



Висенте Гарридо
профессор криминологии

НОРМАЛЬНЫЙ ИЛИ КАЖЕТСЯ

Как вовремя распознать психопата
среди родных, друзей и коллег



БОМБОРА
ИЗДАТЕЛЬСТВО

Москва

УДК 616.89
ББК 56.14
Г21

EL PSICÓPATA INTEGRADO EN LA FAMILIA,
LA EMPRESA Y LA POLÍTICA: CLAVES PARA NEUTRALIZARLO

by Vicente Garrido

Copyright © Vicente Garrido Genovés, 2024

© Ariel, an imprint of Grupo Planeta

Гарридо, Висенте.

Г21 Нормальный или кажется : как вовремя распознать психопата среди родных, друзей и коллег / Висенте Гарридо ; [перевод с испанского М. Михайловой]. — Москва : Эксмо, 2026. — 336 с. — (Темные архивы. Книги о жутких экспериментах и практиках над людьми).

ISBN 978-5-04-223308-1

«Каждый знает, каков ты с виду, немногим известно, каков ты на самом деле».

Психопат не всегда серийный убийца. Чаще всего он скрывается в лице босса, который доводит коллег до слез, мужа, который не интересуется вашими чувствами, или друга, который исчезает, как только вы перестаете быть полезным.

Висенте Гарридо, криминолог с 30-летним стажем, написал инструкцию по обнаружению и нейтрализации таких людей. Никакого самовнушения. Только клинический подход, реальные инструменты и ответ на главный вопрос: почему вы до сих пор не видите того, что видит он?

Вы узнаете:

- три фразы, по которым можно вычислить психопата за минуту;
- почему ваша интуиция врет- и как включить «систему раннего обнаружения», которую у вас пытались отключить;
- один простой вопрос, который обезоруживает манипулятора на месте;
- как выйти из отношений с психопатом без чувства вины и страха мести.

УДК 616.89
ББК 56.14

ISBN 978-5-04-223308-1

© Михайлова Мария, перевод на русский язык, 2026
© Золоторева Е.В., художественное оформление, 2026
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2026

*В человеческом духе есть
несокрушимая черта, которую
невозможно уничтожить,
она отразит любой натиск.*

Честер Хаймс

*Мой долг перед Ассоциацией имени Виктора Э. Франкла
в Валенсии огромен, и особенно это касается
ее вдохновителя, Себастьяна Табернеро,
который ушел из жизни в 2017 году.*

*Как я объясняю в этой книге, я едва ли смог бы
по-настоящему понять, какой серьезной угрозой
для человеческой природы является психопатия,
если бы не просветление, к которому привела меня
работа Виктора Франкла. Мы много беседовали
об этом с Себастьяном, и именно он первым увидел,
что образ человека, который Франкл предлагает
в своей главной книге «Сказать жизни "Да!":
психолог в концлагере», является полной
противоположностью психопатии и, следовательно,
естественным противоядием, способным
защитить нас от ее влияния.
Эта книга посвящена его памяти.*

*Я хочу поблагодарить Карлоса Солефа
и Хосе Луиса Гинота за их внимательное
и чрезвычайно ценное критическое прочтение
отдельных частей этой работы.*

*Для связи с Ассоциацией Виктора Э. Франкла в Валенсии:
<https://asociacionviktorfrankl.es/>*

СОДЕРЖАНИЕ

Введение. Проблема злокачественного одного процента.	13
<i>Интегрированные психопаты</i>	14
<i>Две причины для тревоги</i>	17
<i>Чем они опасны</i>	21
<i>План книги</i>	25
Глава 1. Психопат выходит на сцену	29
<i>Подводная лодка</i>	29
<i>Разновидности психопата</i>	34
<i>Два типа интегрированных некриминальных психопатов.</i>	43
<i>Что такое психопатия</i>	48
<i>Психопатия и родственные понятия.</i>	50
<i>Женщины-психопаты</i>	55
<i>Интеллект психопатов и их способность «читать мысли».</i>	60
<i>Способность психопата к изменению.</i>	61
Глава 2. Психологический профиль интегрированного психопата.	64
<i>Психопат – это выживший</i>	64
<i>Контролируемый и импульсивный психопаты</i>	67
<i>Страх и тревога как основа эмпатии</i>	74
<i>Эмпатия психопатов</i>	78
<i>Хирург смерти</i>	84
<i>Эмоции психопатов.</i>	91
<i>Коммуникация психопата</i>	96
<i>Поведение психопата.</i>	100

СОДЕРЖАНИЕ

Глава 3. Психопат в близких и семейных отношениях	105
<i>Распознать психопата: окно в его разум</i>	107
<i>Поведение психопата и его признаки</i>	114
<i>Система контроля в отношении психопата</i>	122
<i>Интуиция.</i>	125
<i>Самопознание и внутренний диалог.</i>	129
<i>Объективное наблюдение и разговор с близкими . . .</i>	135
<i>Психопат остается верен своей природе</i>	141
<i>Дети, находящиеся в группе риска по психопатии.</i>	143
Глава 4. Психопат в компаниях и организациях . .	155
<i>Психопат как разрушительный лидер</i>	157
<i>Корпоративные психопаты тоже могут убивать</i>	162
<i>Психопаты «визионеры».</i>	166
<i>Ганнибал Лектер идет на работу</i>	175
<i>Психопатия как социальная модель.</i>	178
<i>Выявление психопата в компании.</i>	184
<i>Профилактика и контроль психопатии в компании</i>	196
<i>Родительская любовь</i>	204
Глава 5. Патократия: психопат в политике.	210
<i>Правление психопатов</i>	210
<i>Почему политика так привлекательна для психопата</i>	215
<i>Несовершенная демократия</i>	220
<i>Убийство на Мальте</i>	222
<i>Популизм, авторитаризм и психопатия.</i>	225

СОДЕРЖАНИЕ

<i>Макиавелли</i>	227
<i>Два первичных психопата</i>	235
<i>Как распознать политического лидера-психопата</i>	237
<i>Почему у политиков-психопатов так много сторонников?</i>	254
Глава 6. Борьба с психопатом	259
<i>Виктор Франкл и Йозеф Менгеле</i>	259
<i>Основы преодоления встречи с психопатией: логотерапия Виктора Франкла</i>	263
<i>Стремление к смыслу побуждает нас к действию</i>	267
<i>Самотрансценденция, или выход за пределы самого себя</i>	269
<i>Самоотстранение</i>	272
<i>Путь героя</i>	278
<i>Лицом к лицу с психопатом</i>	286
<i>Ослабленное общество: терапевтическая культура</i>	293
<i>Резильентность</i>	298
<i>Профилактика у детей с предрасположенностью к психопатии</i>	308
Эпилог. Глаз урагана	310
<i>Психопат и его нарратив</i>	312
<i>Психопат в отношениях</i>	315
<i>Психопат в компаниях и организациях</i>	318
<i>Патократия</i>	320
<i>Глаз урагана</i>	325

ВВЕДЕНИЕ.

ПРОБЛЕМА ЗЛОКАЧЕСТВЕННОГО ОДНОГО ПРОЦЕНТА

Я не считаю это мнением — это очевидный факт:
плохо, когда тебя пытаются, унижают или ранят.

Как и то, что людям лучше, когда их любят
и о них заботятся, а не когда их ненавидят
и бросают.

*Джеффри Уорнок, философ и вице-канцлер
Оксфордского университета*

Психопатия — это способ существования. Психопат, будь то мужчина или женщина, обладает особым складом мышления, восприятия и поведения. Его образ мысли эгоцентричен и сосредоточен на собственных желаниях, тогда как остальное для него не имеет значения или, в лучшем случае, вторично. Он принимает решения не на основании моральных принципов, а исходя из стратегического расчета — насколько это поможет ему добиться желаемого. Его негативные эмоции — гнев, враждебность, презрение, зависть — интенсивны, хотя нередко кратковременны; позитивные же — эмпатия, сострадание, чувство справедливости, любовь, верность — чрезвычайно слабы или вовсе отсутствуют. Что касается поведения, он тщательно выстраивает свой облик, стремясь обмануть и очаровать тех, кто ему выгоден. Когда потребуется, он прибег-

нет к насилию — психологическому, физическому или к тому, что доступно ему благодаря занимаемой в обществе позиции, — чтобы удовлетворить свою основную потребность: контроль над средой, в которой он действует. Одним словом — власть.

ИНТЕГРИРОВАННЫЕ ПСИХОПАТЫ

Должен сразу предупредить: в этой книге я не буду подробно останавливаться на серийных убийцах или жестоких преступниках, о которых, возможно, вы читали в других моих работах. Но буду упоминать их эпизодически, если это необходимо для иллюстрации объяснений и аргументов, касающихся «нормализованного» интегрированного психопата — главного героя этой книги.

Интегрированный психопат — это человек, которого общество не определяет ни как преступника, ни как психопата, но который, тем не менее, является причиной огромного количества страданий в мире. Как такое возможно? Эти люди либо скрытые преступники, выдающие себя за добропорядочных граждан, либо обладатели власти и статуса, который позволяет им — по крайней мере, в глазах части общественного мнения (что особенно характерно для политиков), — маскировать свои эгоцентричные и жестокие поступки под поведение благородное и законное. Чаще всего масштаб и тяжесть их разрушительных действий становится очевидным лишь со временем — будь то в кругу

семьи, внутри организации или в пределах целой страны. В «мягком» же варианте интегрированный психопат распространяет несчастье и нравственную нищету.

Профессор мадридского Университета Комплутенсе Ана Санс и ее команда изучили распространенность психопатии в обществе, опираясь на различные исследования, проведенные по всему миру. Они пришли к выводу, что среди выявленных правонарушителей, осужденных за совершенные преступления, психопатами являются около 15% мужчин и примерно 10% женщин. Но если взять население в целом — а именно в этой массе и находятся интегрированные психопаты, то доля снижается примерно до 5%. Мужчин среди них больше и в этой группе: 8% против 3% женщин.

Впрочем, необходимо сделать несколько оговорок. Во-первых, известно, что распространенность психопатии выше в сферах, где имеется прямое соприкосновение с властью: таких людей много среди менеджеров и топ-менеджеров компаний, а также руководителей корпораций, организаций и политических партий — показатель достигает 13%. Во-вторых, если использовать более строгий тест для оценки психопатии (о нем речь пойдет далее), то в общей популяции цифры снижаются примерно до 1%. Я предпочитаю придерживаться консервативной оценки и буду опираться именно на этот показатель, чтобы обозначить масштаб проблемы, которую психопат представляет для общества.

Экстраполируем эти данные на Испанию. Если исходить из того, что около 15% тюремного населения страдает психопатией, и принять во вни-