

**ДЖО НАВАРО, ТОНИ СИАРА  
ПОЙНТЪР  
ОПАСНИТЕ ЛИЧНОСТИ  
ПРОФАЙЛЪР ОТ ФБР УЧИ  
КАК ДА РАЗПОЗНАВАТЕ И ДА  
СЕ ЗАЩИТАВАТЕ ОТ  
ЗЛОВРЕДНИ ЛИЧНОСТИ**

Превод от английски: Детелина Иванова, 2016

[chitanka.info](http://chitanka.info)

*На този свят има два вида хора: такива,  
които пълнят чашата ви, и такива, които я  
пресушават до капка.*

Джо Наваро

*В памет на жертвите*

## БЕЛЕЖКА ОТ АВТОРА

Целта на тази книга е да информира читателя или да потвърди това, на което той може би вече е станал свидетел или е изпитал. Тя не е клиничен справочник и не може да замести услугите на обучен и лицензиран професионалист.

Когато говоря с жертви на престъпления, аз ясно осъзнавам това, което са преживели и нуждата да защитя личната им неприкосновеност и достойнство, затова съм променил имената на всички жертви, с които съм разговарял. За по-надеждна защита съм изменил леко детайлите, датите, времето и мястото на събитията, защото някои полицейски доклади и документи за развод понастоящем могат да се открият по специфични думи или групи от думи. На последно място съм направил всичко по силите си да защитя жертвите, без да се изгубят естеството и почеркът на престъплението срещу тях и това, което са преживели.

# БЛАГОДАРНОСТИ

Всеки път, когато човек предприема интелектуално пътуване, има много хора, на които да благодари. Библиографията е пълна с личности, които са отделили от времето си, за да споделят знанията си — отправям към тях дълбока благодарност.

Покойният д-р Фил Куин, който ме убеди да се присъединя към помощния факултет на Криминологичния департамент на Университета в Тампа, беше мой ментор повече от десет години, докато се образовах и изучавах индивидите с дефекти в характера и личността. За мен неговата перспектива като хуманитарист, свещеник, психолог и криминолог беше наистина уникална и допринесе значително за моето разбиране на тази сложна материя.

Мишел Сен Ив от „Сюрете дю Кебек“, също автор на книги, винаги ме е удостоявал с честта да ми бъде приятел и сътрудник през годините в множество проекти в САЩ и Канада, където е истински великан в областта си. За пореден път той не ме разочарова със забележките си към тази книга.

Специална благодарност дължа на Кая Перина, главен редактор на „Сайколъджи Тудей“, която отдели време от натоварения си график, за да коментира ранните версии на ръкописа. Към д-р Ленард Терито отправям възхищение и благодарности. Докато привършваше 12-ата си книга, той отдели време от претоварената си програма да изчете щателно ръкописа заедно с мен, ред по ред. Огромният му опит в работата с опасни личности, включително и с Тед Бънди, беше от огромна помощ. Той беше изключително любезен да напише предговора към книгата ми.

Тази книга не би била възможна без Стив Рос, директор на отдела за книги към агенция „Абрамс Артистс“. Стив е от онзи тип литературни агенти, които карат нещата да се случват, и без съмнение е един от най-интересните хора, с които да споделиш обяда си.

Искам да благодаря на Алекс Постман, Дженифър Левеск и останалата част от екипа на „Родейл Букс“ които ценят високо

добруването на другите — физическо и психическо — и които, след като видяха този ръкопис, веднага осъзнаха потенциала му да спасява човешки живот. Благодаря на моите редактори Майкъл Цимерман и Джеф Сатари, които поеха проекта в крачка — вие му дадохте завършен вид. Отлична работа!

Ранните версии на този труд бяха четени и препрочитани от Джанис Хилъри. Благодаря за проникновената ѝ подкрепа и ръководство. Да можеше всички да имаме учители като нея — такива, които ги е грижа за учениците им, дори и за възрастните ученици като мен.

Благодаря и на Елизабет Лий Барън от библиотека „Макдоналд-Келси“ към Университета в Тампа, която щедро ми помогна да открия справочни материали и също като добрия ми приятел Марк Рийзър от ФБР винаги ме кара да се смея.

Към Тони Сиара Пойнтър — задължен съм ти още веднъж за това, че придаде форма на думите и мислите ми, но най-вече за това, че прояви любознателност, сподели идеи и концепции, които трансформираха всичко, и че беше така невероятно пунктуална. Ти имаш прекрасна дарба да пишеш и направи задачата ми много по-лесна. Благодаря ти, приятелко.

Дължа благодарност и на семейството си в САЩ и в Европа за това, че изтърпяха отсъствията ми, докато се борех с ръкопис, който беше три пъти по-обемист от това, което ще види читателят. На съпругата ми Трит, към която храня дълбоко уважение — благодаря ти за това, че си каквато си, за ценните ти съвети и любящата ти подкрепа, както и за търпението ти, докато работех усърдно по тази книга повече от година. Ти си благословия във всеки смисъл на тази дума; твърде често ти се налага да ме откъсваш от разни разсейващи фактори. И накрая, благодаря на родителите си за това, че ми оказват честта да ме наричат техен син и че ми осигуриха любяща среда без опасни личности.

Джо Наваро, магистър, специален агент на ФБР (в пенсия)  
Тампа, ноември 2013 г.

Аз ще повторя благодарностите на Джо към Стив Рос от агенция „Абрамс Артистс“, към редакторите ни Майк Цимерман и Джеф

Сатари и към екипа от „Родейл Букс“ за усилията, които положиха за тази книга.

Благодаря на Дона Мънкър за това, че е най-стабилната, любяща, грижовна приятелка и съавтор, която човек може да има.

Любов и благодарност към съпруга ми Доналд за това, че винаги е от моя отбор и пази гърба ми, и за начина, по който можем да обсъждаме най-тъмните и най-светлите страни на живота.

Към Джо Наваро — благодаря ти за съвместната ни работа и за множеството ни интервюта и задълбочени разговори относно поведението на опасните личности: особен терен, който ти за съжаление познаваш твърде добре. Благодаря за неуморната ти работа по всеки аспект на тази книга, за отдадеността ти, за чувството ти за хумор и за неутолимата радост, с която учиш и работиш. Когато ми изпратиш имейл, за да кажеш „здраво съм захапал нещата“, знам, че наистина си ги захапал здраво.

И накрая, с риск да прозвуча несериозно, съм благодарна за това, че котката ни Луси често лежеше успокояващо сгушена на една ръка разстояние върху пухкавото си легло, когато ме болеше да пиша за хора като тези.

Тони Сиара Пойнтър

Ню Йорк, декември 2013 г.

# **ВЪВЕДЕНИЕ**

## **ЗАЩО НАПИСАХ ТАЗИ КНИГА И КАК ДА Я ИЗПОЛЗВАТЕ**

На 27 юни 1975 г. млада жена на име Сюзън Къртис-Сю изчезна от района на иначе много спокоен колеж. Беше на 15 години и участваше в младежка конференция в университета „Бригам Йънг“ в Прово, Юта, където бях полицаи новобранец.

Проведох първоначалното разследване за изчезването ѝ. Разговаряхме с приятелите и семейството ѝ за улики и научихме, че е тръгнала към стаята си, за да почисти новите си шини. Но когато претърсих стаята, четката ѝ за зъби беше суха. Тя така и не беше успяла да стигне дотам.

Можехме да проследим част от действията ѝ (беше използвала купона си за стола), но бяхме ограничени в цялостното им реконструиране — това беше по времето, преди навсякъде в университетите да има камери и всички да сме свързани чрез мобилните си телефони.

Разговаряхме със семейството ѝ. Все още си спомням безмерната им болка и отчаяние. Травмата им беше опустошителна и трагична.

Сю така и не беше открита и в крайна сметка всички достоверни следи отпаднаха. Но тайната на изчезването ѝ ме тревожеше непрестанно, защото бях дежурен през онази нощ, охранявах двора на университета и се чувствах донякъде отговорен. Пазех копие от досието по случая, в което имаше голяма нейна снимка, и много години след това оглеждах тълпите, търсейки лице, което дори далечно да наподобява нейното. Пазех и папката, за да ми напомня за провала ми да защита тази невинна душа.

Минаха години и аз станах агент на ФБР. И тогава един ден ми се обади следовател от Солт Лейк. „Има нещо, което трябва да знаеш — каза ми той. — Така и не открихме Сю Къртис. Но знаем кой е я убил.“ Разказа ми, че през онази нощ добре изглеждащ млад мъж обикалял из

двора на университета в търсене на жертва. Най-накрая този мъж си признал, че е отвлякъл и убил Сю Къртис. Името му беше Тиодор Бънди-Тед — човек, който в крайна сметка щеше да признае за убийствата на 35 млади жени в четири различни щата.

Все още ми е трудно да мисля за момичето с бадемови очи и дълги коси, чиято снимка гледах ден след ден... чийто дневник четях... по чиито дрехи търсех миризми, насочващи къде може да е била... чиито обувки оглеждах за влага или кал, докато отчаяно издирвах някаква възможна улика за това къде може да се намира.

Твърде възможно е да съм видял убиеца й онази нощ, докато обикалях из университетския комплекс. Сигурно съм огледал два пъти колата му за това, че няма студентски или факултетен стикер на университета — но тогава много коли нямаха, тъй като беше пълно с посетители. Не беше забелязана или докладвана никаква незаконна дейност. Беше ден като всеки друг, само че през въпросния ден в университета е имало опасна личност: хищник и сериен убиец, който щеше да вземе още много жертви.

Университетът „Бригам Йънг“ е един от най-безопасните в страната и въпреки това там беше извършено отвлечение и беше отнет живот. Как се беше случило това и кой би извършил такова нещо? Осъзнаването, че един човек може да нанесе такива поражения — не само на жертвите, но и на близките им, — беше смразяващо. Аз бях само на 22, униформен полицаи, когато за пръв път осъзнах истински, че на този свят има опасни хора и че заради тях никога не можем да бъдем в пълна безопасност. Потрепервам, когато си помисля какво е била накарана да разбере Сю Къртис, едва на 15, през онази нощ насаме с хищника, преди да умре.

Убеден съм, че тази единствена случка ме накара години по-късно да започна да работя като криминален профайлър в отдела на ФБР в Тампа и по-късно в Програмата за поведенчески анализ към елитния Отдел за национална сигурност към ФБР. Усещах неудържимо желание да проумея криминалното и патологичното поведение и тази цел доминираше до голяма степен цялата ми кариера в Бюрото. Сю Къртис изчезна по време на моята смяна. На доклада от разследването бяха написани моите думи и инициали. Този трагичен случай запали страстта ми да търся отговори от тези, които ги знаеха най-добре — самите престъпници и техните жертви.



Това, което научих от тях за четири десетилетия, е, че има определени типове личности, които най-често нараняват хората. Отново и отново те се оказват отговорни за престъпления, мъчения, нещастия, финансови загуби, както и за отнемане на живот. Книгата е именно за тези опасни личности, които причиняват толкова много болка и страдание. И вие трябва да знаете това, което съм научил аз за престъпниците, патологичното поведение и опасните личности, защото то може да ви спаси живота.

## ИСТИНАТА ЗА ОПАСНИТЕ ЛИЧНОСТИ

Всички познаваме мрачните заглавия: самотен убиец влиза в офис сграда, класна стая, лагер или друго място и привидно, без да е провокиран, открива огън с автоматично или друго оръжие и убива или ранява много невинни жертви. И след всеки такъв случай, след като хаосът утихне и жертвите бъдат погребани или превързани (но без съмнение травмирани до живот, както и семействата им), си задаваме един въпрос: „Що за човек би направил такова нещо и можело ли е да се предотврати?“.

Когато се случат подобни жестоки събития, те превземат новините и ни тревожат с месеци (кръвопролитията в Техническия университет във Вирджиния, в гимназията „Кълъмбайн“ и началното училище „Санди Хук“, както и в Осло, Норвегия, са само част от примерите). За съжаление тези ужасяващи масови убийства се случват твърде често. Само в Америка има средно по 18–20 такива годишно.<sup>[1]</sup> Случващи се с почти метрономна точност — повече от едно месечно, — тези събития са направо вцепеняващи. „Колко са загиналите този път?“ — се питаме невярващо. Дали са 8, 16, 26 или 77 (както в Ютьоя, Норвегия, на 22 юли 2011 г., убити от ръката на Андерш Беринг Брайвик)?

И все пак, колкото и потресаващи да са тези изблици на насилие, те не дават цялостна представа за това кой превръща в жертви най-голям брой хора. Тъжната истина е, че зад всеки масов убиец има още стотици, които убиват едно дете, един партньор, един съпруг, и тези събития понякога едва достигат до шеста страница на големите вестници. Хаосът, който бушува под обхвата на радара, без да стига до националните новини, е точно този тип престъпност, тормоз и страдание, с които е най-вероятно да се срещнат много от нас.

Опасните личности сред нас ни нанасяват зад затворените врати на дома ни, в църквата, в училище и в офиса, често ловувайки под прикритие неподозиращите и доверчивите — и в повечето случаи никой не разбира това, докато не стане твърде късно. Те влизат в заглавията само в редките случаи, когато ги хванат. Те са отговорни за

голяма част от почти 15 хиляди убийства, 4.5 милиона случаи на домашно насилие, 2.2 милиона кражби, 354 хиляди обира и над 230 хиляди случая на сексуално насилие, които се случват годишно в САЩ, много от които си остават недокладвани и ненаказани. Или подобно на Бърнард Мейдоф те могат с години да присвояват пари от възрастни хора и дори от приятели (а в неговия случай — в такъв голям мащаб, че беше съсипано икономическото благосъстояние на хиляди хора). Могат да действат необезпокоявани с десетилетия, съсипвайки животи, както в случая с осъдения насилник на деца Джери Сандъски в Пенсилванския щатски университет.<sup>[2]</sup>

Спомнете си за онези моменти в живота ви, когато някой е откраднал нещо от вас или се е възползвал от вас по начин, който ви е наранил. Може би домът ви е бил обран или са ви откраднали колата. Може би сте се срещали с човек, който се е оказал отровен, или са ви тормозили в училище или на работа. Може би са ви нападнали, обрили или са злоупотребили с вас сексуално, а вие така и не сте го докладвали или пък, ако сте, нищо не е станало. Край нас се случват много неща, които така и не се докладват, а когато това стане, виновниците рядко отиват в затвора. За 60 години криминолозите вече са разбрали, че по-малко от 1% от престъпниците попадат в затвора за деянията си.

Това е важно за нас, защото повечето от хората, които могат да ни наранят — тези опасни личности — обикновено се изплъзват от официално разследване и пораждат хаос в живота ни, без някога да бъдат заловени — или продължават да действат с години, преди някой да ги спре. И това се отнася само за физическите наранявания. Повечето от хората, които ни нараняват, правят това и в емоционално, психическо или финансово отношение. Те също са опасни личности, защото по свой начин ни излагат на риск.

---

[1] Cloud. „Preventing Mass Murder“, pp. 28-29 ↑

[2] Доклад на ФБР за престъпността, 2011. ↑

## КАК СГЛОБИХ ПОРТРЕТИТЕ НА ЧЕТИРИТЕ ТИПА ОПАСНИ ЛИЧНОСТИ

Докато работех във ФБР като профайлър, започнах да забелязвам повтарящ се модел при типовете личности, които се натрапваха на вниманието ни. Това бяха хора, които непрестанно причиняваха нещастие на другите, нарушаваха закона, позволяваха си опасно поведение, възползваха се или малтретираха околните и като цяло причиняваха болка и страдание — не веднъж, не два пъти, а постоянно.

С мои собствени усилия и под ръководството на други хора научих, че има определени личности, които винаги ще се държат отворително, които са измамни и манипулативни, които с удоволствие се възползват от другите и които не уважават хората и законите. Те изтощават емоционално околните и могат да са жестоки, безсърдечни и използвачи. И повтарят това си поведение отново и отново, без да ги е грижа за физическите или психическите вреди, които нанасят на другите.

От разследването, ареста и разпитите на изнасилвачи, убийци, похитители, банкови обирджии, престъпници с бели якички, педофили и терористи научих, понякога по трудния начин, че опасните личности могат да бъдат много измамни. На пръв поглед може да изглеждат и да действат като нормални хора. Може дори да са интелигентни, интересни, чаровни и привлекателни. Но винаги са опасни.

През 1995 г. срещнах за пръв път Кели Терийз Уорън. Беше на 30 години и живееше в Уорнър Робинс, Джорджия, с дъщеря си и съпруга си. Кели беше служила в армията като секретарка и била уволнена с почести, след като беше прослужила мандата си в Германия. Съпругът ѝ работеше в склад за дървен материал, а тя работеше на няколко места, включително като детегледачка и в хранителен магазин.

Кели винаги ми се усмихваше и ме посрещаше с прегръдка. Колкото и малко храна да имаха, тя с готовност я споделяше и винаги препълваше чашата ми със сладък студен чай. Едно лято разговарях с мен повече от 10–12 пъти, винаги с усмивка.

Кели ми разказа какъв е бил животът ѝ като американски войник, разпределен в Германия, и какво е да израснеш в бедно южняшко семейство. Беше забавна и жизнерадостна и винаги отговаряше бързо на въпросите ми и разясняваше неяснотите. Близо година подаваше на мен и колегите ми информация, която ни беше нужна за преследването на престъпник — и то не просто престъпник, а шпионин на съветския блок. В продължение на година проследявахме почти всяка дума на Кели. Проверяхме всяко късче информация, което тя с ентузиазъм ни предоставяше.

Но нещо не беше наред. Нищо от това, което казваше Кели, не доведе до резултат в работата ни. Отне ни много време да го проумеем, защото повечето от следите водеха към Европа, а не към САЩ. Накрая успяхме да я притиснем с фактите. Тогава разбрахме, че не само ни беше лъгала, но и че именно тя беше поставила страната си в опасност. Именно тя, едва на двайсет и няколко години, в разгара на Студената война, беше поставила в опасност цяла Централна Европа, продавайки на съветския блок строго секретни военни планове, които беше печатала на машина. Кели, с нейната сладка усмивка и сладкия ѝ чай, беше поредният пример как опасните личности могат да бъдат чаровни, забавни и интересни, но и могат да поставят цяла нация — или в нейния случай множество нации — в опасност. Днес Кели излежава 25-годишна присъда за шпионаж.

Тези индивиди имат дефекти не само в личността, но и в характера си — а именно в морала и етиката си. На практика не може да им се вярва, че ще ви кажат истината, че ще ги е грижа за вас и ще ви защитят или че с тях ще сте в безопасност. И точно заради тези дефекти поведението им неизменно оставя след себе си пълна разруха и човешко страдание.

С времето осъзнах, че има четири типа личности, отговорни за повечето от вредите, с които се сблъскваме. Тези четири типа опасни личности ежедневно ни излагат на риск финансово, емоционално и физически и именно това са личностите, върху които ще се съсредоточим в тази книга:

- Нарцистичната личност
- Емоционално нестабилната личност
- Параноидната личност
- Хищникът

Някои читатели може да се зачудят защо в тази книга съм избрал да използвам неклинични термини като „хищник“ и „емоционално нестабилна личност“, за да опиша два типа от опасните личности. Това е разумен въпрос.

Исках да използвам термини, които всеки би разбрал моментално и които лесно преминават границите между различните култури. Би било много лесно (и може би полезно за продажбите на книгата, както предложиха някои приятели) да използвам термина „психопат“, за да опиша хищника. За съжаление терминът „психопат“ е толкова изтърган от употреба, че някои професионалисти го използват небрежно, докато по-внимателните биха ви казали, че термините „поведенческо разстройство“, „социопатия“, „антисоциално поведенческо разстройство“ или, както предпочита Световната здравна организация, „диссоциално личностно разстройство“, биха били по-точни и прецизни.<sup>[1]</sup>

Медицинската литература прави ясно разграничение между психопат, социопат, индивид с антисоциално личностно разстройство и индивид с поведенческо разстройство. За да сложи етикет на някого, използвайки тези конкретни термини, човек трябва да е много наясно със специфичните критерии, установени от здравната общност или от изследователи като Робърт Хер.

Това е сложна материя за професионалистите и още по-сложна за незапознатия читател. Затова реших да използвам термина „хищник“, който съдържа идеята, че си имаме работа с хора, които ловуват други хора, възползват се от тях и не ги е грижа за правилата или за правата и неприкосновеността на другите.

По подобен начин термини като „гранична личност“, „хистрионно разстройство“, „поведенческо разстройство“ или „биполарно разстройство“ са неразбираеми за много хора, които не са запознати с пълното клинично значение на тези термини. Затова използвам наименованието „емоционално нестабилен“, за да предам същността на този тип личност, за да може да го разбере един обикновен човек, какъвто съм и аз.

Осъзнавам също и че някои психологически термини, като например „гранична личност“ или „хистрионна личност“, са толкова

силно натоварени с негативно значение и конотации, че служат като стигма или се използват пейоративно, докато същевременно дават твърде малко яснота за какво става въпрос. По тези причини съм избегнал употребата им.

Използвах обаче термините „нарцистична личност“ и „параноидна личност“, защото те са добре познати на много хора поради отдавнашната им употреба в митологията и литературата.

---

[1] Walsh and Wu. „Differentiating Antisocial Personality Disorder, Psychopathy, and Sociopathy“. ↑

## МОЕТО НАМЕРЕНИЕ

*Опасните личности* е моят опит да споделя с вас това, което знам за хората, които ще ви наранят. Опасните личности са навсякъде около нас. Те може да са ваши съседи, приятели, шефът ви, човекът, с когото ще излезете, съпрузи, роднини или родители. Те може да са обществени водачи или професионалисти, отговарящи за образованието, парите, здравето или безопасността ви — и по тази причина трябва да сте особено бдителни.

Злото, престъпленията и страданията ни връхлитат по много начини и рядко развяват знаме или бият барабана, за да кажат: „Подготви се, идвам!“ Всъщност от собствения си опит като специален агент на ФБР знам, че престъпниците са невероятно добри в това да се промъкнат наблизо, за да могат да се възползват от нас. Денис Рейдър, известен също и като убиеца ВИУ („връзва, измъчва, убива“), е бил току пред очите на всички цели 30 години. Рейдър, който живеел в гр. Парк, Канзас, близо до Уичита, бил ръководител на църковното настоятелство, ловец на кучета и отговорник за спазване на нормативните изисквания в града. Бил също и сериен убиец (с поне 10 жертви), който обичал да връзва, измъчва и убива (оттам и съкращението ВИУ) — нещо, което опазил в тайна от съпругата и децата си, както и от градските служби и църквата в продължение на 3 десетилетия. Дейвид Ръсел Уилямс, награждаван полковник от канадската армия, също имал тайна от съпругата си и от останалите офицери — че е сериен изнасилвач и убиец. А какво да кажем за купищата католически свещеници, които десетилетия наред крият престъпната си злоупотреба с деца?

В такива случаи започваме да се чудим: на кого изобщо можем да вярваме? Как можем да откриваме и да избягваме злото, преди да ни връхлети? В крайна сметка трябва да разчитаме на вродените си способности да предусещахме опасността, на наблюдателността си и на поведението на другите, което ни подсказва, че нещо не е наред.

Понякога единственият човек, който би могъл да забележи ключови неща, които могат да ви спасят, сте вие самите, докато седите



до някоя странна или раздразнителна личност на съседното бюро или зад затворената врата на дома си. Спомнете си случая от 2013 г. с Ариел Кастро, който държа в плен, измъчва и изнасилва три момичета в къщата си в продължение на повече от десетилетие (над 3600 дни, представете си само). Едва часове след ареста му съседите вече споделяха с новинарските репортери колко изумени били, тъй като Кастро бил известен като „слънчев човек, който е мил с децата“.<sup>[1]</sup> Един от съседите, който живеел през две къщи и познавал Кастро от 22 години, казал: „Чувствам се донякъде виновен. Трябваше да забележа“.<sup>[2]</sup>

Какво щеше да бъде, ако тези съседи, роднини или членовете на музикалната група, в която Кастро свирел на китара и пеел, бяха понаблюдателни? За съжаление повечето хора просто не са мотивирани да се вглеждат по-отблизо. На практика обществото се мръщи на намесата в чужди работи, а и честно казано, повечето хора не знаят за какво трябва да внимават. Тъжно е, че социалната слепота е правило, а не изключение.

Не искам вие да се превърнете в жертва. Не искам да минете през това, на което съм ставал свидетел и което са изстрадали толкова много хора. Искам да живеете щастлив, смислен живот. Но знам, че наоколо има опасни хора, винаги готови да ви тормозят или да ви отнемат нещо, което е ценно за вас. Ако се съмнявате, просто прочетете вестника и ще разберете, че трябва да сте подготвени.

Човек, който се е превърнал в жертва, впоследствие неизменно си задава въпроса: „Как можа да ми се случи това? Защо не забележах знаците?“. Всички преживяваме такива неща, включително и аз. Всички сме много мъдри със задна дата, но ни е трудно да предвидим отрано възможни бъдещи събития. Никой не ни е казал за какво да внимаваме. Ние — хората, които работим с криминални случаи — знаем, че винаги има личностни черти или поведенчески признаци, които казват на информирания човек: „Тук има проблем, бъди внимателен, пази се или се спасявай“ — но хората или не са ги разпознали, или са избрали да ги игнорират.

Именно тук на помощ идва *Опасните личности*. Искам да ви помогна да сте подготвени, когато някой се опита да се възползва от вас или да ви нарани. Сигурността ни е наша лична отговорност. Тя не може да бъде прехвърляна на други, а ако се опитаме да го направим,

ще останем разочаровани. Полицейските управления са пословично претоварени, психиатричните клиники са препълнени, съдилищата все още оставят твърде много хора да се измъкнат и, както вече споменах, по-голямата част от тези, които причиняват злини, рядко биват заловени. Така че нашата безопасност зависи от нас самите.

Колко хубаво би било да можехме просто да изолираме тези хора от живота си така лесно, както спама или изскачащите съобщения в интернет — с едно щракване. Но не можем. Това означава, че трябва да сме бдителни. Искам да споделя тази информация с вас, защото нямаме на свое разположение експерти по 24 часа в денонощието, 7 дни в седмицата, към които да се обърнем и да ги попитаме: „Мислиш ли, че той е опасен?“, „Мога ли да й се доверя да гледа детето ми?“, „Да инвестирам ли заедно с него?“, „Да я приема ли за съквартирантка?“, „Този мениджър има ли капацитета да управлява компанията ми?“, „Мога ли да го доведе вкъщи и да му позволя да остане през нощта?“. За тези решения сме отговорни ние, но малцина от нас са подготвени да преценяват другите правилно, за да си отговорят на тези въпроси. Ако не съумеем да си отговорим днес, може да открием тъжния отговор на заглавната страница на утрешния вестник.

Сега можете да възприемете активна роля, за да осигурите безопасността си. *Опасните личности* ви предоставя експертни съвети по прост и практичен начин, за да можете да поемете контрол над живота си. Искам да ви помогна да се научите как да преценявате другите за опасни черти на характера или личността им, за да намалите вероятността да се възползват от вас емоционално, психически, финансово или физически. Бенджамин Франклин го е казал най-добре: „Инвестицията в знания винаги носи най-добрата лихва“. Мога да добавя само, че инвестицията в този вид знания може да ви спаси живота.

---

[1] Pearce. „Cleveland Suspect Ariel Castro“. ↑

[2] Goforth, Ortiz et. McShane. „Kidnap Victims Released from Cleveland Hospital Reunite with Families“. ↑

## РЕФЕРЕНТНИ СПИСЪЦИ ОТНОСНО ОПАСНИТЕ ЛИЧНОСТИ

В света, в който работех, никога не разполагахме с лукса да оценяваме даден индивид в продължение на дни или седмици. Решенията за това върху кого да се фокусираме, кого да разследваме, да проследим, да разпитаме, да конфронтираме, да ангажираме или да арестуваме трябваше да се вземат бързо. В крайна сметка, когато преговаряш с похитител, не можеш да му кажеш: „Изчакай за минутка, трябва да се допитаме до експерти каква личност си всъщност, за да знаем как да се справим с теб“. Нещата не стават така. Реалният живот се случва в реално време и решенията трябва да се вземат мигновено.

В кризисни ситуации общите ни познания за човешкото поведение са били от критично значение, но такава е била и специфичната информация, която постепенно сме събрали за поведението на тези опасни личности. С времето, докато изучавах и разговарях с тези индивиди, както и с експертите и жертвите, организирах техните ключови черти в списъци, които да ми помогнат да преценявам опасните индивиди в реално време в напрегнатите ситуации, с които се сблъсквахме всеки ден във ФБР.

Сега ще споделя с вас това, което преди знаеха само избрани криминални профайлери от ФБР и което аз самият често използвах и усъвършенствах през годините.

Глава след глава ще ви опиша чертите, дефиниращи всяка от четирите типа личности, как се държат, как ни карат да се чувстваме и къде и как можем да се натъкнем на тях, с примери от ежедневието, от собствените ми криминални досиета и от пресата. Завършвам всяка глава с референтен списък за опасните личности във връзка с конкретния профил, описвайки ключовите предупредителни знаци с обикновени думи. Списъците съдържат практична, лесна за използване система за оценка, която да ви помогне да прецените къде в спектъра попада поведението на въпросната личност — от леко през умерено до тежко, или с други думи — от дразнещо през токсично до опасно.

Референтните списъци ще ви помогнат да разберете следното:

1. Най-често срещаните личностни черти и поведение, които казват: „Продължи с повишено внимание!“.
2. Чертите, поведенията и събитията, които изглеждат нормални, но всъщност предупреждават за опасност.
3. Какво можете да очаквате в бъдеще от този индивид.
4. Възможното ниво на опасност за вас и за хората, които общуват с въпросния индивид.

Всеки референтен списък е много детайлен и подробен — всъщност много по-подробен от тези, използвани от професионалните психиатри и психолози при диагностицирането на личностните разстройства. Когато погледнете тези списъци, може би ще се зачудите защо са толкова дълги. Отговорът е прост. Преценката на опасните личности е сложна и деликатна. Списъците са дълги, защото трябва да бъдат такива. Детайлите осигуряват точност и помагат да се избегне рискът от пренебрегване на значими или нюансирани типове поведение, които обикновеният човек може да е забравил или да не е осъзнал, че са важни и значими за идентифицирането на конкретни опасни личности. Когато става дума за спасяването на човешки живот — вашият или нечий друг, трябва да се взема предвид какво ще бъде полезно за най-широк кръг читатели, а също и какво е необходимо да се направи. Точно както опитният пилот използва дълъг предполетен и приземителен контролен списък, за да осигури максимална безопасност за пътниците на борда, така и ние трябва да използваме разбираеми референтни списъци, за да бъдем максимално бдителни и прецизни. Когато става дума за опасни хора, подробностите и точността трябва да надделяват над краткостта и неопределеността.

Докато четете тази книга и използвате списъците, ще забележите, че за разлика от много други книги по въпроса, в тази има много малко статистика. Според мен има сериозна причина за това. Когато казваме, че този или онзи личностен тип съставлява 1.6, или 2.8 процента от населението, смятам, че правим лоша услуга на читателите, като ги приканваме да се концентрират върху вероятностите (статистиката), а не върху поведението. Има опасност някой да си каже: „Е, вероятността да не пострадам е 96%, значи няма нужда да се притеснявам за общуването с този тип личност“. Много пушачи се заблуждават, фокусирайки се върху статистиката за хората,

които не се разболяват от рак на белия дроб, а не върху поведението и стила на живот, които водят до тази болест. Точно този начин на мислене искаме да избегнем. Достатъчна е само *една* среща с *една* опасна личност — на улицата, на работа, в колата ви, в дома ви или в спалнята ви, — която да съсипе напълно живота ви. Затова тук се съсредоточаваме върху поведението, а не върху статистиките и вероятностите.

От проучванията (за повече информация се обърнете към петото издание на *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*, познато като DSM-5<sup>[1]</sup>) ми е известно също, че определени разстройства често се диагностицират или асоциират предимно с определен пол: антисоциалното личностно разстройство например се диагностицира по-често у мъжете, докато граничното личностно разстройство е по-често срещано при жените.<sup>[2]</sup> Тези две разстройства притежават много от поведенческите характеристики съответно на хищника и на емоционално нестабилната личност, обсъдени в тази книга. По същата причина, поради която не е препоръчително да се съсредоточаваме твърде много върху статистиката, би било грешка да асоциираме дадено разстройство или личностен тип с определен пол. Не трябва да ни заслепява вглеждането в статистиката или предубеждението към даден пол. Нужно е да се съсредоточим върху *поведението*. Именно поведението преди всичко определя опасните личностни типове.

---

[1] Вж. ДСН-IV-ТР, издадена от „Изток-Запад“ през 2009 г. — Б.изд. ↑

[2] Kreisman and Straus. „I Hate You — Don't Leave Me“. ↑

## ВАЖНО ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

Докато четете тази книга, не забравяйте, че не съм специалист по психология и това не е диагностична книга. Клиничните диагнози са приоритет на лекарите, които са изучавали с години изкуството и науката на диагностицирането и използват специфични критерии, установени от Американската психиатрична асоциация. Професионалистите може и да сметнат информацията тук за полезна, но тя не е предназначена за диагностични цели.

Референтните списъци бяха създадени като средство за преценка за тези, които искат да разпознават опасните личности или поведенията, свързани с опасните личности. Точно както внимателно преценяваме кого да допуснем в дома си и кого да наемем на работа, тази книга и тези списъци ни помагат да бъдем по-прецизни в преценката си за другите. Това е описателна книга как да идентифицираме опасните личности чрез поведението и как да защитим себе си и любимите си хора.

Има множество отлични книги за психичните заболявания, разстроената психика и личностните разстройства, както и за вероятните им корени и лечението им. Тази книга не е такава и ако това е темата, която ви интересува, трябва да потърсите други ресурси. Тя е написана единствено от перспективата ми като бивш агент на ФБР, на когото му се е налагало често да се занимава с този тип опасни личности или лице в лице като обект на разследванията ми, или в консултации. Затова моят подход не е от перспективата на лечителското изкуство — оставям това на професионалистите психолози.

Избраните ресурси и библиографията предлагат селекция от ценни ресурси, които черпят от лечебното изкуство, кризисните центрове, криминолозите, силите на реда и съдебните медици, както и от прозренията на самите жертви. Надявам се, че ще се запознаете с тези допълнителни ресурси и ще продължите да се образовате дълго след като сте прочели книгата. Наистина вярвам, че ще извлечете

максимална полза, ако обърнете внимание какво казват и други автори, а не само един.

Много други книги изследват *защо* тези хора са такива, каквито са. Фокусът тук не е такъв по следната причина: когато някой извлича удоволствие от това да ви унижава ежедневно, пресушил е банковата ви сметка, тормозил е детето ви или ви души с колан, има ли действително значение *защо* е такъв? Единственото, което има значение, тъй като вие не сте психолог или изследовател, е вашата сигурност и сигурността на любимите ви хора.

По време на десетилетията работа в силите на реда, колкото по добре вниквахме в личността на заподозрения човек, толкова по-вероятно беше да го заловим или да предотвратим бъдещи криминални деяния. Например при зложнически кризи информацията дали си имаме работа с човек, който е предимно параноик, хищник, нарцисист или силно емоционално нестабилен, може да промени много начина, по който общуваме с него, колко често и с какви средства.

Това ни помагаше и да определим какви действия можем да предприемем, за да спасим заложника. Познаването на личностния тип на индивида ни даваше представа за вероятния изход от ситуацията, тъй като личностните черти често диктуват вероятната траектория на поведението му. Точно затова при поведенческия анализ казваме: „Най-добрата прогноза за бъдещо поведение е миналото поведение“. Да цитирам един легендарен мислител върху човешката природа:

Ние сме това, което правим многократно.

Аристотел

Така че ако искате да знаете защо опасните личности са такива, тази книга не е за вас. Но ако искате да знаете как те мислят и се държат, ако искате да се защитите, да защитите близките или бизнеса си, това е едно добро начало.

## НЯКОЛКО ПОСЛЕДНИ ДУМИ, ПРЕДИ ДА ЗАПОЧНЕМ

Въпреки че обучението ми и личната ми философия диктуват, че всеки заслужава етично отношение и уважение, вярвам също така, че никой няма социалното задължение да се превръща в жертва. Нека да повторя това: никой няма социалното задължение да се превръща в жертва. Затова пиша тази книга. Грижа ме е само за едно: за вашата сигурност и благосъстояние. Грижа ме е вие, децата ви, родителите ви или вашите баби и дядовци да не станете жертви.

Целта ми не е да ви изплаша, а да ви дам сила. Искам да ви направя чувствителни към такива личности, за да можете да ги забележите, преди да наранят вас или любимите ви хора, и да ви помогна да се дистанцирате, ако те ви причиняват вреда. Искам да ви помогна да развиете своя радар за безопасност, за да усещате поведения, които сигнализират: *Внимание, бъди предпазлив с този човек, не бързай, не се доверявай.*

Колкото по-добре се справяме с това като индивиди, толкова по-добре защитени ще сме като общество. Тогава може би хаосът, който причиняват изключително опасните личности на тази планета, може да бъде ограничен, преди да влезе в новините.

Ако тази книга ви помогне да идентифицирате и да се защитите от някого, който може да ви нарани — физически, емоционално, психически или финансово, — значи съм постигнал целта си.



# **ГЛАВА 1**

## **„ВСИЧКО СЕ ВЪРТИ ОКОЛО МЕН“**

## НАРЦИСТИЧНАТА ЛИЧНОСТ

От всички етикети, които небрежно се лепят наляво и надясно, „нарцисист“ вероятно е един от най-често употребяваните и най-малко разбираните. Терминът е популярен и произхожда от древността (гръцкият мит за Нарцис, който се влюбил в отражението си), но истинският му смисъл може да бъде объркващ.

Много хора смятат нарцисиста за човек, който нарича хотели на свое име или винаги иска да бъде в светлината на прожекторите — може би герой в риалити формат. Наистина много хора обичат светлините на прожекторите. Но видът нарцисист, за който говорим, отива далеч отвъд това да се стреми към слава, при това по начини, които са вредни и опасни. Отсега нататък ще използвам термините „нарцисист“ и „нарцистична личност“ като взаимозаменяеми.

Нарцистичните личности ги е грижа само за тях самите, за собствените им нужди и приоритети. И вие, и аз обичаме вниманието, но нарцисистът жадува за него и манипулира хората и ситуацияите, за да го получи. Докато вие и аз работим здраво, за да постигнем успех, нарцистичната личност действа подмолно, за да успее, и може да мами, да лъже, да украсява истината или да крои схеми, за да напредне, без да го интересува дали това ще навреди на някого.

Нарцисисти могат да бъдат открити във всяка прослойка на обществото ни до самия му връх, където мрачните анали на историята показват, че са започвали войни и са унищожавали големи популации хора. Но могат и да се открият в офиса или на столчето в бара до вас, у дома, в екипа ви, в класната стая и дори в духовната ви общност.

„Пепеляшка“ — класическата приказка за жестоката мащеха и доведените сестри, погълнати от себе си, възплава експлоататорската същност на нарцисизма. Това са хора, които водят себично съществуване за чужда сметка. Най-прочутата версия на „Пепеляшка“ е тази на Дисни, но в исторически план съществуват над 300 варианта на приказката.<sup>[1]</sup> Очевидно много култури са сметнали за нужно да ни предупредят за този тип личност, и то с основание.

Подобно на мащехата и доведените сестри на Пепеляшка, тези личности почти никога не виждат вината в себе си и смятат всеки, който не ги цени така високо, както те ценят себе си, за нищожество, което трябва да бъде унижавано и тормозено. И докато в „Пепеляшка“ на Дисни има вълшебен хепиенд, в реалния живот няма фея кръстница или принц, който да ни спаси. Когато си имаме работа с нарцистични личности, защитата ни зависи само от нас.

---

[1] Перо, Шарл. „Пепеляшка“. ↑

## ПОВЕДЕНИЕТО НА НАРЦИСТИЧНАТА ЛИЧНОСТ

Нарцисизмът не е същото като увереността. Истинската увереност е белег за възхитителна сила на характера. Увереността на нарцисиста всъщност е арогантност — дефект в характера, който води до грандиозни идеи и до неуморно преследване на желанията му, често за сметка на другите.

Някои грандиозни идеи може да са от полза за обществото. Нека да дадем само два примера: напредъкът, който е донесла мечтата на Едисон за свят, захранван от електричеството, и на Кенеди да кацнем на Луната. Уолт Дисни също е имал грандиозна идея: вълшебно място за забавления за деца и възрастни, която се е превърнала в Дисниленд, Дисни Уърлд и Епкът.

Грандоманията на нарцисиста е съвсем различна. Да вземем например Джим Джоунс, чиято мечта за „Джоунстаун“ в Гаяна създала място, където хората да му отдават почит като на висше същество. Каква е била цената на приемането в нея? Всичките ви спестявания и свободната ви воля. От вас се изисквало също и да сте готов да убиете собствените си деца и себе си, изпивайки напитка с цианид заедно с още над 900 други последователи.<sup>[1]</sup>

В първия случай една грандиозна идея води до осъществяването на мечтите ни. Във втория се осъществяват най-кошмарните ни сънища. Разликата не е в идеите, а в типа личност и дефектите в характера ѝ. Един търси щастие за всички. Друг търси обожание и щастие само за себе си. Затова искам да ви предупредя за чертите, които дефинират тази опасна личност.

## ЕГОЦЕНТРИЧНИ

Като деца всички минаваме през фаза, в която се чувстваме център на света и имаме усещането, че всичко ни се полага по право. На практика нарцисистичните личности никога не я надрастват. Тяхната инфантилна нужда непрестанно да им се обръща внимание ги кара да

правят какво ли не — от абсурдното до немислимото — за да бъдат център на внимание или да постигнат своето.<sup>[2]</sup>

Те пристигат със закъснение на бизнес срещи, празници и семейни събирания, забавят различни дейности, карат околните да чакат и дори да правят жертви заради тях. Те могат да влетят на пожар или да се появят драматично само за да привлекат вниманието на всички. Не се колебаят да ви информират, че са най-интелигентните сред всички присъстващи. Някои безсрамно ръсят имена на известни личности, небрежно споменавайки с кого се познават, с кого са обядвали и така нататък, за да ви покажат, че са близки с важни хора.

Да изглеждат добре във всеки смисъл е жизненоважно за нарцисистите. Може да забележите как се гласят пред всяко огледало. Непрестанно мислят за външността си (което може да породри мания по фитнеса или хирургичните корекции) и използват присъствието си, за да впечатлят другите, независимо дали се издокарват така, че всички да се обърнат към тях на някое парти или пък всеки да види, че имат най-доброто, най-голямото или най-скъпото от всичко.

Някои нарцисистични личности се представят като много способни, но всъщност са постигнали съвсем малко. Това не ги спира да се държат високомерно и да виждат себе си като велики изобретатели, художници, музиканти, мислители, водачи или певци. Когато не стане на тяхната, обвиняват всеки друг, но не и себе си. Може би те са допускали грешки, некомпетентни са или просто не се харесват на останалите, но никога няма да чуете това от тях. Не — системата, обществото, шефът, професорът, електоратът, светът са против тях. Ние просто не успяваме да проумеем колко велики са те.

Когато другите не се отнасят към нарцисистите като към специални личности, за каквито се смятат те самите, те реагират с инфантилен гняв, градиращ от цупене през мрънкане до кипящо недоволство, а понякога и до насилие. Те могат да нападнат остро и да обвиняват с чувство за безнаказаност, да са завистливи и отмъстителни — такава е тяхната природа.

## **НАДЦЕНЯВАТ СЕБЕ СИ И ПОДЦЕНЯВАТ ДРУГИТЕ**

Тъй като нарцистичните личности виждат себе си като специални и уникални, смятат всички останали или за незначителни или за по-нисши от тях. Те стават експерти в това да унижават другите, за да издигнат себе си — това са тираните на света. По този начин Леона Хелмсли — бизнес дама и хотелиерка — се сдобила с прякора Кралица Гадост.<sup>[3]</sup> Но тя не била просто гаднярка. Според всички свидетелства била истински тиранин към всеки, за когото решавала, че е по-нисш от нея — доста подобно на типа училищен тормоз, на който сме свидетели днес.

Фактът, че тормозът, изглежда, се увеличава, и че последиците от него (чести отсъствия, депресия, тревожност и самоубийства) стават все по-драматични и крайни, не е случайност. Много клинични психолози смятат, че като цяло нарцисизмът сред населението се е увеличил, а оттам и тормозът над другите, което е обичайна черта на нарцистичната личност.<sup>[4]</sup> Изглежда непрестанният тормоз и нарцисизмът вървят ръка за ръка.

Днес нарцистичната личност дори не е нужно да бъде близо до вас, за да ви тормози. На 9 септември 2013 г. 12-годишната Ребека Седуик скочила от изоставен циментов завод в окръг Полк, Флорида, и се самоубила; според слуховете — в резултат на онлайн тормоз (кибертормоз).<sup>[5]</sup> Това се случва понякога, когато хората непрестанно надценяват себе си и подценяват другите — обичайна черта на нарцисистите.

Нарцистичните личности имат изострена способност да усещат слабостта и несигурността у околните и да я използват, за да ги унижават или да изтъкнат себе си за тяхна сметка. Може и да е по незабележим начин, като например да отбележат, че имате нов часовник и после да привлекат вниманието към своя, който е много по-скъп. На гости казват неща като „Значи няма да има пържоли, а само хамбургери?“ достатъчно силно, за да ги чуят всички присъстващи. Те не се интересуват как се чувствате вие, а процъфтяват, като омаловажават другите.

Те са от типа хора, които, усетили притеснението на човек, който ще произнася реч, казват: „Сигурно е трудно да излезеш след такъв страхотен оратор — не ми се иска да съм на твое място“. Знам това от опит, защото ми се случи точно преди да говоря пред група хора в Ню Орлиънс.

Понякога нарцисистите издават истинската си природа, като мъмрят съпрузите или децата си на публично място, на социални сбирки или на детски спортни състезания. Ако правят това пред всички, представете си какво вършат вкъщи, далеч от чужди очи.

Или пък ръсят презрителни коментари с язвително равнодушие за това колко глупав или некомпетентен е някой. Излайват по минаващия сервитьор команда да свърши нещо за тях и после се обръщат към вас с усмивка — все едно нищо не е станало. На събитие, на което присъствах преди години в Лас Вегас, един оратор се разkreщя на персонала на хотела пред около 150 присъстващи, когато микрофонът му спря да работи: „Не съм бил толкова път, за да приличам на глупак — оправете го!“. На хората им увиснаха ченетата. Подобно държание трябва да служи като издайнически знак за всеки, който е свидетел или обект на такова отношение, че се намира в присъствието на нарцисична личност.

## **ВМЕСТО СЪЧУВСТВИЕ ЩЕ СРЕЩНЕТЕ АРОГАНТНОСТ И ПРЕТЕНЦИИ**

Личност, която се има за по-важна от останалите, има ограничена способност за съчувствие. Докато повечето от нас се научават още като деца да разбират чувствата на другите и да преценяват как действията им се отразяват на околните, при тези личности състраданието или разбирането на ситуацията, в която се намирате, и на чувствата ви е ограничено или напълно липсва. Може да се намирате в кризисно положение и въпреки това някак си няма да сте в центъра на вниманието, защото нищо не бива да го отвлича от нуждите и желанията на нарцисиста. Може да трябва да се погрижите за болното си дете, но те въпреки това настояват да ги заведете на пазар в мола. Всъщност нарцисичните личности смятат признанията за чуждите нужди, болести или грешки за слабости, които потвърждават тяхното превъзходство и оправдават унизителното им поведение.

Някои нарцисисти показват арогантността и надменността си — тя се усеща в начина, по който говорят, реагират и дори се движат. Други осъзнават необходимостта поне да изглеждат състрадателни. Но

състраданието им следва определен модел — като например, когато шефът ви звънне у дома, когато сте болни, за да попита как сте, но всъщност е загрижен само кога ще се върнете на работа. Може да изглежда, сякаш ги е грижа, но всъщност интересът им към живота и благосъстоянието ви е повърхностен и мимолетен — освен когато не засяга тях.

Трети пък издават свръхзавишената си самооценка само когато настъпи някаква криза. Тогава егоцентричната им перспектива за света излиза на повърхността.

На 20 април 2010 г. нефтената сонда на „Бритиш Петролиъм“ „Дийпуотър Хърайзън“ експлодира в Мексиканския залив, убива 11 работници и причинява най-големия непредумишлен морски нефтен разлив в историята на петролната индустрия (а и на целия свят). Във връзка с катастрофата и последиците ѝ за засегнатите, на 30 май главният изпълнителен директор на „Бритиш Петролиъм“ Антъни Хейуърд-Тони каза пред един репортер: „Съжаляваме за сериозната разруха, която причинихме в живота им. Няма друг, който да иска това да приключи повече от мен. Искам си живота обратно“.<sup>[6]</sup> Тук изразът „да ти увисне ченето“ е съвсем намясто. Говорим за природно бедствие с исторически пропорции, причинило смъртта на 11 души, а човекът „си иска живота обратно“. Понякога е необходима криза, за да разкрие нарцисистичните черти, които говорят: „Най-важен съм си аз самият“.

Колкото повече разговаряте с нарцисистичните личности, толкова по-ясно усещате, че не ги е грижа за вас. Те не задават много въпроси, свързани с вас. Това, което искат всъщност, е да обърнете внимание на тях и на техните нужди и желания или да изпълнявате нарежданията им. Но тъй като са много чувствителни към това как изглеждат в очите на другите, те може в някои случаи да модулират и изменят поведението си, за да контролират начина, по който ги възприемате. Може да действат така за известно време, но в крайна сметка истинските им чувства ще излязат наяве.

Нарцисистите се държат мило, за да получат своето, а не за да изразят истинска загриженост. Във филма „Добри момчета“ набиращият сила гангстер Хенри Хил (в ролята Рей Лиота) се държи внимателно, за да ухажва бъдещата си съпруга Карън, като я глези със страхотни ресторанти, места на първия ред, най-добрата храна, най-доброто вино, никакво чакане на опашки. Цялото му внимание е



фокусирано върху нея. Но щом веднъж се оженват — бум, и край. Нарцисистът си е заработил и е получил това, което иска, така че какъв е проблемът, когато се прибира пиян и миришещ на други жени? Това, което иска съпругата му, няма значение; единственото, което има значение, е това, което той смята, че му принадлежи. Използвал е внимателното отношение, за да я хване в капан, но всъщност не го е грижа за нея.

В истинския живот финансистът Бърнард Мейдоф използва връзките и приятелствата си, за да впримчи доверчиви хора в своята престъпна финансова схема. Смазващата разлика между това, което те очаквали, и това, което получили, е олицетворение на ужасяващата истина за отношенията с нарцистична личност. За нарцисиста приятелите са за използване. Те служат за определена цел: да осигурят на нарцисиста нещо, което той иска или от което се нуждае.

Най-опасните нарцисисти са тези, чиято пълна липса на емпатия и огромна грандомания граничат с психопатията: способността да нанасят вреда без угризения. Те нямат съвест и експлоатират околните емоционално, финансово, а понякога и физически. Ако им вървите по свирката, сте им удобни; ако са недоволни от вас, се превръщате не само в неудобна личност — вие сте човек, когото трябва да унижат и може би да унищожат. Когато прочетем за родител, който затваря, изоставя или убива собственото си бебе, за да може той самият да си прекарва добре и да се забавлява, значи първо и преди всичко си имаме работа с нарцистична личност: човек, който надценява себе си и подценява останалите с равнодушието на влечуго.

Именно с равнодушие като на влечуго се сблъскваме в големи градове и на други места във връзка с феномена, познат като нокаут, при който нищо неподозиращи хора (включително възрастни жени) се превръщат в мишена на изключително бърз удар без никаква провокация, само с цел проверка дали ще изпаднат в нокаут от един удар (обикновено със сътресение на мозъка). За да прояви такава грубост, човек трябва да може да омаловажава другите — черта, която нарцистичната личност притежава в изобилие.

## **ТЪРСЯТ ВРАТИЧКИ, ПРОМЕНЯТ ПРАВИЛАТА, НАРУШАВАТ ГРАНИЦИТЕ**

Тъй като приемат, че всичко им принадлежи по право, нарцистичните личности може да смятат, че не са длъжни да работят толкова усърдно като останалите, че може да потърсят вратички, за да получат това, което искат, или че правилата не се отнасят за тях. Така се стига до политици, които се замесват в афери, сдобиват се с извънбрачни деца и се опитват да отрекат бащинството си (бившият сенатор на САЩ Джон Едуардс); превръщат обществени фондове в лична касичка (Джеси Джаксън-младши) или продават политически протекции на определена цена (бившият губернатор на Илинойс Род Благоевич).

Един изпълнителен директор ми каза, че наел мениджър, който се справял сравнително добре, но внезапно започнал да флиртува с колегите си. Сякаш просто не можел да се възпре да им прави сексуални намеци. Всеки от служителите бил наясно, че такова поведение е недопустимо, но когато му поставили въпроса, той изпаднал в ярост и твърдял, че поведението му по никакъв начин не нарушава условията на договора му и че просто се държи приятелски. Запомнете, нарцисистите не забелязват, че постъпват зле — те смятат, че всичко им е позволено. Просто се ядосват, когато някой изтъкне неподходящото им поведение.

Някои измислят истории за себе си, за да подхранят нуждата си от признание. Може да кажат например че са морски тюлени с военни отличия, но всъщност никога да не са служили във въоръжените сили — и, разбира се, няма как да представят убедително доказателство, защото службата им е „тайна“. Достатъчно лошо е някой да се преструва на военен герой — това е обида към всички, които наистина са служили в армията, — но когато се преструва на лекар, пилот или друг професионалист, и хората му доверяват здравето, живота или спестяванията си, това вероятно е най-голямото предателство към доверието и етиката. Подобни деяния подкопават устоите на обществото и, по мои наблюдения, най-често се извършват от нарцистични личности.

Нарцистичната личност е спец в баламосването и маменето на околните. Точно това направил Кристиан Карл Герхардсрайтер, немски имигрант, който се представял като Кларк Рокфелер, член на прочутата фамилия Рокфелер. Накрая се оженил за Сандра Бос, уважавана бизнес дама, и им се родило дете.<sup>[7]</sup> Когато тя открила всичките му лъжи и

поискала развод, той отвлякъл детето. Кой би направил такова нещо? Негодна за нищо нарцистична личност, търсеща признание — ето кой.

Спомням си една вдовица на име Сара, която дойде във ФБР с молба за помощ. Възложиха ми да разговарям с нея, тъй като имаше вероятност проблемът да е от междуцятско значение и да включва измама, която е федерално престъпление. Сара тъкмо беше платила таксата на третото си дете, за да завърши колеж. Тъй като ѝ се отворило повече свободно време, тя насочила вниманието си към един харизматичен проповедник, който наскоро се заселил в града. Била запленена от неговата отдаденост, от „познанията му за толкова много неща“ и от това колко лесно се сприятелявал с хората. Неговото внимание я накарало да подпомогне „духовните му усилия“ да построи своя църква и му дарила почти 30 000 долара, които била спестила. Но след като му дала парите, проповедникът се изпарил.

Разговарях със Сара 3 години след случилото се и тя все още страдаше от това финансово бедствие. Беше загубила по-голямата част от спестяванията си, а децата ѝ бяха обезпокоени, че се е хванала на въдицата на този измамник, както се е случвало и с други възрастни жени. Но също толкова съсипващо беше и признанието ѝ, че е изгубила „душата си“ и „вярата си в хората“.

Заради безмерното им чувство за собствена значимост на нарцистичните личности им липсва усещането за ясни граници. Те правят каквото си искат с хората, законите, правилата и социалните норми. Като социални кукловоди, те смятат другите за продължение на себе си и ги командват, насочват, манипулират и използват, за да изпълняват желанията им. Например на любовна среща за нарцисиста флиртът, закачките, целувките и милувките са подбуда за секс. Жената може да пожелае да спре донякъде и да не продължава, но нарцисистът смята за свое право да направи това, което му се иска, затова за него думите „не“ и „спри“ нямат значение. Тези думи са по-скоро „легнали полицаи“, а не знак „Стоп“. Това имаме предвид под израза, че нарцистичната личност не признава граници.

Всеки път, когато чуete за някой изпълнителен директор, който лъже за финансовото състояние на компанията си и излага на финансов риск служителите си, става дума за нарцистична личност в действие. Джефри Кийт Скилинг-Джеф и Кенет Лей бяха отговорни за колапса на „Енрон“ през 2001 г. — по онова време най-големият

корпоративен банкрут в историята на САЩ. И двамата бяха осъдени за конспирация и измама, но това беше твърде малка утеха за излъганите акционери и за над двайсетте хиляди служители на „Енрон“, които били окуражавани да инвестират в компания на ръба на фалита. Те изгубиха работата си и всичките си спестявания. За да позволи някой да се случи такова нещо са нужни шокиращо чувство за безнаказаност и грандомания и ужасяваща липса на съчувствие — черти, които нарцистичната личност притежава в изобилие.<sup>[8]</sup>

Когато прочетем или чуем за свещеник, ръководител в детски лагер или треньор, който злоупотребява сексуално с дете, говорим за нарцистична личност, която не зачита човешките права. Забелязвали ли сте, че когато тези хора бъдат заловени, те никога не се извиняват? Не го правят преди всичко защото смятат за свое право да насилват деца. Когато погледна Джери Сандъски, пенсиониран треньор от университета „Пен Стейт“ и осъден сериен насилник на деца, виждам нарцистична личност и окаяно човешко същество, което е използвало децата като източник на забавление. От устата му нито веднъж не се чу извинение. Освен доживотната присъда той заслужава и порицание. Може да е бил уважаван треньор, който е вършел и добри неща, но не е бил добър човек — това е част от нарцистичната патология.

## **ИЗПИТВАТ НУЖДА ДА КОНТРОЛИРАТ**

Хората понякога се шегуват, че са „маниаци на тема контрол“, но ако някога сте имали контролиращ шеф или партньор, значи знаете, че това не е шега. Жена на име Матилда се влюбила в красив латиноамериканец, също като нея. Тя си останала вкъщи, докато той работел, и той винаги ръководел семейните финанси. В началото нямало проблем, но след известно време контролът му станал задущаващ. Тя се изморила да го моли непрекъснато за пари за храна, за нови дрехи и за коледни подаръци. Когато повдигнела въпроса, той казал: „Не се ли грижа за теб? Не съм ли ти осигурил всичко? Не бива да се тревожиш за тези неща“.

Наскоро той я напуснал заради друга жена. Мъжът, който в началото изглеждал така щедър, до такава степен контролирал Матилда, че тя нямала представа колко пари имат в банката и дори

къде са въпросните пари. Днес, на петдесет и няколко години, тя работи на няколко места. Няма банков влог, няма кредит, няма пенсионни спестявания, а той не отговаря на молбите ѝ.

Самочувствието ѝ е оскъдно като финансите ѝ. Тя ми казва през сълзи: „Нямам нищо, а му дадох всичко“. Ето една жена, която се е доверила на човек, който е откраднал свободата и достойнството ѝ. Как се е стигнало дотам? Както в повечето такива случаи: стъпка по стъпка към бездната на живота с нарцисист.

#### ДУМИ, КОИТО ОПИСВАТ НАРЦИСИСТА

С годините съм събрал думите на хора, които са живели, работили или са станали жертви на опасни личности. Това са думите на тези, чиито показания съм вземал, или са се обадили на ФБР и лично на мен за съдействие. Когато бъдат помолени да опишат тези опасни индивиди, повечето хора не са политически коректни или пък не познават клиничните или медицинските термини, но говорят искрено заради травмата, болката или страха си. Това са техните нецензурирани думи, не моите. Може би някои от тях ще ви се сторят познати и описват някого, когото познавате. Сами по себе си тези думи са поучителни и отправят предупредителен сигнал относно тези индивиди:

— злоупотребяващ, играещ роля, агресивен, неморален, арогантен, красноречив, измамен, баламосващ, тормозител, пресметлив, коравосърдечен, хамелеон, харизматичен, чаровен, лъжлив, хитър, студен, мошеник, заговорник, надменен, контролиращ, престъпен, жесток, лукав, опасен, неверен, заблуждаващ, дехуманизиращ, жалък, нечестен, неискрен, разрушителен, обезумял, доминиращ, егоцентричен, зъл, експлоататор, безразсъден, фалшификатор, измамник, повърхностен, грандоман, без чувство за вина, враждебен, самозванец, неделикатен, безразличен, нелоялен, безчувствен, лицемерен, напрегнат, интересен, застрашителен, неприятен, безотговорен, раздразнителен, вбесяващ, смятащ се за велик, престъпник, лъжец, мислещ се за Господ, омразен, безскрупулен, манипулативен, подъл, хипнотизиращ, нарцистичен, фашист, вреден, напаст, паразит, надут паун, педофил, играч, хищник, превзет, престорен, развратник, със силно излъчване, гърмяща змия, рисков играч, правещ се на шеф, саркастичен, съблазнителен,

егоцентричен, плитък, шоумен, мазен, хлъзгав, змия, змийски, плитък, мошеник, нетактичен, неуравновесен, отровен, двуличен, тиранин, безпардонен, непукист, незаинтересован, ненадежден, безпринципен, бездушен, отвратителен, отмъстителен, хитър.

Нарцисистите често търсят позиции, от които да могат да контролират другите. Затова голяма част от тях могат да бъдат открити в поприща като правото, медицината и политиката или пък на високи управленски позиции, където могат да използват ранга или статута си, за да извлекат полза за себе си. Спомням си как кандидат за работа във ФБР ми каза: „Щом веднъж получа значката, никой повече няма да се бъзика с мен“. Няма нужда да казвам, че кандидатурата му беше отхвърлена в мига, в който излезе от стаята. За нарцисистите не е необичайно да търсят работни места, където да упражняват властта и пълномощията си, за да контролират другите, вместо да им помагат.

В крайна сметка няма значение колко висока или ниска е позицията или титлата — тя ще бъде използвана за лична изгода от нарцисистичната личност. Когато прочетете, че някой член на клуб, организация или асоциация е себичен тиранин или е присвоявал пари с години, спомнете си първо и преди всичко за нарцисиста — той постъпва точно така.

---

[1] Kilduff and Javers. „Suicide Cult“. ↑

[2] Kilduff and Javers. „Suicide Cult“. ↑

[3] Chan. „Remembering Leona Helmsley“. ↑

[4] Куин. Интервю. ↑

[5] Martinez. „Charges in Rebecca Sedwick’s Suicide“. ↑

[6] Durando. „BP’s Tony Hayward“. ↑

[7] Karas and O’Neill. „Ex ’Mrs. Rockefeller’“. ↑

[8] Suddath. „Top 10 CEO Scandals“. Lipman-Blumen. „Allure of Toxic Leaders“. ↑

## ТЯХНОТО ВЛИЯНИЕ ВЪРХУ ВАС

Отначало може да е трудно да различите нарцисистите, защото те могат да бъдат интелигентни, привлекателни и интересни, дори да излъчват ореол на всемогъщество. Могат да бъдат много очарователни за тези, които им помагат, но в крайна сметка показват истинската си същност.

Понякога ще станете свидетели на открити прояви на арогантност, надменност или грандомания, които да ви позволят да прозрете под повърхността им и да ви накарат да усетите, че нещо не е наред. Друг път може да бъдат резервирани, снизходителни и дръпнати, което да остави у вас неприятно чувство. Понякога оттеглят привързаността си или отказват да помогнат или да изпълнят задълженията си. Каквото и да направят, резултатът е винаги един и същ — оставят ви с неприятно чувство, неудовлетворени или изтомяни.

Нарцисистите могат да бъдат също и изтънчено жестоки. Умишлено ще пропуснат да признаят някое ваше постижение или ще пренебрегнат болката или страданието, което преживявате. Със своето нарочно безразличие ви оставят сами с триумфа или страданието ви — просто отказват да проявят дори капчица интерес. Ако го направят, вие ще се почувствате добре, а нарцисистичната личност не желае това.

Тъй като способността им за съчувствие е толкова ограничена, те сякаш са „половин човек“, търсещи някой, който да ги допълни. Но когато открият такъв човек, нещата тръгват надолу, защото никой не може наистина да направи нарцисиста щастлив. А те самите наистина не са способни да направят друг човек щастлив. Ако смятате, че можете да накарате отношенията с нарцисист да проработят, ще платите огромна цена в емоционално, психическо, а дори и във физическо отношение.

Именно такава е и основното им влияние върху вас: те ви изтощават. Нарцисистичните личности виждат нуждите и желанията ви само като разсейващи фактори или като пречка пред техните собствени. Ако имате неприятности, чувствате се нещастни, отчаяни

или стресирани, това не е тяхна грижа. Но ако не получат каквото искат, виждате реакцията им — подбелват очи, демонстрират презрение, цупят се, стават нетърпеливи, сприхави и намусени, мърморят или просто си тръгват. Приличат на деца в тяло на възрастни.

Понякога незабавно усещаме болката, когато се намираме край някой нарцисист; друг път тя се чувства като пробождање с кама няколко секунди по-късно („Наистина ли току-що видях/ чух това?“). Може да се събудите внезапно в 2 ч. сутринта, когато подсъзнанието ви се намеси и ви обърне внимание върху нещо травмиращо, което са направили или за което са излъгали. Или пък поведението им ви оставя с чувството, че нещо не е съвсем наред. В такива моменти някои хора се чувстват объркани или физически им прилошава. Някои се разболяват или изпадат в стрес. Разни хора са ми казвали: „Когато ми се налага да се занимавам с този човек, не закусвам, защото имам чувството, че ще повърна“.

Ако и вие изпитвате тези неприятни усещания, обърнете им внимание. Много от нас са научени да „прощават и да забравят“ особено по отношение на семейството и приятелите. Нарцисистичната личност разчита, че ще постъпите точно така. Защото когато ви нарани отново и вие просто стоите изумени, онемели или победени, нарцисистът е в еуфория, чувства се по-висш от вас и е доволен. Тези емоционални атаки ще ви изтощят, докато се превърнете в глина в ръцете на нарцисиста, може да ви се наложи да си вземете болничен, както много хора правят просто за да се възстановите.

Патологичният нарцисизъм може да стигне до крайности, при които законите често ни предават. Една жена дойде във ФБР, за да поиска съдействие за домашен проблем. За съжаление не можехме да направим много, освен да я насочим към социалните служби. Тя с години се оплакваше, че съпругът ѝ карал нея и децата им да седят на пода, когато свиквал семейни събрания, за да порицае семейството за това или онова. Да, той седял на стола си като на трон, а тя и децата трябвало да седят на пода, за да понасят мъмренето или да бъдат накарани да признаят грешките си.

Накрая тя успя да отърве себе си и децата си, но с цената на огромни разходи и не преди тя и малките да бяха понесли сериозни психически травми. Ето един случай на нарцисистична личност, която



искаше да унижава семейството си, за да се чувства по-висш от тях. Полицейските управления в страната и в целия свят се срещат с такива случаи всеки ден — подробностите са различни, но намерението е същото — възвеличаването на един за сметка на останалите.

Дори когато не ви унижават вербално, нарцисистите се държат просто отвратително. Клер ми разказа за мениджъра си: „Минаваше край бюрото ми и буквално стоварваше работата с намръщена физиономия. Папките се разпиляваха, кафето се разливаше. Не го интересуваше какво друго правя или че бюрото ми не му е сметище. Не мога да ти кажа колко много хора е разплаквал. Разплаквал! Що за човек би се държал така?“.

Всеки път, когато чуя за жена или дете, които редовно биват унижавани на публично място, бити или подложени на някаква форма на домашно насилие, първата мисъл, която ми идва на ум, е, че в този дом има нарцисист, който унижава партньора или децата си и надценява себе си до степен, при която може да удари шамар, да блъсне или да пребие член на семейството.

Случаят с Хеда Нъсбаум и 6-годишната Елизабет Стайнбърг-Лиза, която живеела със сем. Нъсбаум, е пример за това какво представлява животът с нарцисист, който безнаказано упражнява насилие зад затворените врати на дома си.<sup>[1]</sup> Нъсбаум — редактор на книги по времето, когато срещнала адвокатата Джоуъл Стайнбърг през 1975 г. — според свидетели отначало смятала Стайнбърг за „божествен“ и се подчинявала на указанията му как да напредне в бизнеса, но животът и със Стайнбърг бил всичко друго, но не и божествен. Той редовно я критикувал и я унижавал дотам, че я карал да лази по пода като животно. Биел я почти ежедневно, при това така, че обезобразил лицето ѝ. През 1987 г. в пристъп на гняв той си го изкарал на Лиза и я убил. Това е трагичен пример как хората, които общуват с нарцисистични личности, с времето стават покорни и инертни. За прокурорите било видно, че самата Хеда била толкова жестоко изтормозена от Стайнбърг, че не могла да се вдигне да защити невинно дете, нито да потърси медицинска помощ за Лиза. Тя била възплъщение на т.нар. синдром на тормозената съпруга. Повече от 30 години по-късно споменът за случилото се с Хеда и Лиза все още е болезнен.

Не всеки, който общува с нарцисистична личност, ще пострада като Хеда и Лиза. Но помнете едно — всеки човек, общувал с

нарцисист, с когото някога съм разговарял, е казвал едно и също: по един или друг начин, в една или друга степен, те са били възпрепятствани да живеят добре и да разгърнат потенциала си. Как са се чувствали ли? Според собствените им думи: „малък“, „незначителен“, „нисш“. Толкова по въпроса...

---

[1] Kilgannon. „Hedda Nussbaum Promotes Her Memoir“. Russo. „Faces of Hedda Nussbaum“. ↑

## ВЗАИМООТНОШЕНИЯ С НАРЦИСТИЧНАТА ЛИЧНОСТ

Нарцисистите не умеят да изразяват любов така, както я разбираме ние. За тях тя е условна или върви с определени изисквания; с други думи, „ще направя това за теб, но очаквам определени неща в замяна“. За нарцисиста любовта е *quid pro quo*: нещо срещу нещо. Тя не е алтруистична.

Хора, което са били романтично увлечени по нарцисист, често ми казват, че в началото са били омагьосани от чара, от интелигентността, вниманието и щедрите му жестове — подобно на описанието, което дадох на първоначалното ухажване на Хенри Хил към Карън във филма „Добри момчета“. Всички ние сме податливи на харизмата и чара на нарцисистите. Но веднъж щом човек се посвети на нарцистична личност, чарът бързо избледнява и оставя в невъзможност да припознаем очарователната личност, която сме познавали, в равнодушния, манипулативен партньор, който виждаме в момента.

У дома такъв човек, когато влезе през вратата, може да изисква всички да изоставят заниманията си. Ако е съпруг или съпруга, който си стои у дома, цялото ви съществуване ще се върти около обслужването на нуждите му. И каквото и да направите, никога няма да е достатъчно.

Нарцистичният партньор никога не е доволен от външния ви вид, от навиците, вкусовете, дейностите и способностите ви. Критиките могат да варират от онзи характерен неодобрителен поглед — през мърморене до обиди насаме или на публично място. Попитах една жена колко често я критикува съпругът ѝ. Отговорът беше отрезвяващ: „Всеки ден. Всеки божи ден от живота ми с него. Никога не направих нещо правилно в неговите очи, а той научи и децата да ме критикуват и да ми се присмиват“.

Един мой приятел, вече разведен, ми разказа как прекарал часове в търсене на най-подходящия подарък за бившата си съпруга. Когато най-накрая ѝ го подарил, тя го захвърлила на барплота и казала „Благодаря“, сякаш ѝ е подал чаша вода. Той ми каза, че дори не го

разопаковала. Това изглежда като дреболия, но през годините тя се държала по този начин толкова често, че станало ясно, че изобщо не я било грижа за него, а — както установил по други канали — се интересувала само как да напредне (използвала го като трамплин за кариерата си). Този вид пренебрежение е типичен за нарцистичните личности. Искате да накарате някого да се почувства безполезен? Подценявайте усилията му, не зачитайте добрата му воля, не се интересувайте от него. Ето така постъпва нарцистичната личност, а това е болезнено.

Нуждата на нарцистичната личност да изглежда добре на всяка цена може да има опустошителни последици за останалите. Това се случило с Мириам, която потърси помощта на ФБР, защото съпругът ѝ се преселил отвъд океана и я оставил без средства. Тя искаше ФБР да го открие и да конфискува парите, които той взел от общата им банкова сметка. Според Мириам съпругът ѝ бил обсебен от манията да купува все по-скъпи къщи в по-добри квартали, по-хубави коли и по-скъпи бижута, настоявайки на членството си в два местни елитни клуба. Тя каза, че се усетила, че нещо не е наред, когато той започнал да иска от нея да пести от излизания, летни почивки, дрехи за децата и разходи за храна. Това било последната капка. Той продължавал да харчи почти 3 000 долара месечно за клубни такси, а същевременно я карал да ограничава разходите си. Накрая тя му поставила въпроса ребром, тъй като не работела и искала да знае какво всъщност става. Той се обърнал към нея и небрежно казал: „Разорени сме“. В банковата им сметка не били останали никакви пари.

Въпреки че дължал милиони, нарцистичната му нужда да поддържа публичния си имидж налагала той да продължава да ходи на фризьор и на маникюр всяка седмица, както и да поддържа членството си в два клуба, докато Мириам пестяла от храна и получавала „тревожни и панически пристъпи“.

Накрая той просто я напуснал — избягал от страната и я оставил без никаква представа къде е отишъл, без пукната пара и потънала в дългове заради кредити, които били изтеглили заедно. Всяко следващо телефонно обаждане от събирач на дългове или адвокат я карали да проумее, че коравосърдечието му е бездънно. Когато накрая го проследила и го открила отвъд океана, отговорът му бил: „Не ти дължа

нищо. Години наред я караше доста сносно благодарение на мен. Живееше в затворен комплекс. Би трябвало да си ми благодарна“.

Историята на Ким е също толкова тъжна, но по свой начин. Тя ме заговори на събитие, на което изнасях лекция, и ме помоли да поговорим за личен проблем. Беше се омъжила за човек, по-възрастен от нея с 9 години — човек с големи планове, който я преследвал с такава упоритост, че накрая тя и родителите ѝ се поддали, очаровани от „ентузиазма“ и „упоритостта“ му, както и от грандиозните му планове за живота им заедно.

Но щом веднъж се оженили, каза ми тя, той вече не бил доволен от нищо. Първо започнал да я обижда насаме, наричал я „невежа, тъпа, глупава“, но не след дълго започнал да го прави и публично, карайки я да се срамува. Обвинявал я за провалите си в политиката, без да проумява, както по-късно осъзнали тя и родителите ѝ, че той е просто въздух под налягане, неспособен и нежелаещ да постигне каквото и да било от това, което си е наумил.

Приятелите ѝ се отдръпнали, тъй като той не одобрявал хората, които „не са на ниво“ и правел гостуванията им неприятни. Каза ми, че повече от 10 години не са ѝ идвали приятели на гости и че рядко излизала, за да не натрапва на околните личността му и проблемните им отношения.

Когато децата ѝ растели, той непрекъснато ги наказвал с бой, а тя не желала да се намесва, освен когато „ги удряше прекалено силно“. През повечето време си затваряла очите за пороя от укори, защото, както се изрази тя, болката от това да се разправя с него „не си струвала“. Вече нямала, както сама каза, „нищо, за което да се бори, и нищо, което да защитава“.

Ким е била тормозена не с юмруци или с пръчка, а с непрекъснат сарказъм и унижения. Нейни снимки отпреди двадесет години я показват жизнерадостна, красива, щастлива и сияйна. Но когато се срещнах с нея, тя беше към петдесетте и беше повехнала емоционално и физически, а лицето ѝ отразяваше живота, който беше водила, откак беше станала на 22. Изглеждаше смачкана. И Ким, и Мириам, всяка по свой начин, ми казаха едно и също нещо: „Само ако знаех за какво да внимавам...“.

Като родител нарцистичната личност няма емоционалния капацитет да бъде истински щедра към децата. Точно както

нарцисистът идеализира себе си, той може да очаква перфектност от децата, притискайки ги да бъдат най-добрите, дори в неща, които не им се харесват или не им се удават (но може да се стараят наистина много в опит да спечелят одобрението на родителя си), и непрекъснато да вдига летвата („Защо не получи шестица?“, „Жалко, че не влезе в университет.“, „Знам, че можеш да се справиш по-добре“). Представете си типичната майка на дете актьор, побеснелият баща на детски футболен мач, родителят, който смята неуспеха на детето си да влезе в университет или да бъде прието в някой клуб за свой собствен провал.

Такива родители могат да използват децата си като инструмент, чрез който те самите да се сдобият със слава и богатство, например притискайки децата си да печелят конкурси за красота или спортни състезания, да участват в телевизионни предавания или да се занимават с други публични или доходоносни дейности. Такива хора биха се заклели, че го правят за доброто на детето си, но никога не биха признали нарцисистичната си наслада от споделената слава. За нарцисистичните личности е важно накрая да попаднат в светлината на прожекторите, дори ако тя трябва първо да мине през децата им — но никога не трябва да угасва.

На поведенческите ми семинари една жена сподели, че като състезателка по атлетика била толкова травмирана от безмилостния натиск от страна на нарцисистичната си майка, че когато пораснала, прекъснала всякакви отношения с нея. Чувството, че е била използвана, отворило емоционална пропаст между двете.

Ако децата се провалят в това да бъдат перфектните спортисти, ученолюбиви, красиви или послушни, нарцисистичният родител започва да се дистанцира от тях. Накрая може да започне да гледа на детето си като на товар, а не като на източник на радост.

Някои нарцисистични родители гледат на децата като на удобна работна ръка. Карлина е такава майка. Когато станала на 50 години, тя започнала да осиновява деца от така наречените от нея нисши класи, които карала да се трудят в дома ѝ. Казвала им, дори в присъствието на външни хора, че трябвало да се грижат за нея на старини, защото тя ги била „спасила“ и това било техен „дълг“. Наистина е тъжно как някои хора унижават околните, особено нарцисистичните личности. Накрая според клиничния психолог, назначен от държавата да работи по

случая, въпросните осиновени деца успели да се еманципират от тази изключително себична жена. Но те са страдали. Както казало едно от осиновените момичета на назначения ѝ от съда адвокат: „Дори в сиропиталището беше по-добре — там не ме обичаха, но поне не ме караха да се чувствам като робиня“.

А вие си мислехте, че „Пепеляшка“ е приказка.

Понякога е и по-зле. Има неразказани случаи на деца, оставяни без храна или медицинска помощ, защото нарцистичните им родители не желаят да бъдат притеснявани или не се чувстват задължени да им ги осигурят. Децата биват връзвани за леглото, заключвани в стаи, давани за осиновяване и дори убивани.

На човек му се къса сърцето да вижда как децата отчаяно продължават да търсят внимание от нарцистичния родител, дори и то да е само няколко минути днес, няколко часа друг път, без да разбират, че този родител не може да ги обича така, както те копнеят да бъдат обичани. Когато пораснат, осъзнават колко малко им е давано, на каква цена и при какви условия. Всички проблеми, които имат, ще бъдат посрещани с безразличие или с някаква версия на „Преживей го“, „Не е чак толкова зле“ или „Недей да се правиш на жертва — това не е нищо в сравнение с преживяното от мен“.

Аманда все още носи емоционалните белези от това, че е раснала с нарцистична майка. Тя ми писа, търсейки съвет, тъй като беше чела някои от книгите ми. Ако я попитате, тя веднага ще ви каже, че „никога не се е чувствала обичана“ като дете. Никога. Колко ли е ужасно това? Струвало ѝ се, че никога не може да зарадва майка си или да направи нещо като хората. Майка ѝ непрестанно я разпитвала, поставяла всичко под съмнение и нареждала; никога не ѝ задавала въпроси, не се интересувала истински и не проявявала особено внимание към нуждите и желанията ѝ. Тя се зачуди на глас защо се чувства толкова празна. Всичко идва от начина, по който са се отнасяли с нея — сякаш е нищожество.

Аманда ми припомни, че тези рани от детството се отварят непрекъснато: какъв е подходящият подарък за Деня на майката за човек, който критикува всичко? Какво да напишеш на картичката за рождения ден на бащата, който не се е интересувал от теб? Ако се преместиш да живееш другаде, колко често да посещаваш човек, който не те е зачитал или не ти е показвал любовта си? Ще поемеш ли

ангажимента да се грижиш за него на старини? Какво да кажеш и да направиш на погребението на този родител? Би ли отишъл изобщо?

Понякога родители, които не познават никакви граници, отглеждат дете, което също няма граници, и го презадоволяват като самите себе си. Така детето интернализира нарцисизма на родителя и той се предава от поколение на поколение. Да, децата могат да бъдат научени на безразличие от родителите си. Те израстват, без да изпитват състрадание или уважение към околните. Човек може да възпита едно дете да се държи зле и да унижава другите, когато самото то смята, че всичко му е позволено. Тогава не е изненадващо такива индивиди да се превърнат в насилници в младостта си или като възрастни. Няма как да очакваш да цъфнат цветя, ако си посял и поливал бурени.



## СБЛЪСЪКЪТ С НАРЦИСТИЧНАТА ЛИЧНОСТ

Независимо дали ви забиват нож в гърба при повишение, zlepоставят ви на събрание или се блъскат на опашката на летището, тези хора не ги е грижа дали ви причиняват неудобство, застрашават ви или ви вбесяват в желанието си да се погрижат за личността, която поставят на първо място — себе си.

Всеки път, когато чуя за шеф, мениджър, треньор, учител или колега, който срязва, навиква, крещи, хвърля предмети или тормози другите, знам, че си имаме работа с нарцистична личност. Няма никакво извинение за такова поведение и всяка организация, която държи такъв човек наоколо, заслужава порицание. Възрастни хора, които се държат като деца, нанасят сериозни поражения в света на порасналите, и колкото по-голяма е властта им, толкова по-голяма разруха причиняват.

Тъй като нарцистичните личности имат свръхголямо ego, имат и свръхраздута представа за това какво им принадлежи. Веднъж в практиката ми във ФБР аз лично разследвах случай с човек, сключил договор с правителството, който работеше с много секретна и поверителна информация и ни помоли за помощ, след като системният администратор беше превзел компютрите на компанията. Преглед на кореспонденцията му с шефовете му през годините разкри как той непрестанно се е хвалел колко е важен: „Аз направих“ това или „Аз направих“ онова. Той често повтаряше и дори настояваше как това били „неговите системи“, „неговата мрежа“, „неговите кодове“, „неговите протоколи“. Те, разбира се, не бяха негови — той беше служител, но нарцисизмът му прозираше в писмата му. В крайна сметка се наложи да влязат външни експерти след работно време, за да установят контрол върху системата. И точно това е проблемът с нарцистичните служители. Може да става дума за вашата компания, вашите активи, вашата работа, но те не виждат нещата по този начин. Те смятат, че тя принадлежи на тях и поемат рискове за ваша сметка. Накрая ние сме тези, които плащат сметката за невъздържаността на

нарцистичните личности, която често ни струва много във физическо, психологическо или финансово отношение.

Нарцисизмът не е свързан само с чувство за собственост — той може да ескалира и в насилие, за което твърде често не се докладва. Добър пример за това е шеф, който хвърля неща по вас, сграбчва ви за рамото или (както при един случай, за който ми разказаха на конференция) блокира вратата с тялото си и изблъсква служителя обратно в стаята. Обезпокояващото е, че служителят никога не съобщил за това на организацията си. Това не бил първият такъв случай, нито последният — шефът е постъпвал така и с други, но по думите на този служител „бяхме свикнали с този грубиян“.

За съжаление хората често не се замислят или игнорират тези и други видове насилническо поведение, казват си, че „не е толкова зле“ или „няма да се повтори“, или просто им е по-лесно да понасят насилника, особено ако им е шеф.

Затова се оставят да бъдат тормозени и тъпкани, замитат проблемите под килима, не споделят добрите си идеи, защото никой не иска да рискува да го унижават, и на ценните служители им идва до гуша и напускат. Понякога дисфункционалността на нарцисистите се окопава толкова дълбоко, че другите ги покриват или започват да смятат, че за това необуздано поведение си има причини, или ги извиняват, защото са „интелигентни“ или „поносими през повечето време“. Не, съжалявам, но не са поносими, защото вие плащате огромна цена заради противното им поведение.

Тези инциденти трябва да се докладват, когато е възможно. Отдел „Човешки ресурси“ без съмнение трябва да бъде уведомен незабавно. Ако по някаква причина не можете или не направите това, тогава го опишете веднага в бележника си, в имейл до някого или дори до вас самите, на мобилен телефон, където и да е — просто запишете какво точно се е случило, какво е било казано, кога и къде. Защо? Защото тези хора не се променят. И ако нещата се влошат и трябва да бъдат разследвани или служителите предприемат действия, е важно да се представи най-точното описание на събитията. Нарцисистите няма да си запишат някъде: „Днес блъснах този и този“ или „Днес нарекох този или онзи еди-как си“. Те не виждат нищо нередно в постъпките си. Но вие трябва да запишете всичко и да го споделите с околните. За

повече стратегии как да се справяте с нарцистичните личности вижте Глава 6, „Как да се защитим от опасните личности“.

В края на един семинар за опасните личности, който изнесох във Вирджиния, при мен дойде един високопоставен директор и ме попита имам ли нещо против да се обадя на шефа му, който не успял да дойде на конференцията. Те имали „проблемен служител“ който покривал критериите за опасна личност, и той смяташе, че трябва да поговоря с главния изпълнителен директор. Бях шокиран от телефонния разговор, който проведох с директора на път към летището. Поведението на въпросния служител до такава степен беше излязло от контрол, че застрашаваше платежоспособността на компанията. Директорът ми разказваше една след друга истории за абсолютна злоупотреба с доверието от страна на този служител, от които ми се сви стомаха — той изложил на риск лична информация за клиентите, информация за клиентски кредитни карти и кредитни карти на колегите си, изключително важни стратегически данни за планове на компанията и т.н. И сякаш това не било достатъчно, ами на практика почти изнудвал изпълнителния директор, както и други директори, заплашвайки да използва тази информация, ако не получи своето.

Изпълнителният директор беше опитал всичко, за да усмири този човек и да работи в рамките на протоколите на отдел „Човешки ресурси“ но не стигнали доникъде. Всъщност опитите им да му протегнат ръка давали още повече сила на нарцисиста. Изпълнителният директор се беше поболял до такава степен, че посещаваше личния си лекар и психолог, за да се справи с тревогата, която този служител му причиняваше. Нарцистичният служител, разбира се, си беше съвсем добре.

Изпълнителният директор ми каза, че това продължава от 18 месеца. Попитах го: „Той е ваш служител, тормози всички, отнема спокойствието ви, разболява ви и си играе с лична и поверителна информация на компанията ви, нали така?“.

— Да — отговори изпълнителният директор.

— Защо тогава го държите на работа? — попитах аз.

— Защото предположих, че нещата ще се оправят.

Това е обичаен отговор от страна на хората, които не разбират същността на нарцистичната личност. Те невинно, но и невежо смятат, че нещата ще се оправят. Това няма да се случи.

Директори са ми казвали, че са се отказвали от бизнес сделки, защото отсрещната страна е била толкова токсична, толкова нарцистична, че те и екипът им не могли да понесат да се намират в едно помещение и дори да разговарят по телефона. Всеки път си мислели, че нещата ще се оправят, но това не се случвало. Всъщност съм чувал истории, при които нещата са се влошавали дотам, че някои хора са се разболявали физически от общуването си с тези индивиди. Както ми каза собственикът на една компания за доставки след една такава случка: „Джо, няма сделка, която да си струва най-добрите ми хора да се разболеят и аз да се тревожа през цялото време дали мога да вярвам на този човек. Оттеглих се и се радвам, че го направих“.

Нарцисистите могат да достигнат до високи нива в йерархията на професии, свързани с много власт или с голямо доверие, където престъпленията и злоупотребите с власт могат да имат опустошителни последици. Когато си имате работа с полицаи, който лъже, мами и краде; с лекар, който смята, че може да си играе с живота и смъртта; с треньор, който злоупотребява с доверчиви деца, потенциалът за нанасяне на вреда нараства експоненциално.

Например Рита Кръндуел, финансов инспектор и ковчежник на Диксън, Илинойс, която през 2012 г. се призна за виновна в присвояване на 53 милиона долара за период от 22 години. Това е невероятна сума, която тя твърди, че донякъде използвала за финансиране на интереса си към една американска порода състезателни коне.<sup>[1]</sup> Авторитетната ѝ позиция като финансов инспектор на града ѝ давала безпрепятствен достъп до градските фондове, които тя използвала като лична чекова книжка.

През цялото време чуваме за корупция: сред правителствените чиновници, но нарцистичната личност може да се крие навсякъде. Всеки, който се присъединява към религиозна секта, оглавявана от нарцистична личност, може да е сигурен, че ще води живот, при който ще величае водача за сметка на последователите. Що се отнася до култовете, никога не съм изучавал такъв, в чиято основа да не е патологично нарцистичен индивид. Джим Джоунс (Джоунстаун, Гаяна), Дейвид Кореш („Клонка Давидова“), Чарлс Менсън, Шоко Асахара („Аум Шинрикьо“), Джоузеф ди Мамбро (Орденът на Храма на Слънцето), Маршал Херф Апълуайт-младши („Вратите на Рая“), Бхагван Шри Раджниш (Движението „Раджниш“) и Уорън Стийд

Джефс (водач на полигамна секта и осъден насилник на деца) — всички са били или са пословично нарцистични, нетърпящи критика, проповядващи грандиозни идеи, смятащи, че всичко им е позволено, поставящи себе си над всички останали и над закона. Тези индивиди ще ви продадат мечти, при това на твърде висока цена, и вие ще си платите.

През ноември 1998 г., една година след масовото самоубийство в сектата „Портите на Рая“ в Калифорния и на двадесетата годишнина от масовата смърт в Джоунстаун, Гаяна, малка група от профайлъри на ФБР се събра в Академията на ФБР в Куонтико, Вирджиния, за да разгледа събитията около Джим Джоунс и култа му „Народен храм“. Това беше отрезвяващо преживяване за мен, защото въпреки че през годините бях чел за събитията, това, че видях истински фотографии от местопрестъплението, на които се виждаха подутите тела на деца и бебета, ми даде нов поглед върху престъплението, почитаемия Джим Джоунс и нарцистичната му личност. За тези от вас, които се интересуват, можете да потърсите онлайн виртуалната библиотека на ФБР и да откриете истинския архив от разследването на престъплението, който е с кодово име RYMUR (убийството на конгресмена Лио Райън), FBIHQ номер на файл 89–4286, и да разгледате някои от документите, които видях и аз (<http://vault.fbi.gov/jonestown/jonestown/>).

Ако прочетете хилядите страници на този онлайн доклад на ФБР или някои от множеството книги, написани за Джим Джоунс и „Народен храм“, ще научите няколко урока:

1. Шокиращ брой хора могат да бъдат накарани да предадат безусловно живота си в ръцете на един индивид.
2. Под религиозната роба една опасна личност може да върши безнаказано какво ли не, при това за дълго време, без външни проверки.
3. Водачите на секти могат да упражняват абсолютен контрол върху живота на последователите си, управлявайки като в тоталитарен режим.
4. Многократно може да бъде използвано психологическо и физическо насилие, за да се възпрат хората, желаещи да напуснат сектата.

5. Опитите на семейството и приятелите, които се тревожат за членовете на сектата, да им помогнат или да ги спасят, ще бъдат постоянно възпрепятствани.

6. Нарцистичните характеристики на личността на водача са очевидни — те са били явни и в думите и писанията на Джоунс, което би трябвало да служи за предупреждение на бъдещите членове.

7. Само шепа от членовете на сектата могат да прозрат истинската същност на водача. Едва малцина видели Джим Джоунс като токсична и опасна нарцистична личност.

8. Веднъж приети и посветили се на водача, последователите на култа не се съпротивляват или пък не желаят да забележат надвисналата опасност или да устоят на внушенията на нарцистичната личност, даже и животът на децата им също да е застрашен.

За нас, профайлърите, проучващи масовата смърт в Джоунстаун, откритията бяха отрезвяващи най-вече защото видяхме изобилни доказателства за това какво можем да очакваме от нарцистичните личности на водачите на секти в миналото (като Чарлс Менсън, Дейвид Кореш, Маршал Херф Апълуайт-младши) и опасността, която представляват за доверчивия вярващ. Нашият кратък анализ разкри следното:

1. Водачите ще продължават да привличат хора, които не желаят или не могат да осъзнаят кога ги манипулират или експлоатират.

2. Култове, от които е трудно да се измъкнеш (поради психически, социален или физически натиск) постигат подчинение на висока психологическа цена, която ще продължите да плащате дори години по-късно.

3. Изолираността на сектата е ключова за нарцистичната личност, за да избегне критики, подигравки или проверки, както и за да контролира сектата.

4. Нарцистичната личност процъфтява на водеща позиция в култа и би направила почти всичко, за да си остане водач, включително да маргинализира или да унищожи тези, които се противопоставят.

5. Нарцистичната личност като водач на секта действа безнаказано в почти всички случаи, което позволява на водача да се ползва с много по-големи привилегии (пътувания, дрехи, луксозни вещи, секс) от членовете на сектата.

6. Нарцистичната личност като водач на секта претендира да знае всички отговори, да познава тайните за по-добър живот и да взема всички решения.

7. Заради конституционните протекции относно религиозните организации и организациите на доброволни начала властите не могат да направят много, за да се намесят в сектите, ако няма категорично нарушение на щатските или федералните закони. В повечето случаи им е трудно да се намесят поради затвореността на сектата, както видяхме от случая с Уорън Джефс от Фундаменталистката църква на „Светиите от последния ден“ в Южна Юта през 2006 г. (секс с непълнолетни момичета). Или за съжаление полицията пристига на място твърде късно, както се случило в Джоунстаун.

Това бяха нашите наблюдения относно култовете, но ако се замислите, много от същите тези характеристики (потайност и изолация, психически и/или физически тормоз, отслабващ свободната воля, абсолютна власт, концентрирана в ръцете на един човек) могат да се открият и в токсични работни среди или организации, в домове, управлявани от тирани, и дори в някои държави.

Историята е пълна със свидетелства, че патологичният нарцисизъм причинява ужасни страдания. Адолф Хитлер, Йосиф Сталин и Пол Пот се открояват като примери на водачи с нарцистични характеристики, които са унищожили милиони само заради извънмерното си чувство за величие — вярвали са, че единствено те са наясно с нещата. Точно това — и не само — ще обсъдим в следващите глави.

Но за да ви дам представа как работи нарцистичният ум, ето един пример, който можеше да е смешен, ако не беше толкова трагичен. Невероятният капацитет на Йосиф Сталин да проявява жестокост почти се равнявал на нарцистичната му жажда на признание, която е отразена в множеството официални и почетни титли, с които се окичвал, включително: генералисимус на Съветския съюз, върховен главнокомандващ, секретар на Държавния комитет на отбраната, генерален секретар на Централния комитет на болшевишката комунистическа партия, генерален секретар на Централния комитет на комунистическата партия, председател на Съвета на народните комисари на СССР, корифей (буквално „хоров

ръководител“) на науките, Баща на народите и Брилянтен гений на човечеството.

Всичко това трябвало да замаскира скромния му произход като Йосиф Висарионович Джугашвили — плебейско грузинско име, което той по-късно променил на Йосиф Сталин, за да отразява представата му за него самия, буквално като Мъж от стомана (Сталин — „стоманен“ на руски).<sup>[2]</sup>

Така действат нарцисистите, дори и произходът им да е скромнен.

---

[1] Yaccino. „Former Official Pleads Guilty“. ↑

[2] Радзински, Едвард. „Сталин“. ↑



# ВАШИЯТ РЕФЕРЕНТЕН СПИСЪК ЗА ОПАСНИ ЛИЧНОСТИ

## ПРЕДУПРЕДИТЕЛНИ ЗНАЦИ ЗА НАРЦИСТИЧНА ЛИЧНОСТ

Както отбелязах във въведението, по време на кариерата си съм разработил различни референтни списъци, основани на поведението, които ми помагат да оценявам индивидите, за да преценя дали са опасни личности. Този конкретен референтен списък ще ви помогне да определите дали някой притежава черти на нарцистична личност и къде попада в спектъра (от арогантен и противен през безразличен и коравосърдечен до тираничен и опасен). Това ще ви помогне да вземете по-прецизно решение как да действате с този човек, да определите доколко е вреден и да прецените дали може да е заплаха за вас или за други хора.

Този референтен списък, както и останалите в тази книга, беше създаден, за да се използва в ежедневието от вас и мен — хора, които не са обучени специалисти по ментално здраве или изследователи. Той не е инструмент за клинична диагностика. Целта му е да образова, информира или потвърждава това, на което сте станали свидетели или сте изпитали.

Прочетете внимателно всяко твърдение в списъка и отбележете онези, които са приложими. Бъдете честни; спомнете си какво сте чули даден човек да казва или сте го видели да прави, или пък какво са ви разказали други хора. Очевидно най-доброто доказателство е това, което сте видели лично, и начинът, по който се чувствате, когато сте край този човек или общувате с него.

Отбележете само твърденията, които са приложими. Не се опитвайте да гадаете или да включвате повече от това, което реално отговаря на критериите. Ако се колебаете, не го отбелязвайте. Някои неща изглеждат сякаш се повтарят или се припокриват — това е умишлено, за да се уловят нюансите на поведението, основаващи се на това как хората обикновено усещат или описват тези личности.

Много е важно да попълните целия референтен списък така, за да увеличите надеждността му.

Всеки цялостен списък покрива много тънки, но значими нюанси, за които може би никога не сте се замисляли. Някои неща може да ви помогнат да си припомните събития, които сте забравили. Моля, прочетете всяко твърдение, дори и да смятате, че сте разбрали достатъчно или че първите няколко описания ви изглеждат неприложими.

Всяко от твърденията може да се приложи за всеки от двата пола.

Ще пресметнем точките, когато приключите, но засега отбелязвайте всяко от твърденията, което е приложимо.

☐ 1. Придава си важност, независимо от позицията и опита си или от това, което лично е спечелил или заслужава.

☐ 2. Има грандиозни идеи за това кой е и какво може да постигне.

☐ 3. Често говори за нуждата си да ръководи, да заема водещи позиции, да упражнява власт или да постигне незабавен успех.

☐ 4. Вярва, че трябва да общува само с други „специални“, „успешни“ или „високопоставени“ хора.

☐ 5. Изисква прекалено възхищение от другите.

☐ 6. Смята, че всичко му е позволено и очаква да се отнасят с него като със специална личност или да бъде винаги с предимство.

☐ 7. Отнася се експлоататорски с околните и се възползва от тях с цел лична облага.

☐ 8. Не изпитва съчувствие и не е способен да разпознае нуждите или страданието на другите.

☐ 9. Често завижда или вярва, че другите му завиждат.

☐ 10. Има арогантно и надуто поведение или отношение.

☐ 11. Има склонност да смята проблемите си за единствени по рода си или за по-важни от проблемите на всеки друг.

☐ 12. Има силно чувство за привилегированост, което му позволява да пренебрегва правилата и да нарушава законите.

☐ 13. Егоцентричен е до степен да отблъсква околните със себичността си.

☐ 14. Свърхчувствителен е за това как го виждат или възприемат другите.

☐ 15. Често ви дразни или безпокои, а и други хора се оплакват от същото.

☐ 16. Редовно прекарва прекалено много време в това да се грижи за външността си, да се издокарва или да се глези.

☐ 17. Има склонност да надценява себе си и способностите си в почти всяко отношение.

☐ 18. Унижава околните и ги смята за по-нисши, неспособни или недостойни.

☐ 19. Почти не показва съчувствие или състрадание към околните, но въпреки това очаква състрадание от тях.

☐ 20. Многократно е игнорирал нуждите на околните, включително биологичните (храна, вода и т.н.), физическите (подслон, дрехи и т.н.), емоционалните (любов, докосване, прегръдки и т.н.) и финансовите.

☐ 21. Не е щастлив, когато други постигат успех или получават признание.

☐ 22. Смятан е за насилник или действа като такъв.

☐ 23. Говори пред вас, а не с вас.

☐ 24. Има нужда да бъде център на внимание и прави неща, с които разсейва околните, за да го забележат (например пристига късно, носи крещящо облекло, използва драматичен език или се появява твърде театрално).

☐ 25. Когато общува с вас, имате усещането, че ви изпраща, но не приема сигнали от вас. Общуването е само едностранно.

☐ 26. Приема, че другите го ценят толкова високо, колкото той сам цени себе си, и е шокиран да разбере, че това не е така.

☐ 27. Настоява да има най-доброто от всичко (къща, кола, електроника, бижута, дрехи), дори когато не може да си го позволи.

☐ 28. Видимо се затруднява да осмисли дълбоките емоции. Изглежда емоционално отчужден в моменти, когато е нужно да изрази дълбока емоция.

☐ 29. Изпитва нужда да контролира околните и изисква пълна лоялност през цялото време.

☐ 30. Държи се все едно хората са предмети, които трябва да бъдат използвани, манипулирани или експлоатирани.

- ☐ 31. Многократно е нарушавал правилата, личното пространство, секретността или приличното поведение.
- ☐ 32. Вижда само собствените си проблеми и непрестанно игнорира проблемите или трудностите, които другите може да имат.
- ☐ 33. Изглежда му липсва алтруизъм — върши всичко с егоистична цел, — рядко прави нещо за доброто на другите.
- ☐ 34. Дори при липсата на очевидни постижения се прави на важен и способен.
- ☐ 35. Изпитва нужда непрестанно да преувеличава личните си постижения, действия или опит.
- ☐ 36. Когато другите говорят за постижения, той се хвали със своите или насочва разговора така, че собствените му постижения също да бъдат признати.
- ☐ 37. Чувства, че му се полага по право някое от следните неща: успех, слава, богатство или секс, без всякакви закони, морални или етични задръжки.
- ☐ 38. В службата си редовно се състезава за внимание или похвала с равнопоставените нему и ги подценява, за да се сдобие с благоволението на висшестоящите.
- ☐ 39. Когато го критикуват, изглежда неуверен и има склонност да избухва.
- ☐ 40. На моменти се държи деспотично, без да се интересува какво мислят другите, какви планове имат или какво ги притеснява.
- ☐ 41. Действа сякаш е всемогъщ или вярва, че е такъв, без да желае да осъзнае слабостите или недостатъците си.
- ☐ 42. Чарът и обаянието му са повърхностни.
- ☐ 43. Представя се, за каквото не е (самозванец) — например за лекар, военен, астронавт или морски тюлен.
- ☐ 44. В началото е много интересно да сте около него, но впоследствие изсмуква енергията ви и интересът ви към него намалява.
- ☐ 45. Чувствате, че той иска неговата чаша да е винаги пълна, докато вашата пресъхва.
- ☐ 46. Подценява вас или работата ви и ви е карал да се чувствате безполезен, без да се интересува от чувствата ви.
- ☐ 47. Демонстрирал е интерес или любопитство как други са постигнали успех, но не желае да посвети себе си на някаква цел или

да положи усилия за нея.

☐ 48. Има грандиозни фантазии за постижения (например висок политически пост), които рядко се постигат по законен начин — или изобщо са постижими.

☐ 49. Амбициран е да получи социално признание или политически пост с всички средства.

☐ 50. Често купува скъпи или ценни неща за себе си, но не го прави за останалите членове на семейството.

☐ 51. Непрестанно подценява способностите и капацитета на другите.

☐ 52. Възприема се като много по-умен, по-способен и по-красив от останалите.

☐ 53. С удоволствие унижава другите, за да се чувства по-горе от тях.

☐ 54. Публично унижава тези, които не отговорят на очакванията му, включително децата си.

☐ 55. Няма интерес да научи нещо повече за вас и му липсва нормалното любопитство към околните.

☐ 56. На моменти проявява студенина или отчужденост, която ви кара да се питате кой всъщност е този човек и дали наистина го познавате добре.

☐ 57. Когато общува с другите, възприема безобидни действия като наместването на стола, обръщането, проверяването на телефона или поглеждането на часовника като липса на интерес и неуместно се обижда или разгневява.

☐ 58. Отнася се презрително и арогантно с тези, които смята за по-нискостоящи.

☐ 59. Цени само хората, които могат да му бъдат полезни.

☐ 60. Личните му отношения, изглежда, винаги са проблемни или затруднени заради неговото его и грандомания.

☐ 61. Смята, че притежава специални знания или уникални прозрения и говори за себе си по този начин.

☐ 62. Личността му ви изморява или го намирате за дразнещ.

☐ 63. Неоснователно се хвали с постижения.

☐ 64. Думата „аз“ доминира в разговорите му. Той не забелязва колко често говори за себе си.

☐ 65. Смята, че винаги е прав и не подлежи на критика.

☐ 66. Постигнал е големи успехи, но за сметка на други, на които рядко (ако изобщо) изказва благодарност.

☐ 67. Прави коментари, че даден човек или група хора са „понисши“ или „безполезни“.

☐ 68. Харесва му да употребява кокаин (конкретно), за да подсили грандоманията си, способностите си или самочувствието си.

☐ 69. Твърди, че е изключителен любовник или съблазнител. Хвали се с множество завоевания.

☐ 70. Мрази да го засрамват или да се проваля публично.

☐ 71. Не изглежда да чувства вина за нещо лошо, което е направил, и никога не се извинява.

☐ 72. Вярва, че има отговор или решение на повечето проблеми, без значение колко са сложни.

☐ 73. Вярва, че винаги е прав и всички останали грешат.

☐ 74. Смята несъгласните със себе си за врагове.

☐ 75. Прибягвал е до измама, заговори, схеми, присвояване или други служебни престъпления, за да успее.

☐ 76. Често е твърд, безкомпромисен и безчувствен.

☐ 77. Опитва се да контролира действията или мислите на другите.

☐ 78. Държи се собственически с партньора си или с членовете на семейството си и възпрепятства свободата им; не обича посещения от страна на техни приятели или външни хора.

☐ 79. Демонстрира краткотрайни, повърхностни или егоистични прояви на съчувствие.

☐ 80. Внушава усещането, че иска да унищожи или съсипе съдбите на хората, на които завижда или с които се съревновава.

☐ 81. Отказва да признае или да обърне внимание на постижения, с които се гордеете, или не проявява реакция към болката и страданията на околните.

☐ 82. Често реагира на критиката с отмъстителност, злословене, отведен удар, гняв или грубост.

☐ 83. Не желае да работи, твърдейки, че това би попречило на неговото „мислене“, „планиране“, „създаване на познанства“, „учене“ или „подготовка“.

☐ 84. Присъединява се към клуб, играе голф или купува членство в организация само за да бъде видян на правилните места с

„правилните хора“, но това всъщност не му е по джоба.

☐ 85. Непрестанно забелязва недостатъци у другите, но не ги вижда у себе си.

☐ 86. Не понася критика, дори ако тя е добронамерена.

☐ 87. Смята личните проблеми на другите за знак за тяхната негодност, слабост или неспособност да контролират импулсите си.

☐ 88. Непрестанно се хвали със скъпи покупки (бижута, играчки, имоти, коли и т.н.).

☐ 89. В службата често надценява пред ръководството своята значимост и приноса си.

☐ 90. Много лесно забелязва слабостите на околните и не забавно ги използва.

☐ 91. Намира се в паразитна или експлоататорска връзка, като се възползва от някого финансово (като отказва да работи или да даде своя принос, въпреки че е здрав и способен).

☐ 92. Поне веднъж е казвал, че още от ранна възраст се е чувствал „предопределен за величие“.

☐ 93. Изглежда силно зависим от признанието и обожанието и често си проси комплименти.

☐ 94. Не е много добър слушател или слуша само когато в казаното има комплимент за него.

☐ 95. Настоява другите да правят промени, за да угодят на нуждите му, в техен ущърб и причинявайки им неудобство.

☐ 96. Хитър и манипулативен е, като винаги търси най-голяма изгода за себе си.

☐ 97. Не проявява отговорно внимание, благодарност или мило отношение към другите.

☐ 98. Служи си с обиди, за да установи надмощие, доминация или контрол върху другите.

☐ 99. Лъже за образованието и степените си (твърди на пример, че е доктор на науките).

☐ 100. Поддържа впечатление за екстравагантен стил на живот, въпреки че е финансово нестабилен или е фалирал.

☐ 101. Не успява да види нещата от перспективата на другия; липсва му съчувствие и разбиране към околните, към нуждите и желанията им.

- ☐ 102. Обича да бъде около забележителни хора, за да се къпе в славата им, или да споменава имена на известни познати.
- ☐ 103. Смята, че не всеки заслужава компанията му.
- ☐ 104. Има плитък емоционален живот и мрази, когато другите идват при него с „тривиалните“ си емоционални проблеми.
- ☐ 105. Може да бъде дръпнат или самотник, но въпреки това е арогантен към другите и вярва в собственото си превъзходство или уникалност.
- ☐ 106. Лъгал е за миналото си, за постиженията си или за да скрие законови или етични прегрешения, включително неспособност да действа или да уведоми за нещо важно.
- ☐ 107. Възмущава се, когато другите не му демонстрират пълна лоялност.
- ☐ 108. Нарочно кара вас или други хора да чакат или пък проточва срещите и разговорите, причинявайки неудобство на околните.
- ☐ 109. Никога не е благодарен или доволен от заплащането и бонусите в службата си, дори и те да са щедри.
- ☐ 110. Не се колебае да товари околните със задължения, които го отегчават, дори когато те са заети или имат по-важна работа.
- ☐ 111. На всяка цена се опитва да поддържа тялото си и вида си младежки, като прекалява с тренировките, физическите усилия, козметиката или естетичната хирургия.
- ☐ 112. Изглежда, доказва себе си и утвърждава сексуалността си, като постоянно се впуска в извънбрачни афери.
- ☐ 113. Най-голяма наслада му доставя почитта на околните.
- ☐ 114. Доставя му удоволствие да лъже хората, включително родители, приятели и съдружници.
- ☐ 115. Вместо да се радва на успехите на другите, той завижда или подценява постиженията им.
- ☐ 116. Прекъсвал е връзка или приятелство, след като повече не може да извлече социална или финансова полза от него.
- ☐ 117. Активно търси брачен партньор, чрез който да постигне висок статус, или пък партньор, който да подпомогне кариерата или политическите му амбиции.
- ☐ 118. Тактически планира деня или събитията така, че да получи внимание или похвали.



- ☐ 119. Не може да разбере нуждите, желанията и чувствата и на най-близките си хора.
- ☐ 120. Нетърпелив е с околните.
- ☐ 121. Непрестанно говори за себе си или за амбициите си.
- ☐ 122. Има склонност да обсъжда лични въпроси или проблеми в неделикатни или прекалени подробности, без да се съобразява с времето или чувствата на другите.
- ☐ 123. Често казва неща, които нараняват околните, но не чувства вина за това.
- ☐ 124. Някоя от следните думи го характеризира: сноб, надменен, арогантен, снизходителен.
- ☐ 125. Критикува хората, които се съобразяват с правилата или търпеливо чакат реда си на опашка.
- ☐ 126. Изглежда, никога не изпитва тъга или копнеж.
- ☐ 127. Притеснява се само да не го хванат или да не бъде засрамен на публично място, но не и дали постъпва етично.
- ☐ 128. Дори и след много години имате усещането, че наистина не познавате този човек.
- ☐ 129. Принуждава семейството или приятелите си да лъжат, за да го прикрият.
- ☐ 130. Не желае да признае грешките, простъпките, лошите си идеи или опасните си действия.

#### РЕЗУЛТАТИ

Пребройте колко от твърденията са приложими за човека въз основа на критериите, разяснени в началото на референтния списък.

☐ Ако установите, че е събрал от 15 до 25 точки, това е човек, който понякога нанася емоционални рани на другите и може да е трудно да се живее или да се работи с него.

☐ Ако резултатът е от 26 до 65, това означава, че притежава всички черти на нарцистичната личност и се държи като такава. Този човек се нуждае от помощ и би причинил хаос в живота на всеки, който е близо до него.

☐ Ако резултатът е над 65, в него преобладават всички основни черти на нарцисиста и той е емоционално, психологическо, финансово или физически опасен за вас и останалите.

## НЕЗАБАВНИ ДЕЙСТВИЯ

Вероятно референтният списък е потвърдил това, което отдавна подозирате: може би сте във връзка или работите с някого, който покрива критериите за нарцисист. Може би сте били тормозени или превърнати в жертва и сега попълването на списъка ви дава потвърждение и стимул, за да се справите по-добре с този човек, да потърсите помощ или да промените ситуацията, в която се намирате. Поздравления — направихте огромна крачка, като се образовахте, за да се справяте ефективно с такива хора.

Това, което ще предприемете оттук нататък, ще зависи от много неща, между които и в каква ситуация се намирате и колко точки е събрал този човек според референтния списък. Може да сте в състояние да го игнорирате в службата. А може и да нямате избор, ако ви се налага да живеете с него, но независимо че е дразнещ, той може да събере малко точки според списъка и вероятно да е поносим. Но ако е събрал много точки, е възможно да претърпите тормоз, унижения или дори психически щети. Само вие сте в състояние да прецените това, но вече имате нещо конкретно, с което да си послужите, докато успеете да схванете какво се случва и дали можете да получите съдействие от приятели, свещеници, от отдел „Човешки ресурси“, от шефа ви, от специалист психолог, от социалните служби или дори от полицията.

Но каквото и да става, първата ви отговорност сте вие самите и любимите ви хора. Никога повече не позволявайте на някого да ви казва, че трябва да останете във връзка или организация, където ще бъдете тормозени, измъчвани или превърнати в жертви. Направете необходимото, за да се защитите.

Опитайте се да се дистанцирате максимално от тези хора. Знам, че понякога това не е лесно за осъществяване поради множество уважителни причини и съм ги чувал всичките. В такъв случай опитайте се да установите граници какво е допустимо или приемливо, но не се изненадвайте, ако те бъдат игнорирани и агресивното поведение продължава.

Ето я голата истина. Може да имате нужда от този човек, може да не можете да се дистанцирате от него, той може да е член на семейството или да ви е съпруг/а, може дори да е работодателят ви. Разбирам това. Но знайте едно: нарцистичната личност ще ви смачка и в крайна сметка ще пострадате емоционално, физически, психически или финансово. Колкото повече точки събере една личност от референтния списък, толкова по-зле ще бъдат нещата. Установил съм, че дистанцията често е най-доброто средство при такива индивиди. Това е голата истина — сега вече и вие я знаете. За други стратегии, с които да се справите с нарцистичните личности, вижте Глава 6: Как да се защитим от опасните личности.

## **ГЛАВА 2**

### **„ЗАТЕГНЕТЕ КОЛАНИТЕ...”**

## ЕМОЦИОНАЛНО НЕСТАБИЛНАТА ЛИЧНОСТ

Изучаването на емоционално нестабилните личности и разговорите с хората, чийто живот е бил преобърнат от тях с главата надолу, би трябвало да интересуват всички ни. Докато обществото и професионалистите признават с по-голяма готовност щетите, причинени от други опасни личности, като например хищника (вж. Глава 4), хаосът, причинен от емоционално нестабилната личност, рядко се преценява адекватно. Вредата, която тя причинява, е предимно междуличностна — точно от вида, който криминалната система има склонност да пренебрегва, но въпреки това ние често живеем или работим с такива хора и те могат да причинят огромни вреди.

Ключовата черта на тези личности е силната емоционална нестабилност, проявявана чрез типове поведение, които засягат тяхното благосъстояние, както и връзките и взаимоотношенията им с околните. Променливи като вятъра и доста по-непредвидими от него, те се люлеят от единия край на емоционалния спектър до другия, чувствайки се в един момент като крале, застанали на върха на света, а в следващия — като жертва, захвърлена в крайпътната канавка. Те могат да бъдат талантиливи, чаровни, провокативни и съблазнителни, но могат много бързо да станат враждебни, импулсивни и дори ирационални. Точно за тази личност е бил измислен терминът „изменчив“.

Тези хора имат всепоглъщаща нужда да бъдат обичани и да се чувстват в безопасност, но са почти неспособни да поддържат или запазят здравословни взаимоотношения. Приближете се твърде много и те ще се почувстват задушени; дайте им пространство и те ще се почувстват изоставени. Тъжно е, че незрялото им търсене на стабилност може да нанесе вреда на тях самите, както и на околните.

Когато чуя за поредната знаменитост, развеждаща се за пети, шести, седми или (в случая на Елизабет Тейлър) за осми път, неизбежно се питам дали тази личност не е емоционално нестабилна. Дали съпругът/съпругата му/й е наясно с това? Дали Ричард Бъртън,

който се върнал за втори път при Елизабет Тейлър, е смятал, че нещата ще се оправят? Не, не са се оправили — и това обикновено не се случва.<sup>[1]</sup>

Хората могат да се почувстват привлечени от интелигентността, енергията, съблазнителността или красотата на тези личности, приемайки тези характеристики като положителни фактори за успешна връзка. Но когато се вгледат по-дълбоко под външния блясък, под овладяната публична личност ще открият истинската емоционално нестабилна същност. У дома, в службата или на снимачната площадка тези интелигентни, но силно напрегнати хора разстройват дейностите, месят се или стават дотолкова трудни за общуване, че е невъзможно да се върши работа или пък се стига до непреодолими конфликти. Всяка биография на Мерилин Монро, която сте чели, свидетелства за нейната емоционално нестабилна личност, която за съжаление се отразявала пагубно както на самата нея, така и на почти всички, с които е работила.<sup>[2]</sup>

Подобно на нарцистичните личности, емоционално нестабилните личности също трябва да бъдат обслужвани: те прекрочват граници, нарушават правила и имат нужда да бъдат в центъра на вниманието. Но докато нарцисистите правят това, защото смятат, че са перфектни и им се полага специално внимание, емоционално нестабилните личности го правят, защото се нуждаят от постоянна подкрепа и утвърждаване, като ги изискват дори от деца, за да се чувстват добре в кожата си. Силно нуждаещи се от подкрепа, те се прилепят като вендузи към тези, които ще задоволят нуждите им и ще понасят поведението им. Но подобно изискващо държание е изтощаващо дори и за най-всеотдайнния човек, а тези индивиди често са много изискващи.

Ако имате взаимоотношения с такъв човек, подгответе се за живот, изпълнен с крайности, раздразнение и изтощение. Степента на хаоса зависи от човека, с когото си имате работа, както и от това къде в спектъра попада неговата патология, тъй като всеки човек е различен. Някои не са толкова враждебни и са по-поносими, докато други може да действат саморазрушително, да са токсични за колегите си или дори за собствените си деца. В най-добрия случай те ще са дразнещи и свадливи, а в най-лошия ще понесете дълбоки емоционални травми, а може би дори и насилие. Един психолог ми описа опустошителния

стрес да си имаш работа с емоционално нестабилна личност по следния начин: „Те невинаги те убиват. Но постоянно са като пръст в окото ти“.

Много фактори могат да допринасят тези личности да са такива. Може би има неврологични и дори биологични причини за поведението им или то може да е резултат от травма в миналото, употреба на наркотици, тормоз или родителска незаинтересованост. Никой не знае със сигурност, въпреки че всички тези фактори определено допринасят за това, включително и наследствените.

Но това, което знаем със сигурност, това, което са споделяли с мен и това, на което ме е научил опитът ми, е, че тези хора в крайна сметка изсмукват от другите цялото им търпение, разбиране, съчувствие и толерантност. С поведението и емоционалната си нестабилност те напрягат до краен предел отношенията в семейството си, с колегите и ръководителите си.

Накрая хората около тях просто се предават — не им е останало нищо повече за даване. Някои споделят, че са дотолкова емоционално изтощени от нестабилните личности, че вече са изгубили капацитета си за съчувствие и любов. Както ми каза един съпруг, който дълги години е бил женен за емоционално нестабилна жена: „Опитах всичко. Какво ли не направих заради нея. Но животът ми с нея беше ад. Накара ме да мисля за самоубийство — и това беше последната капка. Бях напълно изтощен и обмислях да нараня себе си. Всичко това само заради нея“. Чувал съм тези неща безброй пъти през последните 35 години, като специален агент на ФБР, а после и като поведенчески консултант.

Същите тези чувства бяха споделяни и от други хора, включително и от покойния ми ментор, д-р Фил Куин. Католически свещеник и психолог, д-р Куин бил изумен да научи още в началото на практиката си как хора, които никога не са си и помисляли да наранят някого, са били докарвани дотам да искат да наранят себе си или да причинят вреда на друг човек заради емоционалната му нестабилност.

Шокиращо? Да. А също и показателно за това колко болезнен и вреден може да бъде животът с емоционално нестабилна личност. След като публикувах статия за опасните личности в блога си на сайта „Сайколъджи Тудей“, една читателка ми писа лично писмо, в което казваше: „Искам майка ми най-сетне да умре. Тя открадна младостта

ми и всякакво чувство за защитеност. Искам тази личност, която никога не ме е защитавала, най-сетне да умре, за да си отдъхна — за да не ми се налага непрестанно да съм нащрек“. Бях шокиран да прочета това в дългото ѝ, обстоятелствено писмо, докато не стигнах до нещата, които е правила майка ѝ и как е тормозила дъщеря си. Тогава разбрах защо се чувства така.

В началото на кариерата ми в силите на реда по-възрастните полицаи ми разказаха за тъжното явление хората да бъдат докарвани дотам, че да нараняват други заради начина, по който те са се отнасяли към тях, и че това било обичайно при повечето обаждания за домашни конфликти, които получавали. Това е стряскащата реалност, когато си имате работа с по-тежки случай на емоционално нестабилни личности. Тяхното екстремно поведение предизвиква екстремни реакции: психически здрави хора биват докарвани до нездрави мисли или действия. И докато тези мисли могат да бъдат разбрани, нараняването на себе си или другите никога не може да бъде оправдано, нито пък извинено. Тези хора се нуждаят от помощ също толкова, колкото и засегнатите от тях.

---

[1] Kashner and Schoenberger. „Furious Love“. ↑

[2] Spoto. „Marilyn Monroe“. Taraborrelli. „Secret Life of Marilyn Monroe“. ↑



## ПОВЕДЕНИЕТО НА ЕМОЦИОНАЛНО НЕСТАБИЛНАТА ЛИЧНОСТ

Поведението на личностите от този тип варира до такава степен, че често е трудно да бъдат разпознати. Някои живеят в тиха болка и отчаяние. Други редовно търсят как да се скарат или сбият с някого, особено със съпруга/та си, когото/която тормозят, понякога и физически. Към тях спада и необузданата съблазнителка, която е сексуално привлекателна, но толкова изискваща, че прилепчивостта ѝ става отблъскваща. Както и много други разновидности между тези две крайности.

Независимо от това как се проявява нестабилността, емоционалните пикове и спадове са нейна запазена марка. Докато всички ние понякога се чувстваме унили, раздразнителни или тревожни, тези опасни личности се чувстват така прекалено често. Имат и добри дни, седмици и дори месеци. Но с времето първичният им начин да реагират на света става явен поради емоционалната им нестабилност и изблиците им на непостоянство.

Това не би било проблем, ако живееха сами в горска хижа, но последиците обикновено се стоварват върху някой, който е близо до тях: родител, брат или сестра, любим, съпруг, дете или колега. И тук започват проблемите. Вътрешната нестабилност на тази личност дестабилизира другите емоционално, психически и дори физически. Докато тийнейджърите могат да менят настроенията си и да експериментират с рисковано поведение, те в крайна сметка надрастват този етап. Емоционално нестабилната личност е постоянно нестабилна във времето и това пречи на отношенията ѝ с другите.

Въпреки че много от тези индивиди често осъзнават болезнените фактори от миналото, които предизвикват нестабилното им поведение, те, изглежда, са безсилни да контролират емоциите и държанието си. Дори терапевтите намират работата с тях за трудна.<sup>[1]</sup> С всички сили се опитват да им протегнете ръка, но това никога не е достатъчно. Общуването с такъв тип личности е описвано като емоционално влакче на ужасите: в един момент сте техният герой, а в следващия не

сте нищо повече от изплюта дъвка, залепнала на обувката им. Много потърпевши от тяхната нестабилност са ми казвали, че чувстват едновременно неверие и отчаяние, докато се чудят: „Това пък откъде дойде?“, „Наистина ли беше нужно?“ и „Кога ще се случи отново?“.

Децата на такъв родител бързо се научават непрекъснато да преценяват настроението му. „Как е тя днес?“ — това е паролата, която е на устата на всички. Тъжно е да виждам колко рано тези деца започват да ходят като по яйчени черупки, защото знаят, че всяка божа сутрин от спалнята може да излезе или светец, или чудовище, готово да причинява болка. Когато прочетем за деца, които желаят да се откажат от родителите си (и много от тях са го направили), или да напуснат дома си по-рано от обичайното (преди 18-годишна възраст), това често е защото са достигнали до границата на способността си да се справят с този вид емоционално нестабилни личности. Тези радикални стъпки са единственото, което им е останало, за да спасят собственото си психическо здраве: дошло им е до гуша.

В службата вървим на пръсти около тези нестабилни личности, почти като малки деца: „Дали днес на шефа му е ден, или ще крещи и ще хвърля предмети като вчера?“. Хората буквално се крият в тоалетната или си вземат болничен, за да избегнат общуването с тези избухливи личности. Тяхното влияние върху организацията или бизнеса може да е деморализиращо, затова все повече фирми стават по-нетолерантни към емоционално нестабилните личности, които избухват на работното си място.<sup>[2]</sup> Някои организации са стигнали дотам, че да въведат т.нар. правило на Сътън, чрез което да установят „свободна от гадняри“ среда или зона в офиса. Както Робърт Сътън изтъква в своя бестселър (според класацията на „Ню Йорк Таймс“ и „Уолстрийт Джърнъл“) „Правилото «без гадняри»: как да изградим цивилизована работна среда и да оцелеем в нецивилизована“, тези индивиди носят повече вреда, отколкото полза, и е по-добре просто да се отървете от тях, отколкото организацията ви да пострада.

Емоционално нестабилните личности изпитват нужда романтичните срещи да са изпълнени с напрежение. Нещата могат да ескалират до гневни спорове, последвани по тяхно настояване от необуздан „секс за одобряване“. Изумително е колко бързо могат да преминат от свиреп спор към горещ секс. За емоционално нестабилната личност това не е проблем. Но на всички останали, както

много хора са споделяли с мен, това влакче на ужасите скоро им омръзва и с колкото повече язвителност се сблъскват, толкова по-рядко желаят интимност и така провалът на връзката е предрешен.

## СВРЪХЧУВСТВИТЕЛНИ

Тези личности често не приемат добре критиката, твърде чувствителни са към реални или въображаеми обиди и могат да ви се нахвърлят, когато се почувстват засегнати. Те бързо влизат в ролята на жертви и веднага демонизират околните или ги обвиняват в нелоялност, основана на въображаеми подозрения. В един случай, който сподели с мен една от студентките ми в университета, майка отказала да общува с трите си пораснали дъщери месеци наред, защото отишли на кино без нея. Тя ги обвинила в „заговор“ да я изолират и да използват възможността да „я обсъждат злобно зад гърба ѝ“ за начина, по който ги е отгледала. Това са типичните роли, които тези личности играят и които отразяват пиковите и спадовете в емоционалното им състояние — те или са кралицата/ кралят (желаещ да бъде обожаван от всички), или са жертвата и отхвърленият („Никой не иска да си играе с мен/ всички са против мен“).

Тези три сестри направили какво ли не, за да се сдобрят с майка си и да я уверят, че не са искали да я наранят, като отидат на кино без нея, но напразно. Тя се цупела, играела го обидена със седмици и не разговаряла с тях. Това било типично за нея: откак дъщерите ѝ се помнели, майката била свръхчувствителна към обиди. И точно в това е проблемът. Свръхчувствителността е постоянното състояние на тези хора, и тя е изморителна, манипулативна и емоционално изтощителна.

Но не това е най-лошото. Нестабилните личности са непрестанни „колекционери на обиди“.<sup>[3]</sup> Те трупат и непрестанно подозират обиди от страна на околните, лошо отношение, случаи на неволна небрежност или нетактичност, за да изстрелят след време напомнянето за тях като стрела, с която да наранят другите. Пословични са с това, че непрекъснато вадят примери от далечното минало, понякога отпреди десетилетия, за неща, които сте направили, забравили или казали, които, основателно или не, са ги наранили по някакъв начин. И тъй като са толкова крехки, списъкът им с

несправедливости може да е твърде дълъг и подробен, тъй като имат склонността никога да не прощават човешките слабости у другите. По някакъв начин те са, както добре ги определя прочутият криминолог Ленард Терито, „жертви в търсене на насилник“.

## **НУЖДАЕЩИ СЕ И ИЗИСКВАЩИ БЕЗ МЯРКА**

Да кажем за тях, че имат „трудна поддръжка“, би означавало да ги подценим. Нестабилните личности изпитват детинската нужда да се чувстват специални. Жадуват за светлината на прожекторите — независимо дали всички очи ще са впити в тях (спомнете си как се държат актрисите на червения килим), или ще изискват неотклонното ви внимание, когато са ваши клиенти, пациенти, шефове, приятели или любими. Те дори създават разделение между другите, за да могат да се промъкнат и да се доберат до вниманието ви. С хирургична прецизност разделят, за да владеят.

Толкова много се нуждаят от другите, че любезничат или инфантилно ви идеализират, наричайки ви „най-великолепният любовник“, „най-добрият лекар“, „най-талантливият“ професионалист или „най-добрият приятел на света“. Но ако ги разочаровате по някакъв начин, ако загубите интерес или разсеете вниманието си, или пък те се изморят от вас, ще се обърнат срещу вас и веднага ще ви демонизират. Забележително е колко бързо могат да станат студени и безразлични, игнорирайки всичко положително, което се е случило в миналото, и да се съсредоточат само върху нуждите си, върху единственото ви провинение или предполагаема обида, колкото и незначителна да е тя.

Те често отблъскват именно хората, към които се стремят, като прекращават правилата и границите, държейки се по твърде любопитен, твърде изискващ, твърде фамилиарен, твърде прилепващ или твърде нуждаещ се начин. У дома или в службата, ако им се поддадете, те ще ви се качат на главата и винаги ще изискват все повече от вашето време, специалното ви отношение, вниманието ви или да правите компромиси с правилата. Откажете да им угодите и ще ви обвинят, че не сте загрижен, че сте лош или нелоялен. Донякъде реакциите им са

сходни с реакциите на малките деца, които, когато не стане на тяхната, внезапно заявяват: „Не те обичам повече!“.

За тези хора действително няма граници или обществени условности. Тъй като се страхуват да не бъдат изоставени, когато имат нужда от вас, те изискват да откликнете *веднага*. Очаквайте обаждания, имейли или есемеси, без да се съобразяват с програмата ви, удобството ви, желанията ви или бизнес правилата. Бог да ви е на помощ, ако се доберат до номера на мобилния ви телефон или до директната линия в службата ви.

Лекарите споделят с мен, че такива хора се появяват, без да са си записали час, и изискват да бъдат приети *веднага*. Когато им се каже, че редът е друг, те са възмутени и се нахвърлят върху лекаря и персонала. Разказаха ми случай, в който един такъв пациент блъснал вратата толкова силно, че картините изпопадали от стените пред погледа на шокираните пациенти. Прескачането в миг от обожание към изгаряща омраза е обичайно поведение за емоционално нестабилната личност.

Известно е, че някои от тях следят, наблюдават, четат кореспонденция, подслушват разговори и се изтърсват неочаквано, за да проверят лоялността и верността не само на любовниците и съпрузите си, но също и на собствените си деца. В някои случаи изминават огромни разстояния, за да последват бивш любовник, който се е изнесъл, или проследяват възлюбения си до и от работа с плашещо и упорито усърдие. На практика те се превръщат в преследвачи, но могат да станат също и саботьори.

Емоционално нестабилните личности понякога извършват вандалски нападения над коли и домове, при които могат да причинят щети за хиляди долари. Понякога нахълтват в офиси, за да се разправят с бивши любовници, или оставят нараняващи, язвителни съобщения на офисните табла или на гласовата поща. Сега, с наличието на социалните медии, те могат да бъдат още по-деструктивни и необуздани. Когато такава личност е разгневена, може да се случи всичко. Дори законите са без значение.

През април 2000 г. от едно полицейско управление в Гълф Коуст, Флорида, ме помолиха да им помогна при един странен случай. Жена, която ще нарека Шийла, твърдяла, че е била изнасилена три пъти за пет години, при това всеки път — от напълно непознат човек, докато

влизала в колата си. Детективът, на когото беше възложено разследването, ме помоли да разгледам целия случай и да направя профил на жертвата, тъй като три изнасилвания за пет години, които се случват на една и съща жена, изглеждаха невероятни в град, където според статистиката изнасилванията не бяха много.

Първият въпрос, който ми зададох и на който нямаше как да отговоря веднага, беше: „Тя лъже ли?“. Както казах на детектива, много е трудно лъжата да бъде открита, но има някои въпроси, които можем да зададем, за да си помогнем при разкриването на истината.

След като разгледах трите случая, забелязах, че обвиненията в изнасилване всеки път датираха или от края на юли, или от началото на август. Всеки път лекарите от спешните отделения не успявали да открият семенна течност за изследване. Тя описвала подробно отличителните белези на нападателя и всеки път била издавана заповед за проверка и арест до американските и канадските власти, като в резултат били проверявани безброй хора, отговарящи на описанието, и били спирани множество коли като тази, каквато се смятало, че кара нападателят. Всичко това — без резултат.

Когато дойде моят ред да говоря с нея, нямаше кой знае за какво повече да я разпитвам, така че казах: „Хайде да отидем до полицейския гараж, където да ми покажете как точно се случи нападението, като използваме вашата собствена кола“. Именно оттук нататък нещата започнаха да се разпадат. Историята ѝ звучеше правдоподобно, когато я разказваше, но когато я попитах къде точно се е намирала спрямо заподозрения през цялото време, тя изглеждаше озадачена; подробности, за които преди беше непоколебима, започнаха да си противоречат, или пък историята звучеше нелогично. Например тя каза, че в някакъв момент заподозреният, който имал нож, я оставил и заобиколил цялата кола, за да отвори вратата от другата страна. Всичко, което е трябвало да направи, за да му избяга, било да натисне бутона за заключване.

Когато ѝ изредихме тези неточности и неясноти, тя започна да хлипа и накрая си призна, че всичко е било лъжа — не е имало никакви изнасилвания.

Защо тогава е накарала градските власти да похарчат десетки хиляди долари за разследване и е станала причина безброй хора да бъдат спирани, претърсвани и разпитвани като потенциални

заподозрени? Защото беше емоционално нестабилна личност — нещо, което впоследствие беше потвърдено, след като разговаряхме с колегите, приятелите и семейството ѝ. В разгара на лятото, по време на лятната ваканция (тя беше учителка), явно се е нуждаела от внимание. Всеки път, когато се обаждала на 911, се отзовавали полицията и винаги загрижените парамедици. Градският адвокат на жертвите на престъпления също бил изпращан в дома ѝ, а приятелите и семейството ѝ се събирали около нея. В спешния кабинет тя получавала още повече внимание, а по случая бил назначаван и детектив, който да работи с нея при арест или съдебен процес. Едно-единствено телефонно обаждане ѝ осигурявало внимание, което продължавало седмици наред.

Клиничният психолог, консултант по случая, препоръча на градската управа да не завежда дело срещу нея, ако напусне работата си в образователната система на града и се пресели другаде; в крайна сметка тя можеше да бъде съдена за фалшивите обвинения. Това е поредният пример какво се случва, когато си имате работа с емоционално нестабилна личност, която е едновременно жадна за внимание и няма навика да се придържа към истината.

## **МАНИПУЛАТИВНИ**

Тези личности ще плачат, ще се гневят, ще обвиняват, ще се правят на болни, ще съблазняват, ще менят мнението си, ще се обръщат на 180 градуса или ще се впускат в рисковано поведение, за да се сдобият с любов, внимание или за да постигнат своето. Те не приемат „Не“ за отговор — особено ако са наясно, че чрез детинска упоритост „Не“ ще стане „Може би“, а накрая — и „Да“. Такава личност може да лъже и мами, за да получи внимание (като например да излъже приятеля си, че е бременна, в опит да спаси разпадаща се връзка, или пък да каже, че е правила секс с някой друг с извратената надежда, че ще получи повече вяроност). Способността им да заблуждават и манипулират е изумителна по размах и капацитет.

А що се отнася до манипулирането на околните, можем да твърдим, че нищо не оказва по-драматичен ефект от заплахата за самоубийство. Тези личности могат да бъдат много опасни за себе си,

особено когато заплашват да се самонаранят или правят реални опити за това. Такива случаи зачестяват в периоди на депресия, когато се чувстват самотни или мислят, че ще бъдат изоставени.

Винаги е обезпокояващо, когато бъдат отправени заплахи за самоубийство, но най-добрият начин да се справите с такава заплаха е да останете спокойни. Първата ви реакция трябва да е да кажете на нестабилната личност, че ще се обадите на 911 (или на полицията, пожарната и бърза помощ), а после да го направите без колебание. Независимо дали намерението за самоубийство е фалшиво или истинско, то е от компетенцията на професионалистите, а поведението на тази личност не ви оставя избор. Случаят далеч надхвърля опита на обикновения човек да се справи и трябва да бъде оставен на специално обучени хора.

Моят опит показва, че когато се обадите на полицията или на спешните служби, тези личности може да променят поведението си. А може да установите, че когато започнете да набирате номера, те оттеглят заплахата си. Не се подвеждайте — заплахите за самоубийство или самонараняване трябва винаги да се приемат сериозно. Вие не сте психолог, затова е по-добре да оставите ситуацията в ръцете на професионалист, тъй като тези нестабилни индивиди могат да се самонаранят и в някои случаи наистина го правят. Обаждайки се за помощ на специалните служби, вие постъпвате правилно в етично отношение, а също и не позволявате да ви манипулират. Не сте кукла на конците и не заслужавате да ви манипулират, независимо колко болен или страдащ може да е някой.

Един мъж, с когото разговарях на конференция, каза, че съпругата му го заплашвала със самоубийство или самонараняване почти всеки път, когато имали „голяма разправия“ и нещата не ставали както ѝ се ще. Според него тя била заплашвала със самоубийство поне 25 пъти или повече по време на мъчителния им брак. Той нито веднъж не се замислил да повика спешните служби, всеки път смятал, че това ще е последният случай или пък не искал да привлича внимание върху себе си и семейството си. Изненадани ли сте? Не би трябвало. Хората правят онова, което им позволявате, и ако се хванете на въдицата или сте твърде меки и наивно толерантни, какъвто бил той, емоционално нестабилните личности ще използват тези лостове, за да ви контролират. Защо? Защото могат; защото за тях това е много лесно;



защото нямат никакви задръжки и само квалифицирани специалисти могат да им помогнат — но само ако те желаят да им се помогне.

Ако не успеят да получат каквото искат и са изчерпали възможностите си за манипулация, някои биха убили това, което не могат да притежават. Помнете — поведението на тези хора се простира между двете крайности на спектъра. Някои са просто неприятни за съжителство, но други могат да бъдат брутални и при определени обстоятелства да убият, ако не получат това, което искат. Отворете вестника на някой голям град и потърсете истории, в които постоянният, но ескалиращ тормоз в някой дом предвидимо е довел до по-сериозна нестабилност, още по-голям тормоз, насилие, а твърде често — и до смърт.

Трагичната смърт на комика Фил Хартман през 1998 г. служи като напомняне за опасността от съжителството с емоционално нестабилна личност. Съпругата му Брин го застреляла, а после се самоубила. Приятелите им от години били наясно с емоционалната ѝ нестабилност и с проблемите, които причинявала в брака им — нещо, с което двете им оцелели деца винаги ще се борят.<sup>[4]</sup> За съжаление има множество примери като този.

## **ИРАЦИОНАЛНО МИСЛЕНЕ ТИП „ВСИЧКО ИЛИ НИЩО“**

Не очаквайте да повлияете на емоционално нестабилните личности чрез логика, когато са разстроени или драматизират. Те са склонни да реагират по-скоро емоционално, отколкото логично, когато са в стрес или са подложени на критика. Мисленето им се мята в крайности: всичко или нищо, добро или лошо, черно или бяло; няма междинни нюанси на сивото. Или сте с тях, или сте против тях; приятел или враг — а най-тъжното е, че се държат така и с децата.

Те публично ще проверяват лоялността ви пред други хора, задавайки въпроси като: „С мен ли си, или с нея/ него? На чия страна си?“. Тези очевидни манипулативни действия са дразнещи и притесняващи, предназначени да проверят предаността ви, сякаш сте се върнали в началното училище. Да, тези хора могат да бъдат точно толкова изискващи.

Поведението им е непредвидимо като мисленето им. Никога не можете да предположите как ще действат. Един баща ми разказа как качил семейството си в колата за тридневна екскурзия и изминал над 160 км, а съпругата му — силно емоционално нестабилна личност — през цялото време продължавала да раздухва дребен инцидент. Виждайки, че децата вземат страната на баща си, тя ги нападнала словесно. Това, което се случило после, шокирало дори и него, който бил свикнал с избухванията.

С яд и гняв, изписани на лицето ѝ, тя излаяла: „Обръщай скапаната кола, или ще скоча от нея!“. При тези думи тя отворила вратата на колата и се наклонила навън. Децата се разпищели ужасено, тъй като се движели по магистралата I-95 в посока към Орландо с над 100 км/ч. Поредната провалена ваканция, разтреперани и облени в сълзи деца, неустойки в хотела — и всичкото това, защото той бил забравил да вземе „любимия ѝ лосион против слънце“. Няма извинение за такова поведение. Той и децата години си спомняли тази травмираща случка. Хората нямат бутони за изтриване на спомени и когато деца станат свидетели на нещо такова, те плащат висока цена.

Някои нестабилни личности може да бъдат лековерни и податливи на моди. Много от тях търсят гурута или водачи, които да им предоставят строга система от вярвания. Култовете са привлекателни за нестабилните личности заради вниманието, което им обръщат зарибените, заради безусловното приемане, на което се радват, заради сплотеността в групата, която е често явление и заради установената структура, в каквата не могат да живеят в нормалното общество. Тази податливост на култове и шарлатани обаче ги прави уязвими за злоупотреби и често води до пререкания със семейството и любимите им хора, които оспорват възприетия от тях начин на живот, виждайки, че пропиляват времето, парите и възможностите си. Помислете за типа хора, които е привличал водачът на комуна, закоравял престъпник и осъден убиец Чарлс Менсън, и ще схванете картинката: емоционално нестабилни личности, които смятат, че Чарлс Менсън си е напълно наред.<sup>[5]</sup> „Наивни“ и „лековерни“ е най-слабото определение за тях.

ДУМИ, ОПИСВАЩИ ЕМОЦИОНАЛНО НЕСТАБИЛНАТА ЛИЧНОСТ

Това са нецензурираните думи, с които жертвите описват емоционално нестабилната личност:

— ненормален, съблазнителен, надменен, гневен, задник, тъпанар, гневлив, измамен, объркваш, кучка, злобен, краен, бедствие, катастрофален, хамелеон, хаотичен, прилепчив, студен, мрънкало, сложен, конфликтен, объркваш, подъл, ужасен, контролиращ, кокетен, луд, страшен, критичен, жесток, хитър, опасен, лъжлив, унижаващ, обезсърчен, страдащ от делюзии, изискваш, мачкащ, депресиращ, депресивен, отчаян, унил, разрушителен, изолиран, безнадежден, неорганизиран, обезпокоителен, дръпнат, примадона, изтощаващ, драматичен, дисфункционален, емоционален, празен, завистлив, хаотичен, вбесяващ, вълнуващ, изтощителен, избухлив, страхлив, сваляч, флиртаджия, странен, плашещ, отчаян, отчайващ, истеричен, ужасяващ, ужасен, неуравновесен, невъзможен, импулсивен, неадекватен, дефектен, непословителен, напрегнат, сложен, нелогичен, безотговорен, гневен, вбесяващ, похотлив, развратен, смъртоносен, лъжец, лъжи, буен, луд, сладострастен, злонамерен, зъл, мазохист, подъл, изменчив, нещастен, на настроения, нездрав, противен, негативен, пренебрежителен, невротичен, откачалка, нимфоманка, странен, затормозяващ, притесняващ, жалък, никаквец, проблематичен, психо, позъор, гняв, безмилостен, злопамятен, опасен, садистичен, саркастичен, плашещ, интригант, прелъстителен, съблазнител, непостоянен, гневен, сексуален, такси, с къс фитил, откачен, отвратителен, специален, преследвач, ураган, задушаваш, самоубийствен, на пристъпи, темпераментен, буреносен, напрегнат, заплашителен, изморителен, измъчен, тормозител, разкъсван от гняв, торнадо, развалина, превъзбуден, необуздан, неблагодарен, разюздан, незаинтересован, на който не може да се разчита, безмилостен, нещастен, смахнат, непредвидим, безразсъден, ненадежден, нестабилен, недоверчив, непреклонен, отмъстителен, жертва, жесток, лисица, опасен, странен, вихрушка, злонамерен.

---

[1] Kreisman and Straus. „I Hate You — Don’t Leave Me“. ↑

[2] Sutton. „No Asshole Rule“ p. 183. ↑

[3] Navarro. „Are You Being Manipulated by a Social Puppeteer?“ ↑

[4] Moore et al. „Actor Phil Hartman, Wife Killed in Murder-Suicide Tragedy“. ↑

[5] Guinn. „Manson“. ↑

## ПРИБЪРЗАНИ, ИМПУЛСИВНИ, ТЪРСЕЩИ СЕНЗАЦИИ

Дали за да се чувстват по-живи или да избягат от лошото си настроение, тези личности може да са безразсъдни и импулсивни, те се впускат според прищевките си в поведение, което поставя в опасност тях или околните, в най-неподходящия момент казват или вършат неща, които са неуместни, обидни или сексуално предизвикателни. Околните ги възприемат като „размирници“, „проблемни хора“, „копелета“, „тъпаци“, „кралици на драмата“ или „неконтролируеми“. Често се стремят към внимание чрез сексуални подвизи.

Когато риалити звездата и модел на „Плейбой“ Ана Никол Смит почина, много мъже заявиха, че са бащи на детето ѝ, и очевидно всички те бяха имали интимни отношения с нея. За такива хора сексът може да е невероятен стимул, затова си позволяват сексуално поведение, което може да има опасни последици. Може да имат купища любовници с всички произхождащи от това патологии, включително венерически болести, ревност, нежелани бременности и насилие, но твърде малко топлина и любов. Филмът „В търсене на мистър Гудбар“ се отнася точно за такава личност. Тереза Дън (в ролята Даян Кийтън), усеща постоянна празнота, като използва секса, за да получи интимност, но никога не се чувства задоволена.

Тези личности може да се хващат с „лоши момчета“ или да попаднат в неподходяща среда. Това е най-тъжната ситуация за една емоционално нестабилна личност. За един родител емоционалното бреме да гледа как подрастващото му дете си пропилява живота или върви по ръба на опасността, е ужасно. Нестабилната жена може да се почувства привлечена от нарушаващия законите хищник: спомнете си Бони Паркър, която избягала с Клайд Бароу и двамата заедно заформили ужасяващата двойка Бони и Клайд. Според всички свидетелства тя е била емоционално нестабилна личност и това си личало от поведението ѝ, което я отвело право към трагичната ѝ смърт.

Ако алкохолът или наркотиците се превърнат в техния начин да се справят със стреса в живота, способността им да вземат решения ще

бъде допълнително изкривена от зависимостта им, а здравето им може да пострада и по други начини.

Някои се впускат в импулсивно, патологично или разрушително поведение, което на пръв поглед може да не изглежда толкова ужасно, но повтарящите се кражби от магазини, бягства, хазарт, гуляи, безотговорно шофиране, булимия и какво ли още не, имат ужасен ефект върху тези хора, семействата им и обществото.

Тези личности може да залитнат към компулсивно поведение, свързано с търсене на удоволствия или болка — тъжното е, че те са в състояние да възприемат двете като едно и също нещо. Не е необичайно за някои от тях да злоупотребяват с тялото си — да се порязват, да загасят запалени цигари в кожата си, да я разчоплят до кръв, да си скубят косата, дори да блъскат главата си в стената, за да почувстват нещо или да притъпят някакво чувство.

Понякога те казват, че са отегчени или изпитват всепроникваща вътрешна празнота. Мерилин Монро често говорела на различните си терапевти и приятели за тази хронична празнота, която никой не можел да запълни, въпреки че имала много почитатели, любовници и съпрузи.<sup>[1]</sup> Има и такива, които редовно търсят как да подразнят другите, да влязат в спор или в бой. Човек има чувството, че те всъщност извличат удоволствие да предизвикват другите или да се сбият. Някои клинични психолози описват изпитваното от тях като патологична, садистична нужда да нараняват, съчетана с мазохистичната необходимост да са част от някакъв цикъл на ожесточение и раздор, за да могат да почувстват нещо. Попитах една такава жена: „Защо се отнасяш така с него?“. Отговорът ѝ беше красноречив: „Защото — каза тя — това е единственият начин да го накарам да изрази емоция. Това са единствените моменти, в които го виждам да проявява признаци на живот“. И го каза с усмивка.

## **ТЯХНОТО ВЛИЯНИЕ ВЪРХУ ВАС**

Лесно е да бъдете погълнати от неустоимата смесица между сляпо възхищение и необходимост от вас, която е присъща за тези личности. Но в крайна сметка ще се почувствате умствено и емоционално изцедени от върховете и спадовете на тези хора, от

манипулациите и избухванията им. Когато се чувстват нещастни, ще ги окуражавате. Когато рискованото им поведение ги вкара в неприятности, ще ги спасявате. Когато ги разочаровате, като не им осигурите това, от което се нуждаят, ще се превърнете в мишена за гнева им. Колкото по-близо сте до тях, толкова по-вероятно е да попаднете на мерника им, защото имат склонността да нападат точно хората, които твърдят, че обичат.

Могат изключително бързо да пропилят парите си за дрехи, наркотици, секс или да ги профукат в игралната зала. Ако ги хванат за шофиране в пияно състояние, заради сбиване, за притежание на наркотици или заради оплакване от сексуално посегателство, ще последват глоби и гаранции. Те са много добри в това да ви придумат да им дадете заем, докато „се изправят на краката си“. Или пък може да откраднат пари от вас, за да се дрогират или да си търсят други силни емоции. Ако са богати, ще прочетете как са пропилили милиони долари, за да си живеят живота. А ако не са, значи вие и аз ще сме тези, които ще им плащат гаранцията.

Хората, които си имат работа с тези личности, непрестанно са нащрек, не могат да се отпуснат и да се наслаждават на спокойните моменти и постоянно се страхуват, че ще се случи нещо лошо. Те почти не живеят собствения си живот, а съществуват в страх от настроенията на тези личности. Какво ще ги предизвика? Ще избухнат ли? Ще ударят ли детето, което се прибира у дома с ниска оценка? Ще откраднат ли нещо чуждо? Ще флиртуват ли безсрамно с хора, с които не би трябвало да си го позволяват? Мнозина са ми казвали, че от момента, в който са се забъркали с емоционално нестабилна личност, трябвало непрестанно да са нащрек или в постоянна готовност да защитават себе си, правото си да действат според собствената си преценка, а в крайна сметка и чувството си за лично достойнство.

Когато живеете с такъв човек, както роднините им често споделят, може да развиете физически симптоми като тревожност и хроничен стрес. След известно време започвате да отразявате изменчивите емоции на нестабилната личност, докато тя непрестанно нарушава границите ви, и всичко, за което ви стигат силите, е просто да държите фронта. Да се противопоставите на манипулациите и да поддържате неприкосновеността на личните си граници е изтощително. Много хора споделят за проблеми със съня, за депресия,

за поведения, които преди не са им били присъщи и за влизане в безпрецедентни дотогава спорове.

Гневът на тези личности може да прерасне от вербален във физически: може да хвърлят или да чупят неща, да удрят другите или жестоко да наказват децата. Една жена веднъж ми сподели как като дете майка ѝ почти всеки ден я биела с готварската шпатула. Един директор пък се прибрал у дома и видял, че съпругата му е нарязала всичките му делови костюми с макетен нож, защото се скарали предишната вечер. А какво ще кажете не просто за чиния спагети, а за цяла тенджерка със сос, запратена в стената? Споделяли са ми за скъпи предмети с емоционална стойност, подаръци и дори ножове, полетели във въздуха. Трудно е човек да си представи, че се случват такива неща, но е истина. А има и инциденти, при които в пристъп на гняв са гърмели и оръжия. Както всеки полицаи ще ви каже, обажданията за „домашно насилие“ са опасни точно защото хората, които са замесени, често са емоционално нестабилни, и може да станат още по-нестабилни заради наркотици или алкохол.

Вече е добре известна и жестокостта на филмовата звезда Джоан Крофърд към осиновената ѝ дъщеря Кристина Крофърд. Ако не сте чели книгата на Крофърд „Мила мамо“, ви препоръчвам да ѝ хвърлите едно око — но не вечер преди лягане, защото може сън да не ви хване. Така изглежда животът с емоционално нестабилна личност.

Нестабилността на една личност може да засегне цели групи хора, тъй като никой в семейството, в екипа или в службата не иска да се окаже мишена на язвителността ѝ. Всеки стъпва като по яйчени черупки, бои се да каже „не“ или да бъде приносител на лоши новини.

Прибавете тестостерон към сместа и рискът от опасност и насилие ще нарасне. Твърде често това са мъжете, които пребиват съпругите си през уикенда или още когато влязат през входната врата. Полицейските служители са наясно с такива случаи. Тези сценарии обикновено се повтарят и включват едни и същи герои: нестабилни личности, които бият, удрят, нападат, душат, връзват или горят брачните си партньори най-редовно. Това по някакъв начин ги кара да се чувстват добре — ето я садистичната страна на тези личности.

Възможно ли е взаимоотношенията с такава личност да застрашат живота ви? Невинаги, но да. Спомнете си — тези хора се ужасяват да не бъдат изоставени. Ако не могат да ви имат, има



вероятност да решат, че никой друг не може. Само прегледайте случая с Джоди Арайъс, който влезе в новините по време на процеса срещу нея през 2013 г. заради бруталното убийство на бившия ѝ любовник Травис Алегзандър през 2008 г. Той накара превъплъщението на Глен Клоуз като Алекс Форест във филма „Фатално привличане“ от 1987 г. да изглежда направо безобидно.<sup>[2]</sup> Нейната жертва — Травис Алегзандър, бил брутално убит (тя го намушкала множество пъти, прерязала гърлото му и за всеки случай го застреляла в главата) само заради това, че е влязъл във взаимоотношения с тази емоционално нестабилна личност, която не можела да понесе да бъде изоставена.<sup>[3]</sup> Този случай стана пословичен, защото бе отразен по телевизията, но годишно в САЩ има хиляди случаи, при които някоя емоционално нестабилна личност тръгва да преследва бивш или настоящ любовник, като твърде често всичко свършва с нараняване или смърт.

---

[1] Spoto. „Marilyn Monroe“. Taraborrelli. „Secret Life of Marilyn Monroe“. ↑

[2] Coscarelli. „Jodi Arias Found Guilty of First-Degree Murder“. ↑

[3] Van Horn. „Read Transcripts from Jodi Arias Trial Closing Arguments“. ↑

## ВЗАИМООТНОШЕНИЯ С ЕМОЦИОНАЛНО НЕСТАБИЛНАТА ЛИЧНОСТ

Подобно на нарцисистите, емоционално нестабилните личности бързо скъсяват дистанцията при любовни срещи, но докато нарцисистите го правят с цел да доминират, те го правят, за да постигнат стабилност и заради емоционалното опиянение да се чувстват обожавани. Те искат това усещане да продължи вечно и може упорито да се опитват да изискват от другия да им се посвети, но дори и да получат това, което желаят, у тях продължава да присъства някаква празнота, която, изглежда, никой и нищо не може да запълни.

Те може да прекалят в отчаяните си опити да се обвържат, флиртувайки настоятелно или правейки неправдоподобни или скандални изявления. Един мъж, с когото разговарях, ми разказа как едва няколко минути след като се запознал с дама, която впоследствие се оказала емоционално нестабилна личност, тя изтърсила ни в клин, ни в ръкав: „Нямаш представа колко много означаваш за мен!“. Допълни и още: „Тя всъщност се лепна за мен, държеше ръката ми твърде дълго, навеждаше се твърде близо, караше ме да се чувствам неудобно пред околните, обясняваше ми колко съм «специален» в нейните очи и как щяла «да ме сънува вечерта»“. Това била бизнес среща и не е нужно да казваме, че той останал като втрещен.

Като се има предвид колко нуждаещи се са тези хора, не е изненадващо до каква степен тези декларации звучат като думи на влюбен седмокласник. Най-изненадващото е колко често хората се хващат на въдицата — а тези личности знаят и използват това. Тъжното е, че никой не разбира, че обектът на тази прекомерна привързаност с времето ще започне да се задушава и отчаяно ще започне да се бори да се освободи от прилепчивата личност.

В началото може да има горещ секс и идеализиране, но след неизбежното падане отвисоко нещата девалвират до раздразнение и безмерна язвителност. Но само се опитайте да си тръгнете и нестабилната личност ще обезумее и ще се бори да ви задържи, даже междувременно да ви напада и обижда. Фактът, че сте на работа, няма

да спре тази личност да нахълта в офиса ви и да направи сцена; нито пък да ви звъни десетки пъти на час, нито да надраска вратата на колата ви на служебния паркинг; нито да се обади на шефката ви и да ви нарече „пачавра“ или „прасе“. Всеки, който е преживял това, ще ви каже, че усещането е нереално: тази личност крещи, вика и ви нарича как ли не — но не желае да ви пусне да си тръгнете.

Дори и да успеете да сложите край на връзката, нестабилните личности въпреки това искат от вас да останете лоялни към тях. Може да ви дебнат, да ви четат пощата, да ви заплашват, да ви пребият, да нахлуят в дома ви, да ви преровят нещата или да вдигнат скандал на настоящия ви партньор. Никол Браун Симпсън години наред докладвала за такива преживявания на полицията, но не било направено почти нищо, докато тя не била убита.<sup>[1]</sup> Според Никол, О Джей Симпсън просто не можел да я пусне; дори и след развода идвал при нея, заплашвал я и я пребивал. Полицейските снимки, показващи травмите по лицето ѝ, са свидетелство за жестокостта на този опасен емоционално нестабилен човек.<sup>[2]</sup>

Те могат да ви тормозят чрез родителите ви, приятелите ви или социалните медии. Ако някога са ви правили голи снимки или някак си са се сдобили с такива, или пък със снимки, които ви компрометират по някакъв начин, те ще бъдат използвани срещу вас. Ще направят всичко, което можете и дори което не можете да си представите. Една жена сподели с мен, че новият ѝ приятел намирал бележки по стъклата на колата им от бившия ѝ приятел, на които пишело каква „курва“ и „пачавра“ била тя.

Жени, обвързани с такива мъже, може и да си мислят, че „той ще се оправи“ или че „този път ще е за последно“, или пък „аз ще го променя“.<sup>[3]</sup> Това е невъзможно и тези индивиди няма да се променят. Една полицайка, която познавам, ми каза, че ѝ отнело 3 години да се раздели с такъв човек, който от време на време я пребивал. Дори и тази обучена професионалистка, работеща в силите на реда, се оказала в емоционален капан, срамувала се да потърси помощ и позволила с нея да разполага човек, когото смятала, че ще промени. Не успяла. Това може да се случи на всеки, и, отново повтарям, нещата никога не се оправят, ако нестабилната личност не положи героични усилия да се промени — а това рядко се случва.

Ако имате деца и се срещате с такава личност, може да излагате на риск или на физическа опасност не само себе си, а и децата си. Говоря от опита си в силите на реда и ви казвам, че самата природа на емоционално нестабилните личности поставя децата, особено ако не са техни, в голяма опасност от психически или физически травми.

По-рано споменах за жена, чиято майка я биела с готварска шпатула. След побоите майка ѝ казвала неща от рода на: „Виждаш ли какво ме накара да направя? Сега ела тук и ме прегърни“. Това за съжаление не е първият случай, в който съм чувал за такъв вид патология. В отговор на книгите и статиите ми пораснали деца от цял свят са ми писали, за да ми разкажат как майките им използвали някой кухненски прибор, метла или стар колан, с които ги биели за най-малките провинения и после очаквали от детето да успокои насилницата си. Не е нужно да сте психолог, за да разберете колко е травмиращо това.

Ако децата изразят чувствата си, че са наранени или разтревожени, родителят може да отхвърли това с думите: „О, я стига, не беше чак толкова зле“ или „Стегни се, ще го преживееш“. Ако децата помолят за прегръдка или внимание, този обсебен от собствената си личност родител може да каже: „Не, докато не престанеш да бъдеш такъв/ такава“ или „Не виждаш ли, че съм зает/а?“. Този отговор оставя огромна празнина у децата, която те, изглежда, никога не преодоляват. По този начин емоционалната нестабилност на такъв родител се предава и на следващите поколения.

Децата на тези личности израстват психически увредени. Житейските уроци, които научават, ме натъжават много само докато пиша за тях: потискай емоциите си, пренебрегвай нуждите си, очаквай да бъдеш нараняван, никога не казвай „не“, не размътвай водата, ти нямаш значение, но най-вече си длъжен да успокояваш мен. Те се научават да бъдат потайни, да крият чувствата си или пък се държат зле, за да предизвикат някаква реакция, или се научават да лъжат, експериментират с наркотици или безразсъдно се впускат в търсене на някой да им обърне внимание. Може да станат насилници, следвайки принципа „удари пръв, преди да те ударят“, който са усвоили така добре от нестабилния си родител. И винаги са нащрек като стражи — научени са от ранна възраст да бъдат едновременно боязливи и свръхбдителни, тъй като никога не знаят в какво настроение ще е

родителят им или как ще реагира. Това е много лош начин да пораснеш.

Представете си какво е усещането да откриеш, че децата в други семейства са обичани, докато теб просто те търпят или те тормозят. И не е изненадващо, когато порасналите деца на емоционално нестабилни личности ми пишат, че се разкъсват между желанието си родителят им да е мъртъв и ужаса, че това може да се случи, тъй като ще им се наложи да вземат решение дали да отидат на погребението му и да се преструват, че ги е грижа, без всъщност да е така. Както наскоро ми каза една жена: „Всичко, което исках, е да бъда обичана. Толкова ли е трудно? Нямаме представа какво е да не сте обичан от майка си. Ще си отдъхна, когато тя умре“.

Ако другият родител на децата ви е такъв, носите отговорността да се опитате да им осигурите безопасност и облекчение. За съжаление според моя опит повечето родители не успяват да се задействат, защото не искат да посрещнат вулканичната реакция на емоционално нестабилния родител. Това е ужасна услуга за едно невинно безпомощно дете. Ако не ви е възможно да сложите край на връзката и да получите попечителство над детето, направете всичко по силите си, за да установите граници, за да защитите детето и да му предложите възможност да си поеме въздух (например да му дадете шанс да прави нещата, които обича — училищни дейности, хобита, извънучилищни спортове, четене, музика, рисуване и т.н.), за да го държите далеч от отровния родител. Но трябва да бъда честен с вас, може би по-честен, отколкото би бил един психолог. Дългосрочните перспективи са мрачни. Защитете детето си и се спасявайте, моля ви — заради него и заради себе си.

## **СБЛЪСЪКЪТ С ЕМОЦИОНАЛНО НЕСТАБИЛНАТА ЛИЧНОСТ**

Често тези личности притежават външен чар, който им позволява да функционират в обществото, но невинаги. Употребяват се доста евфемизми, за да бъдат описани: „Съседът ми е много раздразнителен“, „Колегата на съседното бюро е побъркан“, „Нейно височество има пристъп“, „Той е склонен да избухва“, „Драмата тук ми идва в повече“. Смятам, че никога не трябва да омаловажаваме нещата,

които могат да ни наранят. С поведението си тези хора показват, че са емоционално нестабилни и отровни. С начина, по който се държат, те карат другите да реагират негативно и създават ненужни междуличностни конфликти.

Издайнически признак е това, че хората в дадена фирма биха направили почти всичко, за да ограничат комуникацията си с някоя емоционално нестабилна личност. Скоро започват да се носят слухове. Хората казват неща като: „Той участва ли в екипа/ проекта/ комисията/ събитието? Ако участва, тогава без мен“. Избягват да телефонират, да разговарят, да общуват, да работят или дори да седят до тази отровна личност и я изключват от срещите, събитията и потока на информацията.

Във филма „Дяволът носи Прада“ един член на екипа описва Миранда Пристли — ужасяващата главна редакторка на водещо модно списание, изиграна със смразяваща прецизност от Мерил Стрийп — по следния начин: „Миранда Пристли е невъзможна. Винаги е била такава и винаги ще бъде. Твоята работа не е да бъде доволна от теб. Твоята работа е да оцелееш“.<sup>[4]</sup> Това е идеалното описание на живота с нестабилен шеф, треньор, мениджър или лидер. Работите до припадък, но не ви оценяват. Никой не иска да съобщи лоша новина на тази личност или да й каже, че нещо не може да бъде направено.

Понякога тези личности са достатъчно способни, за да се справят с работата си, и за външен човек нещата биха изглеждали наред — например за висшето ръководство, за командващия офицер или за гласоподавателите. Но поговорете с тези, които работят за такива хора или заедно с тях, и ще чуете как буквално са сдъвкали някого, как са говорили жестоки неща или са всявали умишлен раздор в екипа. Може и да си вършат работата, но на каква цена? Загубите заради текучество, отсъствия, заболявания, застраховки и съдебни дела са значителни.

Ако четете вестници или биографии, ще откриете данни за много хора, притежаващи характеристиките на емоционално нестабилната личност. Би било лесно да съдим прибързано за тях въз основа на медийните писания за поведението им, но е добре да се въздържахме от това. Първо, не знаем цялата история относно поведението, нито пък никакви оправдаващи обстоятелства във връзка със ситуацията. Например Ейми Уайнхаус, певица и композитор, която за съжаление

почина от алкохолно отравяне през 2011 г., изглежда, е притежавала много от характеристиките на емоционално нестабилната личност. Може да е била такава, може и да не е била — на повечето от нас не са ни известни всички подробности. Може да прочетем или да видим доказателства, които ни дават храна за размисъл или ни поставят нащрек, но като цяло се нуждаем от по-подробна информация, за да разберем дали някой е емоционално нестабилен или опасна личност.

Второ, принципната методология, която обсъждаме в тази книга, се основава на директни наблюдения, не на това, което сме прочели в заглавията. Така че дори и видяното в новините да ни даде храна за размисъл, трябва да внимаваме с оценките си. Личните проблеми, били те в политиката, в шоубизнеса или зад съседната врата, определено привличат вниманието ни, но никога не можем да знаем със сигурност дали става дума за емоционално нестабилен човек, докато не се сблъскаме с този човек лице в лице.

Както е с повечето от опасните личности в тази книга, обществото рядко забелязва емоционално нестабилната личност, освен ако не направи нещо скандално, необичайно или престъпно. През повечето време емоционално нестабилните личности нанасят вреда лично, лице в лице, при затворени врати. Дори и тези врати да се намират на „Пенсилвания авеню“ 1600 — адрес, известен като Белия дом. Повечето хора нямат представа, че Мери Тод Линкълн, съпруга на президента Ейбрахам Линкълн, е внасяла сериозен хаос в семейните отношения, в изпълнителната власт и в Белия дом заради забележителната си емоционална нестабилност.<sup>[5]</sup>

Разбира се, има и личности, които медиите редовно следят, защото са в шоубизнеса, но през повечето време се налага да понасяме емоционално нестабилните личности насаме. Думите, които най-често чувам от хората, които си имат работа с тях, са: „Страдах в самота“.

Въпреки това, когато видя, чуя или се срещна с човек, който често нарушава социалните правила, избухва лесно или е „темпераментен“, който кара мен или други хора да се чувствам унижени или нещастни или пък желае да спори и да вдига скандали, радарът ми за безопасност ми дава сигнал и започвам да търся и други признаци дали е емоционално нестабилен човек, за да мога да предприема стъпки да защитя себе си и любимите си хора. Така би трябвало да постъпвате и вие.

- 
- [1] De Becker. „Gift of Fear“ pp. 209–210. ↑
  - [2] Ibid., 218–219. Bugliosi. „Outrage“. ↑
  - [3] Dickinson. „He Lied to Me When We First Met“. ↑
  - [4] Хеджис, Питър. „Дяволът носи Прада“. ↑
  - [5] Epstein. „Lincolns“. ↑



# ВАШИЯТ РЕФЕРЕНТЕН СПИСЪК ЗА ОПАСНИ ЛИЧНОСТИ

## ПРЕДУПРЕДИТЕЛНИ ЗНАЦИ ЗА ЕМОЦИОНАЛНО НЕСТАБИЛНАТА ЛИЧНОСТ

Както отбелязах във въведението, по време на кариерата си съм разработил различни референтни списъци, основани на поведението, които ми помагат да оценявам хората, за да преценя дали са опасни личности. Този конкретен референтен списък ще ви помогне да определите дали някой притежава черти на емоционално нестабилна личност и къде попада в спектъра (от дразнещ и драматизиращ през язвителен и изменчив до застрашителен и опасен). Това ще ви помогне да вземете по-прецизно решение как да действате, да определите доколко е вреден и да прецените дали може да е заплаха за вас или за други хора.

Този референтен списък, както и останалите в тази книга, беше създаден, за да се използва в ежедневието от вас и мен — хора, които не са обучени специалисти по ментално здраве или изследователи. Той не е инструмент за клинична диагностика. Целта му е да образова, да информира или да потвърждава това, на което сте станали свидетели или сте изпитали.

Прочетете внимателно всяко твърдение в списъка и отбележете тези от тях, които са приложими. Бъдете честни; спомнете си какво сте чули даден човек да казва или сте видели да прави или какво са ви разказали други хора. Очевидно, най-доброто доказателство е това, което сте видели лично, както и начинът, по който се чувствате, когато сте край този човек или общувате с него.

Отбележете само твърденията, които са приложими. Не се опитвайте да гадаете или да включвате повече от това, което реално отговаря на критериите. *Ако се колебаете, не го отбелязвайте.* Някои неща изглеждат сякаш се повтарят или се припокриват — това е умишлено, за да се уловят нюансите на поведението, основаващи се на това как обикновено биват усещани или описвани тези личности.

Много е важно да попълните целия референтен списък, за да увеличите надеждността му. Всеки цялостен списък покрива много тънки, но значими нюанси, за които може би никога не сте се замисляли. Някои неща може да ви помогнат да си припомните събития, които сте забравили. Моля, прочетете всяко твърдение, дори и да смятате, че сте разбрали достатъчно, или че първите няколко описания ви изглеждат неприложими.

Всяко от твърденията може да се приложи за всеки от двата пола.

Ще пресметнем точките, когато приключите, но засега отбелязвайте всяко от твърденията по-долу, което е приложимо.

☐ 1. Когато сте около тази личност, непрестанно сте в защитна позиция.

☐ 2. Изблиците на силен гняв и избухванията не съответстват по мащаб на предизвикалите ги обстоятелства или случки.

☐ 3. Откакто познавате този човек или сте се обвързали с него, сте станали по-нещастни, по-неуверени и по-малко сигурни в себе си.

☐ 4. Връзките му се характеризират с редуващи се добри и лоши фази.

☐ 5. Този човек е неспособен да прецени последиците от изказванията или поведението си и как те могат да засегнат другите, включително членовете на семейството му или обществото.

☐ 6. Поведението му понякога е неподходящо или възмутително.

☐ 7. Често се срина, когато е подложен на стрес.

☐ 8. Спорове, които не би трябвало да продължават повече от няколко минути, може да се проточат с часове или дни, без той да се постарее да ги смекчи или прекрати.

☐ 9. Често се държи като кралска особа или като жертва.

☐ 10. Мрази да бъде сам и непрестанно търси компания.

☐ 11. Заплашвал е със самоубийство.

☐ 12. Често изпитва или изразява чувства като паника, тревожност, раздразнителност, тъга или гняв.

☐ 13. Често изпитва или изразява чувство на празнота; много лесно се отегчава, има нужда от силни усещания.

☐ 14. У него се наблюдава интензивен гняв към членове на семейството.

☐ 15. Често се случва да се кара, да спори или да влиза във физическа конфронтация с други хора.

- ☐ 16. За него скандалите са начин на живот.
- ☐ 17. Не сте в състояние да се отпуснете, да си починете или да сте спокойни около него.
- ☐ 18. Споменава е множество пъти, че човек или група хора му имат зъб и заговорничат срещу него.
- ☐ 19. Колегите го описват като „проблемен“, „труден за съвместна работа“, „дразнещ“ или „невъзможен“.
- ☐ 20. Когато сте около него, се чувствате изцедени емоционално и физически.
- ☐ 21. След като сте прекарали няколко часа заедно, имате чувството, че светът ви се е преобърнал с главата надолу. Може да се запитате: „Какво всъщност стана?“.
- ☐ 22. На най-близките (т.е. вие, семейството, децата или съпруга/та) им се налага непрестанно да проверяват в какво настроение е тази личност в момента.
- ☐ 23. Трескаво се стреми да избегне реално или въображаемо изоставяне от любими или приятели.
- ☐ 24. На моменти поведението на този човек изглежда театрално или твърде драматично за обстоятелствата.
- ☐ 25. Споровете с него са тежки и грозни, пълни с обиди и ругатни.
- ☐ 26. Той изисква изключително много от околните, що се отнася до услуги, време, внимание или пари.
- ☐ 27. Хвърля, къса или чупи предмети от гняв или възмущение.
- ☐ 28. Заплашвал е със самоубийство, ако бъде изоставен.
- ☐ 29. Вместо да се сдобри или да приключи спора, той обича да го задълбочава и да го превръща в безкраен язвителен диалог.
- ☐ 30. Околните го описват като „непредвидим“, „ненадежден“ или „нестабилен“.
- ☐ 31. Често се привързва твърде бързо и твърде силно към отскорошни познати.
- ☐ 32. Обича да си прави татуировки, за да „почувства нещо“.
- ☐ 33. Търси за какво да се обиди и дълго помни обидите.
- ☐ 34. С лекота омаловажава или критикува другите, като ги кара да се чувстват унижени или смутени.
- ☐ 35. Твърди, че прощава, но никога не го прави: помни обидите и несправедливостите, с цел да ги натяква в бъдещи спорове.

- ☐ 36. Избухлив е и много лесно се разстройва.
- ☐ 37. Изглежда неспособен на трайно съчувствие, грижа или любов.
- ☐ 38. Не е необичайно да чуете хората да казват: „Не се разстройвай, но...“, когато започват разговор с този човек.
- ☐ 39. Личните му отношения, изглежда, винаги са бурни.
- ☐ 40. Бракът му е мъчителен и изпълнен с неприязън.
- ☐ 41. Изглежда, винаги го привличат неподходящи хора (престъпници, наркомани, търсачи на силни усещания или безотговорни личности).
- ☐ 42. Явно не се интересува, че околните се обиждат от поведението му.
- ☐ 43. Не е щастлив да бъде себе си и иска да е някой друг.
- ☐ 44. Участва в рисковани дейности или търси силни усещания, които са незаконни или излагат другите на опасност.
- ☐ 45. Много е чувствителен какво другите мислят или казват за него — често избухва, когато го критикуват.
- ☐ 46. Промяната в плановите го тревожи много и му причинява безпокойство или раздразнение.
- ☐ 47. Самонаранявал се е чрез порязване, драскане, хапане, промушване, изгаряне или скубане на косата.
- ☐ 48. Гневи се и негодува, ако го игнорират или не се отнасят към него като към специална личност.
- ☐ 49. Държи се така, сякаш иска да е център на внимание и не желае да се чувства изолиран.
- ☐ 50. Не се колебае да лъже и да си измисля, ако има полза от това.
- ☐ 51. Изпитвали сте нежелание да споделите мнение или да предприемете действие, защото се боите от реакциите на тази личност спрямо вас или че тя може да се самонарани.
- ☐ 52. Умее да предизвиква съчувствие, за да получи внимание (например да се преструва на болен).
- ☐ 53. Неговите страдания, болести или наранявания винаги са по-лоши от чуждите.
- ☐ 54. Трудно е да се угоди на претенциите му към времето и вниманието на околните.

- ☐ 55. Използва грижите си за другите като инструмент, с който да си осигури вниманието и предаността им.
- ☐ 56. Осиновява деца с конкретната цел да се грижат за него на старини.
- ☐ 57. Не разбира алтруистичната любов и не изпитва такава.
- ☐ 58. По някакъв начин се чувства като в капан с този човек.
- ☐ 59. Емоциите му сякаш винаги са прекалено интензивни.
- ☐ 60. Известно е, че има нестабилни или твърде напрегнати междуличностни отношения.
- ☐ 61. Често се оплаква, че се чувства по-нисш от другите.
- ☐ 62. Всичко, което този човек прави за другите, изглежда си има цена или допълнителни условия.
- ☐ 63. Епизодично или за дълъг период от време е изпадал в депресия или тревожност.
- ☐ 64. Често обръща гръб на приятелите си и ги оставя разочаровани и озадачени.
- ☐ 65. Изглежда се чувства много неуверен и трескаво се опитва да компенсира това, отивайки в крайности.
- ☐ 66. Признава, че е експериментирал или е употребявал „различни наркотици“ — и като количество, и като вид.
- ☐ 67. Споделял е, че не може да контролира емоциите си, но не може да обясни защо.
- ☐ 68. Заплашвал е да се самонарани или да се самоубие, само за да манипулира околните.
- ☐ 69. Взаимоотношенията ви с този човек понижават самооценката ви.
- ☐ 70. Бои се да се сближи твърде много с някого или държи хората на разстояние.
- ☐ 71. Оплаквал се е от упорита болест с неясни симптоми или състояние, което оказва влияние на настроението и енергията му.
- ☐ 72. Връзките му са интензивни, но не дълготрайни.
- ☐ 73. Представата му за себе си, изглежда, е нестабилна (не му харесва кой е, как изглежда или накъде го носи животът).
- ☐ 74. Има огромна нужда да бъде обичан, обожаван и да е обект на специални грижи.
- ☐ 75. Твърди, че страда от мигрени, фибромиалгия, язви, колит, синдром на раздразненото черво или чести главоболия.

- ☐ 76. Порасналите му деца отказват да имат нещо общо с него.
- ☐ 77. Много е изобретателен в обвиненията към другите, когато нещата се объркат.
- ☐ 78. Обръща всяка критика в контракритика, дори това да изглежда нелогично или фалшиво.
- ☐ 79. Този човек е в непрекъсната борба за надмощие с вас или с други хора.
- ☐ 80. Упорит е и е склонен да спори — изглежда, винаги иска да има последната дума.
- ☐ 81. Често не умее да си планира нещата (например не успява да занесе храна, вода или пари на деца, за които се грижи), сякаш приоритетите са му последна грижа.
- ☐ 82. Мята се между крайно идеализиране (любов) и презрение (омраза) към другите.
- ☐ 83. Сякаш живее за мига; почти не прави планове за бъдещето (във финансово отношение или за кариера).
- ☐ 84. Изглежда, не се учи от отминалите си връзки или от житейските опитности.
- ☐ 85. Желает връзка с „идеална личност“, която да е изключително грижовна, всеотдайна и винаги присъстваща, изцяло на негово разположение, каквато всъщност не съществува.
- ☐ 86. Когато е недоволен, се разочарова жестоко от другите и ги подценява.
- ☐ 87. Импулсивен е в едно или повече отношения, като на пример безразборен секс, безразсъдно харчене, злоупотреба с наркотици, безотговорно шофиране, гуляи, хазарт, злоупотреба с алкохол или поемане на рискове.
- ☐ 88. Дори след кратка среща с него този човек кара вас и останалите да се чувствате тревожни, натоварени, гневни или вбесени.
- ☐ 89. Непрестанно си търси извинения или подозира клики, които са се съюзили срещу него едва ли не организирано и му пречат да бъде повишен или оценен подобаващо.
- ☐ 90. Умишлено желае да влезе във връзка с човек, който е женен или вече е обвързан.
- ☐ 91. Хората, с които излиза, се оплакват, че са се почувствали странно или са усетили, че нещо не е наред, дори и след кратка среща.

- ☐ 92. Често вие или други хора използвате термините „психо“ или „откачалка“ когато го описвате.
- ☐ 93. Изглежда капризен или неуравновесен без причина.
- ☐ 94. Обръщал се е срещу любими хора по драматичен начин и без разумна причина.
- ☐ 95. Ако посещава терапия, се е обръщал срещу терапевта, въпреки че преди го е оценявал високо.
- ☐ 96. Харесва му живота на бързи обороти, без ангажименти или демонстрира безотговорно поведение.
- ☐ 97. Не успява да се справи със задълженията си, като например да осигури гориво за отопление, да си плати сметките, да плаща данъци, въпреки че има средствата за това.
- ☐ 98. Собствените му деца му носят повече неудобство, отколкото радост.
- ☐ 99. Използва унижението като форма на наказание.
- ☐ 100. Пренебрегвал е децата си, за да се среща с приятели, да се забавлява или да пие.
- ☐ 101. Ако е жена, привлича твърде много мъже, при това често от неподходящия вид.
- ☐ 102. Децата се оплакват, че ги игнорира, подиграва ги или дори ги тормози у дома.
- ☐ 103. Изглежда емоционално отдалечен, дори когато се опитва да се сближи.
- ☐ 104. Често ви обвинява, че сте причина за проблемите или нещастията му.
- ☐ 105. Чувства се сигурен и щастлив само с компания или в група — не обича да бъде сам.
- ☐ 106. Животът му сякаш непрекъснато е изпълнен с напрежение (приема почти всичко от негативната му страна).
- ☐ 107. Изглежда твърде неуравновесен.
- ☐ 108. Изисква от вас да вземете неговата страна срещу някой друг.
- ☐ 109. Изглежда неотзивчив към мили жестове или прояви на щедрост, дори от страна на хора, които ги е грижа за него или се опитват да му помогнат.
- ☐ 110. Вниманието му е свръхизострено за знаци, че може да бъде изоставен или да загуби някого.

☐ 111. В миналото си е споделял многократно, че изпитва тревожност или депресия.

☐ 112. Упорито е следил или тормозил човек, свързан с миналото му.

☐ 113. Не оставя раните по тялото му да зараснат (чопли ги дори на публично място); бодне кожата си с остри предмети, когато е стресиран.

☐ 114. Изглежда неспособен да контролира изблиците си на гняв и враждебност.

☐ 115. Диагностициран е с анорексия или страда от булимия невроза.

☐ 116. Другите го описват с два или повече от следните неклинични термини: „ужасен“, „злобен“, „психар“, „невъзможен“, „откачалка“, „луд“, „побъркан“.

☐ 117. Присъединявал се е към култ или твърди, че има гуру, водач или учител, когото следва безпрекословно.

☐ 118. Имате усещането, че трябва да стъпвате на пръсти около този човек.

☐ 119. Известно е, че страда от личностно разстройство, като например (но не само) хистрионно, гранично или параноидно личностно разстройство.

☐ 120. Неведнъж е удрял съпруг/а или интимен приятел, когато е бил разгневен.

☐ 121. Диагностициран е с биполарно разстройство, маниакалнодепресивно разстройство или има резки промени в настроението.

☐ 122. Казвал е, че желае да си отмъсти и наистина е отмъщавал на някого (изпускал е гуми, надрасквал е вратата на кола с ключове, изпращал е изпълнени с омраза писма и т.н.).

☐ 123. Полагал е големи усилия, правил е сериозни разходи или е изминавал далечни разстояния, за да следи, наблюдава или тормози някого.

☐ 124. В службата е проявявал силен гняв към колегите си.

☐ 125. Повреждал е или е унищожавал собственост на бивш колега, приятел, съквартирант, интимен приятел или член на семейството.

#### РЕЗУЛТАТИ



Пребройте колко от твърденията са приложими за този човек въз основа на критериите, разяснени в началото на референтния списък.

☐ Ако откриете, че има от 15 до 35 от тези черти, това е личност, която от време на време упражнява емоционален тормоз върху околните и може да е трудно да се живее или работи с нея.

☐ И ако резултатът е между 36 и 65 точки, това означава, че въпросният човек има всички черти на емоционално нестабилната личност и се държи като такава. Той се нуждае от помощ и би причинил хаос в живота на всеки, намиращ се в близост до него.

☐ И ако резултатът е над 65 точки, у този човек преобладават основните черти на емоционално нестабилната личност и емоционално, психологическо, финансово или физически е опасен за себе си и останалите.

## НЕЗАБАВНИ ДЕЙСТВИЯ

Ако си имате работа с емоционално нестабилна личност, осъзнайте, че такива хора се нуждаят от помощта на професионалисти, които знаят как да се справят с този вид сложна и изпълнена с противоречия личност. Процесът може да е продължителен, но е възможно да им се помогне чрез много интензивна терапия — но само ако те желаят да им се помогне и на свой ред положат огромни усилия.

Може да се опитате да им подадете ръка, но може и да бъдете нападнати заради усилията си. Ако времето, прекарано с такъв човек, ви прави раздразнителни, тревожни, гневни или депресирани, или ако чрез поведението си те са ви превърнали в жертва, може би самите вие се нуждаете от професионална помощ. Тези хора могат да бъдат толкова отровни, че да ви травмират, без непременно да са ви нападнали физически.

Сложете строги граници на това, което бихте допуснали. Това може отначало да породی съпротива, но ще установи известна стабилност, дори и за кратко. Ако настояват да прекрачват границите ви или продължават да ви травмират, това е потвърждение, че са истински нестабилни и че трябва да се дистанцирате. Никой не очаква от вас да позволявате лошо отношение към себе си или да ставате жертва, дори на емоционално нестабилна личност. След това предупреждение, ако решите да продължите взаимоотношенията си с този човек, не се изненадвайте, ако продължи да се отнася по същия начин и да причинява хаос в живота ви.

Ако въпросната личност обмисля, споменава или заплашва да нарани себе си, обадете се на спешния телефон (или на полицията, пожарната и спешна помощ), без да се колебаете, тъй като тези случаи е най-добре да се поемат от професионалисти. Ако имате деца, помнете, че те са безпомощни срещу такава личност и се нуждаят от вашата защита. Вземете мерки да защитите себе си и любимите си хора. Имате моралното задължение да спасите децата от гнева на подобни хора. За допълнителни стратегии вижте Глава 6: Как да се защитим от опасните личности.

**ГЛАВА 3**  
**„НЕ СЕ ДОВЕРЯВАЙ НА НИКОГО И**  
**НИКОГА НЯМА ДА ПОСТРАДАШ“**

## ПАРАНОИДНАТА ЛИЧНОСТ

Във филма от 1999 г. „Американски прелести“ актьорът Крис Купър изигра брилянтно ролята на дръпнатия съсед полковник Франк Фитс — морски пехотинец в пенсия. Дори само от кадрите без реплики можете да усетите, че нещо в това семейство не е наред. Съпругата на Фитс е почти като робот и се бои да говори. Когато външният звънец звънне, всички замръзват. Фитс реагира както винаги: вместо да отиде да отвори вратата, той разпитва съпругата и сина си кой може да е.

Фитс се бои от непознати и от любопитни съседи и държи всичко в къщата под ключ. Според него светът се разпада и той е един от малцината, които осъзнават това. За щастие, той е напълно наясно какво трябва да се направи по въпроса. Критикува яростно хомосексуалистите, чужденците, чернокожите — дори и собствения си несъвършен син. Няма доверие на семейството си и непрестанно се съмнява в лоялността им. В семейство Фитс липсват смях и романтика. Не са им гостували приятели от години. Всичко трябва да се прави по неговия начин. Всички се движат бавно, методично, избягвайки всичко, което може да възбуди подозренията му или да възпламени гнева му.

Неумолим, гневлив и ужасен моралист, Фитс е превърнал в ад живота на всеки, който общува с него, особено на семейството си. Фитс е параноидна личност.

Но в реалния живот няма такива хора, смятате вие. Грешите. Има милиони такива личности — в една или друга степен. Един от тях ми беше съсед.

Господин П., който живееше до нас, докато растях в предградията на Маями, рядко излизаше от дома си — или само за да се развика на децата, които играеха в квартала. Беше пенсионер и седеше до прозореца, държейки под око всеки минувач. Съпругата му нямаше приятели и рядко излизаше. Веднъж я поздравихме и той ѝ се разкрещя, задето ни е махнала с ръка. Беше отровил няколко животни,

случайно попаднали в двора му, и се хвалеше с това, за да ни предупреди.

Никога не видяхме господин П. да се усмихва или да се смее — в него нямаше и искрица радост. Веднъж, когато у дома дойде пътуващ търговец с два куфара, пълни с мостри за завеси, господин П. повика полицията. Не знам какво си е помислил, но знам, че майка ми трябваше да излезе от работа, за да се справи с това неудобство, както и с много други през годините.

Децата в квартала го смятаха просто за странен. За нас беше необичайно, че на съпругата му не ѝ е позволено да говори с майките от квартала. Някои биха казали, че е ексцентричен. Но това, на което обществото не ни учи, е, че този човек е параноидна личност. Ако знаехме това, щяхме да му предоставим личното пространство, за което така жадуваше, и да избегнем повтарящите се унижителни случки, които родителите ни преживяха, опитвайки се да се сприятелят с него, докато той ги посрещаше с ръмжене.

Параноидните личности са погълнати от ирационално недоверие и страх. Подозренията им не знаят граници. Скованото им мислене е непробиваемо за логиката и ги прави осъждащи, предубедени и напрегнати. Те виждат само мрачната страна на нещата. Направете нещо мило за тях и ще ви заподозрат в низки мотиви. За тях алтруистите са опортюнисти със скрити намерения.

Всички ние имаме вътрешна алармена система, която ни предупреждава за опасност. Но при параноидните личности тази система сякаш се задейства от всичко, надавайки вой заради вас, заради мен, заради съседите, колегите, етническите групи, чужденците, правителството и т.н. Техният изкривен мироглед е превзел живота им и може да причини същото на всеки, който общува с тях.

Когато изнасям лекции, често моля хората, които познават такъв човек, да вдигнат ръка. Отначало се вдигат само няколко ръце. Но докато изброявам ключовите черти — лесно обидчив, склонен да спори, ревнив, злопамятен, съмняващ се в мотивите на хората, оспорващ правилата, изпитващ страх, неприязън или омраза към различните — виждам как лампичките в главите на публиката светват и се вдигат все повече ръце. Понякога хората се засмиват или завъртат очи, когато разпознаят някой колега, когото всички са се научили да

избягват. Или притварят очи с тъжния вид на хора, които са били наранени жестоко.

През годините, прослужени в силите на реда, сме се занимавали безброй пъти с пораженията, които тези хора нанасят. И все пак дори и ние бяхме склонни да не ги описваме или да не ги разбираме правилно. Подобен провал може да има смъртоносни последици.

Джери Кейн и синът му Джоузеф Кейн от Литъл Рок, Арканзас, били параноидни личности, които се отнасяли с огромно подозрение към правителствените служители и полицията и смятали, че законите не се отнасят за тях. Така че, когато офицер Бил Евънс и сержант Брандън Подърт ги спрели за дребно пътно нарушение, те не казали и дума. Бащата и синът Кейн направо открили огън с автоматично оръжие и убили и двамата полицаи. Действията били заснети от камерата в колата на полицаите и видеото все още може да се изгледа в Ютюб. Ако тези полицаи знаеха, че си имат работа с хора, които не са просто странни или ексцентрични, а са параноидни личности със силно отрицателно отношение към правителството и силите на реда, може би днес все още щяха да са живи.

Огледайте се наоколо и ще забележите тези личности:

- Шофьорът, който смята, че сте го засекли умишлено, затова започва да ви следва, като надува клаксона, присветва с фарове, прави груби жестове и ругае. Може дори да ви проследи до дома ви.

- Мъжът, който смята, че всички флиртуват със съпругата или приятелката му, така че на парти си вре носа във всичките ѝ разговори, особено с мъже, и се старае въпросните мъже да не се задържат твърде дълго край нея.

- Ужасната личност, с която сте излезли на среща и която ви взема просто за публика на своята всезнаеща персона, оспорва всичко, което казвате, или омаловажава идеите ви (и не сте изненадани, когато установите, че няма приятели).

- Роднината, който непрекъснато изтъква предимствата на някакъв псевдонаучен лек или е открил поредния гуру, който вижда света точно като него.

- Колегата, който непрестанно пуска жалби и после пита защо другите са получили повишения или бонуси, а той не.

- Жалбоподателят, който почти всяка седмица се явява пред правителствените служби, за да протестира за някакви неща или да

заплашва, че ще заведе дело.

- Анонимният автор на язвителна онлайн атака, който ви обвинява, че имате скрити цели и знае какви са „истинските ви намерения“.

- Дръпнатият съсед, който настоява да ви разкаже за Новия световен ред, за разни конспирации или тайни организации, които контролират федералното правителство.

- Бившият служител или интимен приятел, който, разгневен от начина, по който са се отнесли с него, се появява в офиса неканен и въоръжен.

- Брилянтният учен, когото никой не слуша, затова той се мести във вмирисана барака в Монтана, където, за да ни предупреди за заплахата от развиващите се технологии, изпраща бомби (общо 16 на брой) по пощата, убивайки трима души и ранявайки 23 (д-р Тиодор Джон Качински-Тед — „Юнабомбър“).

Това не са просто ексцентрични хора. Те са водени от ирационален страх и недоверие. Свръхчувствителни и хиперактивни са. А когато бъдат ядосани, отхвърлени или засрамени, може да избухнат и да станат изключително опасни.

Когато се съчетае с нарцисизъм, параноидното личностно разстройство захранва насилието на всички нива: от престъпници през водачи на култове до диктатори, които живеят според собствените си правила, демонизират другите и унищожават всичко, което се изпречи на пътя им. Нужно е само някое непредвидено събитие, които да послужи като спусък, и се стига до случаи като този с Кристофър Донър (бивш полицай от Лос Анджелис), който бил свръхчувствителен, чувствал се пренебрегнат и не бил способен да обуздае страховете си, затова през 2013 г. нападнал бившите си работодатели, като убива двама души и въвлякъл полицаите в напрегната патова ситуация, приключила с престрелка.

Въпреки опасността, която представляват, това са сред най-малко проучените и непознати типове личности. Трудно е да бъдат лекувани донякъде, защото не смятат, че им има нещо, и поставят под въпрос намеренията на всеки, който се опита да им помогне. Твърде често те са оставени на милостта на патологията им, както и всички ние.

## ПОВЕДЕНИЕТО НА ПАРАНОИДНАТА ЛИЧНОСТ

Всеки агент на ФБР, който работи в отдел „Жалби“, където работех и аз, ще ви каже, че приемните на ФБР и телефонните линии са задръстени от такива личности. Те идват или се обаждат, за да роптаят срещу заплахи, врагове, конспирации, клики или провалите на правителството да реагира на исквете им.

Спомням си как понякога съпругите или съпрузите им седяха притихнали, с лица, дълбоко набраздени от агонията да живеят с такъв човек, докато неговите филипики продължаваха до безкрай. Други искаха от нас да се ангажираме с медиация, защото партньорът им (обикновено съпругът) е похарчил цяло състояние за оръжия, скривалища, запаси от храна за две години и система за пречистване на водата. Бюрото за жалби на ФБР беше последната им надежда, след като членовете на семейството бяха вдигнали ръце — и, разбира се, нямаха средства да посетят психолог.

Тъй като по време на обучението ми не ме бяха подготвили за този тип патология, изгубих ценни часове в опити да си послужа с логика, за да убеждавам тези хора, че грешат — часове, които можех да използвам, за да разкривам престъпления. С времето се научих просто да слушам, а не да се опитвам да изправя миогледа им или да им представя опровергаващи доказателства. Всичко, което параноидната личност иска, е някой да изслуша възгледите ѝ, а това изисква само едно: търпелива публика.

Филмите и телевизията често представят параноидната личност като опулен, умопобъркан индивид, подобен на героя Джак Торънс (изигран от Джак Никълсън) в психотрилъра от 1980 г. „Сиянието“. Но това е Холивуд. Реалността е много по-различна и по-нюансирана.

Някои параноидни личности са тихи и резервирани, почти срамежливи, и все пак гледат на света с непреклонно подозрение. Други са драматични, гръмогласни, дори агресивни. Разговорите с тях често се разгорещават, защото обичат да спорят. Те могат да се появят на демонстрации и да използват повода не само да протестират, а и да проявяват агресия и дори насилие, като бутат други хора, блокират



коли, повреждат имущество. Те са много близо до границата на нестабилността — трябва им само повод.

Някои нямат много умствен багаж, но други са високоинтелигентни и са постигнали нещо в живота си. Тед Качински е имал много висок коефициент на интелигентност и истински талант да прави бомби и да скрива произхода им. Хауърд Хюз бил интелигентен и богат, но много силно параноиден — до такава степен, че през последните 10 години от живота си се затварял в хотелските си стаи и не позволявал на външни хора да го посещават. Починал изолиран от света в един хотел в Лас Вегас през 1976 г. Джими Лий Дайкс печелел медали за службата си в морската пехота на САЩ, но през годините неведнъж стрякал съседите си в Мидланд, Алабама с „ексцентричното“ си и застрашително поведение (като например заплахите да стреля по нарушители, навлезли в частния му имот, докато обикалял нощем въоръжен из него). Съседите с нежелание търпели параноидната му личност, но на 29 януари 2013 г. нещата излезли от контрол. На този ден, малко преди часа, в който трябвало да се яви в съда по поредното обвинение в заплахи срещу съседите си, Дайкс се качил в един училищен автобус, убива шофьора и взема за заложник 5-годишно дете. Детето било държано затворено в подземен бункер 6 дни, преди специален екип на ФБР да го спаси (и убие Дайкс).<sup>[1]</sup> Какво е мотивирало поведението на Дайкс и Качински? Много просто: ирационалният страх, който е в сърцевината на параноидната личност.

У дома или в службата винаги има нещо, което изпълва тези личности с подозрение. Може да е съсед, децата на съседа, самолетите, които прелитат отгоре, или електрическите кабели, преминаващи близо до дома му. Те търсят пространство, усамотение и дистанция, за да успокоят страховете си. За съжаление това не се случва, защото параноята им е вътрешно заложена.

Някои се изолират в училище, в службата, в града и дори в семейството си и стават самотници. Други отиват още една крачка по-напред и заживяват сред дивата природа (пустинната югозападна част на Айдахо, Монтана и Аляска са любимите им места), за да се отдалечат, да избягат от другите или да се подготвят за някакво апокалиптично събитие. Те може да намерят убежище в организации, които са със същите убеждения като техните, да се присъединят към

група или култ, където не им се налага да убеждават другите в страховете и ексцентричните си убеждения.

А сред тях има и истински ексцентрици. Те може да се обличат странно (с камуфлажни дрехи), да носят голям нож или да изглеждат така, че видът им да спласва или да е обиден за другите, като например да носят нацистка свастика. Разбира се, околните забелязват странностите им и ги обсъждат. Естествено това подсилва параноята им, че ги одумват.

Параноята на някои ги отвежда в своеобразни лагери на омразата. Те слушат изпълнена с омраза реч по радиото, посещават такива събрания и носят емблемите, знаците, дрехите и татуировките на омразата. Това са опасните индивиди, които търсят други със същите убеждения — „истински вярващи“, както Ерик Хофър ни предупреди в забележителната си книга за масовите движения и тоталитарните правителства.<sup>[2]</sup> Те се присъединяват към Куклуксклан, към Скинхедс, Арийски нации и всякакви други екстремистки групировки, които искат да мразят и да си го изкарват на другите, защото страстната омраза и страх придават цел и смисъл на техния иначе празен живот.<sup>[3]</sup>

Или се събират със само още една параноидна личност с подобни убеждения, за да си помагат в причиняването на вреда. Точно това се случило с бомбаджииите на бостънския маратон през 2013 г. — братя Царнаеви. По подобен начин Тимъти Маквей се събрал с Тери Никълс — личност със сходни убеждения, за да взривят федералната сграда „Алфред П. Мъра“ в Оклахома.

А когато не могат да намерят съмишленик, действат сами като Андерш Беринг Брайвик — десният екстремист, който се страхувал от нахлуването на малцинства в Норвегия, затова взел, че избил 77 души, предимно деца, в Норвегия през 2011 г.<sup>[4]</sup>

Както виждате, спектърът, в който попадат параноидните личности, е широк — от дразнеци и неприятни до изключително избухливи и опасни, но в една или друга степен тези хора споделят общи характеристики, които ги дефинират.

## **СВРЪХПОДОЗРИТЕЛНИ, СТРАХЛИВИ И ПОТАЙНИ**

Ирационалната подозрителност на тези личности ги кара непрестанно да следят думите и действията на другите и да търсят зла умисъл или нечисти намерения. Дори и непреднамерена грубост може да им се стори подозрителна. Често са потайни и не разкриват много за себе си. Може да излъжат, за да защитят убежденията си, местоположението си или истинските си намерения. Дори у дома си може да държат разни неща под ключ, за да ги скрият от съпруга/та си или от другите членове на семейството. За тях не е необичайно да имат шкафче, а понякога и стая, в която никой друг не може да влиза. Както виждате, на този етап обичайната защита на личното пространство и сигурност вече започва да преминава в царството на параноята — царство, в което дори на членовете на семейството не може да се има доверие.

Не е възможно да се изброи всичко, от което може да се страхува параноидната личност. Може да е от чернокожите, католиците, евреите, мормоните, баптистите, мексиканците, мюсюлманите, африканците, хората, които не говорят английски, електрическите мрежи, антените на мобилните оператори, храната, флуорирането на водата, съседите, прелитащите отгоре самолети, чуждия акцент, клиниките за аборти, опитите върху животни, фармацевтичните компании, новия световен ред, сините барети<sup>[5]</sup>, европейците, микрофоните, правителството, данъчните, хората от неевропейските раси, технологията и така нататък, до безкрай. А, да не забравяме и колегата на съседното бюро, шефа, мениджъра, отдел „Човешки ресурси“, компютърната система, застрахователната компания, имейл системата в офиса... или пък може би вас. Всеки от тези хора си има свой собствен страх или притеснение. В крайна сметка, ако общувате достатъчно дълго с такъв човек, страховете му ще ви се разкрият — не задължително само чрез думи, а и чрез параноидното му ексцентрично или опасно поведение.

Някои са толкова недоверчиви, че поддържат списъци на пристигането и заминаването на колеги, съседни членове на семейството, непознати или всеки, който е минал наблизо. В отдалечената си хижа в Монтана Тед Качински е правел точно това. Президентът Ричард Никсън, който е притежавал много от чертите на параноидната личност, поддържал списък на враговете си и често заявявал, че човек не може да има доверие на никого.<sup>[6]</sup>

## ДОГМАТИЧНИ, СКЛОННИ ДА СПОРЯТ И ДА МРАЗЯТ

Адаптивността е отличителна черта на здравия човек. Ние можем да приемаме нови идеи и да се променяме в зависимост от обстоятелствата. Може и да се придържаме непоколебимо към определени идеи (например религиозни или политически възгледи), но осъзнаваме, че други хора са на различно мнение. При параноидните личности не е така. Те смятат, че свръхчувствителността е форма на висша способност за прозрение, затова с тях не може да се спори. Логичните и дори емпиричните доказателства за тях са безсмислени. Опитайте се да ги убедите и ще ви сметнат за конспиратор, който работи против тях, или още по-зле — за враг.

Параноидните личности подбират и изкривяват фактите и историята, като навързват заедно несвързани събития и идеи, за да съответстват на възгледите им и да оправдаят действията им — например избиването на лекари, извършващи аборти.<sup>[7]</sup> Когато Пол Дженингс Хил убил лекаря Джон Бритън и неговия приятел Джеймс Барет през 1994 г., докато Бритън влизал в клиника за аборти в Пенсакола, Флорида, според параноидния ум на Хил убийството на доктора и приятеля му (който бил и негов бодигард) било оправдано, защото спасявало неродени деца. Такъв е умът на параноидната личност — изкривен, непреклонен, моралистичен и непоклатим и склонен да оправдае убийство, щом е за спасяването на неродени бебета.

Тези личности често знаят твърде много за твърде малко неща, фиксирайки се върху някаква тясно ограничена идея — пасаж от Библията или правен, социален или политически въпрос, който почти или изобщо не касае повечето от нас. През 90-те години на XX в. Тимъти Маквей се фокусирал върху военизирането на специалните полицейски отряди. Не му харесвала военната тактика, използвана срещу барикадиралия се в изолирана местност Ранди Уийвър и семейството му в Руби Ридж, Северно Айдахо, през 1992 г. Заради убежденията си и заради омразата си към федералното правителство като цяло, той взривил федералната сграда „Алфред П. Мъра“ в Оклахома и убил 168 невинни жертви, включително и деца.<sup>[8]</sup> Параноидните личности не се придържат към логиката или

емпиричните доказателства. Те цитират съмнителни или отвлечени примери от историята, езотерични трудове, неизвестни автори и дори правни речници, за да се аргументират.

Съчетайте праволинейно мислене, фиксирана идеология и селективна памет с ирационален страх и ще получите отровния бульон на омразата — не простото нехаресване, което вие и аз може да изпитваме, а безкомпромисна, нечовешка омраза.<sup>[9]</sup> Прибавете към сместа патологичен нарцисизъм и ще получите хора, които искат и могат да действат с ужасяваща жестокост, мотивирани от омразата си: например да влязат в класна стая и спокойно да открият огън по учениците, докато те пищят и треперят от страх. Точно това се е случило в гимназията „Кълъмбайн“ през 1999 г. заради двама параноидни тийнейджъри — Ерик Харис и Дилън Клеболд, които нарцистично смятали себе си за специални и упълномощени да отнемат чужд живот.

За много от тези параноидни личности насилието се превръща в единственото решение, защото нищо друго не би им помогнало да постигнат своите безумни цели или пък да ги постигнат достатъчно бързо. Така че развиват „магическо мислене“ от следния порядък:

Ако убия достатъчно учени, ще спра напредъка на технологиите.

Тед Качински — „Юнабомбър“, изпратил по пощата  
16 бомби, убил трима души и ранил 23-ма.

Ако взривя сграда, ще спра ФБР и ще ликвидирам специалните им отряди.

Тимъти Маквей, взривил федералната сграда  
„Алфред П. Мъра“ в Оклахома, убивайки 168 жени и деца  
и ранявайки стотици.

Ако взривя бомба на Олимпийските игри в Атланта, в Америка ще спрат да се правят аборти.

Ерик Рудолф, взривил бомба в Олимпийския парк в  
Атланта през 1996 г.

Ако убия достатъчно американци, САЩ ще се  
изтеглят от Близкия Изток.

Осама бин Ладен, мозъкът зад атаката срещу САЩ на  
11 септември, при която загиват близо 3000 души.

Ако убия достатъчно норвежки деца, правителството  
със сигурност ще се вслуша в предупрежденията ми за  
заплахата от мюсюлманите и чужденците, мигриращи към  
Норвегия.

Андерш Беринг Брайвик, убил 77 души (предимно  
деца) в Норвегия.

За всеки освен тях е ясно, че действията им няма да имат  
желания от тях ефект и че на практика тяхното мислене не е просто  
магическо, а патологично. Насилието не е решение за нещата, които те  
желаят така силно да променят, но такъв е мисловният процес на  
параноидната личност, спадаща към по-агресивния край на спектъра.

## **ЗЛОПАМЕТНИ КОЛЕКЦИОНЕРИ НА ОБИДИ**

Параноидната личност, подобно на емоционално нестабилната, е  
непрестанен „колекционер на обиди“, само че още по-усърден. Всяка  
неволна грешка или въображаема несправедливост към него, без  
значение колко непреднамерена е била, се превръща в черна точка за  
вас и признак за нелоялността ви. Нито една простъпка —  
включително и такава, която не сте извършили — няма да бъде  
забравена или простена. Веднъж щом се превърнете във враг,  
параноидната личност ще се чувства оправдана да ви има зъб или да  
предприеме действия срещу вас, било то да ви избягва, да ви забива  
нож в гърба, да заговорничи срещу вас, да ви саботира и да унищожава

неща, които ви принадлежат, а в някои случаи дори да ви убие. Историята е пълна с параноидни колекционери на обиди. Осама бин Ладен използвал събитията при кръстоносните походи през XI в., за да оправдае убийствата на американци през 2001 г. Тед Качински колекционирал обиди от времето на Индустриалната революция през XVIII в., докато недоволството на Тимъти Маквей от федералното правителство и колекционирането на обиди започнало само няколко години преди взривяването на федерална сграда в Оклахома, заради събитията при Руби Ридж (1992) и обсадата на сектата „Клонка Давидова“ в Уако, Тексас (1993).

За параноидните личности колекционирането на обиди е необходимост. Те го използват, за да оправдаят действията си и няма ограничения за това колко назад ще се върнат, за да съберат тези обиди, или колко широко ще хвърлят мрежата си.

Тези личности имат удивителна памет за конфликтни ситуации, исторически неправди и социални несправедливости. Колекцията от обиди подхранва параноята им и оправдава омразата и действията им. Ако имате търпението да я прочетете, „Моята борба“ на Хитлер е една дълга, хаотична колекция от исторически рани, фокусирани върху евреите, достигаща 2000 години назад, до времето на Христос.

#### ДУМИ, ОПИСВАЩИ ПАРАНОИДНАТА ЛИЧНОСТ

Това са нецензурираните думи, с които жертвите описват параноидната личност:

— конфликтен, паникьор, самотник, резервиран, гневен, апокалиптичен, изпълнен с опасения, въоръжен, превъзбуден, настояващ за правата си, затворен, предубеден, фанатичен, блъфиращ, парадирещ, изолиран, пресметлив, коравосърдечен, свадлив, предпазлив, премерен, студен, мрънкало, объркан, объркваш, презрителен, заядлив, противопоставящ се, контролиращ, смахнат, шантав, маниак, луд, зловещ, критичен, жесток, рязък, откачалка, отбранителен, изпаднал в заблуда, изискваш, ненормален, умопобъркан, труден, невярващ, недоверчив, изпълнен със съмнения, изтощаващ, сухар, ексцентричен, завистлив, хаотичен, изплъзващ се, екстремист, фанатичен, страхлив, фиксиран, ненадежден, шантав, суетящ се, грандоман, предпазлив, наивен, твърдоглав, пълен с омраза, мразещ, надут, прикрит, скрит, напрегнат, враждебен, високомерен,

скептичен, свръхчувствителен, невъзможен, впечатлителен, недоверчив, липсва му гъвкавост, негостоприемен, наранен, изолиран, нетолерантен, сприхав, ирационален, гневлив, дръпнат, ревнив, всезнайко, чудак, болен мозък, подозрителен, лъжец, обича да спори, куку, самотник, лунатик, откачалник, маниак, гадняр, заплашителен, психо, вярващ в края на света, недоверчив, тесногръд, неприятен, невротик, неконформист, побъркан, неотстъпчив, противен, обсебен, обсебващ, странен, нападателен, предубеден, няма връзка с главния, свръхкритичен, свръхчувствителен, особняк, объркващ, потиснат, песимистичен, придирчив, предубеден, обидчив, провокативен, психар, кавгаджия, кисел, поставящ всичко под въпрос, радикален, размирник, саможивец, безмилостен, отблъскващ, скован, плашещ, самомнителен, скептичен, непредвидим, стреснат, стриктен, упорит, сървайвълист<sup>[10]</sup>, подозрителен, напрегнат, лаконичен, обидчив, заплашителен, шашав, докачлив, вероломен, готов за схватка, свиреп, „защитник на истината“, неуравновесен, невярващ, непреклонен, безкомпромисен, некултурен, непрощаващ, стиснат, неромантичен, нестабилен, непоколебим, неприветлив, нездрав, неподдаващ се на влияние, стегнат, жертва, отмъстителен, зорък, странен тип, оплакващ се, странащ, тревожен, фанатичен.

---

[1] Associated Press. „Neighbors of Ala. Man Suspected of Holding Child in Standoff Say He Was Threatening, Violent“. Brown and Robertson. „Standoff in Alabama Ends in Boy’s Rescue and Kidnapper’s Death“. ↑

[2] Hoffer. „True Believer“. ↑

[3] Ibid., pp. 93–94. ↑

[4] Navarro. „Lessons from the Oslo Terrorist Attack“. ↑

[5] Баретата е част от униформата на различни военни и други организации, сред тях и на мироопазващите сили на ООН, наричани понякога просто сини барети. — Б.пр. ↑

[6] Robins and Post. „Political Paranoia“, pp. 24–29. ↑

[7] Kantor. „Understanding Paranoia“. ↑

[8] Navarro. „Hunting Terrorists“. ↑

[9] Ibid. ↑

[10] Сървайвълист — човек, който активно се подготвя за някакъв голям социален или природен катаклизъм, като посещава курсове по първа помощ и самозащита, складира храна и вода,



подготвя се за самостоятелно оцеляване и строи скривалища, които да го спасят при катастрофално събитие. — Б.пр. [↑](#)

## ТЯХНОТО ВЛИЯНИЕ ВЪРХУ ВАС

Работата в бюро „Жалби“ във ФБР ме научи как параноидните личности постепенно отблъскват всички от себе си, бавно изтощавайки добрата воля, търпението и милосърдието им.

Спомням си едно конкретно посещение на параноиден мъж и съпругата му, защото останах поразен от нейния тъжен вид, приседнала търпеливо до него, докато той редеше тиради за какво ли не, вадеше изрезки от вестници от стара кутия за обувки и сипеше безкрайни обвинения срещу правителството и Обединените нации. Нито аз, нито ФБР можехме да направим нещо за него и за нечуваните му обвинения, затова след около час те си тръгнаха. По-късно същия ден съпругата му се обади от уличен телефон, за да се извини и да ми благодари, че го изслушах. Обясни ми, че е станал такъв след войната във Виетнам и се влошава с годините. Децата им вече не ги навестявали, а фиксацията му върху грешките на правителството била всепоглъщаща и, меко казано, ѝ идвала в повече.

Казах ѝ, че няма нужда да се извинява, и я попитах добре ли е. Отговорът ѝ ме изненада: „Не, не съм добре — каза тя, сдържайки сълзите си. — Той превръща живота ми в ад, но какво бих могла да направя? Нямам изход“. И затвори телефона. Обучението в полицията не ви подготвя за такива неща. Все още виждам как седеше унила срещу мен и търпеливо слушаше поредната тирада.

Това е една от причините, поради които реших да включа параноидната личност в тази книга: защото по-голямата част от вредите, които тя нанася, са психически. Членове на семейството често са ми споделяли, че се чувстват „емоционално разбити“ в резултат от живота си с параноидна личност. Това са силни думи и изводите са много.

Нека сме наясно: параноидната личност ще изсмуче радостта от живота ви. Тези хора ще ви направят напрегнати, тревожни, раздразнителни и нервни. Разбирате ли, вие трябва да възприемате враговете им по същия начин и да се страхувате от тях, иначе те ще решат, че нещо с вас не е наред. Не можете да се отпуснете в

присъствието им и ако ви сметнат за нелоялни, ще излеят недоволството и гнева си върху вас. Вашите предпочитания и желания не ги интересуват и вие бързо ще научите, че умът им се движи само по един коловоз или са фиксирани върху едно-единствено нещо.

Няма да сте сами в неспособността си да пробиете бронята им или да установите отношения на доверие, когато тези личности попадат в по-опасния край на спектъра на параноидността. Никой не може — нито семейството, нито терапевтите, нито полицията. Те тръбят за недоволствата си на работа, на почивка, на опашка, на обяд, всеки път, когато съзрат възможност. Разговорите деградират до изобличителни речи. Дори комплиментите могат да възбудят подозрението им — също както когато баща ми каза на г-н П., нашия съсед, че харесва автомобила втора ръка, който г-н П. тъкмо си беше купил; и с това го направи още по-подозрителен към баща ми.

Те могат да ви принудят да промените начина си на живот, карайки ви да се адаптирате постоянно към този отиващ на зле свят, от който се страхуват. Когато вдигнат скандал на работа и ги уволнят, именно вие трябва да работите извънредно, за да вържете домашния бюджет. Когато се държат зле със съседите, вие трябва да оправяте отношенията. Вие трябва да промените навиците си, за да угодите на параноидните хора, защото те се отдръпват и се изолират и очакват същото от вас. Обратно, в другия край на спектъра те могат да станат трудни за общуване и да спорят непрестанно. Каквото и да става, ще очакват от вас да вярвате в това, в което вярват и те, и да виждате света през тяхната параноидна призма, независимо дали ви харесва или не. Техните врагове трябва да станат и ваши.

В екстремни случаи те принуждават цялото си семейство да се пресели вдън гори, както в случая с бившата зелена барета Ранди Уийвър и съпругата му, които през 1992 г. се заселили с цялото си семейство в построена от тях хижа в Руби Ридж, Айдахо. Тези личности може да търсят пълна изолация, вярвайки, че неизбежно ще настъпи някакво апокалиптично събитие, присъединявайки се към редиците на хората, които се подготвят за някакъв ужасяващ катаклизъм, като често подлагат близките си на лишения и подигравки.

Те може да ви изложат на опасност по причини, които дори не бихте могли да си представите. За мен най-тъжните ситуации са тези, при които параноидните личности решават да се изолират заедно с

децата си в някаква секта, както видяхме при хората, последвали Джим Джоунс в лагера му в Гаяна. Подлагането на децата им на мизерията в джунглата, където има опасност от заразяване с денга, и излагането им на брътвежите на един нарцистичен мегаломан не било достатъчно. Финалното действие било да убият собствените си деца и себе си чрез отровена с цианид напитка (18 ноември 1978 г.). 918 души загинали в този ден, защото те самите — или в случая с невинните им деца техните родители — вярвали в нещо.

Подобно на последователите на Джим Джоунс в Гаяна, в опасност се намирали и всички, които имали нещо общо с Дейвид Кореш, оглавяващ сектата „Клонка Давидова“ в Уако, Тексас през 80-те и 90-те години, защото те наистина вярвали, че той е светец, че единствен знаел всички отговори и че апокалипсисът приближавал. Както той, така и Джим Джоунс изисквали сляпо подчинение — всеки, който бил против тях, бил в опасност. Помнете — ако не сте с тях, значи сте против тях.

## ВЗАИМООТНОШЕНИЯ С ПАРАНОИДНАТА ЛИЧНОСТ

Тъй като според тях наоколо има толкова много опасности, не очаквайте нежност и интимност от параноидните личности. По свой си начин тях може и да ги е грижа за вас, но са твърде тревожни, за да се замислят кой знае колко за чувствата на другите, и са твърде резервирани, за да се отдадат без задръжки в отношенията с партньорите и приятелите си. Разговорите сякаш следват предопределена траектория и всеки път се връщат към предпочитаната от тях тема (или теми). Те нямат никакви истински интереси отвъд тези, върху които са се фиксирани в момента. В резултат се получават ограничени, едноизмерни взаимоотношения.

Те смятат всеки конфликт за атака и затова не могат да се справят с нормалните възходи и спадове в отношенията. Така че, ако нямате желание непрестанно да спорите с тях, ставате отстъпчиви. Всъщност брачните партньори на силно параноидните личности заприличват на съпругата на полковник Фитс от „Американски прелести“: автоматизирани, изпразнени от емоции, живеещи в непрестанен страх от избухливостта на партньора им.

Когато започват да се срещат с параноидна личност, повечето хора не осъзнават, че тя преценява тяхната податливост и готовност да приемат идеите ѝ. Тази личност бързо ще продължи нататък, няма да губи време да се опитва да убеди някого със скептична настройка и най-вероятно ще избира партньори, които са податливи, не съдят и не задават въпроси. Проблемът е, че много от нас не осъзнават това още в началото, защото никой не ни е предупредил за параноидната личност и веднъж щом се обвържем с нея, вече може да е твърде късно.

Съпругата или приятелката на параноидната личност често се оплаква, че партньорът ѝ постоянно я ревнува без абсолютно никаква причина, като често ѝ се обажда или се появява на работното ѝ място или в офиса, без да се обади — не защото е загрижен за нея, а за да я провери. Тази личност може да преглежда календара ви, списъка ви с контакти, телефонните ви разпечатки или имейла ви за признаци на нелоялност или за дейности, които не одобрява. На един семинар,

който водих за връзките с параноидни личности, една жена ми каза, че е открила доказателства, че съпругът ѝ е платил на детективски екип да я следи, а тя просто отивала на гости на приятелка в друг град.

Параноидните личности ще настояват да ви поставят в социална изолация, така че в крайна сметка да загубите контакт със семейството и приятелите си. Защо? Защото не може да се има вяра на никого. Дори и техните собствени роднини ще се отдръпнат, уморени от подозренията и язвителността им. Най-вероятно не бихте искали да прекарвате време и с никого от приятелите им, тъй като имат склонност да привличат други странни, ексцентрични личности, които се обличат, държат се и гледат на света също като тях — т.е. други „истински вярващи“.

Животът на цялото семейство постепенно се вписва в ограничения свят на параноидната личност, която наблюдава или контролира комуникацията — например не позволява на членовете на семейството да притежават мобилни телефони или други устройства, или следи какво пишете на клавиатурата на компютъра чрез специален софтуер, за да види какво мислите или възнамерявате в действителност, или пък за да ви опази от лошото влияние на външния свят. Срещите може да са забранени; а излизането до късно, танците и дори носенето на грим може да предизвика гнева на моралистичната параноидна личност.

Една жена дойде във ФБР, за да попита как да постъпи предвид факта, че съпругът ѝ не желае децата да посещават повече обществено училище. Той дори бележел с тебешир гумите на колата, за да се увери, че не е използвана, докато е навън по бизнес дела. Какво бихте казали за това? Такъв е животът с параноидната личност.

Параноята може да бъде насадена и у децата, както и у възрастните. Джо-Ан Макгъкин и съпругът ѝ се преместили със седемте си деца в провинциалната част на Айдахо, за да се изолират от света. След смъртта на съпруга на Джо-Ан тяхната най-голяма дъщеря, 19-годишната Ерина, осъзнала, че нещата в дома им не са наред — храната била оскъдна, нямало течаща вода и отопление — затова се обърнала към властите. Вследствие на това през юни 2001 г. Джо-Ан била арестувана по множество обвинения за пренебрегване и лишения на деца.<sup>[1]</sup>

Когато по-късно полицията се върнала, за да вземе останалите деца и да ги сложи под попечителство, те, вместо да са благодарни, че ще ги спасят от лишенията и мизерията, заели отбранителна позиция, типична за параноидните личности. Пуснали над 20 кучета по полицаите, крещейки: „Грабвайте пушките!“. После въоръжените деца се барикадирали от полицията в продължение на седмица.<sup>[2]</sup> Джо-Ан и съпругът ѝ били научили децата си на параноя — да нямат доверие на никого. Събития като това причиняват на роднините и близките огромен стрес и мъка, да не споменаваме за разходите на града и окръга за мобилизиране на полиция, спешни служби, пожарна, медицинска помощ и други ресурси в продължение на дни наред.

Точно същото се случило и в Уако, в лагера на „Клонка Давилова“, когато полицаите се опитали да арестуват Дейвид Кореш.

Този опит се превърнал в заплаха срещу хората, които вярвали в светостта на Кореш. Когато правителствените агенти се опитали да спасят децата в лагера, самите последователи на Кореш запалили постройките, жертвайки себе си, за да не позволят разпадането на групата. Обсадата продължила 51 дни и загинали 76 души, включително много невинни деца.<sup>[3]</sup> Параноята отново надделяла над родителските чувства, също както в Джоунстаун.<sup>[4]</sup>

---

[1] Dawson. „Children’s War“. ↑

[2] Ibid. ↑

[3] Navarro. „Hunting Terrorists“, p. 49. ↑

[4] Kilduff and Javers. „Suicide Cult“, pp. 83–127. ↑

## СБЛЪСЪКЪТ С ПАРАНОИДНАТА ЛИЧНОСТ

Няколко клинични психолози са ми казвали, че такива личности се срещат във всяка организация и повечето продължават да работят, но правят труден живота на хората около тях.

В училище те може да притежават интелигентността да се справят добре, но, изглежда, не са особено успешни, тъй като им липсват междуличностни умения, за да дадат своя принос към общността. Те отчуждават от себе си другите ученици и учителите, които не желаят да им дават препоръки, а това, разбира се, само потвърждава подозренията им, че околните искат те да се провалят.

Понякога тези личности изглеждат размъкнати или се обличат като прошляци, което е неподходящо за повечето работни места. Или пък носят полувоенно облекло и оръжие, за да изглеждат заплашително. Или си придават враждебен, застрашителен, бунтовен вид с татуировки на видни места, пънкарски прически или бръснати глави.

Повечето от тях си намират работа, но винаги се съмняват в мениджмънта, в това как се вземат решенията или защо не получават повишение. Те са офисните бунтари, които или са отявлено дразнещи и неприятни, или тихомълком кроят планове, често пораждайки брожения.

Има и офисни саботьори. Те се стараят дребните неща да не се вършат правилно, докладите да се бавят, доставките да закъсняват, колите да се сдобиват с драскотини, обажданията да не се връщат, сметките да се губят — особено ако нещата не стават както на тях им се иска. Така че параноидната личност може да използва пасивна или не толкова пасивна агресия, за да саботира околните, особено тези от тях, които смята за врагове.

Дори и да функционират нормално на работното си място, те може да са свръхконкурентни, дразнещи и инатливи, като мърморят и се оплакват до безкрай. Ако видят група, която разговаря тихо, ще си помислят, че обсъжда тях. На моменти може да се види как си мърморят тихо под нос, което, разбира се, ги кара да изглеждат



странни. Ако чуят някого от колегите си да говори чужд език — ценно умение за всяка организация — ще са първите, които ще се оплачат, че той тайно ги обсъжда.

Ако в характера им присъства и грандомания, ще смятат, че са по-умни от всички останали, включително и от шефа, и че ги пренебрегват при повишенията. Преговорите с тях може да са много трудни, тъй като са силно недоверчиви, а и са пословични със споровете си с шефа, с подозренията си към мотивите на мениджмънта, с разпространяването на слухове, с оспорването на процедури, с подозренията си за фаворизиране и със завеждането на съдебни дела за щяло и нещяло. Могат да се впуснат в безкрайни писмовни кампании, с които да споделят притесненията си с висшестоящите, или пък да се обърнат към обществени институции, за да изискат проверки.

Трябва да се отбележи, че има много успешни бизнесмени, които покриват критериите за параноидна личност. Но те си имат своите собствени странности и особени поведения, които съвпадат с този личностен тип. Милиардерът Хауърд Хюз страдал от обсесивно-компулсивно личностно разстройство, но бил също и параноик. Живеел в изолация, мислел, че телефоните му се подслушват, започнал да ненавижда срещите с хора и настоявал да работи само с неколцина, на които имал пълно доверие (наричали ги Мормонската мафия, защото той наемал при себе си предимно членове на Църквата на Исус Христос и светиите от последния ден).<sup>[1]</sup>

Компаниите могат да прехвърлят „проблемен“ служител от отдел на отдел, смятайки, че това е най-добрият начин да се справят с параноидната личност. Но това не е така, защото тези хора ще представляват проблем, където и да работят, а и не трябва да се забравя, че параноидните личности могат да бъдат избухливи и никога не е ясно какво и кога може да ги предизвика. Дори полицаите могат да бъдат изненадани от избухливостта им, когато ги спират на пътя, когато изпълняват заповед за арест или се отзовават на обаждания за домашни конфликти. Ако човекът е употребил алкохол или наркотици като кокаин, амфетамини или метамфетамини, потенциалът за насилие е още по-сериозен.

Въпреки че днес термини като „училищна стрелба“, „недоволен служител“, „агресия на пътя“ и „агресия на работното място“ са вече

почти клишета, те рядко биват асоциирани с параноидната личност, а би трябвало, тъй като именно параноята е общата черта между повечето от тези хора, които избухват в необузdana и брутална агресия. Учителите, учениците и колегите могат да станат свидетели на прояви, които според тях са странни или нестабилни, но не умеят да разпознават признаците за параноидна личност, която е на път да избухне.

А когато параноидните личности се издигнат до високи или ръководни длъжности, пораженията, които могат да нанесат, са изумителни. Някои от най-извратените деяния в света са били причинени от безкомпромисната свръхподозрителност, страх и омраза на параноидните личности. Йосиф Сталин, Адолф Хитлер и камбоджанският диктатор Пол Пот са били силно параноидни. Те изпитвали ирационален страх от несъществуващи врагове и изисквали от последователите си същото. Загубата на човешки животи поради тази причина е толкова потресаваща, че думите не биха могли да въздадат справедливост за престъпленията им. Дори и един изгубен живот е трагедия. Как тогава да характеризираме убиването на над 30 милиона (Сталин), над 5 милиона (Хитлер) или над 1.2 милиона (Пол Пот)? При това по умерени оценки. Човек просто не може да си го представи. Ние не можем да осъзнаем истински такива големи числа. Но ако отвърнем поглед, ако не действаме, ако не наричаме нещата с истинските им имена, тогава пасивно насърчаваме невежеството по отношение на една основна истина: когато някоя параноидна личност се издигне до върха, настава ад под небето.<sup>[2]</sup>

В крайна сметка най-трайното поражение от параноята е нестабилността, която тя сее между хората. Тя съсипва доверието, хармонията и сплотеността в отношенията, в семействата, в организациите, в общностите и между нациите. Това е отровното трагично наследство на патологично параноидната личност.

---

[1] Kantor. „Understanding Paranoia“ ↑

[2] Robins and Post. „Political Paranoia“, p. 19. ↑

## ВАШИЯТ РЕФЕРЕНТЕН СПИСЪК ЗА ОПАСНИ ЛИЧНОСТИ

### ПРЕДУПРЕДИТЕЛНИ ЗНАЦИ ЗА ПАРАНОИДНАТА ЛИЧНОСТ

Както отбелязах във въведението, по време на кариерата си съм разработил различни референтни списъци, основани на поведението, които ми помагат да оценявам индивидите, за да преценя дали са опасни личности. Този конкретен референтен списък ще ви помогне да определите дали някой притежава черти на параноидна личност и къде попада този човек в спектъра (от тесногърд, склонен да спори и скован през дразнещо подозрителен и подлагащ всичко на съмнение до силно нестабилен, избухлив и дори опасен). Това ще ви помогне да вземете по-прецизно решение как да действате, да определите доколко е вреден и да прецените дали може да е заплаха за вас или за други хора.

Този референтен списък, както и останалите в тази книга, беше създаден, за да се използва в ежедневието от вас и мен — хора, които не са обучени специалисти по ментално здраве или изследователи. Той не е инструмент за клинична диагностика. Целта му е да образова, да информира или да потвърждава това, на което сте станали свидетели или сте изпитали.

Прочетете внимателно всяко твърдение в списъка и отбележете тези от тях, които са приложими. Бъдете честни; спомнете си какво сте чули даден човек да казва или сте го видели да прави, или какво са ви разказали други хора. Очевидно най-доброто доказателство е това, което сте видели лично, и начинът, по който се чувствате, когато сте край този човек или общувате с него.

Отбележете само твърденията, които са приложими. Не се опитвайте да гадаете или да включвате повече от това, което реално отговаря на критериите. *Ако се колебаете, не го отбелязвайте.* Някои неща изглеждат сякаш се повтарят или се припокриват — това е умишлено, за да се уловят нюансите на поведението, основани на това как хората обикновено усещат или описват тези личности.

Много е важно да попълните целия референтен списък, така, както е направен, за да увеличите надеждността му. Всеки цялостен списък покрива много тънки, но значими нюанси, за които може би никога не сте се замисляли. Някои неща могат да ви помогнат да си припомните събития, които сте забравили. Моля, прочетете всяко твърдение, дори и да смятате, че сте разбрали достатъчно, или че първите няколко описания ви изглеждат неприложими.

Всяко от твърденията може да се приложи за всеки от двата пола.

Ще пресметнем точките, когато приключите, но засега отбелязвайте всяко от следните твърдения, което е приложимо за вас.

☐ 1. Смята, че другите се опитват да го експлоатират или да го наранят по някакъв начин.

☐ 2. Обзет е от безпочвени съмнения относно лоялността на околните.

☐ 3. Няма желание да се довери на другите и ги възприема като измамници.

☐ 4. Изпитва безпочвен страх, че другите биха използвали информация срещу него по злонамерен начин.

☐ 5. Смята, че другите го унижават или заплашват, независимо колко добри са намеренията им.

☐ 6. Таи неприязън продължително време и не прощава обидите, дори след много години.

☐ 7. Много е чувствителен към мнението на другите за него.

☐ 8. Реагира гневно на дребни обиди и винаги има нещо за изясняване с околните.

☐ 9. Често безпочвено се съмнява във верността на съпруга/та или любовника/ любовницата си.

☐ 10. Има песимистични възгледи за живота и смята, че е преследван.

☐ 11. По навик поставя под въпрос намеренията на другите, включително на съпруга/та си, интимния си партньор, семейството и колегите си.

☐ 12. Отнася се (ненужно) подозрително към хора, събития, предмети или каквото и да било, което идва от чужбина.

☐ 13. Бързо се гневи и го смятат за човек с къс фитил.

☐ 14. Проявява ревност по незначителни или липсващи поводи.

- ☐ 15. Недоверчив е към другите, особено към чужденците или малцинствата.
- ☐ 16. Изглежда, че животът му е изпълнен с тревога.
- ☐ 17. Изпитва необходимост да бъде нащрек, да е потаен, дръпнат и да крои планове, или пък смята, че околните са такива.
- ☐ 18. Не желае да чуе чуждата гледна точка и я отхвърля, без да се замисли.
- ☐ 19. Смята, че шегите имат скрит смисъл, насочен към него.
- ☐ 20. Непреклонен е в мислите и идеите си и упорито се придържа към тях.
- ☐ 21. Трупа купища знания за малко на брой неща и настоява да обсъжда тайна информация, от която почти никой не се интересува.
- ☐ 22. Смята себе си за много логичен, но всъщност понякога логиката му е погрешна или изкривена.
- ☐ 23. Често спори или редовно провокира спорове.
- ☐ 24. Преувеличава трудностите и ги приема лично.
- ☐ 25. Смята, че е жертва на едно или повече от следните неща: живота, обществото, правителството, семейството, колегите, конспирациите, интригите и т.н.
- ☐ 26. Умишлено колекционира и помни обиди или случки, в които се е почувствал забравен или онеправдан.
- ☐ 27. Има репутация на човек, който прави от мухата слон, винаги предполага най-лошото или излишно преувеличава нещата.
- ☐ 28. Не е способен да се отпусне, непрекъснато е нащрек, почти винаги е сериозен и няма чувство за хумор.
- ☐ 29. Не проявява нежна страст и мекота; всичко наоколо го напруга и заплашва.
- ☐ 30. Винаги е враждебен, инати се или се отбранява.
- ☐ 31. Завижда на разполагащите с власт и се опитва да се добере до нея по бързия начин, чрез измама или незаконни схеми.
- ☐ 32. Неспособен е да каже нещо хубаво за друг човек.
- ☐ 33. Не желае да се довери на другите или да разкрие нещо за себе си.
- ☐ 34. Пространството е голям проблем — неприятно му е, ако се доближите твърде много или застанете твърде близо.
- ☐ 35. Не му харесва, когато хората гледат къщата или колата му и е склонен да ги напада остро.

☐ 36. При общуване често е изпълнен с гняв или омраза към авторитетни фигури.

☐ 37. Дори от голямо разстояние реагира така, сякаш човекът стои до него.

☐ 38. Носи или демонстрира украшения, татуировки, знаци или други емблеми (например лепенки върху бронята на колата му), които издават омраза или страх от околните.

☐ 39. Изглежда винаги потаен относно това, което върши или обмисля.

☐ 40. Има твърде малко или никакви приятели.

☐ 41. Постоянно търси признаци, че околните заговорничат или планират нещо срещу него.

☐ 42. Държи се ексцентрично и странно или пък околните го смятат за такъв.

☐ 43. Убеден е, че институциите (правителството, данъчните, колегите, църквата, училището, работодателят) искат да му сторят зло или да го възпрепятстват.

☐ 44. Твърди, че провалите на работното място или във връзките му са по вина на другите.

☐ 45. Твърди, че си спомня безпогрешно събитията и използва това в спора, но спомените му често са погрешни или едностранчиви.

☐ 46. Мислите, убежденията и предразсъдъците му са сковани и им липсва гъвкавост; става агресивен, когато го предизвикат.

☐ 47. Принадлежал е или в момента принадлежи към група, изразяваща омраза, или към организация, която е нетолерантна към другите.

☐ 48. Критикува повишението на свои колеги като заговор или конспирация или като средство да бъде наказан или обезсърчен.

☐ 49. Непрестанно подозира околните, дори и тези, които познава.

☐ 50. Изключително самомнителен е или вярва, че е без погрешен.

☐ 51. Открил е начини да се изолира от околните, било то на работното място, в училище или в голям град, и е смятан за самотник.

☐ 52. Убеден е, че другите в крайна сметка ще го разочароват или ще се възползват от него, затова винаги е резервиран.

☐ 53. Дори когато другите са мили с него, той подозира, че с времето ще покажат „истинското си лице“ и чувства.

☐ 54. Отказва да пусне децата си да посещават училище — страхува се, че ще им повлияе зле и че ще бъдат „покварени“.

☐ 55. Животът му изглежда изпълнен с огромно количество тревога и страх.

☐ 56. Опитва се да контролира какво мислят другите.

☐ 57. Изпитва цялостно тревожно чувство за надвиснала обреченост или разруха, или че ще настъпи някакво бедствие.

☐ 58. Изглежда, смята, че светът като цяло не заслужава доверие и е пълен с измама.

☐ 59. Избягва да посещава лекар, защото няма доверие на медиците, на медицинското оборудване или лекарската професия като цяло.

☐ 60. Нетолерантен е към чуждото мнение.

☐ 61. Съпруг/ата и семейството му се тревожат, когато излиза, защото не знаят дали няма да влезе в спор или да направи сцена.

☐ 62. Постоянно спори с висшестоящите.

☐ 63. Смята, че училището, образователната система или учител/ите имат зъб на него или на децата му.

☐ 64. Изглежда, няма особен респект към висшестоящите и смята себе си за по-добър от тях.

☐ 65. Дава за пример различни исторически събития като доказателство за конспирации срещу него или срещу другите.

☐ 66. Предпочита околните да застават на по-голямо разстояние от нормалното, когато разговарят с него, и ако нарушат границите му, става подчертано тревожен, раздразнителен или гневен.

☐ 67. Закупил е оръжие или държи такова близо до себе си, защото се страхува, че го преследват.

☐ 68. Имал е множество спреквания със силите на реда.

☐ 69. Не вярва на непознати, дори когато търси компанията им.

☐ 70. Буквално оценява хората по това доколко може да им има доверие.

☐ 71. Страхува се от институциите, технологиите, учените, храната или някаква друга неопределена същност или организация.

☐ 72. Събира статии, изрезки, снимки или автомобилни номера, свързани с хора и институции, които кроят конспирации срещу него

или на които няма доверие.

☐ 73. Известно е, че употребява кокаин, амфетамини, спийд или метамфетамини.

☐ 74. Смята, че телефоните му се подслушват или че в стаята има подслушвателни устройства.

☐ 75. Смята, че от лекарите има повече вреда, отколкото полза, или няма доверие на съвременната медицина и фармацевтичните компании.

☐ 76. Смята, че е над закона или е „суверенен гражданин“ и че не трябва да плаща данъци или да има шофьорска книжка и номер на автомобила, за да шофира.

☐ 77. Изпитва необходимост да контролира стриктно членовете на семейството си.

☐ 78. Изпада в пристъп на ярост, когато през неговата собственост случайно преминат хора.

☐ 79. Редовно си пъха носа в чужди работи, особено що се отнася до семейството му.

☐ 80. Опитва се да контролира чуждото мнение; настоява то да съвпада с неговото.

☐ 81. Често има непреклонно мнение по този или онзи въпрос.

☐ 82. Заплашвал е съпруг/а или любим човек заради това, че е разкрил лична информация за него.

☐ 83. Провежда т.нар. от него тренировки „в случай на опасност“ или „за оцеляване“ като подготовка за справяне със заплахи, с идването на „последните дни“ или някое друго апокалиптично събитие.

☐ 84. Забранява на членовете на семейството си да говорят с външни хора, дори и с пощальона.

☐ 85. Дразни се, когато членовете на семейството му говорят твърде дълго по телефона с приятели.

☐ 86. Сдобил се е с оръжие или е изработил взривно устройство, за да накаже други хора или да им отмъсти.

☐ 87. Моралист е и съди строго другите.

☐ 88. Когато съпругът/ата или децата му се приберат у дома, ги разпитва къде са били и какво са правили и изисква пълен отчет за действията им.



☐ 89. Редовно преглежда мобилните телефони на близките си, за да види с кого контактуват.

☐ 90. Следил е или е поставял проследяващо устройство в колата на съпруга/та си.

☐ 91. Звънял е (връщал е обаждания) на номера или е разпитвал, за да разбере кой се е обаждал и по каква причина.

☐ 92. Отказва да даде достъп на близките си до мобилни телефони, компютри или други електронни устройства, за да не могат да общуват с външни хора и да избегнат „лошо влияние“.

☐ 93. Много се ядосва, когато оспорвате или подигравате идеите, мисленето, логиката му или примерите, които дава.

☐ 94. Нарича другите глупави или наивни, защото не забелязват опасностите, които той вижда.

☐ 95. Възпрепятствал е или е забранявал участие в мероприятия на членове на семейството (съпруг/а, деца), за да не се повлияят от външни хора, „невярващи“ или инакомислещи.

☐ 96. Само той има ясна представа за заплахите, дебнещи отвън.

☐ 97. Има склонност да бъде изискващ или арогантен.

☐ 98. Бил е уволняван заради спорове с колеги или шефове.

☐ 99. Голям моралист е и вижда света в черно и бяло — липсват междинни оттенъци или каквато и да било гъвкавост в мисленето.

☐ 100. Не е романтичен, не проявява нежност и емпатия в междуличностните отношения.

☐ 101. От него се е възползвал човек, който твърди, че има сходно на неговото мислене.

☐ 102. Невнимателен е към околните или е смятан за грубиян.

☐ 103. Страхува се, че лекарите ще използват тялото му за експерименти или ще имплантират в него някакво устройство.

☐ 104. Непрестанно търси потвърждение на убежденията си чрез книги, радио, интернет или чрез други средства.

☐ 105. Съпругът/ата му често трябва да действа като буфер между него и другите или да се извинява за действията или поведението му.

☐ 106. Често говори по начин, който плаши околните или ги кара да се страхуват за безопасността си.

☐ 107. Убивал е или се е опитвал да отрови кучета или котки, преминаващи през имота му.

☐ 108. Често се оплаква на градските власти заради дребни неудобства.

☐ 109. Смята, че хората, с които е в социални или лични отношения, или са с него, или са против него.

☐ 110. Отчуждил се е от поне един член на семейството заради възгледите му или заради постоянната си нужда да спори, да обвинява и да предизвиква.

☐ 111. Пише писма, имейли или използва други комуникационни средства, чрез които непрекъснато критикува нещо.

☐ 112. Счита, че хеликоптерите или самолетите го следят.

☐ 113. Опитва се да открие и други хора, които също са подозрителни и недоверчиви.

☐ 114. Казвал е, че няма доверие на никого освен на себе си.

☐ 115. Не обича хората да стоят зад гърба му — това го прави раздразнителен, нервен или му причинява видимо неудобство.

☐ 116. Предпочита компанията само на тези, които са съгласни с неговите странни, причудливи, екстремистки или ексцентрични идеи.

☐ 117. Никога не изглежда щастлив — твърде често е изнервен или ядосан.

☐ 118. Има вид на човек, когото постоянно нещо го тревожи.

☐ 119. Има си тайно място къщи или на работа, където не допуска никого.

☐ 120. Възнамерявал е или действително се е изнесъл в необитаем район, далеч от всички, изразявайки недоверие към живота в близост с други хора.

☐ 121. Присъединил се е или се е интересувал от група, организация или секта със сходни на неговите идеи.

☐ 122. Няма никакъв интерес към изкуството или музиката освен към тези, които подкрепят мисленето му.

☐ 123. Редовно тренира с оръжие, за да е сигурен, че би се справил с всяка заплаха.

☐ 124. Когато чуе или види превозни средства, бърза да ги огледа или води списък на колите, които вижда често, и твърди, че го следят.

☐ 125. Действително води списък на враговете си или на съмнителни според него хора.

☐ 126. Излизал е нощем или по необичайно време, за да разузнава или да проверява съседи или други хора, които смята за

съмнителни или за опасни.

☐ 127. Изглежда, не може да се установи никъде и непрестанно се мести; не се задържа на работа задълго.

☐ 128. Непрестанно се бои от някакво мащабно катастрофално или апокалиптично събитие.

☐ 129. Другите го смятат за мрънкало, подстрекател или бунтар.

☐ 130. Околните го отхвърлят, защото е странен, ексцентричен или крайно упорит.

#### РЕЗУЛТАТИ

Пребройте колко от твърденията са приложими за този индивид въз основа на критериите, разяснени в началото на референтния списък.

☐ Ако откриете, че този човек събира от 20 до 25 от тези черти, той понякога тормози емоционално околните и може да е трудно да се живее или да се работи с него.

☐ И ако резултатът е между 26 и 60 точки, това означава, че въпросният човек притежава всички черти на параноидната личност и се държи като такава. Той се нуждае от помощ и би причинил хаос в живота на всеки, намиращ се в близост до него.

☐ Ако резултатът е над 60 точки, у този човек преобладават основните черти на параноидната личност и той представлява емоционална, психологическа, финансова или физическа опасност за вас и останалите, а дори и за себе си.

## НЕЗАБАВНИ ДЕЙСТВИЯ

Ако си имате работа с такъв индивид, който отговаря на повечето от критериите за параноидна личност, ви предстои тежък път. Когато характерните черти при този индивид не са много изявени, той ще ви изморява, защото поставя под въпрос всичко и е подозрителен и недоверчив към другите, включително и към вас. С времето може да стане още по-подозрителен, инатлив, упорит и скован в мисленето си. Това е предизвикателство пред всяка дългосрочна връзка или в семейството.

Ако човекът се намира в по-екстремния или токсичен край на спектъра, той може да е много труден, свадлив, свръхподозрителен или направо опасен. Проблемът е, че никой не може да предвиди реакциите му, нито пък какво би предизвикало гняв или насилие от негова страна. Знаем обаче, че колкото повече параноидни черти има, толкова по-нестабилен и опасен е. И, разбира се, може да се превърне в радикален екстремист, като постави в опасност другите и себе си, подобно на Тед Качински — „Юнабомбър“.

Опитите да бъде убеден или да се спори с този човек обикновено са безполезни и всъщност могат да се обърнат срещу вас, тъй като той ще ви възприеме като враг, защото не сте съгласни с него и не виждате нещата с неговата изключителна и специална яснота.

Опитите ви да им осигурите професионална помощ вероятно също няма да са лесни. Независимо къде в спектъра попадат, тези хора не смятат, че нещо не им е наред, и точно затова рядко търсят помощ. Дори само това е достатъчно трудно или невъзможно за преодоляване препятствие.

Можете да се опитате да им осигурите помощ от професионалист, ако ще отидат при него, но, моля ви, бъдете много внимателни. Тъй като тези личности са подозрителни към другите и непрестанно колекционират обиди, вашите усилия може да ги обърнат срещу вас, като ги направят още по-подозрителни или ги предизвикат към насилие.

На работното място тези личности може да са досадни, защото поставят всичко под въпрос. Може да създават проблеми между колегите и да всяват раздори в иначе коректната работна среда. Честно казано, на повечето шефове им омръзва да обясняват или оправдават решенията си или да слушат оплакванията им, така че ги изолират.

Няма съмнение, че наличието на параноидна личност на работното място е пречка, не само заради раздорите, които сее, а и заради вероятността да избухне заради нещо, което е приела като обида. Индивиди, които са събрали много точки от референтния списък, трябва да бъдат наблюдавани за признаци на агресия, особено ако са били порицани, било им е отправено предупреждение или са били понижени и най-вече ако са били уволнени.

В ситуации, когато съпругът/ата на служител притежава чертите на параноидна личност, има опасност домашен спор, ревност или някаква параноидна измислица да изложи колегите му на опасност, която първоначално е възникнала у дома. Когато прочета за бивш съпруг, който е отишъл на работното място на бившата си съпруга, за да застреля нея и всеки друг, който му се изпречи пред очите, си задавам въпроса дали това не е работа на личност с изключително тежка параноя.

Ако работите в индустрия, заплашвана от активисти или взета на прицел от екстремисти (клиника за аборти, медицински изследователски институт, химическа индустрия, изследвания на животни, дърводобивна индустрия, строителство, атомна енергия, въгледобив, електропреносна мрежа, производство на пластмаси и др.), може да се окажете във фокуса на вниманието на параноидна личност, затова потенциалът за опасност или насилие е много по-висок.

Трябва да внимавате, когато си имате работа с параноик у дома или на работното място, особено ако има данни, че този човек е упражнявал насилие или е използвал оръжие. Тъй като не можем да предскажем какво би отключило агресивно поведение у някого, всичко, което можем да направим, е да обърнем внимание на поведението му в миналото, на това къде попада в референтния списък за опасни личности, дали наскоро е имало стресови фактори (развод, скъсване на връзка, понижение, уволнение от работа, засилена употреба на алкохол или наркотици и т.н.) и дали е прибегвал до използването на оръжие.

Ако всички тези неща са налице, значи имаме много взривоопасна смес. Спомнете си само историята на Джими Лий Дайкс, която споменахме по-рано — проблемите на съседите му с него — убийството на автобусен шофьор, отвличането на дете от училищния автобус, барикадирането с детето в бункера му — и всичко това, защото е получил призовка.

Въпреки че историята е пълна с примери за хора, покриващи критериите за параноидни личности, които са причинили големи вреди, повечето от пораженията, които нанасят, са на междуличностно ниво у дома или на работното място. Въпреки това ние носим отговорността да предупредим околните, ако се убедим, че един човек притежава по-голямата част от чертите на параноидна личност — така може да спестим много болка и агония.

Ако се срещнете с такива индивиди, първо и преди всичко осъзнайте какво представляват. Не се опитвайте да спорите с тях или да ги убеждавате. Ако ви се струват опасни по някакъв начин или ако поискат от вас да им помогнете в извършването на някакви опасни или криминални действия, най-добре е да се оттеглите и да предупредите околните, ако е възможно.

В случай че поведението им ви дойде в повече — ако е непоносимо или твърде унижително (това се случва в много култове), или ако изсмукват щастието от живота ви, се дистанцирайте. Не е нужно да страдате излишно. Ако решите да останете, вече сте предупредени какво може да очаквате, затова не се изненадвайте, ако нещата не отиват на добре. Недейте да свършвате като съпругата на полковник Франк Фитс във филма „Американски прелести“ или пък като съпругата на съседа ми в Маями — празни, примирени и тъжни.

Но внимавайте, защото, ако тези хора се самоизолират, изолират вас, убедени са, че нямат други алтернативи или пък се радикализират, могат да станат много агресивни. За допълнителни стратегии вижте Глава 6: Как да се защитим от опасните личности.

**ГЛАВА 4**  
**„МОЕТО СИ Е МОЕ, И ТВОЕТО СЪЩО Е**  
**МОЕ“**

## ХИЩНИКЪТ

Очите, втрени в моите, не мигваха, бяха змийски и абсолютно спокойни. Докато се вглеждах в тях, дочух слабо потракване, което породило у мен чувство за опасност. Съвсем не се намирах в близост до гърмяща змия. Бях млад полицаи през 70-те и се намирах в коридор, където тъкмо бях арестувал обирджия, задействал алармата. Той се подчиняваше на командите ми и успях да му сложа белезниците без проблем. Но не се срамувам да кажа, че макар и да съм висок 1.85 м и заподозреният да беше с белезници, потреперих, когато се втрени в мен. В този поглед имаше нещо, което не бях виждал досега. Звукът, който дочух, беше от куршумите, които потракваха в служебния ми револвер, но умът и тялото ми инстинктивно осъзнаха, че се намирам в присъствието на човек хищник. Когато в офиса проверих криминалното му досие, всичко се изясни: той беше закоравял престъпник с дълъг стаж от обири и нападения, наскоро освободен от затвора.

Можеш да разказваш на хората за злото, да правиш страшни филми, да пишеш за опасни личности. Но докато наистина не попаднеш в присъствието на злото, не го познаваш истински — не и на дълбоко психологическо ниво. Точно това бях изпитал въпросния ден. Беше урок, който не забравих никога. Подсъзнанието ми ме предупреди, че това не беше просто обикновен престъпник. По-късно истински оцених този урок — той ми демонстрира ефекта, който хищниците оказват върху нас на подсъзнателно ниво.<sup>[1]</sup>

В някакъв момент в живота си всеки, четящ тази книга, ще срещне такъв човек: някой, който не се смущава, че го арестуват или че е извършил престъпление, когато не го притеснява страданието, което причинява на другите. От всички опасни личности, хищникът причинява най-тежки вреди. Според авторитетния психолог и изследовател на психопатологията д-р Робърт Хеър, наоколо има милиони такива индивиди.<sup>[2]</sup> Това е причината да смятам, че сте били, в момента сте или ще влезете в контакт с такъв човек в някакъв момент в живота си.



Хищниците реално имат само една цел — да експлоатират. Те правят неща, които за нас са немислими, при това редовно и с лекота. Живеят, за да плякосват, обират, тормозят или унищожават. Докато повечето от нас поставят в центъра на живота си отношенията с другите и постиженията, към които се стремят, хищниците се съсредоточават върху възможностите да използват хората, местата и ситуациите за собствена изгода. До голяма степен поведението им се управлява от тази изначална настройка.

Те не мислят по начина, по който го правим ние. Нас ни е грижа за другите. Те или се преструват, че ги е грижа, или просто не им пука. Ние се смятаме за равни помежду си. Те ни виждат или като възможности, или като препятствия пред задоволяването на нуждите си. Ако имат нужда от кола, си открадват. Ако имат нужда от секс, ви изнасилват. Ако им трябва пари, обират банковата сметка на баба ви и дядо ви. Ако оцелеете след досега с такъв индивид, част от вас все пак умира — доверието, самоуважението, достойнството или доверието ви в другите.

Нашата доверчива природа ни поставя в неизгодно положение спрямо тези личности, тъй като те са свободни от емоционални привързаности, съвест, морал, правила или етика. За тях в живота няма знаци „Стоп“. Правилата, регулациите, забраните, ключалките или оградите са просто неудобства, които трябва да бъдат преодоляни. И тъй като вие и аз играем по правилата, те ни смятат за мухльовци, за загубенци или ни презират като достойни само за унижение, присмех, малтретиране, а може би и за елиминиране.

Така че, докато ние се занимаваме с честен труд, за да постигнем успех, хищниците мерят своя успех по това доколко добре ни използват. Изключително умели в откриването на слабости, те вземат на мерника си уязвимите, наранените, страдащите, лековерните, податливите, твърде младите или тези, които не могат да се защитят. И после се нахвърлят — понякога изтънчено, а друг път с дива жестокост.

Хищникът знае кого да вземе на прицел само от начина, по който човекът се движи или изглежда. Те избират услужливия пешеходец, който може да бъде примамен до колата, за да го попитат за посоката; пазарувачия, натоварен с тежки торби; детето, твърде доверчиво към непознат възрастен; самотният тийнейджър, който минава напърно;

наивната възрастна двойка; домакинята, която непредпазливо отваря вратата. Те правят всичко това, без да се замислят — подобно на програма в мозъка им, която постоянно работи някъде на заден план, търсейки възможности и слабости.

Те знаят в кои чатове да влязат, за да примамят детето ви в хватката си, без дори да проникнат в дома ви. Знаят как да праметнат здравните фондове, което ни струва милиони долари заради измамите им. Знаят кои банки е най-лесно да оберат и от кои магазини е най-лесно да откраднат. Знаят как да се крият зад престижни организации — може би болница, благотворителна организация, полицейско управление, училище, спортна програма или църква — бидейки напълно наясно с това, че легитимността на организацията предоставя едновременно достъп и прикритие за хищническите им набези.

Хищници като Тед Бънди, Джон Уейн Гейси и Джефри Дамър изпъкват поради славата си на серийни убийци, но подобни чудовища представляват само нищожна част от картината.

Всеки сериен изнасилвач, сводник, педофил, трафикант на хора и гангстер е хищник. Такива са и тези, които вземат на прицел възрастни хора или деца, за да ги малтретират. За някои сме чели, други са толкова прочути, че са обезсмъртени в книги или филми. Банковият обирджия Джеси Джеймс, Бъч Касиди, Джак Изкормвача, Джон Дилинджър, Ал Капоне, Пабло Ескобар, Иън Брейди, Джеймс Бълдждър-младши (Уайти), и Хлъзгавия дон Джон Готи — всички те са хищници. Единствената разлика е в личните им предпочитания за експлоатация и криминално поведение.

Затворите са пълни с такива индивиди, но много повече се разхождат по улиците. Не е нужно да бъдете изнасилени или убити, за да пострадате сериозно от хищници. Те пребиват брачните си партньори, злоупотребяват с пациенти, тероризират служителите си, присвояват пари, превръщат доверчивите в плячка, корумпират обществени служители или в ролята си на държавни глави унищожават собствения си народ. Разнасят куфарчета, лаптопи, раници, библии, футболни топки и бебета. Но носят също и ножове, пистолети, мачете, шила за лед, отрова и въжета. Може да са ви шефове, религиозни водачи, колеги, финансови съветници, отговорници в лагера на децата ви, болногледачи на родителите ви,

бавачки, следващите партньори, които ще допуснете в спалнята си, или обитателите на съседната къща.

Джордж Дж. Трепъл, член на дружеството на хората с висок коефициент на интелигентност „Менса“ и химик по образование, не харесвал съседката си Пеги Кар и децата ѝ, които като повечето деца вдигали шум, докато играели на двора. Затова през 1988 г. с абсолютна студенина и безразличие той отровил Пеги и почти убил децата ѝ, като сложил талий в бутилките им с кока-кола, докато ги нямало. Очевидно за един хищник това е съвсем приемливо и бързо решение на проблема.

През 1978 г. близо до Куартзайт, Аризона, Джон Лайънс спрял семейната кола, за да помогне на закъсалите мотористи Гари Тисън и Ранди Грийнуолт. Те наградил самарянската му щедрост, като убили него и семейството му. Защо? И на тях, както и на Трепъл, им било нужно бързо и ефективно решение на проблема им — в крайна сметка тъкмо били избягали от затвора и не искали да ги хванат.

Пациентите на д-р Харолд Шипман в Хайд, Великобритания, смятали, че са в безопасност в болницата — най-доброто място за човек, ако е тежко болен — но не и ако е пациент на д-р Шипман. Между 1971 и 1998 г. той убил над 200 свои пациенти, обогатявайки се чрез кражбата на бижутата и парите им или упоменавайки себе си чрез измама в завещанията им.

В продължение на двадесет години хората смятали, че Тим и Уанета Хойт са нещастна двойка, чиито деца умирали от Синдрома на внезапната детска смърт — докато следователите не се вгледали поотблизо и не установили, че Уанета умишлено ги убива едно по едно. [3] Тези деца, подобно на пациентите на д-р Шипман, били на безопасно място, но не и с безопасна личност — те се намирали в присъствието на хищник. Простили се с живота си само защото тя не искала да търпи плача им, затова ги удушавала, едно по едно, обикновено до месеци след раждането им.

Както виждаме, не местонахождението ни (квартал, магистрала, болница или дом) определя дали сме на сигурно място, а това дали наблизо не дебне хищник. Точно присъствието на такива индивиди, достъпът им до вас и присъщото им коравосърдечие увеличава риска да се превърнете в жертва. Изходът — дали някой ще бъде измъчван или превърнат в жертва, дали ще живее или ще умре — зависи от тях.

Това бил урокът, който научила авторката на книги за престъпления по истински истории Ан Рул, която работела на кризисна гореща линия през 70-те и по-късно написала изключително интересна книга за това какво е да работиш до човек, който, както се оказало, бил хищник — и то не просто хищник, а пословичният сериен убиец Тед Бънди. Единствената причина, поради която тя оцеляла, за да напише „Непознатият до мен“, била, че той не й бил вдигнал мерника.

Когато мислите за хищниците, представете си ураган или торнадо — мощна сила, която може да остави зад себе си огромна разруха и човешко страдание. Покрай всеки, когото тази личност наранява пряко, много други биват наранявани непряко — всеки роднина, съпруг/а, дете и приятел на жертвите страда. Децата, тормозени от хищник, може да пораснат като травмирани възрастни или самите те да започнат да злоупотребяват с другите и може да ги последват още поколения. Семейството и приятелите на хищника може да страдат от общественото порицание, срам или финансови лишения. Съпругата на Бърнард Мейдоф е понасяла подигравки, заплювали са я и са я изолирали в резултат на неговата присъда за измама на инвеститори с милиарди долари. Две години след ареста на Мейдоф синът му Марк се обеси — не можа да живее с „мъчението“ от постъпката на баща си и от това, че смятаха и него за замесен.<sup>[4]</sup>

Помислете колко хора са изгубили вяра в католическата църква заради огромния скандал със сексуалните хищници, облечени в расо. Кварталите, в които дебнат хищници, се превръщат в опасни зони, където хората трябва да се барикадират в собствените си домове заради нападения, грабежи и обири. Днес Ню Йорк е значително по-безопасен, отколкото когато бях разпределен там в началото на 80-те, тъй като кметът Рудолф Джулиани и нюйоркското полицейско управление вдигнаха мерника на хищниците на всяко равнище. Веднъж щом хищниците бяха премахнати — дори и тези, замесени в престъпления срещу качеството на живот, като например агресивна просия или рисуване на графити — честните граждани отново се върнаха по улиците.

Иска ми се да кажа, че в момента или в бъдеще около вас няма или няма да има хищник, но по всяка вероятност или има, или ще се

появи. Но с малко познания имате по-голям шанс да идентифицирате тези опасни личности, които безсърдечно предреждат бъдещето ни без наше съгласие. Казвам това не за да ви сплаша, а за да изостря вниманието ви, защото вие със сигурност сте попаднали във фокуса на тяхното. Да оцелеете означава да знаете какво представляват те и как се държат, за да ги избягвате.

---

[1] Meloy and Meloy. „Autonomic Arousal in the Presence of Psychopathy“, pp. 21–34. [↑](#)

[2] Hare. „Without Conscience“. [↑](#)

[3] Keefe. „Did a Murderer in Waiting Go Undetected?“. [↑](#)

[4] Madoff, Mack. „End of Normal“. [↑](#)

## ПОВЕДЕНИЕТО НА ХИЩНИКА

Поведението на хищниците може да е нюансирано и трудно за откриване, ако не знаете за какво да внимавате. Могат да бъдат интелигентни, приятелски настроени, привлекателни, тихи, затворени, да нарушават правилата или да притежават какви ли не други характеристики. Това, че е успешен, че има приятели или че заема високо положение, не пречи на някого да бъде хищник — урок, който преподавателите в университета „Пен Стейт“, спортистите, възпитаниците и студентите научили от многобройните присъди срещу Джери Сандъски за сексуална злоупотреба с деца и който приятелите и колегите на Бърни Мейдоф научили след разкриването на колосалната му измамна схема.

Тези индивиди постоянно имат едно наум, те са манипулативни и агресивни хищници. Когато прочетете за някого, който прецизно е планирал и извършил престъпление, който е дебнал и следил жертвата си, който е извършвал криминални деяния дълго време, който е пътувал на големи разстояния, за да извърши незаконни действия, който е планирал сложни измамни схеми, значи четете за хищник. По подобен начин, когато чуете за някого, който непрестанно си има проблеми със закона, който е сериен изнасилвач, рецидивист или пък крои схеми как да открадне пари от другите, значи слушате за хищник.

Очаквайте от хищниците често да сменят работата си, плановите си, да не изплащат дълговете си, да провалят или да слагат край на взаимоотношения, да разочароват околните или да се възползват от тях и да бягат от отговорност. Очаквайте от тях да нарушават законите, да предават доверието на околните, да вземат каквото не е тяхно и да карат другите да изпитват болка, да ги превръщат в жертви, да ги нараняват и дори да ги убиват. Очаквайте го. Ако прочетете тази глава, недейте да смятате, че някой такъв ще се промени към по-добро или пък няма да ви нарани. Ние знаем, че те ще сторят зло. Не можем да предвидим само кого или какво ще вземат на мерника си.

Хищниците често имат повърхностни познания по много въпроси, които използват, за да впечатлят или да оплетат в мрежите си

своите жертви. Те обичат да контролират хората като марионетки: да очароват децата с играчки или бонбони, да примамват онлайн жени на срещи, да молят млади момичета или момчета да им „помогнат“ или да манипулират хората да се разделят с парите си. Те са експерти да накарат другите да им имат доверие.

Подобно на другите опасни личности в тази книга, поведението на хищника покрива широк спектър. Някои си остават в побезобидната му част: те вършат рисковани неща, редовно нарушават законите и правилата. Може да мамят в отношенията си с другите или често да си имат проблеми със закона заради дребни престъпления.

Но има и такива, които са толкова патологични, толкова необуздани, че няма нещо, което да не се опитат или да не направят, стига да им харесва. Джон Едуардс Робинсън е ренесансов човек, така да се каже — истински предприемач в хищничеството: осъден измамник, крадец, фалшификатор, похитител и садистичен сериен убиец, осъден в Канзас през 2003 г. за три убийства. Смята се, че той е първият сериен убиец, използвал интернет, за да примамва жертвите си и садистично да ги убива. Той е пример за абсолютния хищник — многостранна и истински опасна личност.

Ние четем или чуваме за екстремните хищници, но в по-голямата си част хищниците си остават незабелязани, защото са успешни в това, което правят, или просто защото не ги докладват в полицията. Но независимо къде в спектъра попадат — в по-безобидната или в по-опасната му част, те споделят с нас една конкретна черта — могат да се учат от грешките и опита си и така да дръзват да вършат още повече злини. Такъв е случаят с Джулиън (името е променено), чието поведение имам възможността да проследя, защото майка му беше наша семейна приятелка.

Доколкото ни е известно, Джулиън започнал с кражби на пари от родителите си още преди да стане тийнейджър. С времето сумите ставаха все по-големи, а кражбите — все по-чести. Родителите му му искаха сметка, той им се извиняваше и всеки път повтаряше поведението си, само че малко по-изкусно. За да избяга от вниманието на родителите си, той започна да краде от приятелите и другарите си в игрите, както и от техните родители.

Когато Джулиън порасна, започна да краде бутилки с вино и водка. Лекарствата с рецепти сякаш никога не оцеляваха задълго —

изчезваха безследно и поне веднъж бяха заменени с аспирин. Обвиненията в кражба се посрещаха винаги с още по-хитро отричане. Естествено родителите му игнорираха действията му, приемаха отричанията му с прекалена готовност, хващаха се на обясненията му или пък просто не искаха да го обвиняват твърде много; по собствените им думи те вярвали, че с времето ще преодолее това поведение.

Щом веднъж се научи да шофира, Джулиън се забърка във всякакви неприятности с полицията. Колата вечно беше одраскана или ударена. Един ден той се прибра без броня. След около час дойде полицията. Имало инцидент с ударен и ранен човек, а шофьорът беше избягал. Разбира се, Джулиън отрече. Това беше първото му углавно престъпление. Щеше да има и други, но те сякаш винаги му се разминаваха, свеждани до дребни простъпки.

До 21-годишната си възраст Джулиън се беше научил да тегли пари от банковата сметка на родителите си с помощта на подправени чекове или чрез банкомати. Продължаваше да краде все по-големи суми, а родителите му остаряваха — вече не се конфронтираха толкова много с него и бяха някак по-пасивни; или пък бяха изтощени от сина си, който беше хищник, крадец, лъжец, измамник, наркоман и представляваше опасност както за тях, така и за обществото.

Последната капка беше, когато Джулиън открадна колата на баща си и я продаде на части. Просто ей така. Същата седмица той взел последните пари, които имали вкъщи, като заявил, че сигурно „са ги изяли гризачи“, тъй като били скрити в подпокривните греди. Моите родители ми казаха, че бащата на Джулиън бил физически и психически изтощен и депресиран от всичко това и няколко месеца по-късно починал като „съсипан човек“. Казаха ми, че на погребението Джулиън поискал да знае дали може да получи часовника на баща си, за да го заложи, и дали „имало някакви пари, останали като завещание“.

Къде свършва тази история? Не и дотук. Джулиън успял да застави майка си да му даде достъп до остатъка от пенсионната ѝ сметка и я опразнил. На седемдесет и няколко годишна възраст тя беше принудена да се върне на работа — без пенсионни спестявания и без дом (който бил заповоран), тъй като той бил успял да направи и „други неща“.



Като говорим за разруха и човешко страдание, доколкото ми е известно Джулиън не беше извършил пряко убийство, но беше причинил значително страдание поне на едно семейство. Той е бил разследван много пъти, но всеки път избягва наказанието. Променил е криминалните си деяния с времето, но резултатът винаги е един и същ: той очарователно лъже, мами и краде, или живее като паразит от усърдния труд на другите. Ако се натъкнете на него, той ще ви се усмихне. А и защо не? Други са жертвали живота си за него. Може би и вие ще направите същото.

Така че хищниците може да се различават по обсег, мащаб и специфики, но всички те споделят някои общи черти: вземат, но не дават, излагат другите на риск, коравосърдечни и презрителни са и не ги е грижа за другите, дори за близките им.

## **БЕЗ ЕМПАТИЯ, БЕЗ УГРИЗЕНИЯ, БЕЗ СЪВЕСТ**

Изгледайте видеозапис на Денис Рейдър, серийният убиец ВИУ („врзва, измъчва, убива“), и чуйте как говори за начина, по който е убивал жертвите си. Ще забележите нещо, което психолозите наричат „плосък афект“. Този студен, неемоционален начин на говорене и изразяване се наблюдава при някои хищници, дори когато разказват за ужасните си престъпления.

Хищниците не чувстват нормални емоции. Те не разбират страданието на другите. Емпатията им е непозната. Техните емоции обикновено са повърхностни или изкуствени и себични. Както показва примерът с Джулиън, те могат да превърнат в жертви хората, които ги обичат, защитават ги и са щедри с тях. Нашето незнание или нещастие е възможност за тях. Някой нещастен разведен човек или скърбяща вдовица са чудесна плячка. Някое доверчиво или negliжирано дете е секс играчка, която може да бъде примамена с храна и дрънкулки. Туристите и имигрантите са лесна мишена за кражба или откуп. Всеки, който е наивен или се намира в затруднение, все едно носи надпис „Възползвай се от мен“. Някое природно бедствие е извинение да се направят фалшиви сайтове за дарения. Списъкът е безкраен.

Тези личности могат да различават правилно от неправилно и знаят кое е зло, но го вършат въпреки всичко. Ето един пример:

австриецът Йозеф Фрицъл затворил 18-годишната си дъщеря в мазето си, където я превърнал в затворничка за 24 години, изнасилил я над 3000 пъти, като тя родила седем деца и той нито веднъж не завел нито нея, нито децата на лекар. Говори се, че е казал на един психиатър: „Аз просто притежавам зла жилка“.<sup>[1]</sup> Йозеф Фрицъл знаел, че това, което върши, е лошо и разполагал с над 8 000 дни, за да спре злите си действия.<sup>[2]</sup> Просто избрал да не го направи.

Ако хищниците почувстват вина, тя е преходна и не ги възпира, защото те не се учат от страданието, което причиняват — не изпитват разкаяние. За да може човек да почувства вина, той трябва да поеме отговорността за действията си.

Но хищниците живеят, за да се възползват, а не за да поемат отговорност, като предпочитат да обвиняват възпитанието си, лошите си шефове, лошия късмет, порнографията или каквото и когото им попадне, за да се измъкнат — включително и жертвата. Джоди Арайъс обвинила приятеля си, че я принудил да го следи, да му звъни непрестанно, да го намери, да го намушка многократно с нож, да го застреля и почти да му отреже главата. Според нея причината не е в това, че тя е нестабилен, себичен хищник, който не може да се справи с изоставянето. Не, причината би трябвало да е, както често стоят нещата според хищниците, че жертвата е виновна. За щастие съдебните заседатели не се хванали на лъжите й.

## **СТУДЕНИ, КОРАВОСЪРДЕЧНИ, ПРЕСМЕТЛИВИ, КОНТРОЛИРАЩИ**

Хищниците са студени и безразлични. Затова ги оприличаваме на влечуги и затова по време на съдебните процеси те изглеждат напълно неподатливи на емоции, в ярък контраст със скърбящото семейство на жертвата. Прословутият сериен убиец Хенри Лий Лукас го изрази по следния начин: „Да убиеш някого е като да излезеш навън. Ако искам жертва, просто ще изляза и ще си хвана“. Само хищниците мислят по този начин.

За тях животът е игра на „Я да видим докога ще се измъквам сух от водата?“. Те кроят планове и поведението им е измамно. През 70-те години на XX век Джон Уейн Гейси се занимавал с обществена

дейност и се обличал като клоуна Пого, за да забавлява децата от квартала недалеч от Чикаго, но също така хитро примамвал момченца в дома си, за да ги убива садистично — общо 33 деца. Те се молели да ги пощади, а той безсърдечно отнемал живота им.<sup>[3]</sup>

Харолд Шипман, обичаният и уважаван доктор в Хайд, Великобритания, когото споменахме по-рано, прикривал хищничеството си с десетилетия — хладнокръвно и невъзмутимо. Заради собствената си финансова облага той безсърдечно убивал тези, които най-много се нуждаели от помощта му. Едва когато твърде много от пациентите му починали, истината излязла наяве; иначе той щял да продължи. Криминалната му дейност не го тревожела ни най-малко — всъщност почти му доставяла удоволствие.

По тази причина хищниците по необходимост живеят чрез пресметливи лъжи. Докато ние използваме думите за да общуваме, те ги използват, за да манипулират, да принуждават и да заговорничат. Знаят изразите, които ще доставят удоволствие, ще убедят, ще съблазнят и ще привлекат така, както майсторът познава инструментите си или музикантът — нотите си. Обещанията никога повече да не лъжат, да не крадат или да не удрят, са празни. Думите им нямат никаква стойност и все пак толкова много хора, дори професионалисти като полицаите и съдиите, се подвеждат по тях, убедени от общоприетата социална етика да им дадат още един шанс. Това е една от причините нивата на рецидивизъм да са толкова високи: хищниците лъжат, за да се измъкнат от затвора, обещавайки да се държат добре и веднага се връщат към престъпленията.

Джак Хенри Абът, който бил зад решетките за фалшификация и за това, че намушкар друг затворник до смърт, се превърнал в любимец на изтъкнатите писатели, когато написал книга за преживяванията си в затвора („В корема на звяра: писма от затвора“). Той убедил популярния писател Норман Мейлър да се застъпи за по-ранното му освобождаване. Комисията по помилванията била убедена от молбите на Мейлър и се съгласила. Шест седмици след предсрочното му освобождаване Абът намушкар и убил мъж в едно кафене, защото, както заявил по-късно, човекът го бил „зяпал“ прекалено дълго. Всички, които съдействали за по-ранното освобождаване на Абът, били шокирани, че някой, който си служи така майсторски с думите, може и да убива. А не би трябвало да бъдат.

Думите, придружени от мило поведение, могат силно да очароват. Джери Сандъски използвал тази комбинация и вечната си усмивка, за да хваща в капан жертвите си. Но когато вкарвал насила пениса си в ануса на деца (да, точно това правел в действителност този уважаван треньор/ хищник с жертвите си), вършел това със студено безразличие към неприкосновеността на същите тези деца.

Хищниците знаят и думи, с които да заплашват. Само една дума от прословутите мутри Джон Готи или Джеймс Бълджър-младши (Уайти) била достатъчна, за да накара хората да им плащат такса „спокойствие“ или да бъдат убити. Докато работех във ФБР, разпитвах вътрешен човек от бандата и той потвърди, че за да съберат рекета, те просто „си поговорвали“ със собственика на магазина; иначе, „кой знае“, скъпите витрини на магазина можело да са изпотрошени на другия ден. Подобни „безобидни“ разговори не са само част от телевизионните сериали като „Семейство Сопрано“ — те движат цяла индустрия за изнудване за милиони долари.

Дори и от килията си на смъртник Тед Бънди манипулирал следователите, като не разкривал имената на всичките си жертви. Едва часове преди екзекуцията споменал името на още една жертва като тактика за отменяне на смъртната присъда (тя не била отменена; той твърде дълго си бил играл със съдебната система). Името на жертвата, която идентифицирал, било Сю Къртис — младата жена, която споменах във въведението, която беше отвлечена в университета „Бригам Йънг“ докато бях дежурен през онази трагична нощ.

Серийният убиец Клифърд Робърт Олсън-младши манипулирал канадското правителство да му плати 10 000 долара на жертва в замяна на това да посочи имената им и къде ги е заровил. Съпругата му получила 100 000 долара в замяна на неговото съдействие. Той бил достатъчно щедър, за да подхвърли името на единадесетата си жертва безплатно.<sup>[4]</sup> Какъв джентълмен.

Един от най-печално известните хищници в историята бил Херман Гьоринг, фелдмаршал и втори по ранг член на нацистката партия. Гьоринг помогнал за създаването на Гестапо и когато не бил зает с бомбардировки над Лондон, крадял произведения на изкуството и друго имущество от евреите, изпращани в лагерите на смъртта. След края на Втората световна война, докато той бил задържан от съюзническите сили и очаквал дело в Нюрнбергския съд за военните

си престъпления, многократно манипулирал американците, които го държали в плен. В замяна на разни услуги им давал автографи или се снимал с тях. Най-отвратителното е, че успял да накара най-малко един от американските си пазачи да му даде от личния му багаж шишенце с отрова, което после използвал, за да се самоубие, преди да бъде изпълнена присъдата му (смърт чрез обесване), като така отказал на съда и на милионите жертви дължимата справедливост.<sup>[5]</sup>

Но нещата не се заключават само в дърпането на конци и манипулирането на другите. Още по-зле са: за много хищници е важна богоподобната възможност да упражняват власт над другите, което може да е опияняващо. Тед Бънди казвал, че се чувствал всемогъщ заради това, че можел да решава кой да живее и кой да умре. Израил Кейс, който криел „комплекти за убиване“ из цялата страна, пълни с оръжия и инструменти, подпомагащи престъпленията му, и за който властите смятат, че може да е убил поне 11 жертви от Аляска до Върмонт между 2001 и 2012 г., предпочитал да удушава жертвите си с голи ръце, за да може да се наслаждава на страданието им, докато умирали на сантиметри от лицето му, очи в очи, самоопределяйки се като краен арбитър над живота им.<sup>[6]</sup>

Но тяхната студенина е най-добре представена от Чарлс Нъг — съществува видеозапис от 80-те, на който може да се види как той измъчва една от жените, които двамата с Ленард Лейк убили в направената от тях тъмница, и ѝ казва: „Може да плачеш и какво ли не, също като останалите, но това няма да ти помогне. Ние сме доста — ха, ха — коравосърдечни, така да се каже“.<sup>[7]</sup>

## **МНОГО ИМПУЛСИ, МАЛКО ЗАДРЪЖКИ, НИКАКВИ УГРИЗЕНИЯ**

Докато тези личности обичат да контролират другите, те самите нямат морал или етични задръжки и може да бъдат импулсивни, да търсят приключения и да поемат рискове. Клайд Честнът Бароу от двойката Бони и Клайд, бил точно такъв: безразсъден търсач на силни усещания, който станал банков обирджия и убиец. Много съвременни банкови обирджии и серийни крадци от магазини демонстрират подобна липса на контрол, както и уличните нападатели. Налице е

вълнението от действието, съчетано с привлекателна материална награда, което според един хищник е самата дефиниция за хубав ден.

При много хищници импулсивните действия, изглежда, доминират живота им, дори и когато това означава да изложат себе си или други хора на опасност. Например Нъшоун Уилямс бил осъден за умишлено и нарочно заразяване на поне 13 жени с вируса на ХИВ. Закоравял престъпник, според съдебните власти обвинен и в изнасилване, той умишлено поставял в опасност живота на другите по начин, равносилен на това да опре револвер в главата им и да си играе на руска рулетка.

По подобен начин Антъни Е. Уитфилд според собствения му адвокат бил „пристрастен към метамфетамините секс маниак, който прескачал от жена на жена, получавайки подслон, пари и секс“. Той заразил 17 жени с вируса на ХИВ, преди да го заловят, без извинение или разкаяние — сякаш извън контрол.

Подобно на нарцисистите, хищниците могат да реагират бързо на най-малката провокация или предполагаема обида. Често им липсват каквито и да било задръжки или самоконтрол. В затвора хищниците избягват дори да се поглеждат помежду си, тъй като са съвсем наясно, че само един агресивен поглед в коридора може да е достатъчен, за да избухне свада или да се стигне до смъртоносно отмъщение.

Докато пиша това, си спомням за паметната роля на Джо Пеши като Томи де Вито във филма „Добри момчета“ — избухлив, свръхчувствителен към обиди, безмилостен и безсъвестен. Но такива хора има само във филмите, ще кажете вие. Не, съществуват съвсем истински хора, които са такива. Ричард Ленард Куклински-Ледения имал лош характер и който го обидел, не оцелявал. Затова гангстерите го взели за наемен убиец. След ареста казал на властите, че е загубил броя на хората, които е убил; жертвите му били може би около 200. Първо стрелял, после питал. Действията на хищниците в реалния живот често са по-лоши от представянето им по филмите. В случая Куклински слага в малкия си джоб измисления Томи де Вито.

Хищниците често злоупотребяват с алкохол и други незаконни вещества, което ги прави още по-нестабилни, невъздържани и опасни. Или пък използват алкохол и наркотици, за да притъпят умишлено собствените си задръжки или за да съблазнят жертвите си. Разследвал

съм безброй случаи във ФБР за пастроци и дори истински бащи, предлагащи алкохол и наркотици на малолетни момичета, включително на собствените си дъщери, за да ги изнасят. За Джон Уейн Гейси се знае, че е използвал алкохол, за да направи жертвите си по-покорни, особено точно преди да ги изнасили и да ги убие садистично.

Хищниците често са движени от импулси или казват, че не са могли да се овладеят, но за извършеното от тях няма извинения. Ако изобщо се опитат да си дадат някаква самооценка, ще го направят само за да усъвършенстват хищническите си методи. Никога не очаквайте от тях да се замислят как да се променят към по-добро. Това няма да се случи.

#### думи, описващи хищника

Това са нецензурираните думи на жертвите. Забележете колко сходни са някои думи с тези, описващи нарцистичната личност (вж. Глава 1):

— ненормален, насилник, агресивен, безцелен, неморален, животно, антисоциален, арогантен, красноречив, лош, гадняр, лошо момче, варварин, копеле, звяр, измамен, унижаващ, войнствен, объркващ, бандит, черна вдовица, грубиян, измамник, насилник, пресметлив, коравосърдечен, харизматичен, чаровен, лъжец, хитър, студен, хладнокръвен, измамник, омайник, съучастник, надменен, контролиращ, корумпиран, корумпиращ, подлец, зловец, престъпник, груб, жесток, хитър, опасен, измамен, лъжлив, дегенерат, хулиган, унижаващ, извратен, умопобъркан, разрушителен, дяволски, гадина, притесняващ, неприятен, отвратителен, нечестен, лукав, разрушителен, доминиращ, егоцентричен, наелектризиращ, празен, зъл, експлоататор, подпалвач, измамник, мошеник, гангстер, жиголо, повърхностен, безбожник, грандоман, мошеник, не изпитва вина, прибързан, безсърдечен, идващ от ада, ужасен, враждебен, неморален, самозванец, импулсивен, не се вписва, нетактичен, непоправим, непристоен, безразличен, неверен, нечовешки, безмилостен, луд, ненаситен, нечувствителен, неискрен, напрегнат, интересен, заплашителен, безотговорен, гневлив, дразнещ, убиец, клептоман, крадлив, закононарушител, развратен, пиявица, лъжец, нелюбящ, безскрупулен, злонамерен, манипулативен, подъл, неуловим, омайващ,

бандит, чудовище, на настроения, тормозител, нарцистичен, номад, пословичен, отровен, неприятен, странен, паразит, паразитен, педофил, перверзен, придирчив, сводник, играч, обсебващ, хищник, хищнически, раздразнителен, развратен, кукловод, бързак, изнасилвач, рискуващ, обирджия, боклук, груб, разрушителен, садист, садистичен, саркастичен, дивак, плашещ, съблазнител, съблазнителен, егоцентричен, егоист, плитък, променлив, лайно, хлъзгав, невъзмутим, повърхностен, нетактичен, темпераментен, крадлив, търсач на силни усещания, мутра, токсичен, извратен, двуличен, тиранин, безразличен, на който не може да се разчита, безчувствен, необуздан, равнодушен, ненадежден, безскрупулен, бездушен, недостоверен, вандал, противен, отмъстителен, агресивен, избухлив, вулгарен, порочен, див, хитрец.

---

[1] Austrian Times. „I Was Born to Rape“. ↑

[2] The WEEK, March 21.2009, p. 20. Connolly, „I Was Born to Rape“. ↑

[3] Cahill. „Buried Dreams“. ↑

[4] Vitello. „Clifford Olson, Canadian serial killer, is dead at 71“. ↑

[5] Pool. „Former GI Claims Role in Goering’s Death“. ↑

[6] Callahan. „Hunt for the Perfect Serial Killer“. ↑

[7] Greig. „Evil Serial Killers“, p. 94. ↑



## ТЯХНОТО ВЛИЯНИЕ ВЪРХУ ВАС

Очаквайте от хищниците да обърнат живота ви надолу с главата и да съсипят мечтите и стремежите ви, тъй като те поставят себе си на първо място и не обичат някой да им се пречка в краката. Отначало може да ги сметнете за интелигентни, чаровни и интересни, но когато откриете какво са направили — или когато се обърнат срещу вас, което може да се случи всеки момент — шокът и болката са неописуеми.

Те ще ви изтощят, защото винаги трябва да сте нащрек, да криете всичко, което ви е скъпо, да се опитвате да не се конфронтирате с тях или да се борите, за да оцелеете. Те може да ви тормозят или да ви съсипят с лекота — изборът е техни. Спомняте ли си бащата на Джулиън?

Елинон, една много мила жена, с която се виждах от време на време на конференции за криминални профайлъри, беше нащрек за сина си от години, но без никаква полза. Последния път, когато я чух, тя ми каза, че нейният все още живеещ с нея, негоден за нищо син, е взел всичките ѝ пари. Беше изтощена от опитите си, както тя се изрази, да бъде винаги „с една крачка пред него“. Синът ѝ — хищникът, когото била приютила и изгледала заради доброто си сърце, я оставил без пукнат долар. На 60 години тази приближаваща пенсионна възраст медицинска сестра трябваше да работи на две места, за да се справя с финансовите си задължения, и не ѝ беше останала никаква вяра или любов към сина ѝ.

Някои хищници карат роднини и приятели да поръчителстват за заем или да инвестират в нещо, което няма перспектива. Тях просто не ги е грижа какви затруднения причиняват или колко пари може да изгубите, стига да не са техните. Попитайте някой агент по гаранциите колко случая е имал с такива професионални престъпници, които не са си платили гаранцията и са оставили семейството си съсипано във финансово отношение, след като са накарали близките си да дадат десетки хиляди долари за гаранция, че дори и да заложат дома си. Потресаващо е.

Тези опасни личности не ги е грижа, че ви застрашават с поведението си. Те са от типа, който ще ви помоли да му заемете колата си и после ще я използва, за да обере банка, или ще ви помоли да го закарате до дома на приятел, докато, без да знаете, пренася раница с наркотици. Или ще искат от вас да излъжете и да ги покриете на работа, за да скрият криминалните си дейности или дори за да им осигурите алиби. Неочаквано ще затънете в проблеми с властите, защото са ви помолили да им направите услуга, да излъжете заради тях или да се замесите в криминални дейности.

Очаквайте да се почувствате неспокойни от натрапчивите им погледи, въпроси или присъствие. Те ни изнервят, когато се опитват да скъсат дистанцията твърде бързо и после се лепват за нас твърде фамилиарно. Във филма „Талантливият мистър Рипли“ Мат Деймън играе ролята на хищник, който се залепя за жертвата си и не я оставя на мира, докато не получи каквото иска. По подобен начин хищниците изискват от нас неща, които ние всъщност не желаем да направим, или пък търсят интимност или нарушават личното ни пространство, без да се интересуват от желанията или нуждите ни. Това далеч не е случайно — умишлено е.

Към някои хищници всъщност може да изпитате физическа реакция. Може да потръпнете или да усетите как настръхвате, както споменах, че се случи с мен. Забележителният изследовател и автор д-р Джей Рийд Мелой установил, че дори обучени професионалисти изпитват интуитивна реакция към тези хищнически индивиди.<sup>[1]</sup> По подобен начин в своята книга „Дарът на страха“ (*The Gift of Fear*) Гавин де Бекър описва как тези отровни индивиди ни въздействат на много примитивно (лимбично) ниво — това е система за подсъзнателно предупреждение, която е еволюирала, за да ни постави нащрек при опасност. За съжаление обществото ни казва да изключим тази система за предупреждение и да приемем, че всеки е добър и мил. Докато вие сте заети да вярвате на хищниците, те са заети да научат всичките ви слабости, за да се възползват от тях по най-пълноценния начин. Те ще използват добрата ви воля, добродетелите ви или вашата щедрост за своя облага — това правят хищниците.

Що се отнася до взаимността, те я проявяват когато и където преценят или пък изобщо не я проявяват. През 2013 г. семейството на Майкъл Чад Бойсън с нетърпение очаквало да го пуснат от затвора,

където лежал за извършен от него обир. Баба му и дядо му му подготвили спалня, взели го с кола, щом най-сетне го освободили, закарали го да си вземе нова лична карта, дори го завели на първата му среща със служителя по пробацията, само и само да се уверят, че всичко ще мине добре. По някое време по-късно през деня Бойсън ги убил.<sup>[2]</sup> Това била тяхната награда за любящите им грижи.

Когато помагаме на тези индивиди, поддаваме им се или се присъединяваме към тях, ние им позволяваме или им даваме кураж да се възползват още повече от нас или от други хора. Да смятаме, че те ще се променят или че „този път ще е различно“, е като да очакваме, че змията няма да си остане влечуго само защото сме я нахранили и погалили. Не очаквайте доброта от тези, които не са способни на такава. Те могат да бъдат мили, когато искат, за да получат каквото искат. Милото държание обаче може да заслепи родителите и те да позволят децата им да прекарват време с някой като Джери Сандъски — серийният изнасилвач на деца.

Веднъж щом приключат с вас, не само ще се почувствате осквернен или предаден, но поради дълбоко заложеното им коварство ще изпитвате нежелание да се доверявате на другите. Посттравматичното стресово разстройство често е остатъчен ефект от превръщането ви в жертва на някой хищник. Осъзнаването, че вие или ваш близък е бил използван, предизвиква дълбок ужас. Говорил съм с жертви, които години по-късно все още не са намерили спокойствие и си остават травмирани и недоверчиви. Някои все още посещават терапия, други са принудени да вземат лекарства. Знам за родители, които е трябвало да търсят медицинско лечение за тревожност, защото дъщеря им е избягала с хищник или се е омъжила за такъв.

Както казах, хищниците оставят след себе си огромна разруха и човешко страдание. Конкретното действие и точният момент действително зависят само от тях. Ако се замесите с хищник, поемате огромен риск за безопасността си и за безопасността на близките си. Може би излагате околните на ненужна опасност само с това, че осигурявате достъп на хищника. Моля ви, не поемайте такъв риск.

---

[1] Meloy and Meloy. „Autonomic Arousal in the Presence of Psychopathy“, pp. 21–34. ↑

[2] Esser. „Michael Chadd Boysen, Accused of Killing Grandparents, to Be Extradited“. ↑

## ВЗАИМООТНОШЕНИЯ С ХИЩНИКА

В отношенията с хищника няма равнопоставеност. Тези индивиди вземат на мушка доверчивите и грижовните или действат като паразити, живеещи на гърба на човешкия си гостоприемник. Очакват от вас да задоволявате всичките им нужди — но вие не очаквайте от тях да си намерят работа или да ви помагат вкъщи. Те винаги си имат извинение, за да не си намерят работа: интелигентността им не е оценена; работата е под нивото им; шефът не струва, работното време е твърде дълго и т.н. Ще ви изцедят, докато не ви остане нищо повече за даване, или пък ще се изморят от вас. После ще се пренесат при друга годна за експлоатиране личност или ситуация.

Елизабет, с която се срещнах, докато провеждах поведенческо обучение, е способна и интелигентна професионалистка, която имала нещастieto да се омъжи за паразитиращ хищник. Той изглеждал добре, говорел добре, винаги бил на разположение за по бира и бил много атлетичен, но не вършел нищо. Тя се опитала да му намери работа, посещавали брачни и кариерни консултации, дори раздавала автобиографията му на потенциални работодатели. По нейните думи той си седял по цял ден вкъщи и гледал порно, докато тя работела. Трите години, прекарани с него, ѝ стрували близо 40 000 долара, тъй като тя плащала за всичко (дрехи, бижута, ваканции, голф клубове, разходи за преместване, компютри, камери и т.н.). Когато най-сетне ѝ дошло до гуша и му казала, че е време да се изнася, била изумена, че той поискал част от спестяванията ѝ за пенсия, въпреки че бракът им продължил само 3 години. Това представлява хищникът паразит: винаги иска още.

Взаимоотношенията с хищника може да са смъртоносни. На всичките ѝ публикувани снимки Лейси Питърсън изглежда щастлива и сияеща, но през 2002 г., когато била бременна и омъжена за Скот Лий Питърсън, той се срещал с други жени зад гърба ѝ. На Коледа, както прокурорът доказва по време на процеса, Скот Питърсън разпорил

тялото на Лейси с нож и убил нея и осеммесечното ѝ неродено дете. Като истински хищник той бил решил, че вече ѝ е време да си ходи.

През 2003 г. Стейси Ан Кейлс се омъжила за Дрю Питърсън (без връзка със Скот Питърсън) скоро след като той се развел с третата си съпруга Катлийн Сейвио. Година по-късно Катлийн Сейвио щяла да бъде намерена мъртва в празна вана, а смъртта ѝ отначало да бъде определена като „инцидент“. Стейси била една от първите, които защитили съпруга ѝ Дрю, когато го заподозрели за смъртта на бившата му съпруга. Вярата и предаността ѝ обаче били неуместни, защото се била омъжила за хищник, за който животът бил евтина стока. Четири години по-късно самата Стейси изчезнала, семейството ѝ било опустошено и съвсем логично се страхувало от Дрю Питърсън. В резултат на изчезването ѝ и на натиска, оказан от двете семейства, полицията разследвала наново смъртта на Катлийн Сейвио и установила, че не е била инцидент. Късметът на Дрю като хищник се изчерпал през 2013 г., когато бил обвинен и осъден на 38 години затвор за предумишленото убийство на Катлийн Сейвио.<sup>[1]</sup> За съжаление тялото на Стейси никога не било открито, а семейството ѝ си останало с неразрешения случай, без да получи справедливост.

Това е стряскащата реалност на живота и на брака с хищник. Всъщност средно по три жени на ден загиват от ръката на своя „интимен партньор“ — хищника — до тях. Според Бюрото за правна статистика убийствата от интимни партньори съставляват 30% от убийствата на жени и 5% от убийствата на мъже.<sup>[2]</sup> Това са отрезвяващи числа. Често има предварителни сигнали, че се намираме в опасност, но трябва да сме нащрек и да знаем за какво да внимаваме.

Предишните съпруги на Дрю Питърсън свидетелствали колко ги е тормозил и колко коравосърдечен е бил към тях — вероятно намек за това, което щяло да последва. Ако пропуснете тези сигнали или се задействате твърде късно, вие или любимите ви хора може да платите тежка цена. Часовникът цъка. Утре по това време според горепосочената статистика още три жени ще са изгубили живота си.

Хищникът може да изглежда добре на хартия, но си остава хищник. Колет Стивънсън се омъжила за лекар, който бил завършил „Принстън“, бил офицер в американската армия, както и зелена барета. Но когато през 70-те съпругът ѝ Джефри Робърт Макдоналд се изморил от Колет и децата им, ги избил всичките и заявил, че никакви

пощурели от наркотици хипита са го извършили. Следователите не се хванали на историята му, нито пък съдебните заседатели — местопрестъплението било пренаредено така, че да прилича на нахлуване с взлом, а всичките му рани били повърхностни. Джефри Макдоналд все още е зад решетките, все още твърди, че е невинен, и все кандидатства за помилване — невъзмутим като леден блок.

Когато сте във връзка с хищник, се намирате някъде между рискованото поведение, психическия тормоз и вероятността да загубите живота си. Да, винаги е толкова опасно. Колко пъти сме чели за съпруга или приятелка, която се е страхувала толкова много, че е записала в дневника си или пък е споделила с приятелите и семейството си, че ако случайно умре или изчезне, вероятният виновник ще е съпругът или приятелят ѝ? Те имат предчувствие, защото наблюдават отблизо поведението на хищника.

Някои хищници живеят двойствен живот: те ловуват извън дома си и държат семейството си в неизвестност — или пък членовете на семейството им изпитват подозрения, но се страхуват да ги попитат. Представете си да откриете, че татко или мама са платили за къщата, в която сте израснали, с крадени пари. Как можете да обичате родител, който твърди, че ви обича, но е навреждал на други хора физически, емоционално или финансово? И ако го обичате, какъв ви прави това? Това са само някои от начините, по които тези личности нанасят вреда на децата си, без дори да са ги докоснали с пръст.

Не очаквайте от хищниците винаги да са на разположение за децата си. Очаквайте да отсъстват или да са дистанцирани, понякога да са брутални или да излагат децата си на подигравки, вреди, опасности, криминални дейности и на възможността да попаднат в затвора.

Най-лошата ситуация е, когато хищникът замесва цялото си семейство в криминални дейности. Вестниците са пълни с истории за съпрузи, които са използвали съпругите си да извършат престъпление. Брайън Дейвид Мичъл и съпругата му Уонда Барзи отвлечли Елизабет Сمارт в Юта през 2002 г. и я държали в плен 9 месеца. Джейси Ли Дъгард била отвлечена на 11-годишна възраст и държана в плен 18 години в Калифорния от осъждания сексуален насилник Филип Крейг Гаридо и съпругата му Нанси Гаридо. Поемете си дълбоко дъх и прочетете книгата на Джейси за прежеждието ѝ: „Откраднат живот: мемоари“ но бъдете готови да се разплачете.<sup>[3]</sup> Това е историята на

изкуплението на едно забележително човешко същество, което се е отскубнало от хватката на хищници.

Хищниците са пословични с това, че учат децата си да крадат, да мамят, да лъжат, да бягат от отговорност, да се бият и да нарушават обществените закони. Някои от тези, които съм проучвал или с които съм разговарял, са наказвали децата си не за това, че са извършвали престъпления, а за това, че са ги хванали. Джон Уокър — специалист по комуникациите от флота на САЩ — шпионирал за руснаците десетилетия наред. Той не само изложил нацията си на риск, като издавал криптографски тайни, а замесил и сина си Майкъл Уокър в престъпленията си. Джон Уокър получи доживотна присъда за шпионаж; Майкъл получи 25 години. По подобен начин мафиотският бос Джон Готи не направил услуга на сина си Джон А.-младши, като го въвел в бандитския живот. Всичко, което постигнал, било да направи така, че федералното правителство да съсредоточи вниманието си върху сина след смъртта на бащата. През 1999 г. това довело до признанието на Джон, че е виновен в рекет — лихварство, залагания и изнудване, за което лежал 6 години в затвора. Между 2004 г. (преди да излезе от затвора) и 2009 г., той бил подсъдим в още четири процеса за рекет (приключили без присъди), с всички съпътстващи съдебни такси и стрес. Не такъв живот искат повечето хора за децата си.<sup>[4]</sup> Освен ако, разбира се, човекът не е хищник — тогава няма значение на какво подлага семейството си.

Има и такива, които се обръщат срещу собственото си семейство. Които злоупотребяват с доведените си деца, както и със собствените си. Или които нападат собствените си родители, като например братята Лайл и Ерик Менендес — двама хладнокръвни убийци, които през 1989 г. ексекутирали родителите си с пушки, докато последните гледали телевизия у дома; после се отдали на безконтролно пазаруване и купони, докато накрая не ги арестували.<sup>[5]</sup> Тези убийци имали най-доброто от всичко (училище, пари, дрехи, коли, уроци по тенис). Но достатъчното никога не задоволява хищниците напълно.

Понякога хищникът е много изтънчен, като първо пробва реакциите на членовете на семейството. Карла, родена в Маями, ми разказа как вторият ѝ съпруг почти веднага след сватбата започнал да обръща твърде много внимание на 14-годишната ѝ дъщеря. С времето тя забелязала, че той общува все повече и повече с дъщеря ѝ, като това



включвало много гъделичкане и борба на пода. Забелязала също, че прегръдките и целувките били твърде продължителни. Но едва когато открила, че той тайно е завел дъщеря ѝ във „Виктория“ с Сикрет“ за да ѝ купи бельо, Карла се усетила, че нещо не е наред — особено след като дъщеря ѝ ѝ казала, че това не се случва за пръв път.

Предчувствието на Карла се потвърдило, когато открила имейли, които той бил изпращал на дъщеря ѝ от работа. Това не били просто игриви послания. Карла попитала дъщеря си какво става. Дъщеря ѝ не желала да казва каквото и да било, не искала да клати лодката и да разваля щастието на майка си. Както се оказало, съпругът се опитал да направи нещо повече от това просто да я прегърне; бил посегнал между краката ѝ, докато шофирал, и я бил докосвал и по други начини, които ставали все по-интимни и отблъскващи.

Карла поискала сметка на новия си съпруг. Той, разбира се, изсипал куп обяснения: опитвал се да се впише и да бъде по-добър баща за доведената си дъщеря; докосването между краката ѝ било случайно или пък никога не се било случвало. Нищо не било по негова вина. С пълно безсърдечие той включил дъщерята на Карла в разговора, питайки я: „Не бях ли добър с теб? Не ти ли купувах разни неща? Кажете на майка си, че това е някаква грешка“. Какво се предполагало, че трябва да каже дъщерята, която, както Карла ми каза, треперела като лист? Накрая той заключил: „Видя ли? Всичко е наред“.

С мобилния си телефон в ръка, Карла му казала: „Имаш един час да си събереш багажа и да се изнесеш или ще се обадя на шерифската служба“. Извела дъщеря си навън и ѝ казала да я изчака при една съседка, докато техни близки дойдат да я вземат.

Той се опитал да я убеждава. Тя посочила часовника. Карла ми каза, че в този момент космите на тила ѝ настръхнали и по кожата ѝ сякаш полазили мравки, докато си спомнила колко много време е прекарал той насаме с дъщеря ѝ и съобщенията, които прочела. Но това, което истински я вбесило, били опитите му да я забаламоса и да я накара да си мисли, че само си въобразява — честа тактика на хищниците. В този момент тя осъзнала, че се намира в присъствието на хищник. И това я ядосало още повече, защото, както самата тя каза: „Той чисто и просто се опитваше отново да ме подведе да си затворя очите“.

Осиновените деца често са обект на сексуално насилие от интимен партньор на родителя им. Възхищавам се на Карла, която постъпи правилно, при това без да губи време. Но цената въпреки това се оказа огромна — като време, съдебни депозити, процедури по развода, адвокатски хонорари и т.н. Тя имаше проблеми с доверието и това ѝ причиняваше кошмари, дъщеря ѝ също беше получила психически травми и се чувстваше предадена, че майка ѝ е довела опасна личност в дома им. Години по-късно всички замесени все още не се бяха възстановили. Това са пораженията, които хищникът оставя след себе си.

За щастие, Карла успя да наддее. Много жени не успяват. Не всички съумяват да се измъкнат или да забележат предупредителните знаци навреме. А в някои случаи жертвата е твърде млада, безпомощна или доверчива, за да избяга. Всичките деца на Мерибет Тининг (общо девет) починали с течение на годините под нейните грижи — за съжаление правителството успя да докаже, че е виновна за убийството само на едно от тях.<sup>[6]</sup> Даян Даунс смятала, че трите ѝ деца ѝ пречат да привлече мъж, който не желаел деца. През 1984 г. тя била осъдена за това, че е стреляла по тях и убила едното.<sup>[7]</sup> Какъв ли ужас са преживели тези деца!

През 1999 г. Криста Декър, майка на три деца, за чието разследване помогнах в Тампа по молба на шерифа на окръг Хилсбъро, беше казала на следователите, че шестмесечното ѝ момченце било отвлечено от колата ѝ, докато тя влязла в магазина да си вземе кошница за пазаруване. Докато разговарях с нея, само часове след като заяви, че синът ѝ е отвлечен, се поинтересувах какви са по характер децата ѝ. Беше стряскащо да видя по колко различен начин говореше за тях. Тя се изказа топло за двете си по-големи деца. Но имаше определена студенина в начина, по който говореше за изчезналия си син. Ние като следователи вече се отнасяхме с подозрение към историята ѝ, но това, което в крайна сметка я издаде, беше фактът, че въпреки че бебето липсваше само от няколко часа, тя говореше за него в минало време. „Той беше добро бебе“ — каза ми тя. За двете си живи деца каза: „Те са добри деца“. (Курсивът в думите ѝ е мой, с цел да подчертая смисъла.)

Студенината в тона ѝ и това, че използваше минало време („беше“), ни доведе до извода, че детето е вече мъртво и тя знае това. И

точно така се оказа. Накрая тя призна, че е удушила бебето (родено от друг мъж, а не от съпруга ѝ) с найлонова торбичка, защото „просто не спирало да плаче“.<sup>[8]</sup> Да, хищниците са точно толкова студени.

За всички нас тук се крие урок и той е следният: нито една връзка или семейство не е в безопасност, ако там има хищник.

---

[1] Tarm. „Drew Peterson Sentenced to 38 Years for Murder“. ↑

[2] Rennison. „Bureau of Justice Statistics Crime Data Brief: Intimate Partner Violence 1993-2001“. Bureau of Justice Statistics. „Intimate Partner Violence in the U. S.“, 1993–2004. ↑

[3] Dugard. „A Stolen Life“. ↑

[4] Ehrenfreund. „Prosecutors Investigating Reported Stabbing of John Gotti, Jr. on Long Island“. Rogers. „Ill Suited Life as a Crime Boss“. ↑

[5] Davis. „Bad Blood“. ↑

[6] Bovsun. „14 Years and Nine Tiny Corpses Later“. ↑

[7] Rule. „Stranger Beside Me“, pp. 129–136, 155, 213. Baker. „Diane Downs“. ↑

[8] Mabe. „Questions Elicit Tale of Baby’s Death“. ↑

## СБЛЪСЪКЪТ С ХИЩНИКА

Повечето срещи с хищника са кратки. Можем да го срещнем на спортно събитие, в бара, на работа или на концерт или пък някой да ни запознае с него. Те идват и си отиват; в крайна сметка си имат планове, които може да не включват нас. С други обаче се срещаме, защото са ни вдигнали мерника заради нашата професия или житейска ситуация. Това са индивидите, за които трябва да сме най-бдителни.

Има хора, които си присвояват пари чрез измама, банкови обирджии, джебчии, крадци на коли и много други. Но си има причина да имаме закони като Акта „Адам Уолш“ за защита и безопасност на децата, Закона на Мегън и Закона на Джесика, както и други: защото навън има толкова много хищници, които ловуват деца. Някои постоянно влизат и излизат от затвора. Всеки път, когато излязат, нападат отново. Други действат незабелязани с десетилетия — спомняте ли си скандала, свързан с католическите свещеници, злоупотребявали с деца?

Късметлии сме, че имаме тези закони и те вършат работа. Но дори и при наличието им все още има хора като Джери Сандъски, които дебнат децата от засада. Сексуалното хищничество винаги ще бъде сериозно предизвикателство пред обществото. В крайна сметка кой във Великобритания си е представял, че Джими Савил, прочуто лице от телевизия Би Би Си и водещ на детско шоу, е изнасилвал деца? Но той го е правел, при това десетилетия наред, и все пак всякакви подобни обвинения са били отхвърляни заради неговия статут и популярност.<sup>[1]</sup> Очевидно е, че за децата никога не е здравословно да се намират около хищници — независимо кои са те.

Жените също са честа мишена на хищниците. През 60-те Албърт Хенри де Салво, известен като Бостънския удушвач, обикалял из града и сам си създавал възможности за нападение. Жените го пускали в къщите и апартаментите си под всякакви предлози (бил представлявал агенция за модели, колата му се била повредила, трябвало да се обади по телефона и т.н.). Жените се сблъскали с него в дома си, където се

чувствали в безопасност — но, както вече споменах, никога не сте в безопасност с хищник.

Понякога неволно навлизаме в познатите ловни полета на хищника, където той още по-лесно може да ни нападне. През 2005 г. Натали Халоуей отишла в Аруба на ваканция с приятелките си от гимназията. Едва няколко часа след като се запознала с Йоран ван дер Слот, тя изчезнала и най-вероятно е била убита скоро след това; тялото ѝ така и не беше намерено.

На пръв поглед Ван дер Слот изглеждал красив, чаровен и забавен. За съжаление Натали имала твърде малко време да открие колко ужасен човек е той в действителност. Пет години след изчезването на Натали Ван дер Слот обрал и убил Стефани Татяна Флорес Рамирес, която срещнал в Перу, докато играела карти в едно казино. Защо го е направил, питате се вие. Точно това е въпросът, който си задава всеки родител на изчезнало дете. За съжаление трагичното е, че на хищниците не им трябва причина, за да вършат такива неща; правят ги просто защото могат.

Понякога единственото, което е нужно, е да живеете в близост до хищник. В същата седмица, в която започнах тази глава — през май 2013 г., Ариел Кастро беше арестуван в Кливланд за отвлечането на три момичета и за задържането им в плен в продължение на 10 години, като едно от момичетата беше родило поне едно дете от него.<sup>[2]</sup> За съжаление, момичетата са имали нещастieto да живеят в един и същ квартал с този отвратителен хищник, който впоследствие се обеси в затворническата си килия, за да не се изправи пред съда. Кастро победи правосъдието, като извърши самоубийство преди делото.

Има и хищници, типични за определени професии, които нагаждат хищническите си навици към мястото, където работят, или към дейността си. Чарлс Кълън например работел като нощна медицинска сестра и признал за убийствата на поне 40 пациенти, въпреки че може да са били много повече.<sup>[3]</sup> Вършел злините си само на работа и никъде другаде.

През 80-те Клайд Лий Конрад също нагодил дейността си към средата си. Като сержант от армията на САЩ, разпределен в Германия, при възможност той крадял военни припаси, продавал купони за бензин и цигари на черния пазар, а когато това не било достатъчно, продавал военни тайни на страните от Варшавския договор. Изложил

десетки хиляди войници и милиони граждани на Европа на риск заради своето предателство — и всичко това за пари.

Някои хищници са стълбове на обществото — ветерани, черкуващи се, доброволци, ръководители на скаути, тренъори, обществени деятели. Рита Кръндуел била финансов инспектор на Диксън, Илинойс, и прочута почитателка на конете от породата куотър хорс. По време на 22-годишната си кариера тя също така присвоила и 53 млн. долара. Денис Рейдър, който връзвал, измъчвал и убивал жертвите си, бил църковен настоятел и надежден градски служител, който използвал познанията си за града и мобилността, която му осигурявала длъжността му, за да избира жертвите си.

Съществуват и корпоративни хищници, които могат да се открият както в големи институции, така и във фирми с по двама служители. Някои казват, че днешният бизнес климат, особено пълният с високи залози свиреп свят на финансите, привлича и награждава хищническото поведение. Тези индивиди може да са харизматични и интересни, но те също така могат да изложат дадена компания на риск заради импулсивното си и агресивно поведение. Точно с такива действия са известни Кенет Лей и Джефри Скилинг в „Енрон“. Те бяха обвинени в измама, а банкрутът на „Енрон“ през 2001 г. беше най-големият корпоративен банкрут за времето си, при който много хора изгубиха средствата си за препитание, както и пожизнените си спестявания.<sup>[4]</sup> Случаят с „Енрон“ напомня, че хищническото поведение често се разгръща на най-високите етажи на корпоративния свят, ако неетични индивиди заемат управленски позиции. Финансовият колапс от 2008 г. до степен беше породен от хищници в света на финансите, които създадоха рискови практики за отпускане на заеми и после се подсигуриха срещу същите тези рискови заеми, знаейки, че са силно нестабилни, ако не и опасни за икономиката.

Агресивността и твърдостта в бизнеса са едно нещо, но криминалните деяния и умишлените измами са съвсем друго. Светът на бизнеса започва да научава, че наличието на хищник в екипа е опасно за организацията, инвеститорите и служителите. Той може да върши рисковани неща или да е подривен, дестабилизиращ и опасен за бизнеса.

Да работиш с хищник е достатъчно лошо, но да живееш под ботуша на някой такъв, който оглавява правителство, може да е

ужасяващо. Просто попитайте някого, който е преживял тормоза на Адолф Хитлер, Пол Пот или Йосиф Сталин. Т.нар. Босненски касапин — Радован Караджич — по думите на жертвите не бил по-добър, нито пък иракският президент Саддам Хюсеин, който използвал мъчения и отровен газ срещу кюрдското малцинство в собствената си страна.<sup>[5]</sup>

Докато пиша тази глава, четем и слушаме за Сирия, където Башар Хафез ал-Асад, който също не е почитател на човешките права, е хвърлил армията срещу собствените си сънародници, използвайки отровен газ, посягайки на десетки хиляди и принуждавайки милиони да бягат.

Като водачи хищниците имат една цел: да останат на власт с всички средства. За тях страданията и смъртта са незначителни. Една фраза, приписвана най-често на Йосиф Сталин, обобщава как хищниците гледат на масовите убийства: „Да убиеш един човек е престъпление; да убиеш милиони е статистика“. Да, те са точно толкова студени.

Надявам се, че тази глава ви е доказала, че срещите с хищници са винаги опасни. Понякога ги срещаме, защото сме на погрешното място в погрешното време. Или пък тази личност е наш шеф или колегата на съседното бюро. Въпреки това можем да продължим да работим върху това да сме в безопасност, като знаем как действат тези хора. Можем да търсим определени типове поведение, за да разберем дали един човек е отровен, дали е напълно безотговорен, дали мисли само за себе си, дали е опасно натрапчив или е смъртоносно опасен. Това е нашата отговорност към нас самите и към хората, които обичаме.

## **ВАШИЯТ РЕФЕРЕНТЕН СПИСЪК ЗА ОПАСНИ ЛИЧНОСТИ**

### **ПРЕДУПРЕДИТЕЛНИ ЗНАЦИ ЗА ХИЩНИКА**

Както отбелязах във въведението, по време на кариерата си съм разработил различни референтни списъци, основани на поведението, които ми помагат да преценя дали някоя личност е опасна. Този конкретен референтен списък ще ви помогне да определите дали някой притежава черти на хищник и къде попада в спектъра (от пресметлив и опортюнист през студен и коравосърдечен до напълно безсъвестен и

изключително опасен в най-екстремния случай). Това ще ви помогне да вземете по-прецизно решение как да действате с този човек, да определите доколко е вреден и да прецените дали може да е заплаха за вас или за други хора.

Този референтен списък, както и останалите в тази книга, беше създаден, за да се използва в ежедневието от вас и мен — хора, които не са обучени специалисти по ментално здраве или изследователи. Той не е инструмент за клинична диагностика. Целта му е да образова, да информира или да потвърждава това, на което сте станали свидетели или сте изпитали.

Прочетете внимателно всяко твърдение в списъка и отбележете тези от тях, които са приложими. Бъдете честни; спомнете си какво сте чули даден човек да казва или сте го видели да прави, или какво са ви разказали други хора. Очевидно най-доброто доказателство е това, което сте видели лично, и начинът, по който се чувствате, когато сте край този човек или общувате с него.

Отбележете само твърденията, които са приложими. Не се опитвайте да гадаете или да включвате повече от това, което реално отговаря на критериите. *Ако се колебаете, не го отбелязвайте.* Някои неща изглеждат сякаш се повтарят или се припокриват — това е умишлено, за да се уловят нюансите на поведението, основаващи се на това как хората обикновено усещат или описват тези личности.

Много е важно да попълните целия референтен списък, така, както е направен, за да увеличите надеждността му. Всеки цялостен списък покрива много тънки, но значими нюанси, за които може би никога не сте се замисляли. Някои неща може да ви помогнат да си припомните събития, които сте забравили. Моля, прочетете всяко твърдение, дори и да смятате, че сте разбрали достатъчно, или че първите няколко описания ви изглеждат неприложими.

Всяко от твърденията може да се приложи за всеки от двата пола.

Ще пресметнем точките, когато приключите, но засега отбелязвайте всяко от твърденията по-долу, което е приложимо.

☐ 1. Пренебрегва правата на другите, като злоупотребява с тях или се възползва от тях.

☐ 2. Манипулативен е и твърде често кара хората да правят разни неща за него.



☐ 3. Бил е арестуван и съден като дете или има заличено досие като малолетен престъпник.

☐ 4. Себичен е и смята, че всичко му е позволено, дори то да наранява другите.

☐ 5. Гордее се с нарушенията си на законите и правилата — хвали се с извършените от него престъпления или с измамените хора.

☐ 6. Измамник е, обича да лъже или лъже без причина.

☐ 7. Смята, че правилата и законите се отнасят за другите, но не и за него.

☐ 8. Постоянно нарушава законите и правилата за поведение и благоприличие.

☐ 9. Бързо разпознава слабостите у другите и търси начин да ги използва.

☐ 10. Крал е от магазини като младеж или като възрастен.

☐ 11. Не изпитва разкаяние и е безразличен към чуждото страдание.

☐ 12. Избягва да плаща сметките си в ресторант или се е хвалил, че не ги плаща.

☐ 13. Обвинява живота, обстоятелствата, родителите си, околните и дори жертвите за собствените си действия.

☐ 14. Постоянно се опитва да доминира над околните — контролът и доминацията играят голяма роля в живота на тази личност.

☐ 15. Определян е като „безсърдечен“, „отровен“, „противен“, „неморален“, „безскрупулен“ и „непочтен“.

☐ 16. Неведнъж е подправял чекове или е писал чекове без покритие.

☐ 17. Харесва му да мами околните.

☐ 18. Обича да провокира хората, като се блъска в тях, втрещва се в тях или ги предизвиква с думи.

☐ 19. Притежава огромна самоувереност, но тя е по-скоро безразсъдство и от нея няма никаква практическа полза.

☐ 20. Не понася да го критикуват — избухва гневно и яростно срещу другите и ги заплашва с отмъщение.

☐ 21. На работа или в училище го смятат или са го смятали за грубиян; често наранява чувствата на другите.

- ☐ 22. Умело печели доверието на другите, за да се възползва впоследствие от тях.
- ☐ 23. Използва семейството, приятелите, колегите и интимните си партньори, за да му дават пари, да лъжат заради него или да му осигурят алиби.
- ☐ 24. Подпалвал е пожари, които са застрашавали хора, животни или имущество.
- ☐ 25. Не се колебае да изложи околните на финансов, физически или криминален риск.
- ☐ 26. Смята, че в живота оцеляват само най-силните.
- ☐ 27. Извършва престъпления с лекота; знае се, че има дълго криминално досие в полицията.
- ☐ 28. На моменти е коравосърдечен и студен, а друг път е чаровен и съблазнителен.
- ☐ 29. Лъже, че е лекар, професор или някакъв друг професионалист.
- ☐ 30. Отнемал е с измама пари, имущество или ценности от другите.
- ☐ 31. Повреждал е нарочно велосипеди, автомобили или нещо друго, при което са могли да пострадат или са пострадали хора.
- ☐ 32. Крои схеми и планове да се възползва от другите.
- ☐ 33. Проявявал е жестокост към животни като дете или като възрастен.
- ☐ 34. Циничен и надменен е към другите.
- ☐ 35. Той е надут и нетърпящ възражение и често се държи арогантно; според някои се има за велик.
- ☐ 36. Описват го като изключително самонадеян и нахакан.
- ☐ 37. Не спазва ангажиментите си, ненадежден или безотговорен е и винаги има извинение за това, че не си е изпълнил задълженията.
- ☐ 38. Играе психологически игри, за да потиска околните, да ги унижава или тормози.
- ☐ 39. Смята за много важно да го уважават и да има власт, и ви уведомява, че тези неща са важни.
- ☐ 40. Използвал е сила или заплахи, за да получи секс.
- ☐ 41. В даден момент ви цени, а в следващия ви подценява или е безразличен към вас.

- ☐ 42. Надценява себе си и способностите си, но лесно подценява другите.
- ☐ 43. Като управител или мениджър смята работниците за слуги или пионки, но не и за равни.
- ☐ 44. Живял е или живее ден за ден, като извършва кражби и други престъпления.
- ☐ 45. Насърчава другите да вършат неща, които ги излагат на риск или са незаконни.
- ☐ 46. С цел собствена изгода се опитва да управлява някое от следните неща: вашето лично пространство, време, тяло, ум или това, което цените.
- ☐ 47. Унищожавал е чуждо имущество за забавление или за отмъщение.
- ☐ 48. Проблемите, изглежда, го следват навсякъде — често го наричат размирник.
- ☐ 49. Не зачита или не уважава собствеността на другите хора или на институциите.
- ☐ 50. Използвал е заплахи, за да постигне своето.
- ☐ 51. Често се оплаква, че е отегчен или му липсват силни усещания.
- ☐ 52. Като дете често е бягал от вкъщи.
- ☐ 53. Таи злоба и после си отмъщава по подъл начин.
- ☐ 54. Опитите му да изрази разкаяние изглеждат неискрени и скалъпени.
- ☐ 55. Като дете често са го изключвали от училище заради сбивания.
- ☐ 56. Смята, че само на него се полагат лоялност и грижа.
- ☐ 57. Не поема отговорност за личните си действия и непрестанно обвинява другите.
- ☐ 58. Смятат го за „лицемерен“, „хлъзгав“ „омайник“ или „прекалено добър, за да е истински“.
- ☐ 59. Като дете често не се е подчинявал на родителите си, прибирал се е твърде късно и е нарушавал правилата.
- ☐ 60. Паразитира върху околните, за да си осигури подслон, храна, пари или секс.
- ☐ 61. Твърди, че е постигнал повече, отколкото е човешки или логически възможно и вероятно.

☐ 62. Баща му или майка му са го тормозили физически, били са тиранични, безразлични или са били углавни престъпници.

☐ 63. Водил е безотговорен живот (например не се е задържал дълго на работа; връзките му постоянно се провалят; игнорирал е финансовите си задължения).

☐ 64. Има притежания или богатство, придобити по необясним начин.

☐ 65. Смята се за богоизбран, мисли, че е над другите или че може да действа, както си поиска.

☐ 66. Демонстрациите на емоции изглеждат изкуствени, преиграни или неискрени.

☐ 67. Отнася се презрително към другите, особено към хората на високи позиции.

☐ 68. Държи се арогантно, снизходително, с маниер на превъзходство, който обижда хората.

☐ 69. Хората мразят да работят със или за този човек или са се разболели психически или физически в резултат от работата си с него.

☐ 70. Втрещва се във вас като влечуго — твърдо, непоколебимо, студено, няма много-много какво да ви каже.

☐ 71. Използва погледа си, за да унижава, заплашва или доминира над другите (кара вас и другите да се чувстват истински неудобно).

☐ 72. Притежава повърхностен чар, който в началото е привлекателен.

☐ 73. Оправдава кражбите от другите, нараняването им и лошото отношение към тях („Те си го заслужават“).

☐ 74. Имал е спречквания със закона в младостта си и като възрастен.

☐ 75. Умишлено е искал от служители или други хора да нарушават правилата, да пренебрегват законите, да променят или да унищожават важни записи или доказателства, или да крият информация.

☐ 76. Не се страхува да извършва криминални деяния.

☐ 77. Използва псевдоними, сменя самоличността си или умишлено крие периоди от миналото си.

☐ 78. Импулсивен е — действа внезапно, когато му хрумне или извършва престъпления, когато му се удаде възможност.

☐ 79. Не може да планира бъдещето си или да помисли предварително за него (например изхарчва парите за наема или за храна или пък купува подаръци само за себе си, но не и за семейството).

☐ 80. Раздразнителен и агресивен е, когато го предизвикват, порицават или отхвърлят.

☐ 81. Опитва се или успява да попречи на вас или на други хора да общуват или да се свържат с приятели, роднини или любими.

☐ 82. С лекота тормози другите или се кара с тях.

☐ 83. Взема на мерника си слабите, възрастните, децата, лековерните или жените, за да се възползва от тях, да получи сексуални облаги или да се обогати чрез тях финансово.

☐ 84. Отнася се безотговорно към собствената си безопасност или безопасността на другите (например кара твърде бързо или под въздействие на алкохол или наркотици).

☐ 85. В миналото или в настоящето е заплашвал и тормозил (физически или психически) семейството си, родителите си, колегите или приятелите си.

☐ 86. Възползва се от родителите си, като краде от тях, изнудва ги, продава или залага тяхна собственост без съгласието им.

☐ 87. Твърди, че е от ЦРУ, че е морски тюлен или е от други тайни или елитни служби, без да има валидни доказателства за тези си твърдения.

☐ 88. Не е допуснат до армията, защото се е провалил на психологическите тестове.

☐ 89. Тази личност предизвиква физическа реакция у околните: хората усещат как кожата им реагира (настръхват; космите по кожата им се изправят; „полазват ги мравки“, заболява ги стомахът или получават киселини).

☐ 90. Този човек е агресивно нарцистичен — нетърпим е в отношенията си с другите, унижава ги, подценява ги или ги кара да се чувстват зле.

☐ 91. Има история на криминални прояви, включително изнудване, и се е измъквал неосъждан за криминални деяния.

☐ 92. Проявява любопитство относно болката, наказанията, измъчването или как ефективно да убие някого.

- ☐ 93. Прекарвал е време в институции за престъпници, арести, затвори, центрове за адаптация и т.н.
- ☐ 94. Извършвал е изнасилване, обир или нападение със смъртоносно оръжие.
- ☐ 95. Извършвал е кражби или престъпления срещу собствеността, или многократно е крад автомобили.
- ☐ 96. Говори подигравателно за жените, смятайки ги за неодушевени предмети или „курви“.
- ☐ 97. Тормозил е сексуално деца (докосвал ги е, излагал е голотата си на показ) или обмисля да прави секс с деца.
- ☐ 98. Изглежда, има слаб поведенчески самоконтрол.
- ☐ 99. Майка му е била проститутка или е участвала в търговия със сексуални услуги.
- ☐ 100. Има сексуално влечение към деца.
- ☐ 101. Практикува безотговорен секс, излагайки другите на полово предавани болести или на вируса на ХИВ (СПИН).
- ☐ 102. Има деца от много връзки, като не е поел отговорност (в емоционално, попечителско или финансово отношение) за тези деца.
- ☐ 103. Оправдава жестокостта или криминалното поведение като нещо, което жертвата си е заслужила.
- ☐ 104. Нарушавал е гаранцията си и е бягал от правосъдието, оставяйки семейството или приятелите си финансово отговорни.
- ☐ 105. Изчезва за дни наред, дори за месеци; после се появява отново, без да даде никакво обяснение.
- ☐ 106. Хората споделят, че се чувстват „некомфортно“ край него или му нямат доверие.
- ☐ 107. Очаква от другите да му осигурят алиби, да го скрият или да го отърват от правосъдието.
- ☐ 108. Влизал е с взлом в чужд автомобил, офис или дом или е следил някого.
- ☐ 109. Рядко, ако изобщо, връща пари на приятели или съдружници.
- ☐ 110. Често бие или тормози съпруга/та или децата си.
- ☐ 111. Децата или съпруга/та му го избягват или се ужасяват да бъдат край него.
- ☐ 112. Говорил е или е написал, че има фантазии или мисли за извършване на криминални престъпления или изнасилване.

- ☐ 113. Многократно не е покривал плащанията по заеми, кредитни карти или не е изплащал детска издръжка.
- ☐ 114. Убил е човек или твърди, че го е направил, но не се притеснява от това или пък се хвали.
- ☐ 115. Използвал е чужда кредитна карта за неоторизирано плащане.
- ☐ 116. Опитва се да получи власт, секс или пари чрез неморални или незаконни средства.
- ☐ 117. Когато дойде време за плащане, твърди, че си е забравил портфейла или че парите му са „вложени в инвестиции“.
- ☐ 118. На работното място се държи подло или жестоко — публично вика и крещи на подчинените си.
- ☐ 119. Като родител е безотговорен, невнимателен, безразличен, коравосърдечен или неразумен по отношение на децата (не полага грижи за тях, не ги храни, не ги къпе, не ги води на училище или на лекар и т.н.).
- ☐ 120. Изглежда отчужден от околните, никога не се сближава истински.
- ☐ 121. Напускал е щата, за да избяга от съдебно преследване, от полицията или от финансови отговорности.
- ☐ 122. Взема на прицел възрастни или сенилни хора, специално за да се възползва от тях или за да измъкне парите им.
- ☐ 123. Занимавал се е със създаване на детска порнография.
- ☐ 124. Имал е поведенчески проблеми още от малък.
- ☐ 125. Сексуален садист е или е описван като такъв.
- ☐ 126. Бил е позорно уволнен от армията.
- ☐ 127. Любовта няма особен смисъл за него; бърка секса с любов.
- ☐ 128. Оправдава малтретирането на деца с опростенчески обяснения като „Не спираше да плаче“ или „Това ще го направи издръжлив“.
- ☐ 129. Живее „диво“, има „лоши приятели“ или е свързан с престъпници (бандити, наркопласьори, проститутки, сводници, гангстери).
- ☐ 130. Притежава контрабандна продукция, детска порнография или оръжия за криминална употреба.
- ☐ 131. Член е на банди или ги предвожда.

☐ 132. Принадлежи към криминален синдикат или организация (наркопласъор, гангстер, член на криминално семейство), участва в трафик на хора или е сводник.

☐ 133. Често е бил уволняван или е напуснал работа, била тя и нискоквалифицирана, заради лошо справяне, неспособност да се подчинява, спорене, неявяване и т.н.

☐ 134. Има татуировки или парадира със символи или знамена, прокламиращи расова омраза, престъпни дейности или омраза към жените.

☐ 135. Мрази да проявяват неуважение или да се шегуват с него — става много гневен и зъл, когато това се случи.

☐ 136. Изглежда, не се учи от грешките или опита си.

☐ 137. Често отнема ценни неща от другите без тяхно съгласие или краде от магазините.

☐ 138. Рядко се извинява, прави го само по принуда.

☐ 139. Отхвърля извиненията на другите, злопаметен е и си отмъщава жестоко.

☐ 140. Работил е или работи за незаконно, терористично или криминално начинание, като например незаконни лотарии, хазарт, продажба на наркотици, кражба на коли и т.н.

☐ 141. Има дълги периоди на безработица в живота си, въпреки че е имало налични работни места, възможно е и поради престой в затвора.

☐ 142. Малтретирал е деца, поверени на грижите му (не им е предоставял храна или адекватно облекло), държал ги е затворени или е прилагал насилие върху тях.

☐ 143. Използвал е въжета, белезници, изолирана стая или други средства за задържане, за да контролира някого против волята му.

☐ 144. Извлича удоволствие от болката и страданието на други хора.

☐ 145. Изглежда, му доставя удоволствие да поражда психически дискомфорт или страх у другите.

☐ 146. Изглежда винаги гневен, враждебен, или пък мрази света.

☐ 147. Казвал е на други хора, че има „тъмна, подла или зла страна“, което може да бъде отхвърлено от околните като несериозно.

☐ 148. Липсва му гъвкавост в мисленето; нещата или трябва да се правят по неговия начин, или избухва.



☐ 149. Жените в живота му или го презират и му нямат доверие, или са изчезнали мистериозно.

☐ 150. Хората, които общуват с него, се чувстват тревожни, несигурни, жертви, тормозени, излъгани или предадени.

#### РЕЗУЛТАТИ

Пребройте колко от твърденията са приложими за този индивид въз основа на критериите, разяснени в началото на референтния списък.

☐ Ако откриете, че притежава поне 25 от тези черти, това е човек, който от време на време упражнява емоционален тормоз върху околните, възползва се от тях, може да е трудно да се живее или работи с него или може да ви навлече финансови проблеми.

☐ Ако резултатът е между 26 и 75 точки, това означава, че въпросната личност притежава всички черти на хищника и се държи като такъв. Трябва да бъдете много внимателни, особено ако сте в интимна или продължителна връзка с този човек или на карта са заложили дела, свързани с доверие (например заеми, финансови трансакции, инвестиции, имущество под наем, достъп до деца).

☐ Внимание: ако резултатът е над 75 точки, у този човек преобладават основните черти на хищник и той е емоционално, психологически, финансово или физически опасен за вас и останалите. Трябва да вземете незабавни мерки да се дистанцирате от него.

---

[1] Gibson. „Scotland Yard Report Reveals Details of Jimmy Savile’s Crimes“. ↑

[2] Fantz. „Ariel Castro Agrees to Pleas Deal“. ↑

[3] Graeber. „Tainted Kidney“. ↑

[4] Suddath. „Top 10 CEO Scandals“. ↑

[5] U. S. News & World Report, April 4, 1988, p. 11. ↑

## НЕЗАБАВНИ ДЕЙСТВИЯ

Хищниците са пословично неподатливи на промяна — или пък ако се променят, то е за да рафинират хищническите си умения. В книгата си „Фатални дефекти“ д-р Стюарт С. Юдофски (*Fatal Flaws*, Stuart C. Yudofsky, MD) споменава за трудността да се намерят специалисти по психично здраве, които са много добре информирани и обучени да работят с антисоциални личности като тези. Ако случаят е такъв дори при професионалистите, какво да правят останалите от нас? Почти не ни остава друго, освен да се опитаме да се дистанцираме от тези опасни личности.

Според моя и опита на други професионалисти, наистина е необходимо да се избегнете от такива индивиди и да потърсите компетентна и квалифицирана помощ, ако е нужно. Съгласен съм с мъдрите думи на Буда: „Човек трябва да се научи да вижда и да избягва всяка опасност. Както мъдрецът стои далеч от побеснелите кучета, така и човекът не трябва да се сприятелява със зли хора“.

За тези от нас, които не са професионалисти в областта на психичното здраве, най-добрата стратегия е осъзнаване и дистанциране. Ако тези хищни индивиди не ви наранят директно — физически, емоционално, финансово или по всички изброени начини, — ще ви наранят индиректно, като навредят на хора, които обичате, или съсипят общността ви. Те могат да опустошат тялото, ума и духа ви и наистина го правят. Могат да ви съсипят финансово или да разрушат живота ви, абсолютно без да ги е грижа какво се случва с вас.

Може да се чувствате задължени на такъв човек, защото сте встъпили в брак с него, защото ви е роднина или защото ви е дал работа. Но бъдете наясно, че лоялността ви няма да ви предпази от това да се превърнете в жертва, да бъдете тормозени или съсипани финансово, независимо от какъв вид са отношенията. Това е природата на хищника. За допълнителни стратегии вижте глава 6: Как да се защитим от опасните личности.

Ще приключа с предупредителните думи на един човек, който познаваше отвътре природата на хищника:

Ние, серийните убийци, сме ваши синове, ваши съпрузи, ние сме навсякъде. И утре още от вашите деца ще бъдат мъртви.

Тиодор Бънди-Тед

**ГЛАВА 5**  
**ЕДНА Е ЗЛЕ, ДВЕ Е УЖАСНО, ТРИ Е**  
**СМЪРТОНОСНО**

## КОМБИНИРАНИТЕ ЛИЧНОСТИ

Дотук разглеждахме различните личностни типове поотделно. Ползата от това беше да получим по-ясна представа за тези опасни личности. Но в реалния живот опасните личности често представляват съчетание от повече от един личностен тип. В медицинската литература това е описано като коморбидност<sup>[1]</sup> и не би трябвало да ви изненадва; в крайна сметка ние всички притежаваме различни черти на характера — точно това ни прави сложни и интересни. Но когато индивидите притежават черти от два или повече типа опасни личности, рискът за вас нараства, понякога драматично. А когато рискът нараства, както биха потвърдили повечето клинични психолози, разпознаването на специфичния личностен тип може да се окаже трудно. Затова, за да подпомогна читателя, съм приложил примери от истинския живот, за да хвърля известна светлина върху смесването на личностни черти от различни типове у опасните личности. Сложната картина на смесващите се черти е причината да подчертаваме важността на внимателното преглеждане на всеки от референтните списъци, за да можете да прецените по-добре опасността, на която ви излагат.

В добавка, точно както нашето поведение може да се променя в зависимост от житейските обстоятелства, така може да се променя и поведението на опасната личност: вместо непрестанно да крещи на детето, което се държи зле, някой ден емоционално нестабилната личност може силно да го разтърси или да го блъсне в стената. По подобен начин надменният, нарцистичен ерген може да се ожени и да се превърне в доминиращ съпруг диктатор, който да става все по-критичен и пренебрежителен. Така, както ние можем да се променяме с времето, множество фактори могат да допринесат за това тези индивиди да станат по-нестабилни, по-отровни и дори по-опасни. За нас е от ключова важност постоянно да преценяваме другите за такива черти и да ги виждаме такива, каквито са. Не бива да приемаме или наивно да се надяваме, че някоя опасна личност внезапно и от само себе си ще стане по-добра с времето.

Анализът на тънкостите и нюансите на човешката личност може да е много сложен, а цялостната дискусия на всички личностни типове е извън обхвата на тази книга. Тук могат да помогнат референтните списъци за опасните личности. Докато преценяваме потенциала на другите да бъдат отровни, нестабилни или опасни, трябва да си напомним да не се фиксираме само върху един личностен тип. Не трябва да игнорираме възможността въпросната личност да се вмести удобно в множество личностни категории. Това също е част от процеса — да видим кои поведения къде попадат. Това ще ни даде по-добра картина на индивида, с когото си имаме работа, като имаме предвид, че когато се съчетаят, определени личностни черти могат да се подсилват взаимно, понякога с ужасяващи резултати.

Виждаме примери за това всеки ден в кризисни ситуации по целия свят. Сигурен съм, че когато в началото на 2013 г. обвиненият убиец на полицаи и сам бивш полицай Кристофър Дорнър бягаше от правосъдието, профайлърите и психолозите от полицейското управление в Лос Анджелис са се питали: „Какъв тип личност е той? Какво е следващото, което ще направи?“. За щастие, Дорнър беше написал дълъг манифест, който ни предостави прозрения отвъд официалното му служебно досие. Този манифест разкриваше:

— Човек с множество емоционални рани, изпитващ нужда да се отърве от враговете си (параноя), съчетана с

— убеждението му, че има право да предприеме агресивни действия срещу други полицаи и семействата им, за да поправи това, което смятал, че трябва да се поправи (нарцистична грандомания).

Манифестът на Дорнър предостави решаваща информация: той помогна да се обясни поведението му и до определена степен предсказа как би се държал в бъдеще. Когато се опитваш да задържиш силно параноиден индивид, който нарцистично подценява живота на колегите си полицаи, най-вероятният изход е престрелка — и точно това се случи.<sup>[2]</sup>

---

[1] Коморбидност — едновременно присъствие или наличие на едно или повече заболявания или разстройства в допълнение към основното заболяване. — Б.пр. ↑

[2] Winter and Leinwand Leger. „Dorner Charged with Murder, Attempted Murder of Cops“. ↑

## НЕ ТОЛКОВА РЯДКО СРЕЩАНИ: КОМБИНИРАНИТЕ ЛИЧНОСТИ

От инструкциите в референтните списъци за опасните личности в предходните глави придобихте важни основни знания за това как да сте нащрек за опасни личности: наблюдавайте въпросните хора и отбелязвайте поведението им, нещата, които казват, как ни карат да се чувстваме, какво знаем за миналото им и какво други хора, които са общували с тях, са преживели и забелязали. Както ще обсъдим в Глава 6, това е частта, в която трябва да вложим истинско старание: обективно да преценим какво ние и другите сме забелязали, търсейки значими индикации, че някой може да е отровна, нестабилна или опасна личност. Това е нашата отговорност и тя е проява едновременно на мъдрост и благоразумие.

Сега нека да надградим върху тази основа и да видим дали информацията, която сме събрали, може да бъде поставена в повече от един от четирите референтни списъка за опасни личности. По този начин ще добием по-добра представа за личностния тип на индивида и потенциала му да причини вреда.

Да си представим например че сме забелязали Хари да говори и да се държи все едно е убеден, че наистина е специален. Тази характеристика потенциално попада в три референтни списъка: за нарцистичната личност, за параноидната личност и за хищника. Но това е само един вид поведение. Затова внимателно продължаваме да събираме информация (Как се отнася този човек с нас? Как ни кара да се чувстваме? Какви специфични поведения наблюдаваме?) и поставяме тези действия или поведения в конкретния референтен списък, за който са приложими.

Нека да кажем, че сме забелязали също и че Хари проявява нужда да контролира другите и има неприятния навик да си отмъщава. Тези допълнителни поведения стесняват още повече вероятностите за личностния му тип и с времето може да забележим преобладаващи черти, които съвпадат с референтния списък на параноидната личност, както и с този на хищника.

Ако чрез достатъчно общуване с него или с помощта на наблюденията си накрая установите, че този измислен Хари има, да кажем, 45 или повече поведенчески характеристики от всеки един от двата референтни списъка за опасни личности, това е много важно. Личност, която събира толкова много точки в референтния списък за параноидни личности и за хищници, може да бъде не просто неприятна, а направо опасна.

Ключът към получаването на по-цялостна картина не е да се опитвате да класифицирате някого още от самото начало, а просто да оставите поведението му да говори само за себе си.

Иначе може да се окажете слепи за важна информация — нещо, което може да се случи дори на професионалистите. Затова, както казах още в началото, ние се фокусираме върху поведението, а не върху статистики или вероятности, и съотнасяме поведението към референтните списъци за опасни личности там, където е приложимо.

Да предположим, че сме срещнали човек, който е чаровен, силно самоуверен и пълен с грандиозни идеи и планове, но е постигнал твърде малко — и бързо решаваме, че той се вписва в категорията на нарцистичните личности. Добре, нека сега се върнем назад и преразгледаме това решение. Той наистина може да притежава тези характеристики, но прибързаното му отнасяне към една-единствена категория може да означава, че ще загубим бдителността си за друга информация — като например внезапното му появяване в града, очевидната липса на трудова биография, която да може да бъде потвърдена, както и на препоръки, непостоянния му начин на живот и липсата на никакви доказуеми доходи — всички тези неща съвпадат с референтния списък за хищника и могат да сочат към личност, която има потенциала да причини сериозни вреди (вж. Глава 4). Точно такъв тип грешки искаме да избегнем. Това пилотите наричат фиксация в целта: те толкова се концентрират върху целта, че пропускат всички останали цели наоколо или пък са толкова съсредоточени върху определена задача, наземен обект или проблем, че се забиват право в някоя планина.

Разбира се, има всякакви видове възможни комбинации между четирите вида опасни личности. Например може да имате човек, който е много интелигентен, но е параноиден и нарцистичен. Вижте например поведението на Джон Макафи (основател на „МакАфи



Инк.“, най-голямата компания за антивирусен софтуер в света) в Белиз; човек се чуди да вярва ли на очите си. Това е личност, която се преселва в чужда държава и заявява в интервю, че е почувствал необходимост да разчисти това място, сякаш самите богове са му възложили тази отговорност — това е характерно за нарцисизма. Но той изпитвал също и ирационален страх от националната полиция и от съседите си — това е типично за параноята.<sup>[1]</sup> Така че тук може да имаме нарцисизъм и параноя, но не можем да сме сигурни, защото нямаме всички факти. Затова събираме информация и я поставяме там, където отговаря на референтните списъци за опасни личности, и добавяме нова информация към всеки списък, щом съберем такава.

Накрая започваме да добиваме представа какъв е този индивид въз основа на поведението му. Може би малко от това, повече от онова в конкретния момент, като осъзнаваме, че картината може да се променя, защото си имаме работа с характеристики, които съответстват на повече от един личностен тип — в крайна сметка става дума за човешки същества. Един ден те могат да бъдат по-скоро себични и грандомани, а в друг ден да демонстрират предимно характеристиките на хищника. Това прави хората толкова интересни за изучаване: ние въздействаме върху живота и животът въздейства върху нас. Ние никога не оставаме неизменни, същото важи и за опасните личности.

Има ли значение кои личностни характеристики са най-силни? И да, и не — зависи от конкретната личност и нейните характерни черти. Но не забравяйте, че не сме криминални профайлери или изследователи — ние просто се интересуваме да определим доколко опасна е тази личност наистина. Така че, ако някой събере много точки (над 50) от два или повече референтни списъка за опасни личности, прецизното определяне на това коя патология е по-силно изразена не е особено важно в сравнение с осъзнаването, че е мината критична граница и може да се каже, че има вероятност този човек да се окаже силно токсичен, нестабилен или дори опасен и да представлява заплаха за вас.

Например животът с човек, който е много нестабилен емоционално и е силно параноичен, е изключително труден: той винаги е подозрителен и избухва с ужасяваща регулярност. Не е

толкова важно дали избухванията се причиняват от параноята или от нестабилността — по-важно е да осигурите безопасността си.

Една жена, която ще нарека Аманда, ми писа, че съпругът ѝ отначало демонстрирал „малки чудатости“, както ги нарече тя. Понякога избухвал, особено ако е имал лош ден. Според нея с годините неговата нестабилност и параноя се увеличили без никаква конкретна причина. Той станал толкова свръхподозрителен, че претърсвал мобилния ѝ телефон, за да види дали го е използвала, и дори проверявал домашния бележник за съобщения, като надрасквал повърхността му с молив, за да види какви бележки е писала. Накрая станал „нетърпим“, особено когато агресията му към нея ескалирала от бутане през блъскане и шамари до душене. Да, душене.

Така че каква е била преобладаващата характеристика тук — емоционалната нестабилност или параноята? Това е интригуващ въпрос, който би бил интересен за някой изследовател или терапевт. Но мога да ви кажа едно: Аманда не се интересувала от това, нито пък аз — а не би трябвало и вас да ви интересува. Не живеем в лаборатория, където можем безопасно да експериментираме, спокойно да обсъждаме или да определяме с абсолютна точност. Живеем в свят, където семейното насилие е широко разпространено, изчезват деца, които биват изнасилвани или убивани, личната безопасност е проблем, времето е от решаващо значение и трябва да вземаме решенията си бързо, на момента, основавайки се на малкото информация, с която разполагаме. Всъщност е нужно да сме точни, без да сме абсолютно прецизни. Ако трябва да чакаме да бъдем абсолютно прецизни, може да се окаже твърде късно (както ще видите по-нататък в тази глава от случилото се с жена на име Сюзън Пауъл).

Точно както Аманда трябвало да се справи с настоящата си реалност, изпълнена с насилие, и, както го описа тя, „безумието“ на непосредствената си ситуация, така и ние трябва да се справяме със собствената си реалност. Целта на Аманда била да оцелее, а не да се занимава с измерване, точно определяне и експерименти. Непосредствената ѝ грижа не била „Дали съпругът ми е 80% такъв и 20% онакъв?“. Оставете подобни анализи на другите, ако им се занимава с тях. Най-важният въпрос за вас, както и за нея, е: „В опасност ли съм?“. Това е единствената цел на тази книга и начинът, по който референтните списъци за опасни личности ще ви помогнат.

Докато извършвате нужните наблюдения, помнете, че всички тези личностни типове покриват широк спектър, който варира от светло до тъмно, от ниско до високо, от дразнещо до невъзможно, от трудно до нетърпимо и дори опасно — и че тяхното място в този спектър може да се променя в зависимост от обстоятелствата, стресиращите житейски фактори, възможностите или настроенията. Един от начините да осмислите това е да си представите радио. Ако го пуснете тихо, музиката ще бъде почти недоловима. Усилете леко и ще чувате музиката по-ясно. Усилете много и става дразнещо; още повече — и става болезнено и почти непоносимо за ушите ви. Усилете максимално и може да увредите тъпанчето си — което на практика е опасно. Това е един от начините да прецените тези опасни личности: колко е силна музиката в момента? Тиха, едва загатната? Средно силна, която ни притеснява или дразни? Или е усилена до такава степен, че е опасна за благосъстоянието ни и представлява риск за здравето ни?

Но за да чуете нещо, ще трябва да се настроите. Нека да повторим: повечето хора, които са токсични или опасни, най-често си остават незасечени от радара — имат ограничени или никакви контакти с полицията и още по-малки с психолозите и психиатрите. Обикновено приятелите и семейството им, които не разполагат с информация как да откриват опасни личности, си нямат и представа, не знаят за какво да внимават или са пристрастни в тяхна полза. Например, когато го попитали, един приятел на Тимъти Маквей казал: „Ако изключим случилото се в Оклахома, Тим е добър човек“.<sup>[2]</sup> Това казва всичко. Има хора, които отказват да видят това, което е пред очите им, или са толкова пристрастни, че са слепи за действителността. Опасните личности просто процъфтяват в такава среда. И накрая, има две истини, които трябва да имате предвид за всички опасни личности: първо — че виждаме само това, което сме подготвени да видим, и второ — че повечето хора прикриват истинската си същност.

От заниманията си с криминално и поведенческо профилиране по въпроси на националната сигурност към ФБР знам, че личностните профили може да са трудни за изучаване, особено когато си имаме работа с някой, който представлява сложна смесица от два или повече личностни типа. Тук референтните списъци за опасните личности ще ви бъдат по-полезни и ще ви помогнат да откриете кои черти се

открояват и към кой личностен тип спадат, за да можете да разберете по-прецизно с кого наистина си имате работа.

---

[1] Davis. „Dangerous“. McGinnes. „Millionaire on the Run“. ↑

[2] Will. „With a Happy Eye but...“, p. 57. ↑

## **ПРОЧУТИ КОМБИНАЦИИ ОТ ОПАСНИ ЛИЧНОСТНИ ТИПОВЕ**

Може би най-добрият начин да разберете тези, които притежават основни черти от два или повече опасни личностни типа, е да прегледате примерите от историята и заглавията в пресата, тъй като и двата източника са препълнени с хаоса, който тези индивиди оставят след себе си.

### **„НАОКОЛО ИМА ВРАГОВЕ, НО АЗ СЪМ ПОДГОТВЕН“: ПАРАНОИК + НАРЦИСИСТ**

Да започнем с миналия век, тъй като това беше векът на масмедииите, които ни дават по-добра представа за историческите фигури от който и да било друг период. Първата личност, която изпъква, би трябвало да е Йосиф Сталин. Сталин нарцистично жадувал за власт и възхищение (в Глава 1 научихте многото титли, които си приписвал, някои от които граничещи с абсурда) и нарекъл цели градове на свое име. Но в добавка към нарцистичността си, Сталин имал и по-тъмна страна, управлявана от параноята, като и двете патологии били в най-екстремния, най-опасен край на спектъра, което го правело силно токсичен и опасен.<sup>[1]</sup>

Предвид неговия тоталитарен контрол над народа му, над службите за сигурност и военните, последиците от тази комбинация били епични. Представете си да убиее всяко човешко същество, което живее в Калифорния. Именно това до голяма степен постигнал той, убивайки над 30 млн. души — точният им брой е неизвестен.<sup>[2]</sup> Неговата свръхподозрителност го накарала да пресели цели популации, особено малцинствата, на които нямал доверие. Освен това избил около 1/4 от висшите си военни кадри след Първата световна война, защото не им вярвал — сяп, самоубийствен ход, който поставил в опасност всички руски граждани, когато избухнала Втората световна война и уменията на тези хора били най-необходими.

Дали Сталин е някаква ужасяваща рядкост? Всъщност не. Адолф Хитлер (избил над 5 млн. души) също бил патологично нарцистичен и параноичен. Такъв бил и Пол Пот в Камбоджа, известен с „полетата на смъртта“ и насилствения труд (убил е над 1.2 млн. души).

Или пък нека да си поговорим за съвременната история: какво да кажем за Слободан Милошевич през 90-те години на миналия век и ксенофобските му възгледи за етническите малцинства, особено за мюсюлманите и хърватите? Или пък за Ратко Младич, наричан още Босненския касапин, обвинен от Международния наказателен съд за бивша Югославия за етническото прочистване на над 7 500 босненски мюсюлмани — мъже и момчета, в Сребреница през 1995 г.? Общото между всички тези индивиди е, че са били едновременно нарцистични (имали генерални, насилствени решения за проблемите) и параноидни (виждали врагове навсякъде). Това ги правело много опасни. Но те също така имали достъп до силите за сигурност и военните, което представлява най-деструктивната комбинация от всички: опасна личност с неограничена власт.

Налице е и Андерш Беринг Брайвик, отговорен за взривяването на бомба в правителствена сграда в Осло, Норвегия, на 22 юли 2011 г., която убила 8 души, последвана от масов разстрел на 69 тийнейджъри. Както установил съдът, той също бил нарцистичен и параноичен. Виждал себе си като единствения човек, способен да спаси страната си (нарцисизъм) от чужденците и мюсюлманите (параноя), затова убил невинните — в знак на протест.<sup>[3]</sup> Брайвик демонстрирал, че човек може да нанесе много вреди, дори и без да разполага с армия, ако е нарцистична и параноична личност и има достъп до самоделни експлозивни или мощни оръжия.

За съжаление сме виждали този личностен тип и преди: хора, които са дребни играчи на житейската сцена, но искат да оставят името си в историята. Тяхното високо мнение за себе си, съчетано с параноята им, ги води до крайности — но ако никой не ги слуша или бъдат отхвърлени, търсят начини да направят себе си или каузата си известни, точно като Брайвик.

Те стават големи играчи, може би дори на световната сцена, по най-бързия познат начин — чрез насилие. Дълго преди Брайвик да шокира Норвегия, един друг много упорит, непреклонен и труден индивид с всички белези на параноя и нарцисизъм, които описахме, си

създал име. Първо се опитал да направи това през април 1963 г., като се опитал да убие генерал-майор Едуин Уокър — човекът, който се съревновавал с Джон Конъли за губернатор на Тексас предходната година, докато Уокър четял в дома си в Далас. Опитът се провалил (той само леко ранил Уокър), но следващата възможност щяла да се увенчае с успех. Това вече щяла да е висшата лига, в която винаги е искал да бъде, както неведнъж бил казвал на съпругата си.<sup>[4]</sup> Следващата му цел, за щастие, щяла (според публикувания в местните вестници маршрут) да премине покрай работното му място на 22 ноември 1963 г. в открита лимузина. Коя била целта му? Джон Ф. Кенеди, президентът на Съединените щати. А как се казвал? Лий Харви Осуалд — човек, който притежавал всички черти на параноидната личност, както и тези на нарцистичната, при това в изобилие.

За повечето от нас опасността от комбинацията между нарцистична и параноидна личност е особено сериозна, когато този човек се самоизолира. Многократно сме виждали, че когато тези индивиди се самоизолират, не остава външен коректив, който да смекчи странните им идеи. В изолация те могат да се фиксират върху конкретно нещо или върху раните, които смятат, че са им нанесени, киснейки се в маринатата на своите страсти, омраза и страхове. За нещастие траекторията им обикновено е една и съща: насилие срещу хората, чийто живот обезценяват или от които се страхуват.<sup>[5]</sup>

Например, когато кандидатурата на Тимъти Маквей за зелена барета била отхвърлена и бил уволнен от армията на САЩ, той взел решение да се самоизолира в Аризона, за да може да фокусира омразата си върху федералното правителство. По време на тази изолация той планирал поставянето на взрив във федералната сграда „Алфред П. Мъра“ в Оклахома. Десетилетия по-рано Тиодор Качински („Юнабомбър“), нарцистичен и параноиден като Маквей, по подобен начин се оттеглил в отдалечена хижа в Монтана, където допълнително рафинирал омразата си към технологиите и където можел да изработи бомбите си, които в крайна сметка убили трима души и ранили 23.<sup>[6]</sup>

## **„ВНИМАВАЙ В КАРТИНКАТА, ДОКАТО ПРАВЯ КАКВОТО СИ ИСКАМ“: НАРЦИСИСТ + ХИЩНИК**

През 2003 г. Държавният департамент на САЩ ме помоли да помогна на правителството на Колумбия да създаде своя първи отдел за криминално профилиране. Беше чест да подпомогна това начинание и днес *Unidad Especial de Comportamiento Criminal de Colombia* продължава да е много активен в разрешаването на най-бруталните криминални случаи в страната. Един от първите случаи, които ме помолиха да анализирам, беше този на Луис Алфредо Гаравито Кубийос, известен като Колумбийския касапин. Повечето американци никога не са чували за Гаравито Кубийос, но той е най-масовият убиец в това полукълбо и е убил над 240 деца за период от 7 години (бяха намерени тленните останки на 140 — той не си спомняше къде е заровил останалите).

Когато седнахме да анализираме случая, нещо в начина, по който изглеждаше той на една конкретна снимка, привлече вниманието ми. Моят колега от колумбийското правителство Луис Алфонсо Фореро-Пара, изключителен полицаи и психолог, който сега ръководи Колумбийския отдел за криминално профилиране, забеляза, че се спрях на тази снимка. „Виждаш ли изражението на нарцистично ликуване, изписано на лицето му? — попитах го. — Тъкмо са го арестували, а като че ли се наслаждава на вниманието, което медиите му оказват.“

„Интересно е, че казваш това — отговори д-р Фореро-Пара. — Докато го водеха към затвора, той попита: «Как изглежда косата ми?».“ Понякога хищниците са осезаемо нарцистични. Това беше един от тези случаи.

Наистина, често виждаме някои от чертите на хищника в комбинация с тези на нарцисиста. Бърнард Мейдоф, организатор и архитект на най-голямата финансова измама в историята на САЩ, който се възползвал дори от собственото си семейство и приятели, явно притежава много от чертите на нарцисиста, чието поведение говори: „Мога да направя всичко, с всички средства, без задръжки“, и на хищника, чието поведение говори: „Ще се възползвам от когото мога, когато мога, без угризения“. Грандиозният мащаб на плана, дързостта на прилагането му, безразличието и готовността да навреди на другите — всичко това говори много за тази многопластова опасна личност.<sup>[7]</sup>



Според много експерти точно този агресивен нарцисизъм е в сърцевината на социалното хищничество — с други думи, за да можете да се отнасяте като безмилостен хищник към другите, трябва да можете да надценявате себе си и да подценявате тях.<sup>[8]</sup> В това има логика. За да бъде Тед Бънди, човек трябва да е с огромно чувство за величие и отявлена способност да подценява другите, без никакви угризения на съвестта. Затова когато видим хищник с преобладаващи нарцистични черти можем да кажем, че си имаме работа с изключително опасен индивид — тема, която ще обсъдим по-подробно в Глава 6 — как да се защитим от опасните личности.

Подобно на Тед Бънди, Чарлс Менсън също отговарял на критериите за нарцисист и хищник. От ранна възраст Менсън бил дребен престъпник, обирджия, крадец, сексуален хищник и лъжец, който обичал да манипулира другите.<sup>[9]</sup> Той смятал себе си за даровит музикант (каквото не бил) и водач на култ, но истинската му дарба била да упражнява богоподобен контрол (нарцисизъм) над другите, възползвайки се от тях и принуждавайки ги да извършват престъпления заради него (хищник).<sup>[10]</sup> Той бил признат за виновен в заговор за убийствата на Шарън Тейт и Лено и Розмари Ла Бианка заедно с техните придружители, които били извършени по негови инструкции от членове на сектата му. За щастие, 40 години по-късно той си остава зад решетките — доказателство колко е опасен. Ако някога поставите под въпрос опасността, която представлява нарцистичният хищник, прочетете „Helter Skelter“ от Винсънт Булиози или „Manson“ от Джеф Гуин; тогава ще разберете.

---

[1] Радзински, Едвард. „Сталин“. Robins and Post. „Political Paranoia“. ↑

[2] Радзински, Едвард. „Сталин“. ↑

[3] Navarro. „Lessons From the Oslo Terrorist Attack“. ↑

[4] Bugliosi. „Reclaiming History“, pp. 513–570. ↑

[5] Navarro. „Hunting Terrorists“. ↑

[6] Ibid. ↑

[7] Madoff, Mack. „End of Normal“. ↑

[8] Kernberg. „Borderline Conditions and Pathological Narcissism“, pp. 18, 228. Meloy. „Mark of Cain“, pp. 315–318. ↑

[9] Bugliosi. „Helter Skelter“. Sanders. „Family“. ↑

[10] Guinn. „Manson“. ↑

## КОМБИНАЦИЯ ОТ ТРИ ИЛИ ПОВЕЧЕ ОПАСНИ ЛИЧНОСТНИ ТИПА

Сега нека да се обърнем към индивидите, съчетаващи три или повече типа. Когато анализирам поведението на Джим Джоунс, водачът на култ от Джоунстаун, Гаяна, откривам, че той определено е имал нарцистични черти. Нуждата му да бъде почитан като божество определено е нарцистична. Но той също така притежавал и параноидни черти, както и елементи на хищник. Нуждата му от изолация и страхът му от външни хора определено са параноидни. Преувеличените представи за броя на враговете му са плод на нарцистичното му себевъзвеличаване.<sup>[1]</sup> Възползването от чуждите пари и извънредно жестоките наказания, които налагал, са поведение на хищник. В крайна сметка към тези наказания се добавило и изпиването на безалкохолна напитка с цианид, която убила над 900 от последователите му — свидетелство колко ужасяващо опасен (нарцистичен + параноичен + хищник) е бил той в действителност.<sup>[2]</sup>

За съжаление не е толкова необичайно да се идентифицира човек, съчетаващ множество опасни личностни типове, особено когато се изучават водачите на групировки, обединени от омразата, или пък различните секти. Дейвид Кореш, водачът на „Клонка Давидова“ в много отношения си приличал с Джим Джоунс — нарцистичен и параноичен, с черти и на хищник. Но такъв е и полигамният водач на култ Уорън Джефс. До арестуването му, сектата на Джефс представлявала нещо като частен развъдник, който му позволявал да прави секс с малолетни момичета със съдействието на покорните им майки. Той отговаря на критериите за основните черти на нарцисиста, тъй като вярвал, че Бог го е призовал да върши тези неща и че „земните“ закони не се отнасят до него; освен това не изпитвал угризения за презрените си действия — точно като хищник. И накрая, гонел всички външни хора, както и всеки, който си съперничел или изразявал несъгласие с него (параноя).<sup>[3]</sup> Той е типичен представител на индивидите, които притежават и трите опасни личностни типа

(нарцисист + хищник + параноик) — себичен, манипулативен, насилник и страхливец.

Може би дискусията за тази личностна триада няма да бъде пълна, ако не споменем основателя на „Ал Кайда“ — Осама бин Ладен, чийто екстремнен нарцисизъм и жестока параноя, подправени с черти на хищник, доведоха до терористичните атаки срещу САЩ на 11 септември.<sup>[4]</sup> Трудно е да се пренебрегне глобалното икономическо, социално и политическо въздействие, които този единствен индивид упражни за забележително кратко време (въпреки че подобно на много от най-опасните хищници той планирал кампанията си от 11 септември с години, неотклонно и целеустремено). Терористи, притежаващи такова ниво на грандомания, извършват малко на брой терористични атаки, но тези, които успяват да осъществят, са изключително мащабни — т.е. събития, които смятат за достойни за себе си.<sup>[5]</sup> Ако са харизматични и интелигентни, те могат да съставят сложни планове и да съберат други опасни личности, които да свършат работата според конкретните си умения: свирепи хищници, които се вълнуват от убийства, или параноидни личности, чийто страх и омраза ги правят послушни и податливи на призива да станат атентатори самоубийци.

---

[1] Kantor. „Understanding Paranoia“, pp. 4–89. ↑

[2] Kilduff and Javers. „Suicide Cult“. ↑

[3] Bentley and Durante. „Polygamist Paedophile Warren Jeffs in a Coma“. ↑

[4] Navarro, „Hunting Terrorists“, pp. 39, 5, 63. ↑

[5] Indd., pp. 38–41. ↑

## ПЪЛНИЯТ НАБОР: ЧЕТИРИ ОПАСНИ ЛИЧНОСТНИ ТИПА

Възможно е да срещнете някого, който притежава в различна степен основните характеристики на всичките четири опасни личностни типа. Както вероятно можете да си представите, това би бил силно разрушителен, нестабилен човек. Стресът и други фактори могат да го подтикнат към по-екстремния и опасен край на спектъра на всяка от четирите патологии. Хитлер определено е демонстрирал много от чертите на хищника, нарцисиста, параноика и на силно емоционално нестабилната личност, когато обстоятелствата се обърнали срещу него през Втората световна война и краят на живота му наближавал.<sup>[1]</sup>

Може да смятате, че е рядкост да откриете някого, който съчетава всичките четири типа, но ще се изумите колко много хора са такива. Понякога те нанасят вреди в квартала, в офиса или в близкия град и ние така и не чуваме за това. Или пък ако чуем, след като са породили хаос от типичния за тях вид, рядко някой прави психологическа дисекция и заключава: „Еди-кой си извърши тези неща, защото представлява комбинация от тези и тези личностни типове“. Това не е добре, защото, докато ние рутинно извършваме аутопсии, за да установим начина и причината за смъртта, на тези случаи рядко им се прави психологическа дисекция, която може да ни образува за истинските опасности, които дебнат навън.

Ако някой твърди, че е малко вероятно една личност да съчетава силно изразени черти от всичките четири личностни типа, спомнете си угандийския диктатор Иди Амин. Той притежавал в различна степен всички отявлени черти, които описахме дотук. Дали винаги е бил такъв?<sup>[2]</sup> Не знам. И още веднъж, има ли значение, ако е станал такъв накрая? Десетките хиляди угандийци, които е измъчвал или избил, както и оцелелите членове на семействата им също не ги интересува. Единственото, което има значение, е, че в някакъв момент нещо е прищракало и тези поведенчески черти са се превърнали в самата

същност на личността му, а пораженията, които е нанесъл, са ужасяващи.

Но не е нужно тези индивиди да избият или да ранят стотици или хиляди хора, за да са опасни. Този тип личност може да живее в квартала ви, съвсем близо до вас. В дневника си Сюзън Пауъл, съпруга и майка от Юта, описала в детайли някои от нещата, които съпругът ѝ Джош Пауъл вършел и които я тревожели. През 2008 г. тя дори отбелязала, че ако умре, това няма да е случайност. Тя чувствала, че е в опасност, но действала твърде бавно, защото се страхувала, че съпругът ѝ ще ѝ вземе децата.<sup>[3]</sup> Тя била наблюдателна, но се колебаела и не желала да види ясно опасността, защото не разполагала с помощ, за да се убеди напълно в наблюденията си. Надявала се вярата ѝ и църквата да поправят нещата.<sup>[4]</sup> Религиозната ѝ надежда не я спасила и не би могла да го стори, нито пък ще спаси вас от някоя опасна личност.

Накрая Сюзън Пауъл изчезнала мистериозно през 2009 г. Тя, както сама предсказала, е считана за мъртва. Веднага започнало разследване срещу съпруга ѝ Джош, при това с основание, тъй като предимно съпрузите нараняват съпругите си. Когато разследването станало по-интензивно и се съсредоточило върху него, Джош се преселил другаде.<sup>[5]</sup> Накрая, през 2012 г., когато в дома му дошли социални работници, Джош убил децата си с брадва, а после и себе си, като подпалил къщата.<sup>[6]</sup>

От думите на свидетелите и от написаното от Сюзън Пауъл в дневника ѝ става ясно, че Джош е притежавал черти едновременно на параноик и на емоционално нестабилна личност, както и на хищник и нарцисист. Тя не можела да направи нищо без негово разрешение; той избухвал, когато му скимнело, без да го е грижа за жестокостта, която проявявал към нея, държал ѝ сметка и я разпитвал с кого е разговаряла. Нещата били толкова зле, че тя трябвало да се обажда на роднините и приятелите си от работа, за да не разбере той.

За съжаление никой не казал на Сюзън, че е омъжена за човек с такива опасни личностни черти. Доколкото мога да предполагам, тя не е получила почти никаква информация за опасните личности и какво може да се очаква от тях. И все пак някак си е разбрала, че си има работа с опасна личност, тъй като започнала да пише за това в дневника си, предусещайки, че животът ѝ е в опасност.

Местонахождението на Сюзън Пауъл си остава неизвестно. Най-вероятно е била убита от ръката на съпруга си. Сюзън правилно предполагала колко опасен е съпругът ѝ, съдейки по поведението му; тя просто нямала надеждно потвърждение и авторитет, който да ѝ каже да бяга, да се махне надалеч, да потърси помощ, *веднага*. Но вие имате.

---

[1] Robins and Post. „Political Paranoia“. Langer. „Mind of Adolf Hitler“. ↑

[2] Kyemba. „State of Blood“. Avirgan& Honey, 1982. ↑

[3] Moses. „Desperately Seeking Susan Powell“. ↑

[4] Associated Press. „Susan Powell’s Diary Foreshadows Family Tragedy“. ↑

[5] Mcfarland. „Josh Powell’s Lasting Identity: Murderer“. ↑

[6] Baker and Johnson. „Josh Powell Dead“. ↑

## КОГАТО ОПАСНИТЕ ЛИЧНОСТИ ОБЕДИНЯТ СИЛТЕ СИ

Да сте се питали някога защо на затворниците, когато ги освободят, им е забранено да се свързват с други осъдени престъпници? Защото опитът ни е научил, че когато едни опасни личности се свържат с други като тях, рискът за обществото (и за тях самите) нараства. Ето няколко исторически примера какво се случва, когато опасните личности се сдушат помежду си:

- Франк и Джеси Джеймс били прословути влакови и банкови обирджии през 60-те години на XIX в., които щедро постлали пътя към позорната си слава с убийства.

- Подобно на братята Джеймс, Робърт Ли Рой Паркър (Бъч Касиди) и Хари Алонсо Лонгабоу (Сънданс Кид) заедно с бандата „Уайлд Бънч“ се подвизавали като обирджии на влакове и убийци в края на XIX и началото на XX в.

- Бони Паркър и Клайд Бароу (Бони и Клайд) били банкови обирджии и убийци, които съвсем не били толкова добросърдечни, колкото ги представят по филмите.

- Чарлс Менсън и неговата колекция от подлизурковци, която наричал свое „семейство“ извършвали обири и убивали без колебание или угризения.

- Анджело Буоно-младши и Кенет Бианки (Удушвачите от хълма) били двама братовчеди, които изнасилвали, измъчвали и убивали жени и момичета от 12 до 28-годишна възраст в края на 70-те години на миналия век в Калифорния.

- През 80-те в Уилсвил, Калифорния, Чарлс Нъг и Ленард Лей убили садистично между 11 и 25 жертви, включително две бебета. Те записали на видео някои от деянията си в стаята за мъчения, която построили.

- В началото на 80-те години на миналия век в течение на 7 години Хенри Лий Лукас и Отис Тул убили заедно може би над 100 души из целите Съединени щати. Тул признал, че през 1981 г. е убил 6-годишния Адам Уолш с мачете. Бащата на Адам, Джон Уолш, станал



водещ на популярното телевизионно шоу за разкриване на престъпления — „Най-издирваният в Америка“ (*America's Most Wanted*), а случаят с Адам Уолш насочил общественото внимание към рисковете, свързани с опасните личности и подпомогнал приемането в САЩ през 2006 г. на Акта „Адам Уолш“ за защита и безопасност на децата, който довел до създаването на Национален регистър за извършителите на сексуални престъпления заедно с други законови мерки да се защитят децата от хищнически личности.<sup>[1]</sup>

► Ерик Харис и Дилън Клеболд убили 12 ученици и учител и ранили още 23, преди да се самоубият в гимназията „Кълъмбайн“.<sup>[2]</sup>

► През 2002 г. на територията на щатите Вашингтон, Вирджиния и Мериленд Джон Мухамад и Лий Бойд Малво убили 13 души, стреляйки произволно по тях със снайпер, докато се криели в багажника на колата си.

И това са само няколко от случаите. Достатъчно лошо е, когато тези личности действат сами, но когато се съберат заедно, ни поставят в сериозна опасност, тъй като са склонни да си помагат взаимно, за да нанасят още вреди. В случая с Мухамад и Малво те взаимно катализирали 3-седмичната си убийствена лудост, която хвърлила в ужас една от най-добре защитените столици в света — Вашингтон, окръг Колумбия, и за известно време изглеждало сякаш няма какво да ги спре.

---

[1] Msnbc.com News Services, „Police: 1981 Killing of Adam Walsh Solved“. Adam Walsh. „Child Protection and Safety Act of 2006“. ↑

[2] Brooks. „Columbine Killers“. ↑

## ДА СГЛОБИМ ВСИЧКО ДОТУК

Надявам се, че тази глава ви е помогнала да разберете как да използвате референтните списъци в комбинация, за да прецените тези, чието поведение ви озадачава или кара вас или други хора да страдат — независимо дали чувате за това по новините или го изпитвате в живота си.

В обобщение: когато някой притежава чертите на повече от един тип опасна личност, тези комбинирани характеристики се подсилват помежду си, като правят тази личност много по-сложна, по-нестабилна и потенциално по-опасна. Колкото повече точки събират тези индивиди според референтните списъци, толкова по-голяма е тяхната сложност, нестабилност и опасността, която представляват. Дори и някой да събере малко точки от списъка, все пак става въпрос за човек, който ще ви дразни, ядосва, отчайва, плаши или ще отнема силите ви по друг начин — накратко, това е личност, която бихте искали да избегнете, ако цените своето психическо, умствено, емоционално, физическо или финансово благосъстояние.

Докато референтните списъци не могат да предвидят с точност какво би могъл да направи някой, те ви дават представа за траекторията на поведението на дадения човек. Ничие поведение не може да бъде предвидено — всички ние сме твърде сложни за тази цел. Но помнете — най-добрият начин да се предскаже бъдещото поведение е да се вземе предвид миналото. И тъй като опасните личности имат дефекти в характера, както и в личността си, най-вероятно те няма да предприемат стъпки за самоусъвършенстването си. Затова траекторията на поведението им е вероятно да си остане същата или да се влоши в зависимост от обстоятелствата.

Ако референтните списъци не са ви подръка и трябва да прецените някого бързо, задайте си следните пет въпроса:

- Този човек оказва ли ми негативно влияние в емоционално отношение?

- Върши ли неща, които са незаконни, хаотични, неетични или противоречат на обществените норми?

► Върши ли неща, които имат експлоататорски или манипулативен характер?

► Върши ли опасни неща?

► Действа ли импулсивно и безконтролно или пък показва нежелание да отложи удовлетворението си?

На колкото повече от тези въпроси отговорите положително, толкова по-вероятно е да си имате работа с човек, който съчетава характеристики на повече от един вид опасна личност. В такъв случай референтните списъци ще ви помогнат да определите с точност специфичния личностен тип, с когото си имате работа, както и къде попада този човек в спектъра според тежестта на симптомите.

Още един полезен съвет: обърнете се към секциите „Думи, които описват...“ в глави от 1 до 4 и оградете думите, които чувствате, че съответстват точно на тази личност. Дори само думите са помогнали на много хора да потвърдят, че това, което преживяват, е подобно на преживяното от други жертви.

В своя основополагащ труд „Архипелаг ГУЛАГ“ Александър Солженицин, който хвърля толкова много светлина върху страховитото насилие, упражнявано от съветската империя и ръководителите ѝ, предупреждава, че понякога настъпва момент, в който човешкото същество преминава границата на това, което той нарича „зло“.<sup>[1]</sup> Имало е време, когато Тед Бънди не се е интересувал от убийства на колежани, но в някакъв момент е преминал тази граница и никога не се върнал назад. Мнозина може да се запитат как или защо се е случило това. Някои могат да си спомнят времето, когато този човек не е бил такъв. Това са разбираеми поводи за любопитство, но вие и аз живеем в настоящето и всичко, което има значение, е каква е тази личност сега и дали тя представлява опасност за вас и любимите ви хора. Това е всичко, което ме интересува, и това е целта, с която съм написал тази книга.

---

[1] Солженицин, Александър. „Архипелаг ГУЛАГ“. ↑

## **ГЛАВА 6**

# **КАК ДА СЕ ЗАЩИТИМ ОТ ОПАСНИТЕ ЛИЧНОСТИ**

Може би сте чували историята за това как се вари жаба. Ако я пуснете във вряща вода, тя ще изскочи. Но ако я сложите във вода с телесна температура и бавно започнете да я загрявате, жабата дори няма да разбере, че бавно се сварява до смърт.

Когато във ФБР сме разговаряли с хора, пострадали от опасна личност, съм чувал безброй версии на този рефрен: „Докато осъзная какво се случва, вече беше твърде късно“.

Нашата способност да се адаптираме е мощен механизъм за оцеляване. Но в случая с опасните личности може да се сварим до смърт, преди да осъзнаем, че сме нахиснати в гореща вода.

За щастие, ние сме много по-интелигентни от въпросните жаби. Можем да се научим да сме нащрек за хората, които могат да ни наранят, и да предприемем стъпки да се защитим. И все пак, за да бъда искрен, докато не започнах да посещавам полицейската академия в Юта и академията на ФБР, наистина не бях наясно как се държат престъпниците. Телевизията ми беше дала ограничена информация, но тя определено не разглеждаше всичките четири опасни личностни типа, които изследвахме в тези глави, или пък как се държат тези личности.

Написах тази книга, за да споделя това, което съм научил от опит в продължение на десетилетия наред тренировки и обучения, както и от разговорите с жертвите. Искан да го споделя с вас, защото знам, че вие няма да бъдете обучавани по същия начин като мен, нито пък ще имате непрекъснато до себе си полицаи или психолог, който да ви помага. Никой от нас няма.

В САЩ има хиляди горещи телефонни линии за предотвратяване на самоубийства и много центрове за жертви на домашно насилие. Но няма център, на който да можете да се обадите, ако подозирате, че

някой е опасна личност. Точно както зависи от нас да се огледаме, преди да пресечем улицата, така зависи от нас като индивиди, като родители или като мениджъри да бъдем бдителни, да сме наясно със ситуацията, да внимаваме за заплахи и опасности, да предприемаме адекватни действия, за да спрем опасните хора да навлязат в живота ни и да се справяме с тях, ако го направят. Не ми се иска да се окажете в положението на онази жаба, която си мисли, че всичко е наред и не осъзнава, че температурата се вдига с по градус на всеки час.

Тази книга е само част от уравнението. Има и други чудесни книги, включително класиката на Дж. Рийд Милой „Риск от насилие и оценка на заплахата“ (*Violence Risk and Threat Assessment*), „Фатални недостатъци“ (*Fatal Flaws*) на д-р Стюарт Юдофски, „Същността на престъпника“ (*The Criminal Personality*) на Самюъл Йочълсън и Стантън Е. Саменю, „Без съзнание: Обезпокояващият свят на психопатите сред нас“ (*Without Conscience: The Disturbing World of the Psychopaths Among Us*) на Робърт Хеър и „Дарбата да се страхуваш“ (*The Gift of Fear*) на Гавин де Бекър; както и много други. Много хора могат да ви помогнат и се надявам, че ще се обърнете към раздела „Избрани ресурси“, който следва, за да видите някои от различните организации, които са способни и готови да ви съдействат. Колкото повече знаете и колкото по-усърдно търсите помощ, толкова по-добре подготвени ще бъдете.

Това, което следва, са моите лични прозрения, основаващи се на десетилетния ми опит в полицията и в криминалното профилиране. Моля, вземете предвид тези идеи, като не забравяте, че моята перспектива е тази на бивш полицай и криминален профайлър — тя не е същата като на специалист по психично здраве. Вие сте достатъчно мъдри, за да вземете предвид и това, което имат да кажат психолозите. Това е моят принос към литературата и моето мнение; то не е и не може да бъде последна дума по въпроса.

## НА ПЪРВО МЯСТО: ПРИДЪРЖАЙТЕ СЕ КЪМ РЕАЛНОСТТА

Когато хората си имат работа с опасна личност, обичайните добронамерени съвети, които чуват, обикновено са някаква версия на: „Опитай се да говориш с него; опитай се да получиш помощ; опитайте се да разрешите проблема заедно; дай му още един шанс“. Никол Браун Симпсън, бившата съпруга на О Джей Симпсън, направила всичко това. Тя е мъртва. Мисля, че това е добър съвет, когато се занимавате с обичайните междуличностни проблеми. Но когато става дума за четирите типа опасни личности в тази книга, нещата са малко по-различни.

Първо, както отбелязах в предишните глави, тези личности обикновено не смятат, че нещо не им е наред. Така че вашите опити да ги просветлите за този факт обикновено се сблъскват със следната реакция: „Аз нямам проблем; ти си проблемът.“ или „Ти нямаш представа за какво говориш“, или „Кой ти каза, че имам проблем? Добре съм си.“, или „С кого си говорил/а? Какво си му/й казал/а?“. Има и други видове реакции, тези са някои от по-безобидните.

Не казвам, че не трябва да се опитвате да говорите с тях. Може би те се намират в долната част на спектъра и ще пожелаят да потърсят помощ, без да се нахвърлят върху вас. Но не се изненадвайте, ако ви кажат, че ще потърсят помощ, но не го направят, или пък ако отидат при специалист веднъж и никога не повторят. Казвам това, защото съм говорил с много хора, които са ми казвали, че се е случило точно така.

Помнете, че тези индивиди имат дефекти в характера и личността си, така че нарцисистите могат да избухнат гневно срещу вас, защото смятат себе си за перфектни, а вие намекувате обратното. Емоционално нестабилните ще избухнат, защото такава е природата им. Хищникът определено не вижда нищо нередно в себе си и може да стане агресивен дори само при намек да потърси помощ, докато параноидната личност може да ви приеме за заклет „враг“ и да стане дори още по-недоверчива към вас. Затова казвам, че отправянето на предложение да се потърси помощ от специалист по психично здраве е

добър подход при повечето хора с проблеми, но с опасните личности наистина трябва да внимавате, защото това е много рисковано действие.

Например ако решите да се конфронтирате с тях и да им намекнете да се срещнат с професионалист, знайте, че това трябва да се направи деликатно и да се минимализира вероятността за обида, и бъдете наясно, че може да има сериозни последици. Според мен си струва да опитате само ако смятате, че можете да го направите по безопасен начин и само ако сте наясно със ситуацията, в която се намирате. Не позволявайте на някого да ви убеждава от своята безопасна позиция да го направите — накрая вие може да се окажете този, който е отнесъл юмрук в лицето — и ще трябва да живеете в истински ад цял месец след това.

Има професионалисти, които са се специализирали в работата с личностни разстройства и криминално поведение. Винаги помнете, че да се помага на хора е едновременно изкуство и наука, които е най-добре да се оставят на специалистите, но има хора, които дори и те не могат да „поправят“. На опасните личности, както вече споменах, им липсва способност да се вглеждат в себе си и мотивация, за да подобрят поведението си, така че това ще бъде трудна битка, която трябва да се води от професионалисти — специалисти по психично здраве, а не от вас и от мен — но дори и в такъв случай няма гаранции за успех, тъй като тези опасни личности са на практика имунизирани или резистентни към промяната.

Бъдете особено внимателни с личности, които от дразнеци и неприятни са преминали границата към по-опасния, нестабилен или криминален край на спектъра. Хора като Тед Бънди, Хенри Лий Лукас, Джон Уейн Гейси или Джери Сандъски не се редят на опашка пред местната психиатрична клиника с желание да се преборят с демоните си. Не го правят, защото не смятат, че имат такива, въпреки че убиват и изнасилват. Що се отнася до осигуряване на помощ, играта е съвсем различна. Веднъж щом са навлезли в криминалната територия или са станали ирационални и нестабилни, време е да се дистанцирате, да се махнете оттам и да се спасявате. Звучи жестоко, но това е най-добрият съвет, който мога да ви дам благодарение на опита, който съм събирал цял живот.

## **НЕЩА, КОИТО МОЖЕМ ДА ПРАВИМ ВСЕКИ ДЕН**

През годините съм говорил с експерти за това какво можем да правим всеки ден, за да се защитим. Това е един от най-важните въпроси, които можем да зададем.

Списъкът отдолу не включва всичко, а има и много книги, които навлизат в по-големи подробности относно това как да се справяме с токсични или опасни личности. Въпреки това се надявам да получите някаква представа как да действате и че тези тактики ще са ви от помощ, така както са помагали на други хора в подобна ситуация да съхранят безопасността си.

### **НАТРУПАЙТЕ ЗНАНИЯ**

Луи Пастър, френският химик и микробиолог, който освен други неща е открил и пастъризацията, заявил убедено: „Късметът се усмихва само на онзи, чийто ум е готов за него“. Бил е прав. Вие вече сте прочели предходните глави и сте запознати с четирите типа опасни личности, както и със съответните им референтни списъци. (И често съм чувал хората да казват: „О, познавам човек, който е точно такъв!“) Сега, след като сте развили усет към личностните черти на тези опасни личности, вече сте по-добре подготвени да се справите с тях и да подобрите шансовете си да съхраните безопасността си.

Тези референтни списъци бяха създадени не само за да ви помогнат да прецените онези индивиди в живота си, които ви притесняват; те бяха създадени и за да образуват. Могат да служат като напомняне за начина, по който тези индивиди манипулират, упражняват емоционален натиск, промъкват се в живота на хората против волята им, злоупотребяват с другите физически или психически, лъжат, мамят, крадат или се впускат в рисково поведение, което поражда хаос, или пък поставят другите в опасност или практически ги превръщат в жертви. Дори и никога да не препрочетете тази книга изцяло, поне периодично преглеждайте референтните



списъци за четирите типа опасни личности, за да си припомните кои са хората, които трябва да избягвате, както и причините за това.

## **НЕДЕЙТЕ ПРОСТО ДА ГЛЕДАТЕ — НАБЛЮДАВАЙТЕ**

Когато бях дете, през почивните дни ходехме на плаж в Маями. Там имаше много туристи от Европа и малките им дечица често се къпеха голи на плажа, както бяха свикнали. Често виждах наоколо един мъж, облечен небрежно, който правеше снимки. Мислех, че е професионален фотограф заради голямата му чанта с обективи и 35-милиметрови ленти. Той снимаше туристите с отявлен интерес, но често се приближаваше, за да снима децата им, докато си играеха с прибори или си правеха пясъчни замъци. Тогава не се усъмних в нищо; интересувах се повече от фотоапаратите му, които знаех, че родителите ми не могат да си позволят.

Това, което виждах на 11-годишна възраст, беше фотограф. Това, което не прозрях обаче, беше, че това е педофил в действие. Бях спял за случващото се, защото никой не ми беше казал за какво да внимавам; никой не беше насочил вниманието ми, че това е начинът, по който се държи един сексуален хищник или човек, който се занимава с детска порнография. Едва години по-късно, докато изучавах сексуалните престъпления, осъзнах какво съм видял, но не съм го прозрял, защото умът ми не е бил подготвен.

След като се случи някое ужасяващо престъпление, често сме виждали репортерът да пита някой от съседите на обвиняемия: „Какъв човек е той?“ — само за да чуе някакъв вариант на: „Беше добър човек“. Преди близо 40 години, когато следователите изравяха 26-то поредно тяло изпод къщата на Джон Уейн Гейси в Илинойс, неговият съсед, точно както се очакваше, каза на репортерите какъв „страхотен човек“ е той.<sup>[1]</sup> Нищо не се е променило. Хората виждат, но не наблюдават. Всъщност, нещата може би се влошават. Следващия път, когато се озовете на обществено място, огледайте се наоколо: днес хората са забили поглед в екраните на смартфоните си — често до такава степен, че се блъскат в околните, а ушите им са запушени със слушалки или хендсфри устройства. Трудно е да забележите или да чуете някой, който ви дебне, докато вървите към колата си, ако очите

ви са забити в екрана, водите разговор или сте усилили музиката. Но забележете колко много хора постъпват точно така. А хищниците, обикалящи наоколо, знаят това.

Нека тази книга и референтните списъци ви служат като неофициално обучение, което да ви подготви да наблюдавате. Способността ви да наблюдавате може да помогне много, за да съхраните своята безопасност, както и безопасността на любимите ви хора. Както е казал прочутият френски криминолог и специалист по биометрия от XIX в. Алфонс Бертйон: „Човек вижда само онова, което наблюдава, а наблюдава само онова, което е в съзнанието му“.

### **ДОВЕРЕТЕ СЕ НА УСЕЩАНИЯТА СИ: КАК ТОЗИ ЧОВЕК ВИ КАРА ДА СЕ ЧУВСТВАТЕ?**

В Глава 4 описах как револвера би трябвало да ме успокои, докато тялото ми трепереше, разпознало присъствието на социален хищник. Ние притежаваме вътрешна алармена система, която ни казва кога сме в опасност, стига само да се вслушаме в нея. Бъдете нащрек как околните ви карат да се чувствате — това е ключов фактор, често пропускаш дори и от експертите. Вслушвайте се във физическите си реакции към хората и ситуацияите: дали ви се свива стомахът, дали настръхвате, дали кожата ви пламва, дали ви прилошава, изпитвате ли тревога или просто неясно безпокойство. Бъдете благодарни за тези усещания, защото те са послания на ума към тялото ни: „Внимавай — този човек може да е опасна личност“. Бъдете благодарни за „дара на страха“, който Гавин де Бекър описа така красноречиво в едноименната си книга, която всички би трябвало да прочетем.

### **ПРАВЕТЕ РАЗЛИКА МЕЖДУ ТОВА НЯКОЙ ДА СЕ ДЪРЖИ МИЛО И ДА Е НАИСТИНА ДОБЪР**

Серийният убиец Тед Бънди предлагал помощта си на млади жени, за да пренесе покупките им. Сексуалният хищник и сериен убиец Джон Уейн Гейси първоначално се правел на клоун пред

съседските деца. Осъденият педофил Джери Сандъски ръководел спортни програми за младежи с проблеми. Те всички можели да се държат мило (тези индивиди обикновено добре умеят това), но насаме съвсем не били мили и добри — били vyplъщение на злото.

Един от проблемите в обществото е, че сме склонни да приписваме доброта на хора, които не го заслужават. Както споменах в предишните глави, опасните личности знаят как да бъдат мили, но не са добри.

Когато бях много малък, майка ми ме научи на испанската версия на следната мъдрост: *Ventajeros no son buenos*. „Тези, които вършат добро за собствена изгода или печалба [опортюнистите], не са добри хора“. Години по-късно оцених и варианта на Гавин де Бекър: „Това, че някой е мил, не означава, че е добър“.<sup>[2]</sup> Трябва да различаваме двете неща и да научим децата си на този ценен урок.

Милото поведение идва и си отива и може да бъде проявявано поради себични подбуди. Добротата идва от сърцето и е част от същностната природа на човека. Това е способността постоянно да се мисли и да се полагат грижи за нуждите на някой друг, както добрият родител постъпва с детето си. Понякога и добрите хора може да имат лош ден, но се връщат към основното си поведение на доброта в мислите, думите и делата си. Милото държание е нещо, което всеки може да демонстрира. Добротата е свързана с характера и намеренията. Когато преценяваме доброта у хората, ние преценяваме намеренията, които стоят зад поведението. Научете децата си на разликата.

## КОНТРОЛИРАЙТЕ ПРОСТРАНСТВОТО И ДИСТАНЦИЯТА

Използвайте дистанцията като бариера, за да съхраните собствената си безопасност, както и безопасността на любимите си хора. Стени, огради, порти, врати, прозорците на колата, родителски контрол на компютъра — те всички са налице, за да ви опазят. Понякога ние самите трябва да създадем такава дистанция или бариера. Не е нужно някой да се приближава твърде много до вас при банкомата или да ви следва до колата ви. Не е нужно интимният ви партньор да спори с вас на разстояние 10 см от лицето ви.

Пространството и дистанцията, както и бариерите, могат да помогнат за вашата безопасност. Помнете — хищниците се опитват да контролират вашето пространство, тяло, ум, пари или емоции. Пространството и разстоянието могат да им попречат да направят това.

## **КОНТРОЛИРАЙТЕ ВРЕМЕТО — ЗАБАВЕТЕ НЕЩАТА**

Опасните личности използват времето, за да се възползват от вас. Те създават спешни ситуации или искат от вас да действате бързо, за да ви въвлекат в нещо — например да сключите брак, да ги наемете, да подпишете договора, да напишете чека, да ги пуснете през вратата или да възприемете вярванията им. Това е ключ: ако някой използва времето, за да ви притисне, ако смятате, че ви пришпорва, значи нещо не е наред. Когато хората наистина ги е грижа, те не искат от вас да бързате.

Опасните личности могат също така да използват времето, за да ви изтощят, прилагайки упорство, постоянни спорове или дори заплахи с нарастваща сериозност. Ако усетите, че някой се опитва да ви изтощи, дистанцирайте се или категорично прекратете общуването си с него. Това е ситуация, в която могат да ви помогнат съюзници, които ви съчувстват и могат да се съберат около вас, ако стане нужда (вж. „Осигурете си подкрепа“ по-нататък в настоящата глава).

## **ПРЕКЪСНЕТЕ ЕМОЦИОНАЛНИТЕ ОБВЪРЗАНОСТИ**

Ако се намирате край личност, която играе по емоционалните ви струни (или се опитва), значи нещо не е наред. Грижовните хора не правят това. Опасните личности са социални кукловоди: те знаят какво да кажат и да направят, за да ви ангажират емоционално. Може да заплашат да ви напуснат или да извършат самоубийство, или да ви кажат, че ще бъдат опустошени, ако не направите това или онова. Или може да се цупят, да плачат или да мрънкат като малки деца, опитвайки се да ви накарат да направите каквото искат. Просто спрете за момент и си припомнете: когато някой се опитва да си играе с емоциите ви, това е умишлено. Това е манипулация. Не ви е нужно да

прекарвате живота си, манипулирани от някого. Поемете контрола над живота си, дистанцирайки се от опасните личности, които действат като кукловоди. Осъзнайте какво правят, поставете граници и се отдалечете от онези, които не ви зачитат, играейки на емоционалните ви струни.

## **ПРЕЦЕНЕТЕ ДО КАКВА СТЕПЕН И КОЛКО ЧЕСТО**

Когато става дума за опасни личности, типовете поведение, които наблюдаваме, и начините, по които това поведение се проявява, често ни дават представа къде попадат тези хора в своя индивидуален спектър, както и доколко са опасни или дали са комбинация от опасни личностни типове (вж. Глава 5). Това означава, че не трябва да ни притеснява, ако някой проявява един или два типа поведение, които се хвърлят в очи, при това много рядко. В крайна сметка, както вече споменах, всеки може да има лош ден. Но ако поведенията, отбелязани в референтните списъци, се проявяват често, ако се утежняват с времето или ако ви засягат емоционално или физически, бъдете предпазливи. Помнете: когато става дума за опасни личности, толерантността от ваша страна се приема или като слабост, или като зелена светлина да продължат да действат по същия начин.

## **ЗНАЙТЕ, ЧЕ ВРЕМЕТО И МЯСТОТО ИМАТ ЗНАЧЕНИЕ**

Веднъж работих по един случай в Тампа, където млада жена беше открита изнасилена и удушена в храстите само на 3–4 метра от главен път. Анализът на начина ѝ на живот разкри следното: в някакъв момент през нощта, в която изчезнала, ѝ свършили цигарите (установихме, че всички кутии от цигари в апартамента ѝ са празни). Отишла до денонощен магазин на две пресечки от дома си, където си купила цигари и напуснала магазина около 23:10 ч — охранителната камера на магазина я заснела да прави покупката и да излиза сама. В някакъв момент след това, докато вървяла към вкъщи, тя била нападната (по ръцете ѝ имаше рани от самозащита), изнасилена (беше открита сперма върху и в тялото ѝ) и убита (гърлото ѝ беше стегнато).

Според продавача в денонощния магазин, който я е обслужил, тя много пъти е идвала в магазина, за да си купува цигари и други неща. Различно този път било времето на посещението ѝ — тя обикновено минавала през магазина около 17:30 ч, след работа, когато навън все още е светло и наблизко минават много хора и коли. Тази единствена разлика променила и положението ѝ: от работеща жена, която пазарува след работа — в жертва на убийство.

Можете да станете от слабо застрашени да пострадате силно застрашени само като промените времето на денонощието и местоположението си. Пикът на междуличностното насилие е между 20:00 ч и 2:00 ч. Когато се намесят алкохол и наркотици, потенциалът за насилие нараства. Тези факти са ни известни от 60-те години на XX век насам, и все пак хората изглежда са слепи за тях.

Това не означава, че не трябва да излизате след 20:00 ч, но означава, че трябва да сте по-внимателни. Най-обикновено действие в 11:00 ч сутринта може да стане смъртоносно в 23:00 ч през нощта.

## **СТАНЕТЕ НЕПРИВЛЕКАТЕЛНИ ЗА ОПАСНИТЕ ЛИЧНОСТИ**

Хищниците често избират жертвите си по походката им. Когато се разхождате наоколо, оглеждайте се, бъдете наблюдателни, гледайте хората директно, показвайте им, че ги виждате или дори, че ги запомняте. Вървете целенасочено и решително (движете ръцете си достатъчно), а не пасивно — хищниците обичат хората, които се движат пасивно и невнимателно. Вървете с лице към движението, нека то да не ви идва в гръб. Когато вървите към колата си, избягвайте да говорите по телефона и се опитайте да държите едната си ръка свободна. Ако вървите сами, избягвайте пътеките и не се движете твърде близо до улицата. В провинциални райони или местности с обилна растителност внимавайте за места, където може да се е скрил някой.

## **ПРОВЕРЯВАЙТЕ**

*Необходима бдителност* е термин, използван в бизнеса, който означава проверка дали хората наистина са тези, за които се представят, или дали имат някакви провинения. Независимо дали наричаме това необходима бдителност, проверка, убеждаване, че някой заслужава доверие и че е честен човек, трябва да действаме точно по този начин с хората, които срещаме в живота си. Изумително е колко много хора водят някого у дома, оставят на непознат да гледа детето им или позволяват на някого да се разпорежда с финансите им, без да го проверят за препоръки. Хората сключват брак само за да открият покъсно, че съпругът/ съпругата все още е женен за някой друг, че е издирван престъпник, или (както видяхме от историята с „Кларк Рокфелер“ в Глава 1), е пълен мошеник.

Хората трябва да отделят повече време за опознаване на човека, с когото се срещат или с когото сключват брак, отколкото за проучването на следващия кухненски уред, който ще си купят. Дали личната информация за този човек (име, къде е израснал, кое училище е посещавал) съвпада? Срещнали ли сте се със семейството му? Наистина ли работи там, където твърди? Има ли предишни бракове? Изглежда доста работа, но вие вече знаете доста истории как някой се е възползвал от доверчиви хора и как ги е превърнал в жертви. Ако не проявявате необходимата бдителност, ако наистина не опознавате хората, рискувате на своя отговорност.

## **НЕ ЧАКАЙТЕ ТВЪРДЕ ДЪЛГО**

Не чакайте твърде дълго, преди да се задействате. Ако усетите нещо нередно, дори и на ранен етап, проучете нещата. Може би Натали Халоуей е усетила, че нещо не е наред с напредването на нощта в Аруба, но дори и да е било така, вече е било твърде късно — дотогава приятелките ѝ си били тръгнали и тя била в чужда страна, заобиколена от непознати мъже, които виждаха за пръв път. Както ще си спомните, тя така и не беше намерена. Може би Травис Алегзандър почувствал, че нещо не е наред още в началото на връзката си с Джоди Арайъс, но също твърде дълго отлагал да вземе мерки.

Когато става дума за опасни личности, може и да нямате много време за реакция. Ако не знаете какво да направите, да се

дистанцирате вероятно е най-добрата стратегия.

---

[1] Cahill. „Buried Dreams“. ↑

[2] De Becker. „Gift of Fear“, p. 67. ↑



## **СПРАВЯНЕТО С ОПАСНИТЕ ЛИЧНОСТИ**

Очевидно, най-доброто, което можем да направим, е да ги избягваме, но понякога това е невъзможно. Може би те са ни открили или ние се озоваваме в близост до тях по различни причини, включително на път, на сватба или на работното ни място, или пък са ни роднини. Каквато и да е причината, ако смятате, че се намирате в присъствието на опасна личност, първо и преди всичко се погрижете за себе си. Надявам се тези стратегии да ви помогнат.

### **ЩО ЗА ЧОВЕК Е?**

Използвайте референтните списъци за опасните личности, за да разберете по-добре с кого си имате работа. Ако не можете да го направите, поне се поровете в паметта си за списъците и се опитайте да разберете дали въпросният индивид попада в някои от тях. Като направите това, ще можете да прецените доколко е сериозна ситуацията и какви мерки можете да вземете, за да се защитите. Но никога не отлагайте, ако усещате, че сте в опасност. Ако видите в коридора въоръжен мъж, не ви трябва референтни списъци — просто бягайте. Но понякога, както отбелязах в предишните глави, нещата не са толкова очевидни — например когато разни сладкодумни измамници се доберат до информация за банковата сметка на баба ви.

### **СЛОЖНИ СИТУАЦИИ**

Вие може и да знаете, че съпругът ви е лъжец, измамник и насилник, но фактори като семейството и финансите могат наистина да направят нещата сложни. Да, той е опасна личност и е събрал много точки в два от референтните списъка, но може би има сериозни причини, поради които ви е трудно да го напуснете. Ако има такава ситуация на работното ви място, може би се нуждаете от заплатата си,

може би противният шеф ви е роднина или може би не можете да напуснете, преди да спестите още малко пари. Често съм чувал всички тези причини и ги разбирам. Отнасяйте се реалистично към ситуацията си, за да можете да се справите с нея.

Откровено казано, колкото по-сложна е ситуацията, толкова повече се нуждаете от помощ. Освен това може да ви отнеме повече време да се измъкнете, но ако нещата ескалират, особено степента на опасност и агресивността, може да нямате избор. Всеки военен пилот, когото познавам, иска да спаси самолета си, но понякога идва момент, в който не може да направи нищо повече, освен да катапултира, за да оцелее. Същото може да се случи и с нас в живота.

Ако проблемът е на работното ви място, вижте дали не можете да се прехвърлите другаде или да работите в друга смяна. Говорете с отдел „Човешки ресурси“ или с мениджмънта и си осигурете подкрепа, но в крайна сметка може да ви се наложи и да напуснете. Между другото хора, работили за съоснователя на „Епъл“ Стив Джобс, в крайна сметка били принудени да направят някои от тези неща. Прочетете биографията „Стив Джобс“ от Уолтър Айзъксън и ще разберете, че Джобс бил визионер, но също така бил непостоянен и се държал патологично зле със собствените си подчинени, при това десетилетия наред. Причинил емоционален стрес на много от служителите си, а други се разболели физически. Дори и дългогодишният му партньор Стивън Возняк накрая се принудил да напусне — не можел повече да понася противното поведение на Джобс.<sup>[1]</sup> На вас може да ви се наложи да направите същото, защото, както открили въпросните служители на „Епъл“ изкарването на милиони не струвало колкото тяхното психическо и физическо здраве — нищо не струва толкова.

Да напуснете работа определено е по-лесно, отколкото да се разведете, защото там са намесени деца и общи финанси. А какво да направите, ако сте тийнейджър и искате да се отделите от родителите си, защото са токсични, забъркали са се с наркотици или категорично се вписват в някое от описанията на опасните личности, които обсъдихме? Да се измъкнете може да се окаже наистина сложно, но има начини.

Ако се намирате в трудно положение, наистина ще ви е нужна помощ, при това по-сериозна, отколкото тази книга може да ви

предложи. Имате нужда от специалисти, които да се намесят и да ви ръководят, да ви помогнат и да ви подадат ръка. Или може би нещата са толкова зле, че е нужно да се намесят социалните служби и полицията.

При всички положения, използвайте референтните списъци, за да потвърдите и да се убедите в естеството на това, което преживявате. После идва време да говорите с професионалист и да го въведете в случая. Никога не се колебайте да се обърнете към специалист по психично здраве или дори към полицията с тази книга в ръка и да кажете: „Моля, погледнете този референтен списък, защото моят интимен партньор, съпругът/ съпругата ми, родителите ми, приятелят ми или детето ми върши всички тези неща“. Много по-трудно е да се игнорира някой, който идва подготвен с документация.

И докато говорим за документация...

## **ОПИШЕТЕ ПОВЕДЕНИЕТО**

Докато бях разпределен в Пуерто Рико, имах шеф, който нападаше вербално всеки с по-нисък чин от него. Той крещеше на мен и на почти всички останали. След като избухна пред мен един-два пъти, си научих урока. Така че всеки път, когато идваше в офиса ми или ме викаше в своя, вземах със себе си личния си дневник. Веднага щом започнеше да крещи, аз започвах да пиша. Скоро той спря, защото знаеше, че записвам какво е казал и как го е казал. Научих, че при някои хора записването на думите и действията им често може да промени поведението им или да предотврати бъдещ тормоз.

Но някои хора не просто крещят — те са още по-взривоопасни или агресивни. В тези случаи препоръчвам същото. Записвайте всичко, което правят, по дата и час, особено ако случаите се повтарят. Правите услуга на себе си, която впоследствие може да ви спаси, независимо дали действието се разиграва у дома или на работа. Нещо толкова просто като изпращането на имейл с подробностите до вас самите представлява архив, който може да ви помогне в бъдеще.

Ако някой избухне срещу вас, тресне вратата в лицето ви, удари ви шамар или ви блъсне, изпусне ви гумите, следи ви или започне да ви тормози по телефона, запишете всичко (часа, деня, какво се е

случило). Винаги си спомням за случая с Никол Браун Симпсън. Ако само си беше водила личен дневник за това колко пъти О Джей я е тормозил, обиждал, влизал е с взлом в апартамента ѝ, удрял ѝ е шамари, хвърлял я е на пода, пребивал я е и т.н.<sup>[2]</sup> Какво щеше да стане, ако Никол беше отишла в полицията или при щатските прокурори с дневник, пълен с информация и беше казала: „Моля ви, направете нещо по този въпрос“? Искане ми се да мисля, че животът ѝ щеше да се стече по различен начин. Никога не смятайте, че полицейските или съдебните досиета ще са достатъчни — не са, всички ние също носим отговорност за информацията по случая.

Говорил съм с много жени, които са били спасени на бракоразводното си дело, защото са дошли с дневник, пълен с информация за това как съпрузите им са ги малтретирани или са крали от тях. Помнете: писменият дневник винаги ще подкрепи спомените ни във всеки съд и при всяка формална процедура. Последното, което иска да види адвокатът на отсрещната страна, е съпруг/а, служител или бизнесмен, който надлежно е записвал всички подробности — това би сложило точка на делото.

## **ОСИГУРЕТЕ СИ ПОДКРЕПА**

Колкото повече черти откривате в референтния списък за опасни личности, толкова по-голяма нужда има да се свържете с други хора, за да ви подкрепят. Уверете се, че всеки от семейството ви знае колко зле се отнасят с вас или с какъв човек си имате работа. Кажете на съседите си, на бармана, говорете със спортния ви треньор или с треньора във фитнеса, уверете се, че приятелите ви знаят какво е да сте тормозени или малтретирани от този човек. Необходимо е хората, които са на ваша страна, да се обаждат, да ви проверяват, да ви посещават, да са бдителни и да потвърдят това, което преживявате. Може да дойде момент, в който действително да се наложи да се намесят, за да ви помогнат.

Спомнете си историята, която споделих с вас в Глава 1 — за жената, която беше принуждавана да седи на пода с децата си. Колкото и невероятно да звучи, думите ѝ най-накрая бяха потвърдени, когато

приятелка, която знаела за ситуацията, посетила дома ѝ и станала свидетел на това със собствените си очи.

## **НЕ ПОЗВОЛЯВАЙТЕ ДА ВИ ИЗОЛИРАТ**

Всеки човек, който се опитва да ви изолира физически, е потенциално опасен. Ако влезете във връзка, в група, в организация или в секта и усетите, че даден човек се опитва да ви изолира от семейството, приятелите, колегите или хората, с които се чувствате добре, значи си имате работа с опасна личност.

Ако хората ги е грижа за вас, те искат да просперирате и да сте щастливи, да бъдете с приятелите си. Ако желаят да ви държат далеч от другите (и изнамират всякакви начини да постигат това, като ви карат да чувствате вина или нагрубават приятелите и семейството ви), просто не забравяйте, че тези опасни личности използват изолацията, за да ви контролират. Всички — от Джим Джоунс до Тед Бънди — са използвали изолацията, за да контролират жертвите си. Избягвайте я, ако е възможно.

Това също така означава и да избягвате да влизате в автомобили с непознати, или с хора, чиито намерения може да са съмнителни. Веднъж щом се озовете в автомобила, опасността нараства драматично, докато шансовете ви за бягство значително намаляват. Трябва да се съпротивлявате на всеки опит да ви вкарат насила в кола, като викате, крещите, ритате, хапете и драскате с всички средства, дори и човекът да има пистолет или нож. В автомобила ви дебне още по-голяма опасност, отколкото извън него, и затова повтарям — дори и човекът да има пистолет, трябва да избегнете качването в автомобила. Като бивш полицай и специалист към ФБР ми се иска възможно най-дебело да подчертая това.

## **УСТАНОВЕТЕ ГРАНИЦИ**

Баща ми години наред работеше в железарски магазин, чийто собственик беше грубиян (нарцистичен и емоционално нестабилен). Той крещеше на подчинените си, хокаше ги, хвърляше предмети в

стената, крещеше дори и на клиентите. Но никога не се отнасяше така към баща ми. Когато попитах татко защо, той ми отговори: „Защото още първия ден му казах: «Никога не ми говори по този начин!».“ Хората правят това, което вие им позволявате. Установете твърди граници, които не се променят. За такива индивиди вашето „Не!“ трябва да е категорично. Подайте им пръста си и те ще ви отхапят ръката. Трябва да установите ясни граници за това какво е допустимо и какво не е, и непрестанно да ги защитавате. Интересното е, че емоционално нестабилната личност всъщност разбира от структура, правила и рутина, така че при нея границите могат да ви помогнат.

Веднъж щом сте установили такива граници, придържайте се към тях. Те са вашата червена линия, която никога не бива да се преминава. Ако човекът постоянно прекрива тези граници, в някакъв момент ще ви се наложи да предприемете действия; в противен случай той ще продължи, както преди, да ви тормози, да изцежда енергията ви, да изпитва търпението ви, да ви разболява емоционално и физически или да ви излага на опасност.

## **НЕ ПОЗВОЛЯВАЙТЕ ДА ВИ МАНИПУЛИРАТ**

Често хората се съсредоточават върху поставяне на граници, които да предотвратят превръщането им в жертва, но не успяват да поставят такива срещу манипулациите. И въпреки това манипулацията често е предшественик на превръщането ви в жертва, тъй като тези личности постоянно вдигат залога, изтощавайки ви или изисквайки специално отношение или услуги. Ще закъсняват, ще ви карат да чакате, ще изискват да промените графика си, ще искат да се съобразявате с тях отново и отново. Не награждавайте лошото поведение. Когато нарцисистът открие, че срещата е започнала без него и останалите го игнорират, щом най-сетне благоволи да пристигне, следващият път ще дойде по-рано. Но ако всички го чакат и любезничат с него, когато се появи, той ще закъснее отново.

Някои биха казали: „Това не прилича ли на строга обич?“. Не, не е така. При истинската, алтруистична обич има здрави граници, зачитани с уважение. В нея няма нищо строго. „Строгото“ се отнася само за опасната личност, която не обича границите, която не изпитва

състрадание и която не уважава другите. „Строгостта“ е нужна, защото за себичния нарцисист, емоционално нестабилната личност или хищника всичко, свързано със зачитане на чуждите граници и достойнство, е трудно.

## **ОСИГУРЕТЕ ОТДИХ И ПОЗИТИВНИ ПРЕЖИВЯВАНИЯ НА ДЕЦАТА**

Тези невинни души трябва да бъдат защитавани в максимална степен от опасни личности, които понякога са им родители или партньори на родителите им. Ако децата не могат да бъдат отстранени от ситуацията, най-добрият вариант е да им създадете възможности да са далеч от вкъщи и на място, където могат да избягат от неприятната действителност, да покажат най-доброто от себе си и да бъдат щастливи и в безопасност.

Те се нуждаят от възможността да прекарват време с любящ роднина или човек, който се грижи за тях и на когото могат да имат доверие. Ако е възможно, имат нужда да им се осигури терапия, да се занимават с училищни дейности, да спортуват, да работят с животни или да се потопят в творческия свят на рисуването, книгите или музиката. Позволете им да усетят какво представлява нормалният живот — животът без непрекъснати кавги, препирни и заплахи.

Работил съм със семейство, в което децата биваха обучавани у дома и бащата притежаваше черти на хищник и нарцисист. Едва когато децата станаха на 15 години, разбраха кое е „нормално“. Това е нечестно към тях. Наша работа е да помогнем на децата да разберат, че насилието под всякаква форма (физическо или психическо) е ненормално и неприемливо.

---

[1] Айзъксън, Уолтър. „Стив Джобс“. ↑

[2] Bugliosi. „Outrage“. ↑

## КОГАТО СТЕ В ОПАСНОСТ, ДЕЙСТВАЙТЕ

Понякога опасната личност се държи толкова токсично, нестабилно, рисковано или престъпно, че хората наоколо или тези, които общуват с нея, се оказват в сериозна опасност. Независимо дали става дума за финансова, емоционална, психологическа или физическа опасност, веднъж щом тези индивиди са възприели такова поведение (отиващо към опасния край на спектъра), е необходимо да се действа незабавно. На този етап наистина няма значение как сте се озовали в ситуацията. Трябва веднага да се дистанцирате или някак да се измъкнете от тези взаимоотношения.

Ето няколко стратегии, чрез които да се справите с тази непосредствена опасност.

**Действайте.** Ако тялото ви, свитият ви стомах или умът ви ви казва да бягате, направете го. Ако по-нататък се наложи да поднесете извинения, можете да го направите, но ако в момента се чувствате застрашени, опитайте се да се махнете оттам. Не чакайте. Всички заплахи за физическо нараняване или всеки опит от страна на опасната личност да контролира тялото ви, ума ви, личното ви пространство, парите ви или любимите ви хора трябва да са предупреждение за предприемане на незабавни действия. Бъдете предпазливи; ако е възможно, не привличайте вниманието им, но се измъкнете.

**Мислете.** Ако това е много опасна личност, може да е по-разумно да не разговаряте с нея за случващото се, а да се фокусирате върху начина да се озовете в безопасност. Както вече споменах, тези хора могат да избухнат срещу вас. Ако усетите висока степен на опасност, не е във ваш интерес да им казвате, че се нуждаят от помощ или да ги конфронтирате по начин, при който опасността ще ескалира. Те могат да станат агресивни, да ви преследват, да унищожат ваша собственост, да опустошат банковата ви сметка, да вземат децата и да изчезнат, да се появят в офиса ви с оръжие, да вземат заложници, да направят опит за самоубийство или да предприемат най-различни други агресивни действия. Така че първо помислете как можете да напуснете, да се отдалечите или да се измъкнете по най-безопасния



начин. Ако се налага да разговаряте с тях, направете го спокойно; опитайте се това да стане в близост до врата или изход.

**Информирайте членовете на семейството си и приятелите си.** Ако нещата ескалират, ако се чувствате все по-заstrasени или ситуацията се влошава, обадете се на близките си хора. Накарайте ги по-често да се отбиват без предупреждение. Кажете им да ви се обаждат всеки ден и ако не отговаряте, да се отбият у вас или да се обадят на полицията — да, понякога нещата се влошават дотам.

**Потърсете помощ от специалисти.** Ако не сте се свързали с агенции за подкрепа, църковни организации, свещеници, терапевти, адвокати, полицаи, кризисни центрове, социални служби или горещи телефонни линии, направете го. Веднага! Нужен ви е екип за подкрепа и спасителна мрежа. Моля ви, не се срамувайте и не чакайте. Спешните служби (полиция, пожарна и линейки) са създадени специално, защото в някакъв момент всички ние имаме нужда от незабавна помощ.

**Не влизайте в конфронтация сами.** Ако трябва да разговаряте с насилник или престъпник, но се страхувате, че може да ви се нахвърли, постарайте се да имате до себе си специалист по психично здраве, член на семейството или приятел с мобилен телефон в ръка. Или пък се обадете в полицията и кажете, че искате да бъдат до вас за всеки случай. Те ще дойдат — повечето полицейски агенции са се научили, че домашното насилие е сериозен проблем, към който трябва да се подхожда адекватно.

**Планирайте стратегията си за изход.** От основна важност е да се погрижите за сигурността. Говорил съм с хора, които са прекарвали месеци в планиране на изхода от връзката си с изключително опасна личност, прикривайки се напълно; например могат да наредят нещата така, че да приличат на нормална вечеря — да кажат на въпросния човек, че трябва да излязат за малко, за да купят нещо — и никога да не се върнат (или пък да се върнат по-късно с приятел, за да си съберат вещите). Когато става дума за безопасността на вас или на децата ви, направете необходимото, за да се измъкнете от опасната личност, без да пострадате.

**Съберете пари за бягство.** Ще са ви нужни средства, ако трябва да напуснете бързо. Ако усетите, че нещата отиват на зле и ще се влошават още повече, подгответе се финансово за бягството.

Направете необходимото, включително да продадете някои лични вещи, за да съберете достатъчно пари и да се измъкнете. Една жена от Колумбия, която познавам, постъпи така — събираше стотинки — *стотинки!* — всеки ден от съпруга си насилник, докато можеше да си позволи да купи автобусни билети за себе си и за дъщеря си, за да се върне при собственото си семейство.

**Погрижете се за финансовите въпроси.** Ако чувствате, че има нещо нередно с някаква финансова сделка или нещо ви изглежда съмнително във финансово отношение, започнете да задавате въпроси и отлагайте вземането на решение, подписването на въпросния чек или даването на номера на кредитната си карта. Каквото и да правите, не продължавайте напред сами. Намерете други хора (за предпочитане квалифицирани професионалисти като банкери, счетоводители или адвокати), за да прецените ситуацията и да прегледате заедно инвестицията ви или това, което обмисляте да направите, и ги попитайте дали сделката е добра. Да похарчите 400 долара за адвокат е много по-добре, отколкото да изгубите 40000 долара заради някоя опасна личност.

**Очаквайте Голямото пробуждане.** Едно от нещата, които се случват с хората, замесени с опасна личност, е Голямото пробуждане. Хората често отдават години от живота си на тези индивиди. Повечето остават разочаровани. Но много от тях са толкова отдадени, че просто продължават да се опитват да оправят нещата — докато накрая не осъзнаят, че надеждите им по отношение на тази връзка никога няма да се оправдаят. Това е Голямото пробуждане: моментът, в който най-сетне осъзнавате, че не можете да направите нищо повече за този човек, че страдате и е време да си тръгнете.

**Помнете, че не сте сами.** Ставал съм свидетел на това. Хората се чувстват глупаво — че са били използвани, че са живели в лъжа, че не могат да се доверят на никого. Някои насочват болката си навътре, обвинявайки себе си. Това е причината терапията на този етап да е винаги полезна, ако можете да си я осигурите. Но моля ви, не се чувствайте самотни. Всички ние, по един или друг начин, сме преживявали нещо подобно.

**Изисквайте и поддържайте спазването на дистанция.** Досега вече вероятно сте усетили, че в съветите ми се промъква една червена нишка и тя е, че разстоянието може да е много ефикасно. Прави сте —

и аз не се извинявам за това, тъй като ме е грижа предимно за жертвите и техните любими хора. Опитът ме е научил, че опасните личности рядко се поправят и че могат да имат опустошителен ефект върху вас в психологическо, емоционално, финансово и физическо отношение. Най-често, когато се дистанцираме от опасността или от тези, които ни нараняват, спираме да страдаме. Това е точката, по която се различавам от много други. Разговарял съм с твърде много жертви, за да дрънкам безотговорно, както някои правят, за опити да се оправят нещата в ситуация, при която е застрашена безопасността ви. Убеден съм в мъдрите думи на покойния шведски дипломат, писател и заместник генерален секретар на Обединените нации — Даг Хамарскьолд, преживял касапницата на Втората световна война, който казва: „Този, който иска да поддържа градината си чиста, не предвижда лека за плевели“.<sup>[1]</sup> Ако плевелите не се махат, е време да се преместим в нова градина.

---

[1] Hammarskjöld. „Markings“, p. 15. ↑

## **СПЕЦИАЛНА БЕЛЕЖКА: АКО СМЯТАТЕ, ЧЕ ВИЕ САМИТЕ МОЖЕ ДА СТЕ ОПАСНА ЛИЧНОСТ**

През годините съм писал статии за опасните личности. Неизменно имаше хора, които ми пишеха и казваха: „Разпознавам много от тези черти в самия себе си“. Ако случаят е такъв, потърсете помощ от специалист по психично здраве, който е експерт в работата с типичното за вас поведение и който може да ви помогне. Научете се съзнателно да се дистанцирате от собственото си поведение, което в крайна сметка излага и вас самите на риск.

## КАКВО ПРАВИМ ОТ ТУК НАТАТЪК

Надявам се, че прочитането на тази книга ви е дало прозрения за опасните личности, както и някои средства, с които да им попречите да ви нараняват. Животът е дар, който трябва да се цени, а не да се прекарва с примка на врата, обслужвайки някоя токсична личност. Когато сме живели в малки селища, където всеки е познавал останалите, е било по-лесно да се забелязват тези личности. След преселването ни в градовете това е станало по-трудно. Но не е невъзможно.

Ние сме длъжни пред себе си, пред семействата си и пред общността си да се грижим за своята безопасност. Постигаме това чрез образование, бдителност и споделяне на информация. Но първо трябва да помогнем на себе си. Прочитайки тази книга, вие сте направили голяма стъпка напред към собствената си безопасност и безопасността на любимите ви хора. Има още много книги, които ще ви помогнат и ще ви информират. Вярвам в уважителното отношение на хората един към друг. Винаги съм се опитвал да го спазвам, дори и с хората, които вкарвам в затвора за ужасни престъпления. Всички трябва да се отнасяме уважително едни към други, но това не означава да позволяваме да злоупотребяват с нас и да ни превръщат в жертви.

Тази книга беше написана донякъде, за да ви помогне да се уверите кога не се отнасят към вас с уважение, кога ви малтретират, кога ви насилват и кога сте в опасност. Сега сте по-добре подготвени да забелязвате тези индивиди, преди да ви навредят.

За щастие повечето от хората, които ще срещнете и с които ще общувате в ежедневието си, не са опасни личности. Повечето са добронамерени и загрижени. Но знам, че в някакъв момент ще се натъкнете на опасна личност, защото навън има милиони такива. Когато това се случи, моля, помнете последните ми думи към вас:

**Вие нямате социалното задължение да бъдете тормозени или превръщани в жертви — никога.**

# ЗАСЛУГИ

Имате удоволствието да четете тази книга благодарение на *Моята библиотека* и нейните всеотдайни помощници.

**МОЯТА БИБЛИОТЕКА**



<http://chitanka.info>

Вие също можете да помогнете за обогатяването на *Моята библиотека*. Посетете **работното ателие**, за да научите повече.