ПсиБлог

Психопат и социопат: в чём разница?

За последние годы СМИ удалось растиражировать два ярких типажа героев – психопата и социопата. Романтизация этих понятий происходила постепенно: в 1991 году зрители до дрожи боялись Ганнибала Лектера, в 2006 испытывали смешанные чувства к Декстеру, а сегодня уже с восхищением наблюдают за Шерлоком, называя его «высокофункциональным социопатом». К сожалению, из-за широкой популяризации эти понятия часто используются неверно.

Разберёмся со значением.

«Психопат» и «социопат» - это термины популярной психологии, характеризующие то, что в психиатрии называется антисоциальным расстройством личности. Эти два понятия не очень чётко сформулированы в психологической исследовательской литературе, кроме того, с ними связан ряд заблуждений.

Между этими типами личности есть некоторые сходства и различия. Их объединяет явное неуважение к безопасности и правам окружающих, которое выражается в обмане и манипуляциях.

По определению Диагностического и статистического руководства по психическим заболеваниям (DSM), антисоциальная личность обладает тремя или более из нижеперечисленных характеристик поведения:

1. Склонен нарушать закон и пренебрегать правилами.
2. Постоянно лжёт.
3. Импульсивный, ничего не планирует.
4. Проявляет агрессию в поведении.
5. Пренебрегает безопасностью окружающих.
6. Безответственный, не несёт материальных обязательств.
7. Не испытывает угрызения совести или вину.

В обоих случаях симптомы почти всегда проявляются до 15 лет.

ПСИХОПАТ

Психологи считают, что психопатами рождаются (это скорее генетическая предрасположенность), а социопатами становятся под воздействием среды (хотя, безусловно, психопаты тоже могут страдать от детской травмы). Психопатия может быть обусловлена особенностями мозга: исследования показали, что у психопатов слабо развиты участки мозга, ответственные за регуляцию эмоций и контроль импульсов.

Сложнее всего психопатам формировать реальную эмоциональную связь с другими людьми. Вместо этого они создают искусственные, пустые отношения, которыми могут манипулировать. Люди становятся пешками для достижения целей психопата. Он не испытывает вины из-за своего поведения, как бы он ни ранил окружающих.

Но психопаты кажутся очаровательными и надёжными; у них стабильная работа, а у некоторых даже есть семьи. Чаще всего у них высокий уровень образованности и широкий кругозор.

Когда психопат нарушает закон, он старается минимизировать риск наказания. Он чётко планирует и просчитывает все ходы.

СОЦИОПАТ

Учёные верят, что социопатия – это результат внешних факторов, например, взросление в неблагоприятной обстановке с элементами физического или эмоционального насилия.

Социопаты более импульсивны и эксцентричны, чем психопаты. Им тоже нелегко даются отношения, но они могут формировать связь с единомышленниками. В отличие от психопатов, большинство социопатов не задерживаются долго на рабочем месте и не пытаются имитировать «нормальную» жизнь.

Участие социопата в криминальной деятельности подразумевает импульсивные и незапланированные действия, в которых уделяется минимальное внимание возможным последствиям. Их легко агитировать, разозлить и спровоцировать на жестокость. Такая схема поведения позволяет легко вычислять виновников-социопатов.

КТО БОЛЕЕ ОПАСЕН?

Психопаты и социопаты представляют риск для общества, потому что живут нормальной жизнью, скрывая своё расстройство. Но психопатия – более опасное заболевание, потому что страдающие им испытывают меньше вины по поводу своих поступков.

Психопаты способны отгораживаться от своих действий, а без эмоциональной вовлечённости боль другого человека ничего не значит. Многие известные серийные

убийцы были психопатами. Но вопреки распространённому мнению, социопат и психопат не всегда и необязательно жестоки, и сама по себе жестокость не может быть основанием для диагноза.

ДЕТСТВО ПСИХОПАТА И СОЦИОПАТА

Большинство людей, у которых были диагностированы социопатия или психопатия, в детстве демонстрировали определённую схему поведения – нарушали правила и пренебрегали безопасностью других.

Для такого поведения в детстве у психологов есть отдельный термин – расстройство поведения. Его можно распознать по следующим тенденциям:

- агрессия по отношению к людям и животным;
- уничтожение имущества;
- обман и воровство;
- серьёзные нарушения правил и законов.

Эти симптомы сигнализируют о возможном развитии антисоциального расстройства личности.

Около 3% населения демонстрируют поведение, соответствующее симптомам этого расстройства, но не всех можно с уверенностью диагностировать – а именно этим и занимаются СМИ. Даже Шерлок канала BBC при всей своей эмоциональной отстранённости не тянет на социопата, коим его так уверенно называют создатели сериала. По мнению большинства специалистов, среди которых журналист и психолог Мария Конникова, Шерлок больше напоминает социопатичного нарцисса, чем высокофункционального социопата: он умный, эгоистичный и манипулятивный, но он слишком много играет на публику, получая удовольствие от собственного превосходства. К тому же, он не всегда и не со всеми является эмоционально отстранённым: по ходу сюжета мы не раз видим, как он переживает за близких, искренне сочувствует и испытывает чувство вины, а это, как мы знаем, противоречит характеристике социопата.

Главное – не забывать, что выявить психические расстройства может только специалист, а всё остальное – догадки и удачные маркетинговые ходы телеканалов и кинокомпаний, которые с помощью вымышленных персонажей продолжают формировать у публики ошибочное восприятие реальных понятий и явлений.

ПСИБЛОГ.РФ

Статья создана по материалам:

1) John M. Grohol, Difference between a psychopath vs sociopath. Psych Central, February 15, 2015.

2) Maria Konnikova, Stop calling Sherlock a sociopath! Thanks, a psychologist. Gizmodo, November 8, 2012.