

Psykopat kan blive en god kæreste

En psykopat føler ikke skyld over at gøre nogen fortræd. Alligevel skal du, ifølge læge Lise Seidelin, ikke altid forlade en psykopat. Hun opfordrer til at kigge indad og kæmpe for selv at få det godt. Andre eksperter er uenige

Mia Hjortsberg

”Det vigtigste, og det, der virkelig gør forskellen på, om du kan hjælpe en psykopat, er, at du ser, at psykopaten kan du ikke få til selv at ændre sig, men du kan ændre dig og din holdning og væremåde over for psykopaten.” Så klar er udmeldingen fra læge Lise Seidelin. Hun mener, det kan lade sig gøre at få et godt forhold til en psykopat, hvis man arbejder med sine egne problemer og bliver styrket indefra til at tackle en psykopat.

15 Du skal ændre dig

”Min erfaring viser, at hvis man flytter fra en psykopat, bliver tingene 10 gange værre, og man kan blive slået ihjel af det,” fortæller Seidelin og fortsætter: ”I første omgang skal man blive hos psykopaten og beskytte sig selv, mens man bygger sig op.” Hun forklarer det med, at man kan lære at tackle psykopatens krav, kritik og beskyldninger ved at sige nej og stå ved sin beslutning. Psykopaten mister magten over offeret og bliver derved mere glad og velfungerende. Seidelin forklarer sin teori med, at flugt ofte er det nemmeste, men at det faktisk er roden til mere ondt:

”En forhindring i at få det godt er, når den indre smerte begynder at melde sig, for så har man primært lyst til at flygte fra denne smerte, men flugt er det, der gør, at vi bliver syge eller på anden måde får det dårligt. Vi får ikke kigget på årsagen bag, eller hvordan tankerne og følelserne er, så problemerne og sygdommens årsag gemmes væk inden i os.”

30 **En kynisk charme**

Overlæge og speciallæge i psykiatri på Sct. Hans Hospital, Karin Garde, er skeptisk over for holdningen om at blive hos psykopater, da deres personlighed er en blanding af kynisme og charme.

”Psykopaten kører én rundt i manegen, lyver og gør alle de ting, man ikke
35 må. Det er et stort projekt at ændre et menneskes personlighed. Det hele forudsætter en motivation for en forandring. Men det er et af de områder, hvor man ikke har meget held med sig.”

Tidligere socialrådgiver i Kriminalforsorgen, Inge Hansen, har arbejdet med psykopater og henviser til psykopaters tomrum af følelser indeni:

40 ”De mangler kærlighed og omsorg. Det kan de heller ikke selv give videre. Du kan aldrig stole på dem, uanset hvor længe I har kendt hinanden, så hvis du ikke kan affinde dig med det, så skal du forlade ham/hende.” Hun understreger, at der ikke er nogen tvivl, hvis det drejer sig om voldelige psykopater: ”Hvis de slår én gang, så slår de igen, så der skal man forlade
45 dem.”

Sæt grænser

Ifølge retspsykiater, overlæge og specialist i psykopater, Henrik Day Poulsen, er psykopater fokuserede på egne behov, som de opfylder ved at charmere og manipulere andre.

50 ”Jeg er bestemt ikke enig i, at man skal blive hos psykopaten. Hvis man forlader ham/hende, så begynder han/hun at true, forfølge, stalke. Men det at blive der og please psykopaten, det får ham/hende ikke til at ændre sig. Tværtimod sender det et signal om, at den adfærd, psykopaten har, den er okay, den får ingen konsekvens.”

55 Seidelin opfordrer først og fremmest ofre for psykopater til at gå i terapibehandling for at arbejde med sig selv, bryde de dårlige vaner og

opbygge nogle gode og positive. Derigennem kan man ændre psykopaten ved at sige fra, men Seidelin mener ikke, det handler om at indordne sig.

”Tværtimod. Man skal ind og lære, hvordan man indeni sig selv tackler, at psykopaten er, som han/hun er. Hvis man lærer at tackle det på en, for sig, god måde, så vil psykopaten ændre sig sådan, at han/hun ikke er voldelig over for én mere.” Hun ser psykopatens adfærd som problemet, men forklarer, at ofret påtager sig problemet, fordi man lader sig påvirke af psykopatens måde at være på og derigennem overtager ansvaret for, at tingene er og går, som de gør.

Day Poulsen mener, at ofret er bedre tjent med at finde sig en anden mand/kvinde, da udsigterne ved at blive er dårlige.

”Som jeg ser hos psykopater, så ændrer de ikke adfærd. De bliver ved med at lyve, de bliver ved med at manipulere, de bliver ved med at være verbale og fysisk voldelige. Derfor synes jeg, det er fuldstændig forkert, at man bliver i forholdet.”

Successhistorier?

”Når man kommer ind og får lært, hvordan man skal tackle forholdet, så får man det jo godt. Man bliver ved med at lære og finder ud af, hvad der er rigtigt for én selv,” siger Seidelin og understreger, at de fleste af hendes behandlinger er endt med succes ved at blive hos psykopaten i form af, at ofrene gennem vejledning har forstået at tackle den psykiske vold til glæde for både sig selv og sine nærmeste. Derudover har psykopaten også ændret sig og er blevet mere velfungerende.

En anonym kunde blev hos en psykopat og opfordrer andre til det samme: ”Ja, ind i mellem sker der ting i éns liv, der gør, at man har lyst til at løbe sin vej og sige: *”I kan rende og hoppe alle sammen.”* Men det løser jo i bund og grund ikke tingene, for angsten og utrygheden i én selv følger

med, hvor end man går.” Kunden kom videre ved hjælp af Seidelins
85 behandling, trods skepsis.

”Jeg gjorde, som jeg blev vejledt til, selvom jeg ikke altid i starten kunne se, at det kunne være rigtigt, at *jeg* skulle ændre mig. Men de råd, jeg har fået, har haft den rigtige effekt og gjort utrolige virkninger på mine nærmeste.” Hun afviser ikke, at der stadig er sorte timer og tilbagefald,
90 men efter at have gennemført behandlingen ved hun, at det går over igen. En anden kunde har ligeledes været i behandling hos Seidelin og har fundet fred og ro til at klare livets op- og nedture til glæde for sig selv og sine omgivelser.

”Jeg kom fra dyb mørke og fik ved hjælp af Lises acceptproces, hvor man
95 accepterer sine følelser og smerter indeni, genskabt lysten til at leve.”

Behandlingen foregik gennem skriveterapi, anerkendelse, vejledning og øvelser, og resultatet er positivt:

”Mine fysiske gener er stærkt aftaget, og jeg oplever i dag mig selv som et værdigt menneske med min egen selvbestemmelse.”