv, at de har et problem, så hvorfor skulle de gøre noget ved det?«

**TINE WØBBE,
CHEFPSYKOLOG
OG FORFATTER**

Wøbbe gennem sine snart 25 år som psykolog har givet igen og igen. Også til de klienter, hun har i sin private konsultation på Frederiksberg en aften om ugen, hvor flere er ofre for hverdagspsykopater.

»Jeg tror, de fleste først bliver klar over det efter noget tid, og nogle først efter et rigtig godt stykke tid, hvad det er for en type person, de har indgået en relation med. Fra de beretninger, jeg har hørt, går det igen, at man i en periode tænker: »Det kan jeg ændre på eller hjælpe ham med.«

Men hvis du fortæller ham, at du ser et problem i hans adfærd, bliver du besværlig. Du krænker ham, og så ryger du over i »imodmig-bunken.« I en relation med en psykopat er du enten med ham eller imod ham. Derfor skal man finde ud af med sig selv, om man kan leve i en relation med én, der er dyssocial, for der er ingen behandlingstilbud, og personen vil med stor sandsynlighed ikke forandre sig.«

ADFÆRD



Fem fakta om hverdagspsykopater

- 1. Personen har ikke et problem med sin adfærd, så hvorfor gøre noget ved det?**
- 2. Har ingen empati, anger eller skyldfølelse – der er ikke rigtigt noget, der gør ondt.**
- 3. Kan ikke relatere sig til eller holde af andre på samme måde som mennesker inden for normalområdet.**
- 4. Du er enten med ham eller imod ham. Hvis han synes, du krænker ham, ryger du over i »imod-mig« bunken.**
- 5. Der er ingen følelsesmæssig regning, men teflon hele vejen rundt.**

Mange kan leve et almindeligt familieliv og sagtens være en udmærket forælder og partner, hvis der er tale om en let grad af psykopati.

»Måske bliver de ikke så let slået ud af kurs eller påvirket af konflikter som andre. Det kan jo umiddelbart ses som en fordel, men kommer helt an på i hvilken grad eller form for psykopati, der er tale om.«

Når Tine Wøbbe skal differentiere graderne af psykopati, plejer hun at sige, at de bedst begavede og mest intellektuelle psykopater er de »relationsmæssigt farligste«, mens de dårligst begavede, særligt hvis de har en impulsproblematik, er de farligste, hvis man skal se det ud fra en risikovurdering af den fysiske vold, de kan udøve.

Vi er flokdyr

Hun peger på, at vi er sociale væsener, og at man i en pandemitid kan se, hvordan ensomheden fylder overskrifterne igen og igen.

»Vi længes efter det sociale og trives i det. En vigtig del af at være menneske er jo, at vi er et flokdyr. Men mennesker med en dyssocial personlighedsstruktur er ikke afhængig af flokken, som vi andre er.«

Sammen med Tine Wøbbe er vi fremme ved en af de røde låger i Dyrehaven. Og hvordan var det nu med alle os, der befinder os inden for normalområdet, men alligevel har psykopatiske eller dyssociale personlighedstræk?

»For at fungere som menneske skal vi kunne overleve og begå os i sociale kontekster og hierarkier. Det er også en fordel at have en eller anden grad af egoisme som en del af vores personlighedspalette, ligesom det kan være nødvendigt i visse situationer at være i stand til at manipulere og foretage træk for egen vindings skyld. Men så længe det er ikke er i mellem- eller ekstremområdet, behøver det ikke at være et problem.«

For nogle kan det være et vanskeligt valg at træffe, når personen samtidig kan være charmerende, sige de rigtige ting og agere på den rigtige måde.

»Han synes, at du er uendelig heldig, fordi du lige præcis har mødt ham. Men formålet vil altid være, at du skal gøre det, som han vil have dig til. Gennem meget lang tid vil han være i stand til at opretholde en facade, som kan være vanskelig at gennemskue.«

Ingen forskere eller fagpersoner ved med sikkerhed, hvor mange hverdagspsykopater der er i Danmark.

»Psykopati hører under den dyssociale personlighedsstruktur rent diagnostisk. Hvis vi ser på andre personlighedsforstyrrelser i vores diagnosesystem, som det dyssociale kan grupperes sammen med, vil et forsigtigt skøn være, at det er et sted mellem tre og fire procent af den danske befolkning, som har hverdagspsykopati i en eller anden grad,« lyder en vurdering fra Tine Wøbbe.



Sammen med sine kolleger har chefspsykolog Tine Wøbbe ansvaret for landets mest syge retspsykiatriske patienter, mange af dem med lange domme. De patienter befinder sig i ekstremområdet og er velkendte i psykiatrien, mens hverdagspsykopaterne er langt mere usynlige og sværere at diagnosticere, fordi man kun har kontakt med et fåtal.