

БОМБОРА Story

М. ТОМАС

ИСПОВЕДЬ СОЦИОПАТА

ЖИТЬ БЕЗ СОВЕСТИ И СОЖАЛЕНИЙ

УДК 616.89
ББК 56.14
Т56

M.E. Thomas
CONFESSIONS OF A SOCIOPATH

© 2013 by M.E. Thomas

Книга переведена и отредактирована
в соответствии с требованиями законодательства РФ

Томас, М. Е.

Т56 Исповедь социопата. Жить без совести и сожалений /
М. Е. Томас ; [перевод с английского]. – Москва : Эксмо,
2024. – 352 с. – (За закрытой дверью. У каждой семьи свои
тайны).

ISBN 978-5-04-176801-0

Она может быть вашим соседом, коллегой или самым близким человеком. Бесстрашна, амбициозна и обаятельна. Быстро растет по карьерной лестнице и всегда добивается своего. Вы не заметите, как будете очарованы. А для нее вы значите не более, чем неодушевленный предмет, который она с любопытством изучает и будет использовать для достижения собственных целей.

Главная героиня – социопат. Она не знает, что такое страх, сострадание и чувство вины. Анонимно расскажет о себе все: получении удовольствия от унижения других, втирании в доверие для шантажа, фантазиях о кровавожадных убийствах. Вам будет трудно отделить правду от вымысла. Книга поразит другим взглядом на жизнь. Все яркие события будут прокомментированы исследованиями и заключением врача, и вы удивитесь, что наука знает сегодня о таких людях.

УДК 616.89
ББК 56.14

ISBN 978-5-04-176801-0

© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2024

ОГЛАВЛЕНИЕ

От автора.....	9
Выдержка из психологического освидетельствования.....	10
Глава 1. Я ПСИХОПАТ, ТАК ЖЕ КАК И ВЫ.....	12
Глава 2. ДИАГНОЗ: СОЦИОПАТ.....	38
Глава 3. МЫ ЖУТКИЕ И СТРАННЫЕ.....	77
Глава 4. МАЛЕНЬКИЙ СОЦИОПАТ В БОЛЬШОМ МИРЕ.....	119
Глава 5. Я — ДИТЯ БОГА.....	150
Глава 6. СВЯТЫЕ, ШПИОНЫ И СЕРИЙНЫЕ УБИЙЦЫ ..	187
Глава 7. ЭМОЦИИ И ИСКУССТВО ЛОМАТЬ ЛЮДЯМ ЖИЗНЬ.....	236
Глава 8. НЕ НАДО МЕНЯ ЛЮБИТЬ.....	267
Глава 9. КАК ВОСПИТЫВАТЬ КАИНА.....	309
Эпилог.....	334
Благодарности.....	349

Посвящается Энн, моему Вергилию

ОТ АВТОРА

ЭТУ КНИГУ МОЖНО НАЗВАТЬ ПО-РАЗНОМУ, но я называю ее мемуарами. Это ничем не приукрашенные воспоминания, правдивая история моей жизни. Хотя я допускаю, что, возможно, что-то было несознательно искажено, все события я в любом случае излагаю через свою призму восприятия мира. И это несомненный плюс моей книги, который подогревает к ней интерес, потому что я эгоцентрична, страдаю манией величия и мне абсолютно наплевать на переживания других людей.

Книга опубликована под псевдонимом, и я изменила все имена, характеры и профессии участников событий. Незачем мешать их личной жизни. Иногда мне приходилось делать то же самое с происходившими событиями: я меняла их местами или сокращала, если этого требовала история. Во всем остальном это максимально подробный и честный рассказ. Никакие значимые факты я не меняла.

ВЫДЕРЖКА ИЗ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ОСВИДЕТЕЛЬСТВОВАНИЯ

МИСС ТОМАС НАПИСАЛА СВОЮ КНИГУ В ТРИДЦАТЬ ЛЕТ. В ней она пытается исследовать грани своей личности и определить, присутствует ли в них психопатологическая составляющая. Специалисты, проанализировав нормальные и патологические характеристики, упомянутые автором, поняли, что результаты выходят за рамки нормы, характерные для большинства людей. Эти данные позволяют считать мисс Томас классическим психопатом.

Если оценить мисс Томас по контрольным тестам на психопатию (PCL), то результаты совпадут с ее самооценкой. Наиболее явно это проявляется в особенностях межличностного общения: например, отсутствие способности к переживанию, ее расчетливый, а порой и жестокий подход к формированию социальных связей; а также ее неспособность испытывать эмоции.

Если составить клиническую картину психопатии мисс Томас, то ярче всего там будут проявлены психопатические (эгоцентризм, жажда сильных ощущений) и асоциальные черты; стремление к доминированию, завышенная самооценка и вербальная агрессия. Кроме этого, подобная картина покажет низкий уровень негативных переживаний (страхов, депрессии, психологи-

ческих травм) и заботы по отношению к другим людям. То, как она относится к стрессовым ситуациям, также современной наукой определяется как психопатия.

Мисс Томас не считает себя «психически больной», несмотря на то что осознает, как отличается от других людей. Она полностью довольна своей жизнью, ее не тревожат проблемы и неприятности, которые у другого человека могли бы вызвать шок или стресс. Подобное поведение также является отличительной чертой людей с психопатическими склонностями.

Скорее всего, мисс Томас до сих пор не испытывала отрицательных последствий своей психопатии и при этом хорошо реализовалась в жизни, по крайней мере в нескольких сферах (профессиональной и академической). Поэтому мисс Томас можно считать «успешным» или «социализированным», психопатом, который обладает способностью к социальной адаптации.

*Джон Ф. Иденс, доктор наук,
профессор кафедры психологии
Техасского аграрно-технического университета*

ГЛАВА 1

Я ПСИХОПАТ, ТАК ЖЕ КАК И ВЫ

Если бы моя жизнь была телевизионным шоу, то оно началось бы так.

Теплый летний денек в южной части Штатов. Вода в бассейне сверкает в солнечных лучах. С тихим шорохом дверь дома отодвигается, и на крыльцо выходит молодая женщина в шлепанцах и черном спортивном купальнике, который оттеняет ее ровный золотистый загар. Темные волосы спускаются на мускулистые плечи — видно, что женщина профессионально занимается плаванием. Летом героиня шоу подрабатывает спасателем на местном муниципальном пляже. В женщине нет ничего, что бросалось бы в глаза: ее сложно назвать красивой, но нельзя назвать и уродливой. Она выглядит и двигается как типичная спортсменка — немного неловко, по-мальчишески, словно не совсем уверена в движениях своего тела. При этом заметно, что ей все равно, как она выглядит: красиво или безобразно. Она, как и большинство спортсменов, привыкла ходить в купальнике.

Сегодня к ней должен прийти ученик на урок плавания. Она кидает полотенце на стул и сбрасывает с ног шлепанцы, причем делает это так, словно она готова расстаться с ними навсегда в любой момент. И только после этого она замечает какое-то движение в бассейне.

Там находится что-то маленькое, и ей удастся разглядеть, что это, только подойдя к самому краю. Это

детеныш опоссума, которому едва ли больше недели от роду. Его крохотные розовые лапки изо всех сил бьют по воде, чтобы удержать малюсенький розовый носик над поверхностью. Скорее всего, бедняжка свалился в бассейн ночью. Зверек слишком мал, чтобы выбраться из бассейна самостоятельно: он весь дрожит от истощения. Даже его блестящие глазки выглядят утомленно. Еще чуть-чуть, и он пойдет ко дну.

Женщина быстро обувает шлепанцы и на секунду останавливается, раздумывая. Затем берет сачок и возвращается к опоссуму. Камера приближается и показывает, как сачок погружается в воду и зацепляет зверька за задние лапы. Неуловимым и почти не требующим усилий движением женщина давит на сачок, погружая голову зверька под воду. Его жалобный плач наполняет весь бассейн. Опасность придает ему сил, и он изо всех сил бьется под сеткой, пытаясь высвободиться. Наконец ему удается вырваться, он выныривает на поверхность и успевает вдохнуть порцию спасительного воздуха, прежде чем сачок снова тянет его вниз. К счастью, сетка не опустилась в воду полностью, и опоссум смог вырваться из западни.

Женщина вздыхает, убирает сачок и бросает его на землю. Берет со стула полотенце и возвращается в дом. Зверек думает, что спасен, и продолжает отчаянно барахтаться на поверхности. Женщина тем временем звонит ученику, чтобы отменить занятие. Объясняет, что у нее проблемы с бассейном. Потом она хватается за ключи и направляется к своей мощной машине, которую водит с шестнадцати лет. Восьмицилиндровый двигатель, чихнув, с ревом оживает. Женщина сдает назад, не обращая внимания на припаркованные рядом автомобили, и уезжает. Не стоит пренебрегать неожиданным выходным.

Возвращается она в сумерках и, подойдя к бассейну, видит на дне что-то темное. Она вылавливает тельце все тем же сачком и бросает его через забор, на участок соседей. Кидает в воду таблетку антисептика, а потом уходит в дом. Вода успокаивается и становится зеркально прозрачной. Экран гаснет.

Я социопат. Именно так сложились генетические факторы и особенности моего воспитания. Я страдаю социопатией, которая по-научному называется «диссоциальным расстройством личности». В руководстве по диагностике и статистике психиатрических расстройств ее описывают как «устойчивое поведение, которое характеризуется пренебрежением к правам других людей и нарушением этих прав». Такие качества, как неспособность к соблюдению социальных норм, отсутствие раскаяния и склонность к обману лишь подтверждают диагноз. Лично я считаю, что социопатия — это сумма факторов, которые сформировали мою личность, но не то, что определяет меня на сто процентов. Мне не мешают эмоции, я умна, уверена в себе и харизматична, а еще умею наперед просчитать развитие ситуации. При этом стараюсь реагировать на события так, как это делают другие люди, когда смущены, растеряны или взволнованы.

Термины «социопатия» и «психопатия» часто используют как синонимы, потому что у них одинаковое клиническое происхождение. Однако некоторые специалисты все же различают их, так как есть генетические факторы, которые влияют на отношение к агрессии и другие проявления. Я же предпочитаю называть себя социопатом, потому что корень «психо» несет негативные коннотации. А я, хоть и имею определенное психическое расстройство, отнюдь не сумасшедшая.

В нашей семье я не единственный человек, который отличается от большинства людей. Мой дед, судя по рассказам, был таким же — крайне холодным и черствым человеком. Все его лицо было покрыто шрамами, что лишний раз подтверждало импульсивный характер и склонность к жестокости и риску. Он был ученым, конструировал ракеты, но всю жизнь воображал себя ковбоем. Все свои деньги он вложил в ранчо, которым не умел управлять, и в итоге его пришлось продать, чтобы оплатить долги. Он никогда не хотел семью, но, когда бабушка забеременела, был вынужден жениться. Однако дедушка сбежал спустя всего несколько месяцев после того, как родился мой отец. От родительских прав он отказался и никогда не виделся с сыном. Я ничего не слышала о родителях деда, но не думаю, что они были примерными.

Воспитание подстегнуло развитие у меня патологических черт, но вовсе не в том ключе, который вы, возможно, могли ожидать после просмотра фильмов о социопатах. Со мной хорошо обращались. Я не стала уголовницей или убийцей и ни разу не сидела в тюрьме. Мне гораздо больше нравилось проводить время в увитых плющом беседках. Я получила диплом юриста, преподаю право, мои статьи регулярно выходят в научных журналах. Я отдаю на благотворительность десять процентов дохода и бесплатно преподаю в воскресной школе. У меня отличные отношения с родственниками и друзьями, мы любим друг друга.

Вам не кажется, что мое описание похоже на вас? А может быть, вы тоже социопат? Согласно последним исследованиям, в некоторых социальных группах число социопатов может составлять от 1 до 4 процентов. То есть где-то социопатом может оказаться каждый 25-й. Их число может даже превышать количество анорекси-