

howto

# วิธีรอดพ้นจาก “คนเป็นพิษ”

## Surrounded by Psychopaths

โรมัส เอริกสัน

เขียน

ประเวศ หงส์สรรยา

แปล

ก า ร อ่ า น คื อ ร า ก ฐ า น ที่ ส ำ ค ัญ

คอยเตือนตัวเองถึงสิ่งที่คุณได้เรียนรู้จากหนังสือเล่มนี้

ถ้าคนคนหนึ่งได้รับความไว้วางใจจากคุณ

ไม่ใช่ว่าเขาจะต้องได้รับมันไปตลอดชีวิต...

ดูพฤติกรรมในปัจจุบัน ไม่ใช่ในอดีต

– โรมัส เอริกสัน



หนังสือคุณภาพ  
โดยอนริทกรุป

โรเบิร์ต เอริกสัน

ผลงานยอดเยี่ยมทั่วโลก จากผู้เขียน *วิธีเอาตัวรอดในวงล้อมคนใจเฝ้า*

# คำนำสำนักพิมพ์

“ทำไมไม่มีใครเชื่อฉัน คนคนนี้ร้ายกาจน่ากลัวมาก ๆ”

“พูดอะไรของเธอ เขาเนียนะ”

ได้ยินจนเบื่อในละครหลังข่าว แต่รู้ใหม่ว่า เรื่องจริงยิ่งกว่าละคร เพราะเราส่วนใหญ่อาจจะเป็นคนที่พูดประโยคหลังเมื่อเผชิญหน้ากับคนเป็นพิษชนิดที่เรียกได้น่ากลัวและพึงระวังที่สุด

ไซโคพาธไม่ใช่แค่การมีนิสัยชอบใช้อุบายลวงหลอกผู้อื่นเพื่อหาประโยชน์ควบคุม ทำร้าย หรืออาจถึงขั้นทำลายคนอื่นให้ย่อยยับอย่างจงใจและไม่รู้สึกสำนึกผิดแถมเนียนกริบชนิดที่จับมือใครดมไม่ได้

มันคือความผิดปกติทางบุคลิกภาพที่ฉาบหน้าด้วยความปกติ อาจถึงขั้นน่าหลงใหลกว่าปกติ

คือคนที่ใครก็ไม่รู้ว่าร้าย กว่าจะรู้ตัว หรืออาจจะไม่มีวันรู้เลย อะไรๆ เสียหายไปมากแล้ว คนเหล่านี้แฝงตัวอยู่ได้ทุกที่ ไม่ว่าจะเป็นที่ทำงาน ในวงเพื่อนฝูง หรือกระทั่งที่บ้านเราเอง

มันยังน่ากลัวตรงที่เขาเหล่านั้นฉลาดรอบคอบและจับจุดแข็ง - จุดอ่อนของเราได้อย่างรวดเร็ว นั่นทำให้ความเข้าใจเรื่องระบบ “คนสี่สี” ต้องกลับมามีบทบาทใหญ่หลวงอีกครั้ง ถ้าคุณเคยอ่านหนังสือเล่มเยี่ยมเล่มก่อนหน้าที่รู้จักกันทั่วโลกของเฮอร์คสัน นั่นคือ *วิธีเอาตัวรอดในวงล้อมคนเงี้ยว* คุณคงพอรู้แล้วว่า คนทั้งโลกที่ถูกแบ่งออกเป็นสี่สีคืออะไร และคุณน่าจะมึนงงอะไร แต่ถ้าคุณยังไม่ได้อ่านก็ไม่ได้ต้องกังวลไป คุณจะได้เรียนรู้แก่นสำคัญจากหนังสือเล่มนี้อยู่ดี คุณจะรู้ว่า การเป็นคนสี่สีใดสีหนึ่งมีความเสี่ยงที่จะตกเป็นเป้าของคนเจ้าเล่ห์เลือดเย็นที่เรียกว่า ไซโคพาธ ในลักษณะใดได้บ้าง และจุดแข็งเฉพาะตัวที่คุณจะใช้เป็นอาวุธได้กลับ

คืออะไร

แต่ถ้าคุณได้อ่าน *วิธีเอาตัวรอดในวงล้อมคนเงี้ยว* ก็น่าจะชัดเจนตามทีเฮอร์สันทั้งทำไว้ ว่าเล่มที่คุณถืออยู่นี้ ออกจะ “โหด” กว่าเล่มแรกอยู่ไม่น้อย เพราะจะเห็นว่า คนดี ๆ ที่ไม่ได้มุ่งร้ายต่อกัน แต่เพราะความต่างยังเงี้ยวใส่กัน จนปวดขมับได้ขนาดไหน

แล้วถ้าขยับเข้ามาในจักรวาลของคนมุ่งร้ายจริง ๆ เรื่องราวจะไกลาฬเลยเกิดไปได้แค่ไหน

และเช่นเคย โลกนี้มีคนที่จิตใจพินพิสใส่คนอื่น และคนที่เป็พินพิสโดยไม่รู้ตัว และเราต้องแยกสิ่งนี้ให้ออกเพื่อหาทางอยู่ร่วมกันหรือหนีห่างอย่างชาญฉลาด และยังเข้าใจตัวเราเองมากขึ้น และแน่นอนว่าหนังสือเล่มนี้ไม่ได้มาจากความปรารถนาของผู้เขียนหรือสำนักพิมพ์ที่จะสร้างความหวาดระแวงระหว่างเรา แต่มาจากความปรารถนาที่จะให้พวกเรามีเครื่องมือที่ดียิ่งขึ้นในการอยู่ร่วมกัน ไม่ว่าจะเป็นในบ้าน ที่ทำงาน หรือที่ไหนก็ตาม

การเรียนรู้ที่จะรักไม่ใช่เรื่องง่ายตาย พอ ๆ กับการเรียนรู้ที่จะขีดเส้นแบ่งเพื่อรักษาคุณภาพชีวิตที่ดีที่สุดของคุณเอง และของผู้คนรอบ ๆ ตัวคุณ เราจึงหวังเหลือเกินที่จะช่วยให้ทักษะสำคัญสองด้านนี้เป็นเรื่องท้ง่ายขึ้นสำหรับคุณ ไม่ว่าจะม่ีพื้นอารมณ์หรือบุคลิกภาพเช่นไร

ถ้าคุณเป็นคนหนึ่งที่เหนื่อยเพราะต้องเก็บกดตัวเอง ยอมตามคนอื่นตลอด หนังสือเล่มนี้จะช่วยให้คุณขีดเส้นกับสิ่งที่ล้ำเกินเข้ามา เรียกคืนพลังควบคุมชีวิต และมีความสุขมากขึ้น

ถ้าคุณก็ซัักจะระอากับอารมณ์เหวี่ยงที่เหมือนจะเกินพอดีของตัวเอง รู้สึกผิดอยู่บ่อย ๆ ที่อยากควบคุมใครสักคน หนังสือเล่มนี้อาจจะช่วยปลดล็อกและชี้แนะหนทางที่คุณจะลองรักในแบบที่ดีขึ้น แต่พึงพอใจกับความสัมพันธ์ที่มีค่ากับคุณมากขึ้น

ถ้าคุณรู้สึกแปลก ๆ มานานที่ไม่ว่าจะทำดีหรือตั้งใจดีเท่าไร ทำไมอะไร ๆ ก็ไม่ดีขึ้นเลย คุณอาจจะเริ่มตั้งคำถามว่า “ใคร” กำลังทำให้อะไร ๆ ยากอย่างที่ม่ควรหรือเปล่า แล้วเริ่มอย่างถูกต้องทศทางการเรียกคืนสมดุลในความสัมพันธ์ หรือตัดสินใจเปลี่ยนแปลงจุดใด ๆ อย่างมีสติ

ท้ายที่สุดแล้ว ความยุติธรรมต่อตัวเราเองและคนอื่น ๆ ความเมตตา  
ต่อตัวเราเองและคนอื่น ๆ และการหาจุดเหมาะสมในความสัมพันธ์ไม่ว่า  
ระดับใกล้ชิดหรือระดับห่างจะเกิดขึ้นไม่ได้เลย ถ้าเราไม่ได้ตระหนักรู้ว่า  
จริง ๆ แล้วมนุษย์ไปได้ไกลแค่ไหน ในการลวงล้าหรือใช้คนอื่นเป็นสะพานสู่  
ความปรารถนาของตัวเอง ไม่ว่าจะตั้งใจหรือไม่ตั้งใจ ภายใต้สภาวะเงื่อนไข  
อย่างใดอย่างหนึ่ง

เราจึงควรพร้อมเสมอที่จะบ่มเพาะขีดความสามารถในการหยั่งจิตใจ  
กันและกันให้ลึกซึ้งขึ้น แล้วเริ่มจากจุดนั้น

howto

# เช็กлистพฤติกรรมที่เข้าข่ายโซโคพาร

โดยโรเบิร์ต แฮร์

| ลักษณะนิสัย                                                | ไม่เคยเลย<br>(+ 0 คะแนน) | บางครั้งบางครั้ง<br>(+ 1 คะแนน) | เป็นประจำ<br>(+ 2 คะแนน) |
|------------------------------------------------------------|--------------------------|---------------------------------|--------------------------|
| 1. ทะลึ่งและชอบหัวเราะเล่น                                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>        | <input type="checkbox"/> |
| 2. ประเมินตัวเองสูงลิบ (สูงเกินจริง)                       | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>        | <input type="checkbox"/> |
| 3. ปราศจากความซื่อสัตย์หรือ<br>ความรู้สึกผิด               | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>        | <input type="checkbox"/> |
| 4. ใจต่ำและปราศจากความเข้าใจ<br>ผู้อื่น                    | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>        | <input type="checkbox"/> |
| 5. โกหกเป็นนิสัย                                           | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>        | <input type="checkbox"/> |
| 6. เจ้าเล่ห์และชอบหลอกล่อ                                  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>        | <input type="checkbox"/> |
| 7. อารมณ์ด้านชา (มีอารมณ์ตอบสนอง<br>อย่างผิวเผิน)          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>        | <input type="checkbox"/> |
| 8. ขาดความยับยั้งชั่งใจ                                    | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>        | <input type="checkbox"/> |
| 9. ควบคุมพฤติกรรมตัวเองได้น้อย                             | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>        | <input type="checkbox"/> |
| 10. ต้องการสิ่งกระตุ้น                                     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>        | <input type="checkbox"/> |
| 11. ขาดความรับผิดชอบ                                       | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>        | <input type="checkbox"/> |
| 12. มีปัญหาพฤติกรรมตั้งแต่อายุยังน้อย                      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>        | <input type="checkbox"/> |
| 13. มีพฤติกรรมต่อต้านสังคม<br>เมื่อโตเป็นผู้ใหญ่           | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>        | <input type="checkbox"/> |
| 14. ชอบเอาเปรียบผู้อื่น                                    | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>        | <input type="checkbox"/> |
| 15. มักมากในทางเพศ                                         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>        | <input type="checkbox"/> |
| 16. ไม่มีเป้าหมายระยะยาวที่มีพื้นฐานอยู่บน<br>ความเป็นจริง | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>        | <input type="checkbox"/> |
| 17. ไม่รับผิดชอบต่อการกระทำของตัวเอง                       | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>        | <input type="checkbox"/> |
| 18. ทำผิดกฎหมายในคดีอาญาดังแต่เด็ก                         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>        | <input type="checkbox"/> |
| 19. ทำผิดเงื่อนไขการปล่อยให้พ้นโทษ<br>ก่อนกำหนด            | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>        | <input type="checkbox"/> |
| 20. ก่ออาชญากรรมได้หลายรูปแบบ                              | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>        | <input type="checkbox"/> |
| คะแนนที่ได้<br>คะแนนรวม                                    |                          |                                 |                          |

คะแนน 35 - 40 : โซโคพารขนานแท้      คะแนน 15 - 20 : มีแนวโน้มที่น่าเป็นห่วง  
คะแนนสูงกว่า 30 : มีแนวโน้มเป็นโซโคพาร    คะแนนต่ำกว่า 15 : คนทั่วไป

หมายเหตุ : ตารางตรวจสอบพฤติกรรมนี้ไม่ได้ใช้เป็นเครื่องมือสำหรับการวินิจฉัย  
เชิงการแพทย์ สำหรับข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาไปที่หน้า 23

# สารบัญ

|                                                        |     |
|--------------------------------------------------------|-----|
| บทนำ                                                   | 1   |
| 1. โซโคพารคืออะไรกันแน่                                | 20  |
| 2. ปกป้องตัวคุณเอง : เกราะป้องกันโซโคพารจับพินฐาน      | 35  |
| 3. โซโคพารคือคนแบบไหน                                  | 46  |
| 4. เจอแต่คนี่ง่าใช้หรือเปล่า นี่คือวิธีกำจัดคนเหล่านี้ | 56  |
| 5. การล่อหลอกมืออยู่ทุกหนทุกแห่ง                       | 89  |
| 6. การล่อหลอกหน้าตาเป็นยังไง                           | 99  |
| 7. โซโคพารสีแดงที่ชอบเป็นผู้นำ                         | 120 |
| 8. โซโคพารสีเหลืองเจ้าเสน่ห์                           | 127 |

|                                            |     |
|--------------------------------------------|-----|
| 9. โซโคพารสีเขียวที่เรื่อย ๆ เฉื่อย ๆ      | 133 |
| 10. โซโคพารสีน้ำเงินที่แสนละเอียดลออ       | 138 |
| 11. โซโคพารหลอกล่อมบุษย์สีแดงยังไ          | 143 |
| 12. โซโคพารหลอกล่อมบุษย์สีเหลืองยังไ       | 154 |
| 13. โซโคพารหลอกล่อมบุษย์สีเขียวยังไ        | 163 |
| 14. โซโคพารหลอกล่อมบุษย์สีน้ำเงินยังไ      | 172 |
| 15. เทคนิคการล่อหลอกที่เห็นได้ทั่วไป       | 181 |
| 16. การล่อหลอกที่เจอได้ทุกวันและวิธีรับมือ | 219 |
| 17. ถ้าวิธีไหนก็ไม่ได้ผลเลยละ              | 240 |

|                                            |     |
|--------------------------------------------|-----|
| กึ่งท้าย : คำบางคำที่จะช่วยคุณในระหว่างทาง | 249 |
| บรรณานุกรม                                 | 252 |
| เกี่ยวกับผู้เขียน                          | 254 |

การได้รักเธอเปรียบเสมือนการออกรบ ฉันไม่เหมือนเดิมอีกเลยเมื่อกลับมา  
– วอร์ซัน เซียร์

# บทนำ

สังคมของเราปกครองด้วยคนบ้าเพื่อวัตถุประสงค์ประหลาด ๆ

— จอห์น เลนนอน

ลองจินตนาการดูว่ามีคนที่มีเสน่ห์ที่สุด ๆ และเป็นเพศที่คุณชอบนั่งอยู่ตรงข้ามคุณและยิ้มให้คุณพร้อมบอกว่า “คุณคือคนที่วิเศษที่สุดเท่าที่ฉันเคยพบมา!” คุณจะรู้สึกทันทีเลยว่า คนคนนี้พูดจริง เขาจริงใจกับคุณ เขายังถามคุณต่าง ๆ นานาและอยากรู้ทุกอย่างเกี่ยวกับตัวคุณโดยไม่สนใจพูดถึงเรื่องของตัวเองเลย สายตาก็มองคุณราวกับว่ามีเพียงคุณคนเดียวในสถานที่แห่งนั้น ความสนใจที่คนคนนี้มีต่อคุณทำให้คุณหน้าบานและหัวใจพองโตอย่างไม่เคยรู้สึกมาก่อน คนผู้นี้พูดถึงสิ่งที่คุณรอพึ่งมาตลอดชีวิต เขาเข้าอกเข้าใจดีพอสมควรทีเดียวว่าคุณเป็นคนอย่างไร รู้ตัวตนบางอย่างที่ซ่อนอยู่ในบุคลิกภาพของคุณ รวมถึงทุกอย่างที่คุณชอบและไม่ชอบ คุณรู้สึกราวกับว่าในที่สุดก็ได้พบเนื้อคู่แล้ว คนผู้นี้เข้าเกาะกุมหัวใจของคุณอย่างที่คุณไม่เคยรู้สึก ราวกับต้องมนตร์สะกด

คุณนึกภาพออกไหมครับ จินตนาการถึงความรู้สึกแบบนั้นได้ไหม มันสุดยอดไปเลยใช่ไหมล่ะ

ตอนนี้มาถึงคำถามที่ว่า คุณมองกระจกและบอกตัวเองอย่างตรงไปตรงมาได้หรือไม่ ว่าสิ่งที่เกิดขึ้นจะไม่มีผลอะไรกับคุณ คุณจะไม่หันเหไปกับคำหวานไร้สาระสุดแสนโรแมนติคนั้นและรู้สึกสงสัยขึ้นมาทันทีว่าคนผู้นี้ต้องการอะไร อะไรบางอย่างที่แตกต่างจากสิ่งที่เขาแสดงออกอย่างสิ้นเชิง ถ้าไม่ใช่ร่างกายของคุณ ก็น่าจะเป็นเงินของคุณ

ลองใช้เวลาคิดดูสักหน่อยก่อนจะตอบ เพราะถ้าคุณไม่เคยเจอสถานการณ์เช่นนี้มาก่อน คุณจะไม่มีทางเห็นภัยอันตรายที่แฝงอยู่ บุคคลผู้นี้จะเผยความลับของตัวเองให้คุณฟังและหาทางให้คุณเผยความลับของตัวเอง

คุณจะทำตอบทุกคำถามที่ลงลึกในรายละเอียดมากขึ้นเรื่อย ๆ เป้าหมายหลักมีเพียงอย่างเดียวคือ เก็บข้อมูลเกี่ยวกับตัวคุณให้ได้มากที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้

เมื่อสองสามปีก่อน ผมเขียนหนังสือชื่อ *Surrounded by Idiots* (วิธีเอาตัวรอดในวงล้อมคนเง่) หนังสือเล่มนั้นพูดถึงพื้นฐานของภาษา DISC ซึ่งเป็นหนึ่งในวิธีการที่ทรงพลังมากที่สุดในโลกในการอธิบายถึงการสื่อสารของมนุษย์และความแตกต่างในรูปแบบพฤติกรรมมนุษย์ หนังสือประสบความสำเร็จชนิดที่ผมไม่ได้คาดคิดไว้เลยจริง ๆ ผมเชื่อว่าเหตุผลส่วนหนึ่งที่ส่งผลต่อความสำเร็จของหนังสือเล่มนั้นคือ คนมากมายก็เป็นแบบผมที่หลงใหลในเรื่องของพฤติกรรมมนุษย์ ทั้งพฤติกรรมของคนอื่นและเหนือสิ่งอื่นใดก็คือพฤติกรรมของตัวเอง ผมอาจต้องยอมรับด้วยว่า *ตัวผมเองเป็นคนที่น่าสนใจ!* อย่างน้อยก็สำหรับตัวผมเอง

ประเภทของพฤติกรรมที่ผมใช้ทั้งในหนังสือเล่มแรกและหนังสือเล่มนี้ยึดตามทฤษฎีของวิลเลียม โมลตัน มาร์สตัน ซึ่งประกอบด้วยคน 4 ประเภทหลัก โดยแต่ละประเภทใช้สีเป็นตัวแทน ได้แก่ มนุษย์สีแดง ผู้ชอบมีบทบาทนำ มนุษย์สีเหลืองที่ถนัดการโน้มน้าว มนุษย์สีเขียวผู้ชื่นชอบความคงเส้นคงวา และมนุษย์สีน้ำเงินซึ่งนิยมทำตามแบบแผน ในบทต่อไปผมจะให้ภาพกว้างว่าสีเหล่านี้มีความหมายอย่างไรในทางปฏิบัติ ประเภทของพฤติกรรมเหล่านี้เป็นเครื่องมือหนึ่งที่ช่วยตอบคำถามของเราได้มากมาย (แต่ไม่ทั้งหมด) ว่าผู้คนเป็นอย่างไร

คนเราซับซ้อนเกินกว่าจะบรรยายได้ครบทุกรายละเอียด แต่ยิ่งคุณเข้าใจมากเท่าไร การดูว่าใครไม่ได้มีแนวโน้มจะเป็นคนแบบใดก็จะยิ่งง่ายขึ้น การจัดประเภทพฤติกรรมเช่นนี้เป็นวิธีการที่น่าจะครอบคลุมราว 80 เปอร์เซ็นต์ของปริศนาด้านพฤติกรรมทั้งหมด ถือว่าเยอะทีเดียว แต่ก็ยังห่างไกลจากคำว่าทุกสิ่งทุกอย่าง มีปัจจัยอื่น ๆ อยู่เสมอที่เราจำเป็นต้องนำมาพิจารณาเพื่อให้เข้าใจพฤติกรรมของคนคนหนึ่ง เช่น เพศ อายุ ความต่างทางวัฒนธรรม แรงจูงใจ สถิติปัญญา ความสนใจ ประสบการณ์ ในทุก ๆ ด้าน ลำดับการเกิด และปัจจัยอื่นอีกนับไม่ถ้วน พุดง่าย ๆ คือ ปริศนานี้ประกอบด้วยตัวต่อจิ๊กซอว์มากมายเหลือเกิน

## ปัญหาอยู่ตรงนี้

ขณะที่หนังสือเล่มแรกได้รับความนิยมมากขึ้นเรื่อยๆ ทั่วโลก บางคนเลือกที่จะใช้ระบบ DISC ในทางที่เลวร้าย ซึ่งผมไม่เคยตั้งใจให้เกิดการใช้ในลักษณะนี้เลย ดังนั้น ในหนังสือเล่มนี้ ผมจึงอยากให้คุณตระหนักถึงคนลักษณะนี้ คนที่พยายามหลอกล่อให้คุณทำในสิ่งที่พวกเขาต้องการ และผมจะให้เครื่องมือกับคุณเพื่อปกป้องตัวเอง มีคนถามผมบ่อยครั้งว่า คนคนหนึ่งมี *ทุก* สีได้หรือไม่ โดยมีสีแดง สีเหลือง สีเขียว และสีน้ำเงิน อย่างละนิดอย่างละหน่อย “ฉันมีครบทุกสีผสมกันอย่างละนิด” ผู้อ่านหลายคนเขียนอีเมลมาบอกผมอย่างนี้ “เรื่องนี้เป็นไปได้หรือเปล่า” ผมรู้สึกว่าเป็นไปได้แน่นอน บางครั้งผมก็ทำเหมือนคนสีแดง บ่อยครั้งที่ทำเหมือนคนสีเหลืองและสีเขียว แต่ในบางโอกาสผมก็เป็นคนสีน้ำเงินอย่างไม่ต้องสงสัย อันที่จริงเหตุผลว่าทำไมเรื่องนี้จึงเป็นไปได้นั้นง่ายมาก เราทุกคนมีความสามารถที่จะใช้พฤติกรรมแบบไหนก็ได้ตามที่ต้องการ เนื่องจากเราเป็นสิ่งที่ชีวิตที่มีสติปัญญาและสามารถคิดอะไรเองได้ เมื่อคนสีเหลืองรู้จักนิสัยของตนเองมากขึ้นก็จะเรียนรู้ว่าถึงเวลาที่ต้องปิดปากและเปิดหูรับฟัง ส่วนคนสีเขียวก็สามารถเรียนรู้ที่จะแสดงความคิดเห็นจากใจจริงแม้ว่ามันอาจจะนำไปสู่ความขัดแย้ง แต่ถึงที่สุดแล้ว โดยปกติคนเราจะมีเพียงสองสีที่โดดเด่นอยู่ในพฤติกรรม

## ประสบการณ์ที่ไม่น่าพึงพอใจ

ประมาณ 1 ปีหลังจากหนังสือ *วิธีเอาตัวรอดในวงล้อมคนเงี้ยว* ตีพิมพ์ ผมได้พบกับเหตุการณ์ประหลาด เด็กหนุ่มคนหนึ่งเดินมาหาผมหลังจากผมบรรยายเสร็จที่มหาวิทยาลัยแห่งหนึ่ง เขามายืนตรงหน้าผมซึ่งกันคนอื่นไม่มากนักยอที่ต้องการถามคำถามผมเช่นกัน เด็กหนุ่มจึงผมตาเขม็งพร้อมพูดว่า เขาไม่เห็นตัวเองอยู่ในข่าย *สีใดสีหนึ่ง* เลย ผมถามเขาว่าเขา

หมายความว่าอะไร เขาตอบว่า พฤติกรรมแบบต่างๆ ที่ผมบรรยายไม่ตรงกับเขาสักแบบ เขาคิดว่าตัวเองเป็นสิ่งที่ห้า เขายังอยากรู้มากขึ้นด้วยว่าจะปฏิสัมพันธ์กับคนอื่นอย่างไรถึงจะดีที่สุด แต่การเลือกใช้คำของเขา น่าสนใจทีเดียว เขาบอกผมว่า เขาต้องการรู้ว่าจะ “ใช้ประโยชน์จากความรู้เหล่านี้ได้อย่างไร”

โอเค

ผมให้คำตอบแบบทั่วๆ ไป เพราะตอนนั้นผมไม่มีเวลาวิเคราะห์เขา และเมื่อเขาตระหนักได้ว่า ต่อให้ถามมากแค่ไหนก็ไม่ได้คำตอบอะไรไปมากกว่านี้ เขาก็ขยับตัวออกไป แต่แทนที่เขาจะเดินจากไปเลย เขากลับยืนห่างออกไปสองสามเมตรพร้อมกับเฝ้าผมตลอดเวลาจนผมเก็บของเสร็จ

“เฝ้าผม” ไม่ใช่คำที่ตรงเป๊ะสักเท่าไร อันที่จริงเขาจ้องมองผมจนเกือบทำให้ผมรู้สึกเขินอยู่นาน 10 นาทีเห็นจะได้ ผมเห็นคนเดินเข้ามาทักทายและยิ้มให้เขา และทุกครั้งเขาจะยิ้มตอบ แต่เขาไม่ได้ยิ้มจริงๆ เขา แกล้งยิ้ม ใบหน้าของเขาบิดเบี้ยวจนดูเหมือนการแสร้งยิ้มที่ประหลาด เป็นการพยายามทำให้ดูเหมือนยิ้ม คนบางคนที่เขายิ้มตอบสังเกตได้และมองด้วยสายตาแบบมีคำถาม แต่คนอื่นๆ ดูเหมือนจะไม่คิดว่ามีอะไรผิดปกติ และทุกครั้งหลังจากส่ง “ยิ้ม” ให้คนอื่น เขาจะกลับมาจ้องผมเขม็งซึ่งน่าอึดอัดสินดี

และการที่เขาพูดว่า “ใช้ประโยชน์” จากระบบ DISC หมายความว่าอะไร

ผมจุกคิดขึ้นมาได้ว่า เด็กหนุ่มคนนี้พูดถูกอยู่เรื่องหนึ่ง นั่นคือ ภาษา DISC ไม่สามารถใช้ได้กับทุกคน มีคนส่วนหนึ่งที่เราไม่อาจจัดเข้าประเภทไหนได้เลย เราควรจะระมัดระวังให้มากกับคนประเภทนี้ซึ่งไม่น่าข้องแหวด้วยหรืออาจจะถึงขั้นอันตรายด้วยซ้ำ เราทุกคนล้วนเคยได้ยินเกี่ยวกับพวกจอมบงการ สิบแปดมงกุฏ และนักต้มตุ๋น เหลือของคนเหล่านี้จะสงสัยว่า มันลোকจนฉันทายใจขนาดนี้ได้อย่างไร ทำไมฉันถึงมองไม่ออกว่ามันเป็นพวกสิบแปดมงกุฏ

เหตุผลหนึ่งหรือครบ ก็เพราะคนเหล่านี้รู้ว่า พวกเขาจะใช้พฤติกรรมของพวกเขาเองมาเล่นงานพวกคุณได้อย่างไร พวกเขามีสัญชาตญาณที่จะเข้าใจวิธีหลอกคนอื่นให้ทำอะไรได้แทบทุกอย่าง และพวกเขาสามารถ

หลอกได้แทบทุกคนโดยใช้สิ่งที่พวกเขาได้เรียนรู้เกี่ยวกับคนเหล่านั้น จุดประสงค์ของคนเหล่านี้เหมือนเดิมเสมอ นั่นคือเพื่อให้ได้ในสิ่งที่ตัวเองต้องการ พวกเขาทิ้งร่องรอยของความวุ่นวายและความโกลาหลไว้ข้างหลัง

คำถามก็คือ ถ้าใครสักคนไม่มีบุคลิกของตัวเอง แต่สามารถเลียนแบบใครก็ตามที่อยู่ตรงหน้า คนแบบนี้คือคนแบบไหน พวกเขาไม่ใช่มนุษย์สีแดงหรือสีเหลืองและไม่ใช้สีเขียวหรือสีน้ำเงินอย่างแน่นอน พวกเขาประกอบด้วยทุกสีใช่หรือไม่ หรือจัดอยู่ในสีที่ห้าอย่างนั้นหรือ คำตอบคือไม่ใช่ทั้งสองอย่าง พวกเขาเป็นประเภทที่แยกต่างหาก เป็นแบบที่ไม่สามารถจัดเข้ากลุ่มในแบบที่เราจัดประเภทคนปกติทั่วไป พวกเขาเป็นคนที่ไม่มีบุคลิกของตัวเอง แต่จะเลียนแบบอะไรก็ตามที่พวกเขาเห็นเพื่อประโยชน์ของตัวเอง พวกเขาเป็นเหมือนกิ้งก่าที่เปลี่ยนสีได้และมีวาระซ่อนเร้นที่มีเพียงพวกเขาเท่านั้นที่รู้ และเรามั่นใจได้เลยว่าวาระซ่อนเร้นนี้มีไว้เพื่อสร้างประโยชน์ให้พวกเขาเท่านั้น

แทนที่จะระบุให้คนเหล่านี้เป็นสีที่ห้าหรือเป็นสีผสมของทุกสี ผมนิยามพวกเขาว่าเป็นคนไม่มีสีอะไรเลย เพราะคนที่ไม่มีบุคลิกที่แท้จริงเป็นของตัวเองหรือคนที่แทบจะแสดงอยู่ตลอดเวลา นั่นถือว่าไม่มีตัวตนที่แท้จริง พวกเขาคือความฉ้อฉลที่มีชีวิต ถ้าคุณเคยพบเจอคนแบบนี้ คุณจะรู้ว่าผมกำลังพูดถึงอะไร

ว่าแต่คนเหล่านี้เป็นใคร คนประเภทไหนกันที่พยายามเลียนแบบสิ่งที่คนอื่นทำ และเป้าหมายของคนพวกนี้จะเป็นอะไรได้บ้าง

## สร้างทำเป็นเหมือนกับคนอื่น ๆ

ถ้าจะพูดกันตรง ๆ คนพวกนี้คือสัตว์ล่าเหยื่อในร่างมนุษย์ ฟังดูน่าตื่นเต้นเร้าใจไหมครับ เหตุผลที่ผมให้คำนิยามแบบนี้ก็ตรงไปตรงมาเลยครับ ก็มันน่าตื่นเต้นเร้าใจ! จริง ๆ คนเหล่านี้ในท้ายที่สุดแล้วจะทำร้ายคนส่วนใหญ่ที่พวกเขาเข้าไปยุ่งเกี่ยวกับ และบ่อยครั้งที่เหยื่อคิดไม่ออกเลยว่าความปั่นป่วนวุ่นวายที่เกิดขึ้นเป็นฝีมือของใคร

มิตรรักนักอ่านทุกท่านครับ นี่แหละคือสิ่งที่พวกไซโคพาททำกัน

## ไซโคคี่คนพวกนี้ถูกจับเข้าคุกกับหมดแล้ว ใช่หรือเปล่า

บรรดาไซโคพาทก็ใช้ชีวิตอยู่ในสังคมเหมือนเราทุกคนนั่นแหละ คนเหล่านี้แทรกซึมเข้าไปอยู่ตามบริษัทและองค์กรต่างๆ ซึ่งพวกเขาแทบไม่ได้ทำงานอะไรให้สำเร็จเป็นชิ้นเป็นอันเมื่อเทียบกับคนอื่น ๆ อาจมีบางกรณีพิเศษจริงๆ ที่คนเหล่านี้จะมีส่วนช่วยทำอะไรในทางที่ดี คนพวกนี้แทบจะไม่เคยเสนอตัวเป็นคนจ่ายค่าอาหารเวลาไปกินข้าวด้วยกัน และไม่เคยมีเงินเลยเวลาที่มีค่าใช้จ่ายภายในบ้าน บ่อยครั้งที่พวกเขาไม่ซื่อสัตย์ ชอบหลอกล่อ และเสแสร้งเก่ง ไซโคพาทเป็นนักใบปดตัวยง ซึ่งส่วนใหญ่ยังโกหกแม้กระทั่งในยามที่ไม่มีเหตุผลให้ต้องทำอย่างนั้น พวกเขาสามารถหลอกใครก็ได้ให้หลงเชื่อและสามารถพลิกทุกอย่างที่คุณพูดมาเล่นงานคุณอย่างไรก็ตาม คนพวกนี้มักจะได้รับความนิยมสูงสุดขีด คนมากมายชื่นชอบพวกเขา และมองว่าคนเหล่านี้สูงส่งถึงขั้นเคารพเทิดทูน

คุณอาจจะถามตัวเองว่า แล้วมันเป็นแบบนี้ไปได้ยังไง เป็นคำถามที่ดีทีเดียวครับ เราจะชื่นชอบคนที่เสแสร้งได้ยังไง คุณต้องคิดว่า ไม่ใช่ฉันแน่นอน ฉันจะเกลียดคนพวกนี้ตั้งแต่แรกเจอแน่นอน ถ้าคุณรู้จักตัวตนที่แท้จริงของคนพวกนี้ คุณจะเกลียดพวกเขา แต่คุณไม่รู้แน่สิ เพราะคนพวกนี้ไม่ปล่อยให้ใครเห็นธาตุแท้ หาก你还พอจะไซโคคี่อยู่บ้าง คุณก็จะพบธาตุแท้ของคนพวกนี้ได้ที่สุดในกรณีที่ดีที่สุด คุณจะรู้จักตัวตนของพวกเขาก่อนที่อะไรๆ จะสายเกินแก้ เช่น เมื่อคุณเสียนงานไปแล้ว หรือโดนคนทั้งหลายที่คุณเรียกว่าเพื่อนตัดความสัมพันธ์

แต่คุณอาจจะกำลังคิดว่า เดียวก่อน ไซโคพาทเป็นพวกฆาตกรต่อเนื่องและอาชญากรที่นิยมความรุนแรง คนจิตผิดปกติพวกนี้ส่วนใหญ่อยู่ในคุกแน่ๆ

ถ้ามันเป็นอย่างนั้นทั้งหมดก็ดีสิครับ! จริงอยู่ที่ไซโคพาทมากมายถูกจับเข้าคุกเพราะไม่สามารถควบคุมแรงกระตุ้นภายในของตัวเองได้ คนกลุ่มนี้ชอบใช้ความรุนแรง และบางครั้งก็ถึงขั้นบ้าถ้าพูดกันตรงๆ เมื่อพวกเขา

เห็นสิ่งที่ต้องการก็จะเอามาเป็นของตัวเองเลย โดยบ่อยครั้งมักใช้ความรุนแรง ซึ่งทำให้เห็นตัวตนที่แท้จริงของพวกเขาได้อย่างรวดเร็ว แต่ไซโคพาสส่วนใหญ่ไม่ได้อยู่ในคุก ไซโคพาสที่ฉลาดกว่านั้นและไซโคพาสที่ไม่ได้ก่ออาชญากรรมร้ายแรงจริงๆ ก็เดินปะปนกับพวกเราเหมือนกับคนทั่วไป พวกเขาจะไม่ยอมหยุดจนกว่าจะได้สิ่งที่ต้องการ และคุณต้องเคยพบเจอกับคนประเภทนี้มาบ้างอย่างแน่นอน

แต่เราอย่าลืมนำไปด้วยคนประเภทนี้จริงหรือ

การตั้งชื่อหนังสือเล่มนี้ว่า *Surrounded by Psychopaths* ผ่านการพิจารณาคัดเลือกอย่างรอบคอบ เนื่องจากมีไซโคพาสมากกว่าที่ผมคิดว่าคนส่วนใหญ่จะตระหนักถึงมากนัก ผมอยากให้คุณรู้วิธีดูว่าใครเป็นจอมหลอกล่อ และจะปกป้องตัวคุณเองได้ยังไงหากบังเอิญพบเจอกับคนประเภทนี้

## ผลที่ตามมาคืออะไร

พฤติกรรมที่แปลกประหลาดของเด็กหนุ่มที่มาหาผมหลังการบรรยายกวนใจผมอยู่นานหลายเดือน ไม่ว่าจะเป็นสายตาที่จับจ้องหรือรอยยิ้มที่ไม่เป็นธรรมชาติ มันช่างแปลกประหลาดไปหมด เกิดอะไรขึ้นกับเด็กหนุ่มคนนั้น ผมได้คำตอบเมื่อกลับไปยังมหาวิทยาลัยแห่งนั้นอีกครั้ง ผมแวะไปหาหัวหน้าแผนกที่ซึ่งผมเคยมาบรรยาย และถามถึงเด็กหนุ่มคนนั้น เขาเป็นใครหรือครับ หัวหน้าแผนกรู้อะไรเกี่ยวกับเขาบ้างไหม คำตอบที่ผมได้น่ากลัวมากทีเดียว

เด็กหนุ่มคนนั้นเป็นเจ้าหน้าที่ของมหาวิทยาลัยซึ่งถูกจับได้ว่าลักขโมยเงินเกือบ 1 แสนดอลลาร์จากมหาวิทยาลัย และหัวหน้าแผนกได้แจ้งตำรวจแล้ว แต่ก่อนหน้านั้นเขาทำผู้หญิงสองคนในแผนกห้อง เขาสามารถทำให้ผู้หญิงหนึ่งโน้มน้าวใจให้ออกด้วยความผิดฐานล่วงละเมิดทางเพศ (ต่อเขา!) และผู้หญิงอีกคนพยายามฆ่าตัวตายหลังจากความสัมพันธ์ถูกเปิดเผย (เธอแต่งงานมีครอบครัวมาหลายปีแล้ว) เจ้าหน้าที่ 2 คนที่เป็นนักศึกษา

ระดับมหาวิทยาลัยต้องลาป่วยด้วยอาการอ่อนเพลียเรื้อรังหลังจากเด็กหนุ่มคนนั้นปล่อยข่าวซุบซิบและสร้างความวุ่นวายในหมู่เจ้าหน้าที่ หัวหน้าแผนกลาออกและทุกอย่างปั่นป่วนไปหมด ไม่มีใครรู้ว่าตัวเองควรทำอะไร งานวิจัยถูกลืม และแผนกกำลังจะแตกเป็นเสี่ยง

แต่เด็กหนุ่มคนนั้นเรียนรู้ที่จะยิ้ม เขาเรียนรู้ที่จะสร้างภาพว่าเป็นคนดีน่ารักใคร่ เขาอยู่รอดมาได้ 2 ปีก่อนจะถูกให้ออกจากงาน ไม่มีใครสงสัยเขาเลย เขาอธิบายเรื่องที่เกิดขึ้นได้ทุกเรื่องและทุกอย่างเป็นความผิดของคนอื่นเสมอ

หัวหน้าแผนกบอกผมด้วยเสียงสั่นเครือว่า เด็กหนุ่มคนนั้นได้รับการปล่อยตัวเป็นอิสระหลังจากโน้มน้าวตำรวจและอัยการให้เชื่อว่า เขายักยอกเงินตามคำแนะนำของหัวหน้าแผนก หัวหน้าแผนกซึ่งทำงานที่มหาวิทยาลัยมานาน 38 ปีก็เกือบถูกดำเนินคดีด้วย แน่จน เงินก้อนนั้นหายไปแล้ว และหลักฐานก็อ่อนเสียจนทำอะไรเพื่อเอาผิดผู้ยักยอกตัวจริงไม่ได้เลย ผมถามต่อว่าเกิดอะไรขึ้นกับเด็กหนุ่มคนนั้น หัวหน้าแผนกตอบผมว่า เขาเพิ่งได้งานใหม่ที่บริษัทด้านเทคโนโลยีสารสนเทศ เขาดูแลรับผิดชอบโครงการที่เกี่ยวข้องกับเงินลงทุนก้อนใหญ่และจะนำบริษัทไปสู่ความเจริญก้าวหน้ามากขึ้นเรื่อย ๆ

ดังนั้นผมจึงได้รู้ว่าเด็กหนุ่มที่มาร่วมฟังการบรรยายของผมได้เรียนรู้ “วิธีใช้ประโยชน์จากระบบ DISC”

พอหัวหน้าแผนกเล่าจบ น้ำตาก็ไหลอาบแก้ม เห็นแล้วอนาถใจทีเดียว ถ้าตอนนั้นผมมีโอกาส ผมน่าจะได้วิเคราะห์เด็กหนุ่มคนนี้ ส่วนการวิเคราะห์จะแสดงให้เห็นอะไรบ้าง พูดตรง ๆ ว่าผมเองก็ไม่รู้

สิ่งที่น่ากลัวที่สุดคือ เขายังอยู่ร่วมสังคมกับคนอื่น และถ้าคุณบังเอิญพบเจอกับเขาหรือคนที่เหมือนกับเขา เป็นเรื่องสำคัญอย่างยิ่งที่คุณจะต้องรู้ว่า จะรับมืออย่างไร เพราะถ้าเขากระแฉะระคายจุดอ่อนของคุณ เขาจะเดินหน้าเต็มกำลังเพื่อทำลายคุณ ไม่ใช่เพราะเขาเกลียดคุณหรือเพราะเขามีแรงจูงใจส่วนตัวบางอย่าง แต่เพราะนี่คือสิ่งที่ไซโคพาททำ คนเหล่านี้จะเอาสิ่งที่ตัวเองต้องการไปจากคุณโดยไม่สนใจวิธีการและผลที่จะตามมา

คนพวกนี้ทั้งล่อลวงและหลอกลวง พวกเขาทั้งโกหกและใช้เล่ห์กลเพื่อประโยชน์ของตน พวกเขาเป็นทั้งใจแฉะและกาฝาก และพวกเขาได้พลังจากการทำลายคนอื่น นี่คือการเพเลิงหลักที่ขับเคลื่อนคนเหล่านี้

พูดเกินจริงไปหรือเปล่า ไม่เลยครับ หลังจากคุณอ่านหนังสือเล่มนี้ คุณอาจจะรู้สึกนอนไม่ค่อยหลับ ถ้าเป็นอย่างนั้นจริงๆ ผมต้องขออภัยไว้ล่วงหน้าด้วยนะครับ

ผมจะอธิบายวิธีดูไซโคพาท วิธีดูคนที่มีลักษณะนิสัยแบบไซโคพาท และสำคัญที่สุดคือ ผมจะบอกว่า คุณจะรับมือกับไซโคพาทได้อย่างไร

## ต้องมีหนังสือว่าด้วยไซโคพาทเลยหรือ

หลังจากหนังสือ *วิธีเอาตัวรอดในวงล้อมคนเงี้ยว* ได้รับการตีพิมพ์ ผมมีโอกาสเดินทางไปบรรยายเกี่ยวกับระบบ DISC ทั่วยุโรป หนังสือเล่มนั้นเน้นหลายสิ่ง ที่ก่อนหน้านี้ผมเองคิดว่าเป็นเรื่องปกติธรรมดาตามาตลอด คนเราแตกต่างกันแน่นอน เราทุกคนรู้เรื่องนี้อยู่แล้ว แต่ว่าแตกต่างกันแค่ไหนละและแตกต่างกันยังไง และเหนือสิ่งอื่นใด คุณจะจัดการกับความแตกต่างเหล่านั้นอย่างไร

ภาษา DISC ที่ใช้สีแทนคนประเภทต่างๆ ซึ่งวิลเลียม โมลตัน มาร์สตัน ได้วางรากฐานเอาไว้ช่วยอธิบายได้มากทีเดียวว่าผู้คนเป็นยังไง แต่ก็อย่างที่ผมพูดไว้ก่อนหน้านี้ว่า มันอธิบายได้ไม่ทุกอย่าง

มาร์สตันเป็นหนึ่งในนักจิตวิทยาชื่อดังคนแรกๆ ที่ทำการวิจัยกับคนปกติ ทั้งคาร์ล ยุง และซิกมุนด์ ฟรอยด์ ทุ่มเทให้กับการศึกษาวิจัยคนป่วยทางจิตเป็นหลัก คุณจะจับทุกคนเข้ามาใส่ในระบบ DISC ได้หรือไม่ คุณทำอย่างนั้นไม่ได้แน่นอน ระบบนี้ใช้ได้กับคนปกติทั่วไปเท่านั้น ซึ่งเป็นประเภทของคนที่มาร์สตันทำการศึกษาวิจัย หากคุณได้รับการวินิจฉัยว่ามีอาการบางอย่าง เช่น ความผิดปกติทางบุคลิกภาพแบบก้ำกึ่ง ออทิสติกขั้นรุนแรง โรคจิตเภท หรืออะไรทำนองนี้ หรือโรคบุคลิกภาพผิดปกติ (ไซโคพาท) ระบบนี้จะใช้ไม่ได้เลย

## แล้วจริง ๆ มีไซโคพาทมากน้อยแค่ไหนกันแน่

คุณอาจจะบอกว่า เดียวนะ ไซโคพาทมีอยู่น้อยมากเสียจนไม่คุ้มที่จะมานั่งกังวล คนกลุ่มนี้ไม่มีทางเกิน 0.1 เปอร์เซ็นต์ของจำนวนประชากร (หรืออาจจะแค่ 0.2 หรือ 0.3) ผมเข้าใจได้นะครับว่าทำไมคุณถึงคิดอย่างนั้น แต่อันที่จริงมีไซโคพาทมากกว่าที่คุณคาดคิด ผลการศึกษาวิจัยทางวิทยาศาสตร์ล่าสุดหลายชิ้นเผยให้เห็นว่า มีไซโคพาทอยู่ระหว่าง 2 - 4 เปอร์เซ็นต์ของจำนวนประชากร ซึ่งเป็นจำนวนที่ไม่น้อยเลยทีเดียว เพื่อเปรียบเทียบให้เห็นชัดเจน ในหนังสือเล่มก่อนผมได้เขียนถึงมนุษย์ที่มีพฤติกรรมสีแดงทุกกระเปียดไว้หลายหน้า ซึ่งคนกลุ่มนี้คิดเป็นแค่ประมาณ 0.5 เปอร์เซ็นต์ของประชากร

ลองคิดดูนะครับ ถ้าคุณเป็นคนเลี้ยงแกะที่ต้องดูแลแกะ 1 พันตัว และคุณได้ยินว่ามีหมาป่า 2 ตัวในบริเวณนั้น คุณอยากจะรู้เกี่ยวกับอะไรมากกว่า แกะ...หรือหมาป่า แน่นอน คุณย่อมอยากจะจับตามองหมาป่า แม้ว่ามันจะมีอยู่ไม่มากและไม่ฆ่าแกะทุกตัวที่บังเอิญพบเข้า ย่อมเป็นความคิดที่ดีหากจะเข้าใจว่าหมาป่าคิดยังไงและดูออกเมื่อคุณเจอมันเข้า เพราะเมื่อหมาป่าตัดสินใจเข้าโจมตี นั่นก็สายเกินไปแล้ว ถึงตอนนั้นหมาป่าก็จะเอาทุกอย่างที่ต้องการไป

เมื่อพูดถึงไซโคพาท เราไม่ได้กังวลเกี่ยวกับเหยื่อที่ตกเป็นเป้าหมายหลักของคนเหล่านี้เท่านั้น แต่กังวลไปถึงผลกระทบที่คนเหล่านี้มีต่อคนรอบข้างด้วย คนจำนวนมากได้รับผลกระทบจากพฤติกรรมของไซโคพาทเนื่องจากผลกระทบเกิดขึ้นเป็นวงกว้าง และความเสียหายที่เกิดจากไซโคพาทส่งผลไปไกล คนพวกนี้มักดึงคนมากมายให้ลงมาร่วมชะตากรรมด้วยเสมอ

หนังสือเล่มนี้ว่าด้วยวิธีที่คุณจะปกป้องตัวเองจากพฤติกรรมทำนองนี้ ผมจะเริ่มต้นด้วยการใช้ระบบของมาร์สตันที่แบ่งคนเป็น 4 สี 4 แบบเพื่อแสดงให้เห็นว่าจุดแข็งและจุดอ่อนของคนแต่ละสีตกเป็นเครื่องมือของไซโคพาทที่จิตใจชั่วร้ายได้อย่างไร คนพวกนี้จะใช้จุดอ่อนของคุณมาเล่นงานคุณ นี่คือเหตุผลอย่างหนึ่งที่ชี้ว่าทำไมการบำบัดจึงใช้กับพวกไซโคพาทไม่ได้

คนพวกนี้รักษาไม่หาย

หากคุณยังไม่ได้อ่าน *วิธีเอาตัวรอดในวงล้อมคนใจเฝ้า* ผมจะอธิบายถึงศาสตร์บางประการที่เป็นพื้นฐานของระบบแบ่งคนเป็น 4 สีในหน้าถัดๆ ไป เพื่อให้คุณเข้าใจศัพท์เฉพาะและการใช้เหตุผลอธิบายตัวอย่างที่หยิบยกมาในหนังสือเล่มนี้มากขึ้น หากคุณอ่านหนังสือเล่มก่อนของผมแล้ว และคิดว่ารู้จักระบบนี้ดี 100 เปอร์เซ็นต์ ขอให้อดทนอีกนิด การทบทวนเป็นกุญแจไปสู่ความรู้

ยิ่งใกล้เคียงความจริงมากเท่าไร คำโกหกก็ยิ่งแบบเนียนขึ้นเท่านั้น  
ส่วนความจริงเองนั้นเมื่อถูกใช้เป็นเครื่องมือ จะกลายเป็นคำโกหกที่ดีที่สุด  
— ไอแซค อาซิมอฟ

## ตัวอย่างของพฤติกรรมแบบไซโคพาท

ตัวอย่างแรกที่เกี่ยวกับพฤติกรรมแบบไซโคพาทซึ่งเห็นกันได้ทุกวันเป็นสิ่งที่ผมประสบมาด้วยตัวเอง นอกจากงานเขียนที่ไม่ซับซ้อนเทิดดี ผมยังเขียนนิยายหลายเรื่องด้วย และหลังจากนิยายแนวเขย่าขวัญเล่มแรกของผมได้รับการตีพิมพ์ เด็กสาวคนหนึ่งซึ่งอยากเป็นนักเขียนได้ติดต่อผมมาทางอีเมล เธออ่านนิยายของผมและคิดว่ามันเยี่ยมมาก เธอจึงถามว่าผมพอจะช่วยเกี่ยวกับงานเขียนของเธอได้ไหม ปกติผมมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อ่านในแบบที่เรียบง่าย ผมซาบซึ้งใจอย่างที่สุดกับข้อความต่างๆ จากผู้อ่านของผม และผมจะถามความคิดเห็นของคุณเกี่ยวกับหนังสือเล่มนี้ ผมอยากฟังว่าคุณคิดอย่างไร แต่โดยปกติผมจะตอบไม่เกินกว่า 1 ข้อความ ผมไม่ชวนคุยยาวๆ ทั้งหมดนี้ด้วยเหตุผลง่ายๆ ว่าผมไม่ต้องการทำงานวันละ 24 ชั่วโมงตลอด 7 วันต่อสัปดาห์ ผมตอบเด็กสาวคนนั้นไปด้วยคำตอบแบบมาตรฐานทั่วไปและไม่ได้คิดอะไรกับเรื่องนี้อีก แต่เด็กสาวคนนี้ยังคงอีเมลมาหาผม

ครั้งแล้วครั้งเล่า และน้ำเสียงเริ่มก้าวร้าวมากขึ้นเมื่อผมไม่ตอบอีเมล

ต่อมาไม่นาน แฟนสาวของผมในตอนนั้นได้รับอีเมลจากเด็กสาวคนเดิม ซึ่งครั้งนี้เปลี่ยนไปใช้อีกชื่อหนึ่ง เธออ้างว่าเธอมีความสัมพันธ์กับผม และเธอกับผมกำลังจะแต่งงานกัน ทั้งแฟนและผมตกใจมาก นอกจากนี้ อีเมลดังกล่าวยังเต็มไปด้วยข้อกล่าวหาผมเสียๆ หายๆ อีกยาวเหยียด อย่างเช่น เด็กสาวคนนี้อ้างว่า ผมมีความสัมพันธ์กับผู้หญิงอีกเกือบ 100 คน และทำอย่างน้อย 20 คนในนั้นตั้งครรภ์ เหตุการณ์ทั้งหมดนั้นเกิดขึ้นในช่วงเวลาสองสามเดือน (เรื่องนี้ทำให้ผมตัดสินใจแจ้งความเธอในที่สุด) มีเรื่องที่น่าบอมากกว่านี้อีก แต่ผมไม่สามารถบรรยายได้หมดทุกอย่าง รวมๆ แล้ว แฟนสาวของผมได้รับอีเมลเกือบ 50 ฉบับโดยมีเนื้อหาแตกต่างกันไป แต่เป็นประเด็นเดียวกันทุกฉบับ

ขณะที่เหตุการณ์นี้กำลังดำเนินอยู่ ผมก็ได้รับอีเมลสุดแสนโรแมนติค จากเด็กสาวคนเดียวกันนี้ เธอบอกว่าคิดถึงผมมากเหลือเกิน เธออยากพบหน้าผมอีกครั้ง เราน่าจะไปดูพาร์ตเมนต์นั้นที่อยู่ใจกลางกรุงสต็อกโฮล์ม ด้วยกันดีไหม เธอรวบรวมข้อมูลมากมายเกี่ยวกับผมและชีวิตส่วนตัวของผม จากเฟซบุ๊กซึ่งตอนนั้นผมเปิดเป็นสาธารณะ นั่นหมายความว่าข้อมูลบางอย่างที่เธอเขียนจึงดูน่าเชื่อถือมาก (ข้อพึงระวัง : คุณไม่มีทางรู้ว่าใครส่งดูสิ่งที่คุณทำผ่านโลกอินเทอร์เน็ตบ้าง หรือคนอื่นใช้ข้อมูลเหล่านี้เพื่ออะไรบ้าง)

เรื่องนี้ดำเนินไปเกือบ 6 เดือนก่อนที่จะตำรวจจะสามารถหยุดเธอได้ นี่ถือเป็นการสะกดรอยตามชนิดอุกจาก เด็กสาวใช้โซเชียลมีเดียเป็นเครื่องมือ และสร้างปัญหาให้ผมมากมายโดยเฉพาะกับเพื่อนนักเขียนด้วยกัน สำหรับผม เรื่องนี้ทั้งน่าอายและน่ากลัวมากในช่วงแรก ผมไม่รู้แม้กระทั่งว่าเธอเป็นใคร

คุณอาจกำลังคิดว่า นี่เป็นเรื่องของคนผิดปกติทางจิต เป็นพวกคนบ้าไร้สติทั่วไป มีคนแบบนี้อยู่เยอะแยะในสังคม

ก็อาจจะเป็นได้ อย่างไรก็ตาม จะเห็นได้ว่ามีรูปแบบบางอย่างที่ชัดเจน การสืบสวนของตำรวจทำให้ผมรู้ว่า เด็กสาวคนนั้นเคยทำแบบนี้มาแล้ว

อย่างน้อย 1 ครั้ง ในกรณีนั้นก็เช่นเดียวกัน ผู้ชายอายุมากกว่าเธอมาก และเป็นนักเขียน คุณอาจเคยได้ยินชื่อของเขา เขาโดนเล่นงานหนักจนตัดสินใจเกษียณจากงานของเขา ผมพูดคุยกับนักเขียนคนนี้หลายครั้ง โดยพยายามทำความเข้าใจว่าเกิดอะไรขึ้น แต่เราทั้งสองคนไม่อาจเข้าใจได้เลยว่าผู้หญิงคนนี้พยายามทำไปเพื่ออะไร นอกจากต้องการแก้แค้น เพราะผมไม่ได้ช่วยให้ความฝันของเธอที่ต้องการเขียนหนังสือเป็นจริง

ลิสเบ็ต คูพรินจ์ และไมค์ ฟลอเรตต์ เขียนเอาไว้ในหนังสือชื่อ *Female Psychopaths* ของพวกเขาว่า “การแก้แค้นให้รสชาติอันโอชะ และคนเหล่านี้ (ไซโคพาธ) มีความสุขกับการทำลาย พวกเขาเพลิดเพลินกับการทำแบบนั้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งไซโคพาธเพศหญิงดูเหมือนจะมีความสุขกับการหาทางแก้แค้นในเชิงอารมณ์ความรู้สึก รวมถึงการคุกคามเชิงสังคม และการสร้างความเสียหายอย่างหนักด้วยการปล่อยข่าวลือที่ก่อให้เกิดความสัมพันธ์ที่มั่งคั่งแต่ใช้อุบายหลอกล่อ เอาแน่เอาอนไม่ได้ และคุกคามอีกฝ่าย การแก้แค้นประเภทนี้มองไม่เห็นเหมือนการใช้ความรุนแรงทางกายภาพ ทำให้ชี้ชัดได้ยากกว่า”

ผมรู้ซึ่งดีถึงรสชาติของการเป็นผู้ได้รับผลจากพฤติกรรมแบบนั้น ในที่สุดตำรวจก็สามารถนำเด็กสาวคนนั้นมาสอบปากคำ ซึ่งหลังจากนั้นการคุกคามทั้งหลายก็หยุดลงราวปาฏิหาริย์ นำทั้งไซโหมล่ครับ ตอนที่เธอถูกตำรวจสอบปากคำ เธอพยายามพูดไปในลักษณะว่าคนอื่นเป็นคนทำ ซึ่งยิ่งทำให้ผมเชื่อว่าเธอไม่ได้เป็นคนป่วยทางจิต ถ้าเธอได้รับการวินิจฉัยว่าป่วยด้วยความผิดปกติบางอย่างหรือมีอาการควบคุมความต้องการของตัวเองไม่ได้ เธอคงไม่สามารถหยุดตัวเองได้ทันทีทันใดขนาดนี้ แต่ตลอดช่วงเวลาที่เกิดเหตุ เธอรู้ว่าตัวเองกำลังทำอะไร แต่สถานการณ์เริ่มไม่สะดวกราบรื่นสำหรับเธอเสียแล้ว และดูเหมือนเธอจะย้ายไปล่าเหยื่อในสถานที่อื่นที่ซึ่งเธอจะทำพฤติกรรมฟลิคฟลิ้นแบบนี้ต่อไปได้

ตำรวจบอกว่า พวกเขาไม่เคยพบใครโกหกหน้าด้านๆขนาดนี้ เด็กสาวคนนี้ดูเหมือนจะเชื่อว่าสิ่งที่ตัวเองพูดเป็นเรื่องจริง ทั้งๆที่ตำรวจสามารถแสดงหลักฐานที่เป็นรูปธรรมว่าการคุกคามและการสะกดรอยเป็นฝีมือของเธอ

(ตำรวจตรวจสอบคอมพิวเตอร์ของเธออย่างละเอียดและพบทุกอย่างที่ตำรวจต้องการ) แต่เธอก็ปฏิเสธทุกอย่าง แคมยังไม่หยุดแค่นั้น เธอยังโจมตีกลับด้วยการกล่าวหาว่าผมข่มขู่เธอ อยู่ดี ๆ ผมกลับกลายเป็นฝ่ายคุกคาม เธอเสียอย่างนั้น เธอกล่าวหาว่า ผมข่มขู่เธอและบอกว่าผมจ้วงมือปืนด้วย นี่เป็นข้อกล่าวหาที่ร้ายแรงทีเดียว สิ่งเดียวที่ช่วยให้ผมรอดจากการถูกเชื่อมโยงกับคนคนนั้นคือผมสามารถแสดงให้เห็นได้อย่างง่ายดายว่าผมไม่ได้ไปตามสถานที่ต่าง ๆ ที่เธออ้างว่าผมกับบุคคลนั้นไปพบปะกัน

**รูปแบบ** พฤติกรรมของไซโคพาร์นั้นเห็นได้ชัด ไซโคพาร์สาวคนนี้มุ่งทำลายชีวิตและอาชีพนักเขียนของผม ผมเดาว่า เธอหาทางแก้แค้นที่ผมปฏิเสธที่จะพูดคุยกับเธอเกี่ยวกับงานเขียนของเธอ แต่ครั้งนี้เธอทำไม่สำเร็จ อย่างไรก็ตาม เธอทำลายความสัมพันธ์ระหว่างผมกับแฟนลงได้ ความสัมพันธ์ของเราตึงเครียดมากจากเหตุการณ์ที่เป็นฝันร้ายอันแสนเหน็ดเหนื่อยนี้ จนเราสองคนต้องแยกทางกันในท้ายที่สุด ช่วงก่อนที่เราจะแยกทางกัน แฟนของผมกลายเป็นคนที่หวาดกลัวเสียจนเกิดอาการหวาดระแวง เธอบังคับให้ผมเขียนอีเมลวันละหลายชั่วโมงทุกวันเพื่อค้นหาเด็กสาวคนนั้นและรอเธอโพสต์ข้อความ ไม่ว่าผมจะพูดอย่างไรก็หยุดเธอไม่ได้

เด็กสาวต้นตอของปัญหายังคงดำเนินชีวิตของเธอต่อไป ผมเห็นจากเฟซบุ๊กว่าเธอกำลังมีความสุขกับชายคนหนึ่งบนเรือยอชต์ เธอไม่ทุกข์ร้อนแม้แต่น้อย ขณะที่แฟนของผมกลายเป็นคนขี้เหงาและกันผมออกจากทุกสิ่งทุกอย่าง แม้กระทั่งจากลูก ๆ ของผมเพื่อป้องกันไม่ให้เหตุการณ์ทำนองนั้นเกิดขึ้นอีก เมื่อผมไม่สามารถแม้แต่จะพักท่ายพนังงานในร้านขายรองเท้าหรือพูดคุยกับบริกรหญิงเวลาที่เรากินอาหารค่ำตามร้านอาหารโดยไม่ถูกชักใช้ไล่เลียงอย่างละเอียด ผมก็รู้เลยว่าผมสูญเสียทุกอย่างไปแล้ว และผมเองก็ไม่เคยแม้แต่พบกับเด็กสาวคนนั้นเลยสักครั้งในชีวิต

มีกี่คนครับที่ได้รับผลกระทบจากการกระทำของเธอ

มีกี่คนที่ไซโคพาร์สาวคนนี้ทำร้ายได้สำเร็จ มานับกันดูครับ ผม ลูกของผมทั้ง 2 คน แฟนของผมและลูกของเธอ 3 คน พ่อและแม่ที่น่าสงสารของผม น้องสาวของผมและครอบครัวของเธอทุกคน เพื่อนร่วมงานของผม

ที่บริษัทซึ่งผมทำงานอยู่ในช่วงที่เกิดเรื่อง และคนทุกคนที่ผมนับเป็นเพื่อน

ไซโคพาท 1 คน — อาจจะมีคนตกเป็นเหยื่อถึง 50 คน ตัวเลข 1 ใน 50 คือ 2 เปอร์เซ็นต์ของประชากร จำเลขเปอร์เซ็นต์นี้ได้ใช่ไหมครับ

ผมไม่ได้เล่าเรื่องนี้ให้ฟังเพื่อขอความเห็นใจ ผมปล่อยให้เหตุการณ์นี้เป็นอดีตไปแล้ว แต่ผมอยากจะแสดงให้เห็นว่า ไม่ว่าใครก็มีโอกาสได้รับผลกระทบ เราทุกคนไม่มีภูมิคุ้มกันสำหรับพฤติกรรมประเภทนี้ และแน่นอน ทุกวันนี้ผมระมัดระวังกว่าเดิมมากเกี่ยวกับคนที่ผมพบปะ หวังว่าความระมัดระวังของผมจะไม่ชัดเจนเกินไป แต่ผมก็ตระหนักอยู่เสมอว่าไซโคพาท 2-4 คนในคนทุก ๆ 100 คน ฉะนั้น ทุกวันนี้ผมจึงสนใจพฤติกรรมที่แปลกประหลาดของผู้คนมากขึ้น

อย่างไรก็ดี ไม่ว่าเหตุการณ์นั้นจะทำให้รู้สึกไม่เป็นสุขแค่ไหนก็ตาม สำหรับตัวผม เพื่อน ๆ และครอบครัว แต่ก็ยังเทียบไม่ติดกับสิ่งที่เกิดขึ้นในเหตุการณ์ที่สุดชั่วร้ายกว่านี้ เพราะไซโคพาทสามารถทำอะไรได้เยอะมาก เพื่อให้ได้มาซึ่งอำนาจ

บางสังคมได้พัฒนากลไกสำหรับแยกไซโคพาทออกไป ตัวอย่างเช่น ชาวอินนูอิต บางครั้งเมื่อบรรดาผู้ชายต้องเดินทางออกไปล่าสัตว์เป็นเวลานาน ๆ ผู้ชายบางคนกลับบอกว่าตัวเองป่วยหรือแก้งี้ได้รับบาดเจ็บ เมื่อไม่ต้องร่วมเดินทางไปด้วย คนพวกนี้ก็จะอยู่ในหมู่บ้าน พอผู้ชายคนอื่น ๆ เดินทางกลับมาจากการล่าสัตว์ใน 3 เดือนต่อมา หมู่บ้านก็ถูกเผาราบเป็นหน้ากลองไปเรียบร้อยแล้วและผู้หญิงในหมู่บ้านก็ตั้งครรรักกันหมดทุกคน

แล้วชาวอินนูอิตทำอย่างไรกับวายร้ายแบบนี้ พวกเขาจับเจ้าตัวร้ายไปปล่อยไว้บนแผ่นน้ำแข็งที่ลอยในทะเล

## ตัวอย่างเหตุการณ์ที่โหดกว่านั้นเยอะ

ถ้าผมเอ่ยชื่อ “อดอล์ฟ ฮิตเลอร์” คุณจะคิดถึงอะไร

ฮิตเลอร์ทำให้โลกถูกเป็นไฟ ซึ่งท้ายที่สุดได้คร่าชีวิตคนไปประมาณ

60 ล้านคน ขณะที่คนอื่นหลายร้อยล้านคนทั่วโลกต้องตกอยู่ในสภาพทนทุกข์ทรมาน ค่าใช้จ่ายในการทำสงครามโลกครั้งที่ 2 น่าจะสูงจนประเมินค่าไม่ได้ ถ้านำเงินเหล่านี้ไปใช้กับเรื่องดีๆ แทนละ จะเป็นยังไง

ถ้าผมขอเรียกฮิตเลอร์ว่าเป็นไซโคพาทขนานแท้ คุณจะแย้งหรือเปล่าน่าจะไม่นะครับ แต่สัญชาตญาณก็ทำให้เราเชื่อได้อย่างหมดใจแล้วว่า ฮิตเลอร์ต้องเป็นคนบ้าแน่ๆ และคุณจะต้องสงสัยอย่างแน่นอนว่า ทำไมไม่มีใครมองออกเลยว่าเขаб้าขนาดไหน ทำไมไม่มีใครหยุดยั้งเขาให้ทันเวลาเยอรมนีทั้งประเทศปล่อยให้ฮิตเลอร์ทำในสิ่งที่เขาทำได้ยังไง ทำไมไม่มีใครหยุดเรื่องนี้

เป็นคำถามที่ดีครับ ทุกคำถามเลย และคำตอบคือ ไซโคพาทฉลาดในการหลอกให้คนรอบตัวหลงเชื่อ

อย่างไรก็ตาม เมื่อพิจารณาจากมุมมองด้านวิทยาศาสตร์ เราจะรู้ได้อย่างไรว่าฮิตเลอร์เป็นไซโคพาท เควิน ดัตตัน ผู้เขียนหนังสือ *The Good Psychopath's Guide to Success* ใช้แบบทดสอบบุคลิกภาพในการวินิจฉัยลักษณะของไซโคพาทในผู้ใหญ่ แบบทดสอบนี้เรียกว่า PPI-R (Psychopathic Personality Inventory-Revised หรือเครื่องมือวัดบุคลิกภาพแบบไซโคพาทที่มีการปรับปรุงใหม่) ซึ่งสก็อตต์ ลีเลียนเฟลด์ และไบรอัน แอนดรูวส์ วิจัยพัฒนาขึ้นมาเพื่อใช้ประเมินลักษณะนิสัยบางอย่างในกลุ่มประชากรที่ไม่ใช่อาชญากร

วัตถุประสงค์ก็เพื่อรวบรวมลักษณะไซโคพาทให้ได้อย่างครอบคลุมโดยไม่ได้มุ่งเน้นที่พฤติกรรมต่อต้านสังคมหรือพฤติกรรมอาชญากรรมเป็นพิเศษ แบบทดสอบยังประกอบด้วยวิธีค้นหาความคลาดเคลื่อนภายในกลุ่มที่เป็นผู้นำหรือกลุ่มที่ตอบคำถามแบบสังเกต

แบบทดสอบ PPI-R เผยให้เห็นลักษณะเฉพาะ 8 อย่าง ดังนี้

- คิดถึงแต่ตัวเองอย่างไร้ศีลธรรม – ไม่รู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา และไม่มีความรู้สึกผูกพันกับใคร แค่ขอให้ไปถึงเป้าหมายเป็นพอ

- มีอิทธิพลทางสังคม – มีความสามารถในการใช้เสน่ห์และหลอกให้คนหลงเชื่อ
- ไร้หัวใจ – ปราศจากอารมณ์ความรู้สึก ความรู้สึกผิด หรือการคิดถึงความรู้สึกของผู้อื่น
- ไม่สนใจระบบระเบียบ – วางแผนล่วงหน้าและคิดถึงผลของการกระทำของตัวเองไม่เป็น
- ปราศจากความกลัว – กระตือรือร้นกับการทำอะไรเสี่ยง ๆ และไม่กลัวผลกระทบที่มักจะเกิดจากการกระทำนั้น
- โทษคนอื่นเสมอ – ไม่สามารถรับผิดชอบต่อการกระทำของตัวเองได้โดยจะโทษคนอื่นหรือหาเหตุผลมารองรับพฤติกรรมผิดปกติกของตัวเอง
- ต่อต้านกฎเกณฑ์ – ไม่สนใจบรรทัดฐานทางสังคมและพฤติกรรมที่สังคมยอมรับ
- มีภูมิคุ้มกันต่อความเครียด – เมื่อพบกับเหตุการณ์เศร้าสะเทือนใจหรือเหตุการณ์ที่กระตุ้นความเครียดก็ไม่ปฏิกิริยาเหมือนคนทั่วไป

นักวิทยาศาสตร์แบ่งปัจจัยเหล่านี้ออกเป็น 2 กลุ่มย่อยและจัดกลุ่มอย่างชัดเจนเพื่อสร้างโมเดลที่นำไปใช้ประโยชน์ได้ สองกลุ่มย่อยนี้ประกอบด้วยกลุ่มผู้นำที่บ้าบิ่นและกลุ่มที่เอาตัวเองเป็นศูนย์กลาง หลังจากศึกษาหลักฐานทางประวัติศาสตร์เท่าที่มีอย่างรอบด้านเกี่ยวกับฮิตเลอร์ ดัดตันก็มั่นใจที่จะจัดให้ฮิตเลอร์อยู่ในอันดับต้น ๆ ของบุคคลที่มีลักษณะนิสัยของไซโคพาทเรื่องนี้ไม่น่าแปลกใจอะไรเป็นพิเศษใช่ไหมครับ อย่างไรก็ตาม ฮิตเลอร์ยังถือว่าเป็นรองอดีตประธานาธิบดีชัคคัม สุธเซน ของอริกและอดีตประธานาธิบดีดีดี อามิน ของยูกันดา หรือแม้แต่พระเจ้าเฮนรี่ที่ 8 แห่งอังกฤษ คุณสามารถอ่านงานศึกษาวิจัยทั้งหมดในวารสาร *American Scientific Mind* ฉบับเดือนกันยายน - ตุลาคม 2016 ในหัวข้อ “สิ่งที่ไซโคพาทกับนักการเมืองมีเหมือนกัน”

## มีแต่เผด็จการกับทรราชเท่านั้นหรือ

อย่างไรก็ตาม เป็นเรื่องน่าสนใจจริง ๆ เมื่อตัดสินใจใช้เครื่องมือเดียวกันนี้ ตรวจสอบผู้นำที่มีชื่อเสียงโด่งดังคนอื่น ๆ ในประวัติศาสตร์ เพื่อดูว่าผู้นำเหล่านี้มีวิธีการตัดสินใจอย่างไรเมื่อรู้อยู่แก่ใจว่าการตัดสินใจเหล่านั้นจะส่งผลกระทบต่อคนอื่นอย่างไร ดัดตันพบว่า บุคคลที่อยู่ในอันดับสูงเกือบเท่ากับฮิตเลอร์ คือ อดีตนายกรัฐมนตรีของอังกฤษ วินสตัน เชอร์ชิล ซึ่งเป็นคู่ปรับตัวฉกาจของฮิตเลอร์นั่นเอง นั่นอาจทำให้คุณแปลกใจ

และเมื่อพูดถึงประธานาธิบดีของสหรัฐอเมริกา (ซึ่งแน่นอนว่าบทบาทสำคัญนี้มีอิทธิพลไม่น้อยต่อประเทศอื่นๆ ทั่วโลก) ถึงขั้นมีการจัดทำรายชื่อว่า ประธานาธิบดีคนไหนแสดงให้เห็นถึงลักษณะนิสัยของไซโคพาทมากที่สุด ดัดตันได้สัมภาษณ์คนที่คิดว่าตัวเองเป็นผู้เชี่ยวชาญเกี่ยวกับประธานาธิบดีคนนั้น ๆ อย่างเช่น นักประวัติศาสตร์และนักวิชาการที่นักวิจัย รวมถึงบุคคลที่เคยทำงานร่วมกับอดีตประธานาธิบดีเหล่านั้น ด้านล่างนี้มีรายชื่อว่า ประธานาธิบดีของสหรัฐฯ คนไหนได้ “คะแนน” ระดับไหนใน 2 กลุ่มย่อย อันได้แก่ กลุ่มผู้ที่น่าบ่น และกลุ่มที่เอาตัวเองเป็นศูนย์กลาง โดยผมไม่ได้ลงลึกในรายละเอียดเชิงเทคนิค

## ผู้ชนะคือ...พวกคนเจ้าเสน่ห์ที่เห็นแก่ตัว

เราพบว่า ผู้ครองอันดับสูงสุดในรายชื่อของดัดตันคือ จอห์น เอฟ. เคนเนดี รองลงมาคือ บิล คลินตัน อดีตประธานาธิบดีทั้ง 2 คนนี้สร้างชื่อให้ตัวเองในฐานะผู้นำที่มีความเห็นอกเห็นใจ รู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา และมีบุคลิกที่ชนะใจคนได้ไม่ยาก เช่น เป็นนักพูดตัวฉกาจที่ฉลาดพูดให้คนเกิดความเชื่อมั่น พูดตรง ๆ นะครับ พวกเขาเป็นคนดี แต่ก็ออกนอกกลุ่มนอกทางไม่น้อย พฤติกรรมมารักก็เป็นตัวอย่างหนึ่ง อันดับถัดลงมา เราพบริโอดอร์ โรสเวลต์, จอร์จ ดับเบิลยู. บุช, ริชาร์ด นิกสัน และลินดอน บี. จอห์นสัน

ส่วนตัวอย่างประธานาธิบดีของสหรัฐฯที่ไม่มีลักษณะนิสัยแบบไซโคพาทเลย ได้แก่ จิมมี คาร์เตอร์, จอร์จ วอชิงตัน, อับราฮัม ลินคอล์น, แฮร์รี เอส. ทรูแมน และอันที่จริงก็รวมถึงประธานาธิบดีของสหรัฐฯส่วนใหญ่

อาจจะดูแปลกที่ประธานาธิบดีซึ่งเป็นที่นิยมและประสบความสำเร็จ กลับอยู่ในอันดับต้นๆ ในการศึกษาวิจัยที่จริงจังเช่นนี้ แต่หลังจากคุณอ่านหนังสือเล่มนี้จบแล้ว คุณจะเข้าใจว่าผู้นำเหล่านั้นขึ้นไปอยู่อันดับนั้นๆ ได้อย่างไร

## ทำไมคุณควรจะทำอ่าน *วิธีรอดพ้นจากคนเป็นพิษ*

วัตถุประสงค์ของผมในการเขียนหนังสือเล่มนี้ไม่ได้ต้องการทำให้คุณกลัว หรือหวาดระแวงคนอื่น แต่ในทางตรงกันข้ามกันเลยทีเดียวหาก สิ่งที่ผมต้องการคือ เพื่อให้คุณเรียนรู้ว่าคนไหนไว้วางใจได้และคนไหนมีวาระซ่อนเร้นไม่ว่าคุณจะเป็นซีอีโอที่กำลังมองหาผู้จัดการคนใหม่ ผู้ที่ตกอยู่ในห่วงแห่งความรักซึ่งรู้สึกว่าคุณได้พบคนที่ใช่แล้วในที่สุด หรือผู้ใหญ่ที่ยังคงไม่เข้าใจว่าทำไมถึงรู้สึกแย่ทุกครั้งที่พบกับแม่ หนังสือเล่มนี้จะช่วยให้คุณมองออกว่าใครคือไซโคพาทของแท้และใครไม่ใช่ แนวทางที่ชาญฉลาดและเพียบพร้อมด้วยข้อมูลในการจัดการแต่ละความสัมพันธ์ของคุณย่อมดีกว่าแนวทางที่นำไปสู่หายนะทั้งในด้านความสัมพันธ์ อารมณ์ความรู้สึก ความมั่นใจในตัวเองและเงินทอง คนจำนวนไม่น้อยที่ตกเป็นเหยื่อของไซโคพาทต้องสูญเสียพลังใจที่จะมีชีวิตอยู่ต่อไป พวกเขาอมแค้นและหมดความสุขในชีวิต

ฉะนั้น มาดูกันครับว่าเรื่องนี้เป็นยังไง!

## ไซโคพาร์คืออะไรกันแน

ผมไม่เคยส่งเสริมการหลอกลวงไปปด โดยเฉพาะอย่างยิ่งถ้าคุณมีความจำเริญ  
มันเป็นศัตรูที่เลวร้ายที่สุดเท่าที่คนเราจะมีได้ ข้อเท็จจริงก็คือ  
ความจริงคือเพื่อนแท้ที่สุดของคุณ ไม่ว่าจะในสถานการณ์ใดก็ตาม  
— อับราฮัม ลินคอล์น

คำว่า “ไซโคพาร์” เริ่มใช้กันอย่างกว้างขวางในช่วงทศวรรษ 1960 แม้ว่าหนังสือเล่มแรกที่เกี่ยวข้องกับเรื่องนี้ซึ่งชื่อว่า *The Mask of Sanity* ของเฮอริวี เคล็กลีย์ ออกมาตั้งแต่ปี ค.ศ. 1941 แต่หนังสือเล่มนี้ก็ยังได้รับการตีพิมพ์ไม่มากนักจนนับแต่นั้นมา คำว่า “ไซโคพาร์” ถูกหยิบยกมาพูดคุยและถกเถียงนานหลายทศวรรษ และผมจะไม่พูดอะไรเย็นเยื่อเพื่ออธิบายว่าทำไมถึงเป็นอย่างนั้น คำนี้ได้รับการยอมรับโดยทั่วไป แม้ว่าบางครั้งจะใช้ผิดความหมายกันไปบ้าง คนจำนวนมากใช้คำนี้เพียงเพื่อจะพูดถึงคนที่ตัวเองไม่ชอบ เช่น *ไอ้ไซโคพาร์เฮงชวยคนนั้น* แต่นั่นออกจะฉาบฉวยเกินไป น่าเสียดายที่การใช้คำนี้ในลักษณะแบบนี้อย่างกว้างขวางส่งผลให้คำว่า “ไซโคพาร์” มีความหมายที่อ่อนลงจนบางครั้งเราลืมไปว่าไซโคพาร์จริงๆ มีตัวตนอยู่จริง ในสวีเดนช่วงทศวรรษ 1970 คำนี้ถูกมองว่าเป็นการตีตรา นักจิตวิทยาและนักบำบัดจึงเลือกใช้คำอื่นจนจำเป็นต้องได้รับการดูแลเป็นพิเศษ แทนคำนี้ การใช้ถ้อยคำที่นุ่มนวลแบบนี้ถือว่าบ้าสันติ ซึ่งผมจะพูดถึงเรื่องนี้เพิ่มเติมในภายหลัง ฉะนั้น ในช่วงทศวรรษ 1980 คนจึงกลับไปใช้คำว่าไซโคพาร์เหมือนเดิม มีการเสนอถ้อยคำใหม่ๆ ที่ฟังดูนุ่มนวลอยู่เรื่อย ๆ ตลอดมา แต่การซ่อนพฤติกรรมของไซโคพาร์ไว้ภายใต้

คำที่สละสลวยจนคนไม่เข้าใจถือเป็นเรื่องอันตราย ผมเองเลือกที่จะใช้คำว่า “ไซโคพาท” หรือ “บรรดาไซโคพาท” ตลอดหนังสือเล่มนี้

ไซโคพาทเป็นอันตรายกับทุกคนที่อยู่รอบตัวพวกเขารวมถึงสังคมโดยรวมอย่างไม่ต้องสงสัย คนเหล่านี้คือหมาป่าในคราบลูกหมา (“หมาป่าในคราบแกะ” ถูกใช้จนค่อนข้างเผื่อแล้ว คุณว่าไหม)

โรเบิร์ต ดี. แสร์ เป็นหนึ่งในนักวิจัยด้านนี้ที่ได้รับการเคารพนับถือมากที่สุด เขามีบทบาทในงานด้านนี้มาตลอดตั้งแต่ทศวรรษ 1960 และเป็นผู้เชี่ยวชาญระดับแนวหน้า เขาเดินทางบรรยายเกี่ยวกับไซโคพาทไปทั่วโลกตลอดเวลาเกือบ 50 ปี และสร้างเช็กलिสด์ตรวจสอบพฤติกรรมที่เข้าข่ายไซโคพาท ความเห็นของเขาชัดเจนมาก นั่นคือ ไซโคพาทมีอยู่จริง และมีจำนวนมากกว่าที่คนเราส่วนใหญ่รู้มากเหลือเกิน

แต่พวกเขาเป็นปัญหาจริง ๆ หรือ

อย่างน้อยที่สุดภาวะบุคลิกภาพผิดปกติแบบไซโคพาทก็มีอยู่ทั่วไปเหมือนกับโรคจิตเภท ความแตกต่างอยู่ตรงที่ สิ่งที่ไซโคพาททำโดยทั่วไปนั้นแยกว่ามากเมื่อเทียบกับสิ่งคนเป็นโรคจิตเภททำ ผลพวงจากการคุกคามของไซโคพาทหนักหน่วงเอาการทีเดียว ในความเห็นของผม คนพวกนี้ทำเรื่องชั่วร้ายมากมายไม่ว่าจะขัดขวางทางธุรกิจที่สุ่มเสี่ยง ปกป้องคนที่กำลังมองหาความรัก ต้มตุ๋น ข้อโกง ปล้น ก่ออาชญากรรมแบบที่ทำกันเป็นขบวนการ และค้ายา คนเหล่านี้ยังเป็นต้นเหตุของความทุกข์ทรมานอย่างแสนสาหัส อย่างการทำสงครามไม่หยุดหย่อน การฆาตกรรมและทารุณกรรม การข่มขืนการล่วงละเมิดทางเพศต่อเด็ก การทารุณกรรมเด็ก การทรมานและการค้ามนุษย์

ตัวผมเองยังเชื่อด้วยว่า มีไซโคพาทจำนวนมากที่มีตำแหน่งสูง ๆ ในรัฐบาลของหลายประเทศทั่วโลก และมีคนเหล่านั้นในผู้ที่มีตำแหน่งสูง ๆ ในกองทัพด้วยแน่นอน เพราะสถานการณ์และอำนาจมีความสำคัญอย่างที่สุดสำหรับไซโคพาท และถ้าคุณสามารถหาทางขึ้นไปนั่งอยู่ในตำแหน่งสูงสุดได้ทำไม่ถึงจะไม่พยายามทำละ

ไซโคพาทส่วนใหญ่ไม่ได้ก่ออาชญากรรมแบบโจ่งครึม แต่อยู่ท่ามกลาง

พวกเราและใช้ชีวิตเหมือนคนอื่น ๆ โดยแสวงหาเหมือนเป็นคนปกติ และเรายังไม่ได้เคยถึงบรรดาคนที่สามารถโน้มน้าวให้คนหลายล้านคนเชื่อว่าพวกเขาสามารถสื่อสารกับเทพได้ ซึ่งเหล่าเทพจะลงโทษพวกเราหากไม่เชื่อฟัง คนเหล่านั้นบอกว่าตนเป็นผู้นำสารนั่นเอง ลองคิดถึงคนกลุ่มหนึ่งในสมัยก่อนที่โน้มน้าวให้พ่อแม่ฝังลูกตัวเองทั้งเป็นในสวนที่เป็นฐานรากของบ้านเพื่อสังเวยเทพเจ้า ถ้านั่นไม่เรียกว่าการหลอกล่อ ผมก็ไม่รู้จะเรียกมันว่าอะไร

ตอนนี้บางคนอาจจะกำลังตะโกนว่า *เพื่อเจ้าอใหญ่แล้ว! คุณเริ่มจะดูเหมือนพวกสร้างทฤษฎีสมคบคิด* ผมเข้าใจว่าคุณกำลังหมายถึงอะไร แต่อย่าเพิ่งปิดหนังสือนะครับ แล้วมาดูกันว่าคุณคิดยังไงหลังจากคุณได้อ่านเกี่ยวกับเรื่องนี้มากขึ้น

ถ้าหากที่ผ่านมามีคนไม่ได้คิดถึงคำว่า “ไซโคพาท” อย่างจริงจังนัก ตอนนี้คุณคงจะคิดอะไรบางอย่างขึ้นมาแล้ว เช่น มีคนเสแสร้งมากมายขนาดนี้เลยหรือ เป็นไปได้หรือ แต่ถ้ามันเป็นเรื่องจริง สิ่งนี้ก็แสดงให้เห็นถึงด้านมืดของโลกใบนี้

ลองมองไปรอบ ๆ ตัวคุณดูสิครับ เราผ่านช่วงเวลาที่ย่ำแย่เนิ่นนานมากแล้ว

มีเอกสารมากมายให้อ่านหากคุณต้องการเรียนรู้เกี่ยวกับความผิดปกติทางบุคลิกภาพที่วุ่นวาย ซึ่งผมได้ใส่รายชื่อหนังสือที่น่าอ่านไว้ในช่วงท้ายของหนังสือเล่มนี้หากคุณต้องการศึกษาอีกต่อไปอีก เป้าหมายของผมคือให้คุณมีความรู้เพียงพอที่คุณจะรู้ตัวเมื่อตกเป็นเป้าของใครสักคน (หรือหลายคน) ที่มีลักษณะนิสัยแบบไซโคพาท และเห็นสิ่งอื่นใดคือเพื่อให้คุณมีความรู้ที่จำเป็นสำหรับปกป้องตัวคุณเอง

แม้ว่าคุณจะไม่ใช่แกะหรือลูกม้า แต่ในวันที่มาปาบบากอก คุณจำเป็นต้องอยู่บนโลกของความเป็นจริงเมื่อคิดถึงโอกาสรอดโดยไม่ให้ได้รับบาดเจ็บ ไม่ว่าเรื่องนี้จะฟังดูเหลือเชื่อแค่ไหนก็ตาม แต่ไซโคพาทเคลื่อนไหวทุกวันด้วยเป้าหมายเดียว นั่นคือใช้ประโยชน์จากทุกสถานการณ์เพื่อตัวเอง

ต่อไปนี่คือ คำอธิบายสั้น ๆ ของลักษณะแต่ละประการในเช็กलिस्ट พฤติกรรมที่เข้าข่ายไซโคพาท

| ลักษณะนิสัย                                         | ไม่เคยเลย<br>(+ 0 คะแนน) | บางครั้งบางครั้ง<br>(+ 1 คะแนน) | เป็นประจำ<br>(+ 2 คะแนน) |
|-----------------------------------------------------|--------------------------|---------------------------------|--------------------------|
| 1. กล่อนและชอบหัวเราะเล่น                           | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>        | <input type="checkbox"/> |
| 2. ประเมินตัวเองสูงลิบ (สูงเกินจริง)                | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>        | <input type="checkbox"/> |
| 3. ปราศจากความสำนึกหรือความรู้สึกผิด                | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>        | <input type="checkbox"/> |
| 4. ใจดำและปราศจากความเข้าอกเข้าใจผู้อื่น            | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>        | <input type="checkbox"/> |
| 5. โกหกเป็นนิสัย                                    | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>        | <input type="checkbox"/> |
| 6. เจ้าเล่ห์และชอบหลอกสอ                            | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>        | <input type="checkbox"/> |
| 7. อารมณ์ด้านชา (มีอารมณ์ตอบสนองอย่างผิวเผิน)       | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>        | <input type="checkbox"/> |
| 8. ขาดความยับยั้งชั่งใจ                             | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>        | <input type="checkbox"/> |
| 9. ควบคุมพฤติกรรมตัวเองได้น้อย                      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>        | <input type="checkbox"/> |
| 10. ต้องการสิ่งกระตุ้น                              | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>        | <input type="checkbox"/> |
| 11. ขาดความรับผิดชอบ                                | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>        | <input type="checkbox"/> |
| 12. มีปัญหาพฤติกรรมตั้งแต่อายุน้อย                  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>        | <input type="checkbox"/> |
| 13. มีพฤติกรรมต่อต้านสังคมเมื่อโตเป็นผู้ใหญ่        | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>        | <input type="checkbox"/> |
| 14. ชอบเอาเปรียบผู้อื่น                             | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>        | <input type="checkbox"/> |
| 15. มักมากในทางเพศ                                  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>        | <input type="checkbox"/> |
| 16. ไม่มีเป้าหมายระยะยาวที่มั่นคงอยู่บนความเป็นจริง | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>        | <input type="checkbox"/> |
| 17. ไม่รับผิดชอบต่อการกระทำของตัวเอง                | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>        | <input type="checkbox"/> |
| 18. ทำผิดกฎหมายในคดีอาญาตั้งแต่เด็ก                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>        | <input type="checkbox"/> |
| 19. ทำผิดเงื่อนไขการปล่อยให้พ้นโทษก่อนกำหนด         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>        | <input type="checkbox"/> |
| 20. ก่ออาชญากรรมได้หลายรูปแบบ                       | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>        | <input type="checkbox"/> |
| คะแนนที่ได้<br>คะแนนรวม                             |                          |                                 |                          |

## 1. กล่อบและชอบหวานแสนห

ไซโคพาทมักช่างสรรหาคำพูดได้มากมายอย่างไม่น่าเชื่อ คนเหล่านี้จำนวนไม่น้อยพูดเร็วมาก และคุณอาจตามไม่ทันความคิดของพวกเขาเสมอไป พวกเขามีเสน่ห์ ยั้มเก่ง ชอบชื่นชมคนอื่น และทำตัวให้เป็นที่รักใคร่ได้อย่างเหลือเชื่อด้วยการยินยอมคนที่พบเจอ แม้ว่าบ่อยครั้งที่คำพูดของคนเหล่านี้ฟังดูไม่สมเหตุสมผลและไม่สอดคล้องกัน แต่พวกเขาทำให้เราเชื่อได้ว่าเขาพูดจริง

## 2. ประเมินตัวเองสูงลิบ (สูงเกินจริง)

ไซโคพาทคิดว่าตัวเองดีกว่าทุกคน มีค่ามากกว่า สมควรประสบความสำเร็จในชีวิตสูงกว่าคนอื่น ๆ ไซโคพาทจำนวนมากเป็นพวกหลงตัวเอง ขนานแท้ คือรักแต่ตัวเองนั่นแหละครับ พวกเขากลัวคยวเี่ยวกับความสำเร้งทั้งแบบที่เป็นจริงและแบบคิดไปเองโดยไม่รู้สึกอะไร คนพวกนี้ยังเชื่อด้วยว่าตัวเขาอยู่เหนือกฎเกณฑ์ทั้งหลาย ยกเว้นกฎเกณฑ์ของตัวเอง

## 3. ปราศจากความสำนึกหรือความรู้สึกผิด

โดยพื้นฐานแล้ว ไซโคพาทสำนึกไม่เป็น พวกเขาสามารถสร้างทำเป็นสำนึกได้เมื่อรู้สึกว่สมควรทำ แต่สิ่งนี้จะไม่เคยสะท้อนออกมาในรูปของการกระทำ คนเหล่านี้ไม่รู้สึกอะไรถ้าตัวเองทำร้ายคนอื่น ไม่ใช่เรื่องใหญ่โตอะไรไม่ว่าคนที่โดนทำร้ายจะเป็นศัตรูตัวฉกาจหรือเป็นลูกของตัวเอง เพราะมีแค่ตัวพวกเขาเองเท่านั้นที่สำคัญ

## 4. ใจดำและปราศจากความเข้าอกเข้าใจผู้อื่น

ไซโคพาทรู้ว่า คุณรู้สึกอะไรสักอย่าง แต่ไม่สนใจว่ามันคือความรู้สึกอะไร คนเหล่านี้สามารถเห็นคนที่บาดเจ็บสาหัสและคิดว่า “ว้าว น่าสนใจจัง” พวกเขาไม่รู้สึกสะเทือนใจอะไรเลยและไซโคพาทส่วนใหญ่ก็ชอบที่จะเป็นแบบนี้มากกว่า คนพวกนี้ภูมิใจในตัวเองที่ไม่รู้จักเข้าอกเข้าใจผู้อื่นแม้จะถือว่าเป็น “ความผิดปกติทางบุคลิกภาพ” เพราะบุคลิกเช่นนี้จะช่วยให้พวกเขา

ทำอะไรแย่ๆ หรือหลอกลวงคนอื่นได้ง่ายขึ้น

## 5. โทหกเป็นนิสัย

การโทหกก็เหมือนการหายใจ เป็นการกระทำที่ไม่ต้องใช้ความพยายามเลยสักนิด ไชโคพาร์ไม่รู้สึกละอายแม้แต่น้อยหากถูกจับได้ว่าโทหก พวกเขาจะเปลี่ยนเรื่องได้ทันทีก่อนที่จะแสดงความรู้สึกอะไรออกมาและจะอ้างด้วยว่าไม่เคยพูดแบบนั้น นั่นเป็นแค่ความเข้าใจผิด พวกเขาจะโทหกแม้ไม่มีเหตุผลให้ต้องโทหกเลย แต่ทำแบบนั้นเพียงเพราะการหลอกคนอื่นเป็นเรื่องน่าสนใจ

## 6. เจ้าเล่ห์และชอบหลอกล่อ

ไชโคพาร์ “อ่าน” จุดอ่อนของคนอื่นได้อย่างง่ายดายจนน่าใจหาย และไชโคพาร์สามารถหยิบจุดอ่อนเหล่านั้นมาเล่นงานเหยื่อได้เพื่อหลอกลวงและต้มตุ๋นคนเหล่านั้น การปฏิบัติกับผู้อื่นอย่างเลวร้ายเป็นนิสัยของไชโคพาร์ พวกเขาไม่อินังขังชอบกับความรู้สึกของคนอื่นจึงทำให้คนพวกนี้เป็นจอมหลอกล่อมมือฉมัง ด้วยความที่ไชโคพาร์ไม่กังวลว่าจะถูกจับได้ พวกเขาจึงกล้าวัดดวงและกล้าทำอะไรบ้าบิ่นเสียจนยากที่เราจะเชื่อว่าตนถูกหลอก

## 7. อารมณ์ด้านชา (มีอารมณ์ตอบสนองอย่างผิวเผิน)

ไชโคพาร์ไม่มีอารมณ์ความรู้สึก ไม่เกรงกลัว ไม่หวาดผวา ไม่กังวล ไม่สำนึก คนเหล่านี้ปราศจากความรู้สึกอย่างสิ้นเชิง แต่ไม่ใช่เรื่องที่เรจะต้องรู้สึกสงสารเพราะพวกเขามักพึงพอใจที่จะไม่รู้สึกละไรวินาทีว่างแวนเล่นงานใครหรือหลอกลวงใคร อย่างไรก็ตาม พึงระลึกไว้ว่าไชโคพาร์พร้อมเสมอที่จะ **เสแสร้ง** ว่ามีอารมณ์ความรู้สึกเหล่านี้

## 8. ขาดความยับยั้งชั่งใจ

ไชโคพาร์ใช้ชีวิตอยู่กับปัจจุบัน ไม่มีการวางแผนสำหรับอนาคต ถ้าจู่ๆ พวกเขาเกิดความรู้สึกอยากกิน พวกเขาก็จะกิน พวกเขาจะไม่เสียเวลา

ซึ่งนำหน้าระหว่างข้อดีกับข้อเสีย การวิเคราะห์ผลพวงที่จะตามมาไม่อยู่ในความคิดของคนเหล่านี้ซึ่งทำให้พวกเขาเปราะบาง คนปกติมีแนวโน้มจะเข้าใจว่าอะไรจะเกิดขึ้นหากคุณซ้อมใครสักคนกลางถนน แต่ไซโคพาธไม่คิดอย่างนั้น ไซโคพาธที่ควบคุมตัวเองแทบไม่ได้จึงถูกจับเข้าตะราง

## 9. ควบคุมพฤติกรรมตัวเองได้น้อย

แม้ว่าไซโคพาธจะทำให้คนรอบตัวเจอกับความทารุณอันโหดร้ายในรูปแบบต่างๆ แต่คนเหล่านี้กลับโกรธได้ง่ายมากหากมีคนทำให้ไม่พอใจ ความผิดพลาดที่ปะติดหรือความคิดเห็นที่พูดออกมาโดยไม่ทันคิดอาจกระตุ้นให้พวกเขาโกรธเป็นฟืนเป็นไฟหากคนเหล่านี้มองว่านั่นเป็นการยั่วยุ เมื่อเกิดอารมณ์รุนแรง ไซโคพาธจะทำร้ายร่างกาย หรือไม่ก็จะใช้คำพูดทำร้ายคนที่บังเอิญเปิดปากคุยกับเขาแบบผิดเวลา สิ่งที่แปลกคือความโกรธจะอันตรธานไปในทันทีหลังจากพวกเขาทำแบบนั้นแล้ว รวกับมีปฏิกิริยาเปิดปิดเลยทีเดียว

## 10. ต้องการสิ่งกระตุ้น

ไซโคพาธต้องการให้สารโดพามีนในร่างกายทำงาน ความตื่นเต้นเร้าใจเป็นความรู้สึกที่เยือกเย็นมาก ถ้าพวกเขาทำอะไรบ้างๆ เองไม่ได้ พวกเขาจะพยายามล่อลวงให้คนอื่นทำ ในขณะที่คนอย่างเราๆ ท่านๆ อาจรู้สึกใจไม่ดีเมื่อเห็นรถตำรวจและรีบดูหน้าปัดความเร็วรถทันที ไซโคพาธมักจะยิ่งเร่งเครื่องเพื่อความตื่นเต้น

## 11. ขาดความรับผิดชอบ

ไซโคพาธไม่เคยแสดงความรับผิดชอบอะไรทั้งสิ้น ไม่ว่าจะเป็นการปลดหนี้ การจ่ายค่าเลี้ยงดูลูก การป้องกันตัวเองเวลามีเพศสัมพันธ์แบบชั่วคราวชั่วคราว ไซโคพาธลอยตัวเหนือเรื่องเหล่านี้ พวกเขาไม่สนใจและมักจะรอดตัวเพราะโลกใบนี้เต็มไปด้วยคนที่ยังสนใจ ไซโคพาธขนานแท้ยังไม่รับผิดชอบแม้กระทั่งลูกของตัวเอง แม้จะอ้างว่ารักลูกก็ตามที่ พวกเขาสามารถทิ้งลูกไว้ตามลำพังเป็นเวลานานๆ โดยไม่ป้อนข้าวป้อนน้ำได้เลยทีเดียว

## 12. มีปัญหาพฤติกรรมตั้งแต่อายุยังน้อย

ไซโคพาสส่วนใหญ่แสดงพฤติกรรมผิดปกติก่อนอายุ 12 ปี พฤติกรรมที่ว่าอาจเป็นอะไรก็ได้ ตั้งแต่ทารุณกรรมสัตว์และเด็กคนอื่น ๆ ไปจนถึงลักขโมยและโกหกหน้าตาเฉย พวกเขายังอาจมีเพศสัมพันธ์ตั้งแต่อายุยังน้อยมาก และมีกรณีที่ได้ก่ออายุ 12 ปีกระทำซ้ำเราผู้อื่นอยู่ไม่น้อย

## 13. มีพฤติกรรมต่อต้านสังคมเมื่อโตเป็นผู้ใหญ่

ไซโคพาสขนานแท้ไม่สนใจบรรทัดฐานของสังคม กฎเกณฑ์ที่ใช้กับคนอื่นใช้กับพวกเขาไม่ได้ เพราะกฎเกณฑ์เหล่านั้นจำกัดเสรีภาพที่จะทำอะไรก็ได้ตามต้องการ พวกเขาจึงสร้างกฎของตัวเองขึ้นมา จึงไม่ใช่เรื่องแปลกอะไรที่ไซโคพาสบางคนมีจุดจบอยู่ในเรือนจำ

## 14. ชอบเอาเปรียบผู้อื่น

ไซโคพาสเชื่อว่า คุณสมบัติที่ยอดเยียมของตัวเองทำให้พวกเขามีสิทธิที่จะเกาะผู้อื่นกิน พวกเขาไม่เคยจ่ายอะไรเลยถ้าพวกเขาให้คนอื่นจ่ายแทนได้ คนเหล่านี้มักติดหนี้และไม่จ่ายภาษีเพราะรายละเอียดเล็กๆ น้อยๆ อย่างเช่น ภาษีเงินได้และวันครบกำหนดชำระค่าใช้จ่ายตามใบเรียกเก็บเงินเป็นสิ่งที่น่าเบื่อสำหรับพวกเขา คนพวกนี้ไม่เคยเสนอตัวเลี้ยงใครเวลาไปกินอาหารตามร้านอาหาร (พวกเขาจะลืมหักกระเป๋าตังค์เสมอ) และมีความสุขกับการยืมเงินจากครอบครัวและเพื่อนฝูงโดยไม่เคยคืนเงินเลย ถ้าคนถามหาเหตุผลที่ไม่จ่าย พวกเขาจะโทษคนอื่น

## 15. มักมากในทางเพศ

ไซโคพาสมักจะมีความสัมพันธ์ทางเพศแบบชั่วคราวอยู่บ่อยครั้ง เสน่ห์ของพวกเขาดึงดูดคนได้มากมาย คนเหล่านี้จึงไม่เคยขาดคู่นอน การนอกใจเป็นประจำทำให้ชีวิตน่าสับสน และพวกเขาก็รู้สึกตื่นเต้นกับการหลอกคู่ของตัวเองด้วย ว่าแต่ไซโคพาสจะสับรางแบบนี้ไปได้นานแค่ไหน

## 16. ไม่มีเป้าหมายระยะยาวที่มีพื้นฐานอยู่บนความเป็นจริง

ถ้าคุณอยู่ในโลกที่มีแต่ “ที่นี่และเวลานี้” คุณไม่จำเป็นต้องมีแผนระยะยาว ไชโคพาร์ไม่วางแผนอะไรเลย การวางแผนเป็นสิ่งที่สวนทางอย่างสิ้นเชิงกับการอยากทำอะไรก็ได้ของบรรดาไชโคพาร์ บ่อยครั้งที่เดียวที่พวกเขากลายเป็นเหมือนพวกเร่งเร้าจนกระทั่งเปลี่ยนคู่และเปลี่ยนงานตามแต่อารมณ์จะพาไป พวกเขาไม่เคยมองไปข้างหน้าหรือมองย้อนกลับไปในอดีต เป้าหมายคือการใช้ชีวิตแบบเอาแต่ได้ ซึ่งไม่จำเป็นต้องวางแผนอะไรเลย

## 17. ไม่รับผิดชอบการกระทำของตัวเอง

ไม่ว่าคนเหล่านี้จะทำอะไรลงไป พวกเขาจะไม่มีวันยอมรับในสิ่งที่ตัวเองทำ ต่อให้มีกล้องจับภาพไว้ได้ว่าพวกเขาทำอะไร พวกเขาก็จะปฏิเสธอยู่ดี ไชโคพาร์จะโทษคนอื่นอยู่เสมอ แม้ว่าพวกเขาจะเข้าใจว่าตัวเองทำอะไรผิด แต่พวกเขาจะหาแพะรับบาป แถมยังสนุกอีกต่างหากที่ได้เห็นคนอื่นโดนตำหนิแทน

## 18. กำเนิดกฎหมายในคดีอาญาดังแต่เด็ก

เป็นเรื่องที่พบเห็นได้ทั่วไปว่า ไชโคพาร์ทำผิดกฎหมายตั้งแต่อายุยังน้อย ทั้งนี้เนื่องจากความผิดปกติทางบุคลิกภาพแบบไชโคพาร์มักเริ่มแสดงให้เห็นอย่างชัดเจนเมื่ออายุราว 10 ขวบ คนเหล่านี้จึงสร้างปัญหาได้มากมายตั้งแต่อายุยังน้อย การที่มีเด็กอายุ 15 ปีก่อเหตุกระทำชำเรา ทำร้ายร่างกาย จี้ปล้น และแม้กระทั่งฆาตกรรม ก็ควรถือว่าเป็นสิ่งผิดปกติ

## 19. กำเนิดเงื่อนไขการปล่อยให้อภัยโทษก่อนกำหนด

ก็อีกนั่นแหละครับ กฎเกณฑ์ที่ใช้กับคนทั่วไปใช้กับไชโคพาร์ไม่ได้ แถมการลงโทษก็ไม่ได้ผลเช่นกัน คนเหล่านี้ไม่สะดุ้งสะเทือนกับผลร้ายที่จะสะท้อนกลับมา เพราะพวกเขาไม่สามารถคิดถึงผลของสิ่งที่ตนกระทำได้ ซึ่งหมายความว่าคนเหล่านี้มักจะทำอะไรตามที่ตัวเองต้องการเมื่อถูกปล่อยตัวออกมาจากเรือนจำ

## 20. ก่ออาชญากรรมได้หลายรูปแบบ

ขณะที่อาชญากรแบบอื่นๆ เชี่ยวชาญแค่ด้านเดียว เช่น ปล้นรถเงินชิงทรัพย์ ทำร้ายร่างกาย หรืออาจเกี่ยวพันกับยาเสพติด แต่ไซโคพาธทำได้หลายด้าน พุทธิกนิยหนึ่งก็คือ คนพวกนี้อยากรู้ อยากเห็น และลองทำทุกอย่าง

## เช็กลิสต์นี้ใช้งานอย่างไรและใช้กับใครได้บ้าง

เช็กลิสต์พฤติกรรมที่เข้าข่ายไซโคพาธนี้มี 20 ข้อด้วยกัน แต่ละข้อมีคะแนนตั้งแต่ 0-2 ขึ้นอยู่กับว่าลักษณะนิสัยนั้นๆ ปรากฏเป็นประจำ บางครั้งบางครั้ง หรือไม่เคยเลยในบุคคลนั้น เช่น ถ้าบุคคลที่เราากำลังตรวจสอบไม่เคยแสดงลักษณะที่สิ่งบ่งชี้ว่าเป็นคนหลงตัวเอง คนคนนั้นก็จะได้ 0 คะแนนในหัวข้อนั้น ถ้ามีวีแววหลงตัวเองชัดเจนแต่ปรากฏไม่สม่ำเสมอ ก็จะได้ 1 คะแนน แต่ถ้าลักษณะนิสัยนี้ปรากฏชัดเจนจะตลอดเวลา ก็จะได้ 2 คะแนน หมายความว่าคนคนหนึ่งสามารถมีคะแนนสูงสุดได้ 40 คะแนน ไซโคพาธที่คนรู้จักกันดี อย่างชาร์ลส์ แมนสัน และฆาตกรต่อเนื่องบางคนได้ 35-40 คะแนน แต่ในความคิดเห็นของโรเบิร์ต แฮร์ คุณควรจะมีระดับตัวเองเมื่อคลุกคลีกับคนที่ได้ 15-20 คะแนนด้วย คนลักษณะนี้ไม่มีเจตนาดีแน่ ถ้าคุณต้องพบกับคนที่ได้ 30 คะแนนขึ้นไป คุณควรจะต้องคิดว่าต้องพบคนเหล่านี้ในสถานการณ์แบบไหนและใช้เวลาให้สั้น เพราะคุณกำลังเผชิญกับปัญหาที่น่าเป็นห่วงอย่างแท้จริง และในกรณีที่ย่ำแย่ที่สุด ไซโคพาธคนนั้นกลับเป็นใครบางคนที่คุณใกล้ชิดกับคุณเสียเหลือเกิน

## อิม ดันก็รู้จักตัวเอง...และคนรักของอิม... และเจ้านายของอิมนะ

ในการประเมินพฤติกรรมของตัวคุณเอง คุณจะให้คะแนนมากกว่า 0 ในบางหัวข้ออยู่บ้างแน่นอน นั่นหมายความว่าคุณเป็นไฮโดพาร์หรือเปล่า ไม่ใช่แน่นอน คนมากมายที่มีลักษณะนิสัยบางอย่างที่เข้าข่ายไฮโดพาร์ แต่ก็ไม่ได้มีลักษณะนิสัยในข้ออื่น ๆ รวมถึงไม่มีความเชื่อมโยงไปถึงลักษณะนิสัยแบบไฮโดพาร์อื่น ๆ แบบนั้นก็ไม่ถือว่าเป็นไฮโดพาร์ในแง่ของการแพทย์ อย่างไรก็ตาม เป็นเรื่องธรรมดาที่ยังมีหัวข้อที่ได้คะแนนมากกว่า 0 มากเท่าไร ก็ยิ่งแย่มากขึ้นเท่านั้นสำหรับคนที่อยู่ใกล้คนคนนั้น

คนที่หุนหันพลันแล่นมืออยู่มากมาย หลายคนมีเสน่ห์ และบางคนก็พูดเป็นต้อยหยอ แต่ไม่ได้หมายความว่าพวกเขาเป็นไฮโดพาร์ และยังมีสมาตรต่อเนื่องที่ไม่ใช่ไฮโดพาร์ด้วยเหมือนกัน โดยหลายคนป่วยทางจิตซึ่งเป็นคนละเรื่องกันกับการเป็นไฮโดพาร์

ว่าแต่ นี่ไม่ใช่การป่วยทางจิตชนิดหนึ่งหรือ เราไม่ควรสงสัยไฮโดพาร์หรือไฮโดพาร์ไม่ใช่คนที่ เป็นโรคจิตหรือป่วยทางจิต “โรคจิต” เป็นคำศัพท์ด้านจิตวิทยาซึ่งหมายถึงสมองอยู่ในสภาพผิดปกติ คำนี้ใช้พูดถึงสภาวะการป่วยทางจิตที่รุนแรงแต่มีอาการชั่วคราว ความเจ็บป่วยบางอย่างที่อาจนำไปสู่การป่วยเป็นโรคจิต ก็เช่น โรคจิตเภท โรคจิตอารมณ์ โรคจิตหลงผิด ส่วนโรคอารมณ์สองชั่วขณะที่ 1 และโรคซึมเศร้าขั้นรุนแรงก็อาจมีอาการโรคจิตร่วมด้วย

อย่างไรก็ตาม ไฮโดพาร์เป็นคำที่หมายถึงผู้ป่วยโรคบุคลิกภาพผิดปกติ ฉะนั้น ไฮโดพาร์จึงไม่ใช่ความผิดปกติทางจิตหรือความเจ็บป่วยทางจิต โรคบุคลิกภาพผิดปกติถูกมองว่ามีสาเหตุส่วนใหญ่มาจากพันธุกรรม แต่บางครั้งสภาพแวดล้อมที่ย่ำแย่ในวัยเด็กและความเสียหายที่เกิดกับสมองในวัยเยาว์อาจมีส่วนด้วยเช่นกัน ส่วนความผิดปกติทางจิตหมายถึงคนคนหนึ่งรู้สึกแย่จนทุกข์ทรมานอย่างมาก ทั้งในด้านจิตใจ สังคม และอาจรวมถึงเศรษฐกิจด้วย

ความผิดปกติหรือความเจ็บป่วยทางจิตแสดงออกได้หลายรูปแบบ ความผิดปกติทางจิตบางอย่างส่งผลต่อการเข้าสังคม เนื่องจากความผิดปกติเหล่านั้นเห็นได้ชัดในพฤติกรรมหรือการพูดจา ดังนั้น ผู้ป่วยทางจิตจึงไม่สามารถ “แสดงออกได้อย่างเต็มที่” ถึงบุคลิกภาพของตนเอง ความผิดปกตินี้ได้รับการจัดกลุ่มความผิดปกติจากมุมมองของผู้ป่วยเอง ซึ่งบอกเล่าว่าพวกเขาประสบกับความยากลำบากและทุกข์ทรมานอย่างไรบ้าง การจัดกลุ่มดังกล่าวยังต้องพิจารณาถึงความรู้ตัวและความเข้าใจชีวิตจริงของตัวผู้ป่วยเองด้วย ความแตกต่างนี้เป็นสิ่งสำคัญสำหรับการทำความเข้าใจความแตกต่างระหว่างโรคบุคลิกภาพผิดปกติกับความเจ็บป่วยทางจิต

ส่วนไฮโคพาร์ไม่รู้สึกว่าตัวเองป่วยซึ่งต่างจากคนที่ป่วยทางจิต อันที่จริงไฮโคพาร์รู้สึกดีมากและมองว่าตัวเองมีสภาพจิตใจที่มั่นคง (อย่างไรก็ตามคนพวกนี้สามารถแสร้งทำเป็นป่วยทางจิตได้หากมันนำไปสู่เป้าหมายที่พวกเขาตั้งไว้) คนเหล่านี้ไม่ได้กลายเป็นไฮโคพาร์เพราะถูกรังแกที่โรงเรียน พวกเขาไม่ใช่คนที่ปรับตัวเข้ากับสังคมไม่ได้ซึ่งมักไม่รู้ตัวเวลาที่สร้างความวุ่นวายให้กับชีวิตของคุณ คนเหล่านี้ผิดปกติเมื่อวัดจากมาตรฐานของคุณและผม แต่อีกด้านคนพวกนี้รู้ตัวดีว่าตัวเองทำอะไร และในสายตาของไฮโคพาร์เอง พวกเขามองว่าตนอยู่เหนือคนอื่นทั้งหมด

## แล้วถ้าตัวฉันตรงกับบางหัวข้อในเช็กลิสต์นี้ ฉันเป็นไฮโคพาร์หรือเปล่า

ความแตกต่างระหว่างคุณกับไฮโคพาร์อยู่ตรงที่คุณมีสำนึกผิดชอบชั่วดี คุณรู้สึกได้ว่าอะไรผิดอะไรถูก และคุณใส่ใจผู้อื่น คุณไม่ต้องการทำร้ายใครที่อยู่รอบตัวคุณ หากคุณบังเอิญทำลงไป ก็เชื่อว่า คุณจะรู้สึกแยกับสิ่งที่ทำ นี่เป็นหนึ่งในปัจจัยอีกหลายอย่างที่บ่งบอกว่าคุณเป็นมนุษย์ปกติ

ส่วนไฮโคพาร์ไม่รู้สึกละไรทั้งนั้น พวกเขาทำสิ่งที่ต้องการทำเนื่องจากหลักคิดพื้นฐานของพวกเขาคือ พวกเขามีสิทธิจะทำอย่างนั้น คนพวกนี้

รู้ดีว่าตนเสี่ยงจะจบลงที่คุกจากการกระทำบางอย่าง แต่การตระหนักเช่นนั้น ก็หยุดพวกเขาไม่ได้ ไชโคพารมีตรรกะว่าพวกเขาจะไม่โดนจับ พวกเขาจึงกล้าเสี่ยงด้วยความใจเย็นและสันนิษฐานเอาเองว่าพวกเขาจะรอดไปได้ แต่หากพวกเขาถูกจับได้ก็คงจะคิดไว้แล้วว่าโยนความผิดในสิ่งที่ตัวเองทำให้คนอื่นอย่างไร ไชโคพารจะโทษพี่น้องของตัวเองได้โดยไม่รู้สึกรู้สอะไร หากการทำเช่นนั้นช่วยให้ตัวเองรอด คนพวกนี้ไม่รู้สึกอะไรกับความเดือดร้อนของคุณ และไม่สนใจหากคุณต้องหมดตัวหรือตกงานเพราะพวกเขา คนพวกนี้ปราศจากการสำนึกผิดและไม่เคยมองย้อนกลับมา

ไชโคพารอาศัยข้อเท็จจริงที่ว่าตัวเองถูกติทั้งในแง่พฤติกรรมและรูปลักษณ์ภายนอก คนเหล่านี้กระทำการใด ๆ ด้วยความเลือดเย็นและคิดคำนวณไว้แล้วอย่างดี พวกเขาใช้ความคิด แต่ไม่ใช้ความรู้สึก ไชโคพารทำแบบเดียวกับหมาป่าเวลาที่มันต้องการกินแกะ พวกเขาจะเอาสิ่งนั้นให้ได้

หากคุณไม่เคยอ่านเกี่ยวกับอาการของไชโคพารจริงๆ มาก่อน ผมเข้าใจดีว่าคุณอาจจะไม่ค่อยอยากเชื่อเรื่องที่ผมกล่าวมาทั้งหมด คนแบบนี้มีอยู่จริง ๆ หรือ ไชคร้ายที่คนเหล่านี้มีอยู่จริง ๆ ครับ

## ไชโคพารมีมากกว่าที่คุณคิด

โรเบิร์ต แอร์ สรุปว่า 2 เปอร์เซ็นต์ของประชากรในประเทศพัฒนาแล้วจะได้คะแนนในเช็กलिस्टพฤติกรรมไชโคพารสูงมากจนถูกจัดได้ว่าเป็นไชโคพารเมื่อไม่นานมานี้ จอห์น คลาร์ก ผู้เขียนหนังสือ *Working with Monsters* ระบุว่า ตัวเลขสูงกว่านั้นอีก นั่นคือราว 6 เปอร์เซ็นต์ของประชากรชาย และราว 2 เปอร์เซ็นต์ประชากรหญิงน่าจะเป็นไชโคพาร (จริงๆ แล้ว ตัวเลขส่วนใหญ่บ่งบอกว่าผู้ชายเป็นไชโคพารมากกว่าผู้หญิง) ชิกวาร์ด ลินห์ นักจิตวิทยาชาวสวีเดนได้เขียนหนังสือที่ให้ข้อมูลเกี่ยวกับอาการไชโคพารไว้อย่างดีหลายเล่ม และเขาคิดว่าจำนวนประชากรที่เข้าข่ายไชโคพารมีอยู่ประมาณ 4-5 เปอร์เซ็นต์มานานแล้ว อย่างไรก็ตาม ในหนังสือเล่มล่าสุด

ของเขาที่ชื่อ *Everyday Psychopaths* เขาพูดทำนองว่าตัวเลขจริงๆ น่าจะสูงกว่านั้น

ในแต่ละส่วนของโลกมีจำนวนไซโคพาธแตกต่างกันไป ดูเหมือนจะมีไซโคพาธในสหรัฐอเมริกามากกว่าในอังกฤษด้วยเหตุผลบางประการ เหตุผลที่คาดเดากันอย่างหนึ่งคือ สังคมอเมริกันให้รางวัลกับพฤติกรรมที่เอาตัวเองเป็นศูนย์กลางมากกว่าสังคมอังกฤษ หากผมจะใช้ตัวเลขประมาณการที่น้อยที่สุดในบรรดาตัวเลขที่กล่าวมา (2 เปอร์เซ็นต์) ย่อมหมายความว่า มีไซโคพาธราว 7 ล้านคนในประเทศประชาธิปไตยที่ใหญ่ที่สุดในโลกอย่างสหรัฐฯ ส่วนในสวีเดนมีไซโคพาธราว 2 แสนคน

## ไซโคพาธในชีวิตจริง

พฤติกรรมแบบไซโคพาธมีอยู่รอบตัวเราทุกเมื่อเชื่อกัน ขณะที่ผมกำลังเขียนบทนี้อยู่ ผมได้ยินเรื่องราวที่ผมจะยกตัวอย่างต่อไปนี้จากคนรู้จักห่างๆ ของผม

ชายโสดสูงวัยคนหนึ่งพบกับหญิงคนหนึ่งซึ่งมีลูกที่โตเป็นผู้ใหญ่แล้ว 5 คน พวกเขาแต่งงานกันและอยู่ด้วยกันอย่างมีความสุข เขามีชีวิตอยู่อย่างยืนยาว เมื่อเขาเสียชีวิต ฝ่ายภรรยาจึงเพิ่งพบว่าสามีของตนฐานะค่อนข้างดี เธอได้รับมรดกมากกว่า 1 ล้านดอลลาร์ แต่ด้วยความที่เธอรู้สึกแปลกนิทหนอยที่จู่ๆ ก็ร่ำรวยขึ้นมา เธอจึงตัดสินใจแบ่งเงินมรดกออกเป็น 6 ส่วนเท่าๆ กัน หนึ่งในส่วนเป็นของเธอ อีก 5 ส่วนแบ่งให้ลูกทั้ง 5 คน อย่างไรก็ตาม ภายในช่วงเวลา 3 เดือน ลูกชายคนหนึ่งของเธอได้หลอกเอาเงินส่วนของเธอรวมถึงพี่น้องของตนอีก 3 คนไป ส่วนลูกสาวคนโตซึ่งสามารถรับมือกับไซโคพาธได้ดี (มีกลุ่มคนพิเศษกลุ่มหนึ่งมีความสามารถนี้) และไซโคพาธมักจะพยายามกำจัดคนเหล่านี้เพื่อขจัดภัยคุกคามต่อตัวเอง) ปฏิเสธที่จะให้น้องชาย “ยืมเงิน” เขาจึงขู่จะใช้ความรุนแรงกับเธอ แต่เพราะเธอคุ้นเคยกับเขาออกมานานแล้ว เธอจึงยืนยันที่จะไม่ให้ยืมแม้แต่เซ็นต์เดียว

เขาไม่มีหระและหายตัวไปพร้อมกับเงินของแม่และพี่น้องคนอื่น คนในครอบครัวไม่ได้ยินข่าวคราวจากเขานีกเลยนับจากนั้น และเงินก้อนนั้นก็อันตรายหายไประลอกตัวเขา

คุณจะได้ไม่ได้อ่านเรื่องราวทำนองนี้จากหน้าหนังสือพิมพ์บ่อยนัก เพราะมันออกจะเป็นเรื่องความรุนแรงภายในครอบครัว เขี่ยมักอายและแทบไม่แจ้งความ ไชโคพาร์ยังคงอำพรางตัวและทำเช่นนี้ต่อไปได้เนื่องจากคนเหล่านี้จำนวนไม่น้อยเลือกที่จะหลอกลวงและมิตรสหายที่ใกล้ชิดซึ่งตกเป็นเหยื่อได้ง่ายที่สุดและเป็นพิษเป็นภัยกับไชโคพาร์น้อยที่สุด

รูปแบบพฤติกรรมเช่นนี้พบเห็นได้ทั่วไป ไชโคพาร์ชอบเกาะคนอื่นกินพวกเขาผลิตเพลินกับการไปร้านอาหารดีๆ แต่คนจ่ายคือคุณทุกครั้ง

ผมรู้ คุณกำลังคิดว่า น่าอายจะตาย! ไม่คิดจะยอมจ่ายส่วนของตัวเองบ้างเลย คนเขาจะว่ายังไงเนี่ย ไช่ครับ คนเขาจะว่ายังไง คุณกำลังคิดเหมือนคนปกติทั่วไป แต่ยังไงคุณก็คิดไม่ออกหรอก คุณไม่สามารถใช้ตรรกะของคนธรรมดาทั่วไปในบริบทเหล่านี้ได้ ไชโคพาร์คิดว่าตัวเองมีสิทธิแทรกกฎเพราะพวกเขาอยู่เหนือเราทุกคน

## ปกป้องตัวคุณเอง : เกราะป้องกัน ไซโคพาร์ธขึ้นพื้นฐาน

คำโกหกจะกลายเป็นความจริงหากพูดบ่อยมากพอ

— วลาดิเมียร์ อิลลิช เลนิน

คุณสามารถใช้มาตรการต่าง ๆ เพื่อปกป้องตัวเองจากพวกนักล่าได้ แต่ถ้าคุณตกอยู่ในอุ้งมือของไซโคพาร์ธไปแล้ว ทุกอย่างก็อาจสายเกินไป คุณต้องใช้พลังความเข้มแข็งของจิตใจอย่างมหาศาลในการหนีออกมาจากอุ้งมือของคนเหล่านั้น อย่างไรก็ตาม คุณสามารถใช้ 3 ขั้นตอนดังต่อไปนี้ในการป้องกันตัวเอง

1. รู้จักตัวเองให้มากขึ้น
2. เรียนรู้วิธีดูพฤติกรรมที่เข้าข่ายไซโคพาร์ธ
3. คิดให้ดีกว่าคุณให้คุณค่ากับตัวเองและเคารพตัวเองมากขึ้น  
แค่นั้น

ทั้งหมดนี้ฟังดูค่อนข้างง่ายใช่ไหมครับ ความรู้คือพลังสำหรับเรื่องนี้ ยิ่งคุณรู้วิธีการแสดงออกของพวกไซโคพาร์ธมากเท่าไร คุณก็จะยิ่งมีเกราะป้องกันการถูกควบคุมบังคับที่แข็งแกร่งมากขึ้นเท่านั้น

เรามาดู 3 ประเด็นนี้กันให้ละเอียดขึ้นอีกหน่อยและดูว่าทำไมวิธีเหล่านี้จึงสำคัญ

## 1. รู้จักตัวเองให้มากขึ้น

ใครในที่นี้รู้จักตัวเองดี 100 เปอร์เซ็นต์บ้าง ยกมือขึ้นครับ! มีใครบ้างไหม ไม่มีเลยหรือครับ ก็อย่างนั้นแหละครับ ถ้าคุณเป็นคนปกติและไม่ใช้ไซโคพาสเสียเอง คุณก็จะตระหนักได้ว่ามีอะไรหลายอย่างเกี่ยวกับตัวเองที่คุณก็อาจจะไม่เข้าใจ เราทุกคนล้วนเป็นแบบนี้ เรามีจุดบอดและทำตัวในแบบที่เราเองก็ไม่เข้าใจ บางครั้งสิ่งนี้ก็ไม่ใช่ว่าเรื่องใหญ่โตอะไร แต่ในบางโอกาสเราก็อาจแสดงพฤติกรรมที่ไม่คาดคิดออกมา เช่นในเวลาเราถูกข่มขู่คุกคาม ไม่มีใครรู้แน่ชัดว่าตัวเองจะมีปฏิกิริยาอย่างไรจนกว่าจะเห็นอาวุธเล็งมาที่ตัว

บางครั้งว่ากันว่า ไซโคพาสไม่เข้าใจหรือไม่สามารถจินตนาการได้ว่าคนอื่นรู้สึกอย่างไร แต่ความคิดเช่นนี้มีถดถอย ตรงข้ามเลยทีเดียว งานศึกษาวิจัยแสดงให้เห็นว่า พวกเขาเข้าใจอย่างทะลุปรุโปร่งว่าคุณรู้สึกอย่างไรในสถานการณ์นั้นๆ ปัญหาคือ ไซโคพาสเอง ต่างหากที่ไม่รู้สึกละไร พวกเขาจึงไม่สนใจอารมณ์ความรู้สึกของคุณ คนเหล่านี้จับจุดอ่อนของคุณได้รวดเร็วอย่างยิ่ง และพวกเขาจะใช้จุดอ่อนเหล่านั้นอย่างไร้ความปรานี เพราะป้องกันที่ดีที่สุดสำหรับคุณคือ จับตามองพวกที่ดูเหมือนจะสนใจจุดอ่อนของคุณไว้ให้ดี คุณจำเป็นต้องระมัดระวังมากขึ้นกว่าเดิมมากเมื่อประเมินคนเหล่านี้ (เรื่องนี้ยากเพราะพวกเขาจะไม่เริ่มต้นความสัมพันธ์ด้วยการมองหาจุดอ่อนในตัวคุณทันที พวกเขาจะเริ่มจากจุดอื่นโดยสิ้นเชิง ผมจะพูดเรื่องนี้เพิ่มเติมในภายหลัง)

ถ้าคุณเป็นคนบ้ายอ จุดอ่อนนี้จะแสดงออกมาอย่างชัดเจน การทดสอบว่าคุณเป็นแบบนี้หรือเปล่านั้นง่ายอย่างเหลือเชื่อ ลองให้ใครสักคนขึ้นชมคุณโดยที่คุณไม่คาดคิดมาก่อนแล้วดูว่าคุณมีปฏิกิริยาอย่างไร คุณอาจจะหน้าแดงหรือหัวเราะคิกคัก ถ้าคุณเห็นว่าตัวเองเป็นแบบนี้ คุณก็กำลังเชิญชวนให้พวกนักด้อมด้นทุบทุบทุกประเภทเข้ามาหา

คนที่ชอบใช้ทางลัดในชีวิตและพร้อมจะทำสิ่งที่ “หมิ่นเหม่” ในเชิงศีลธรรม มีโอกาสตกเป็นเหยื่อไซโคพาสกับแผนการที่น่ากลัวของคนเหล่านั้นได้ง่าย

เป็นพิเศษ คนที่มีความปรารถนาแรงกล้าในการที่จะได้เงินมาง่าย ๆ ล้วนตกเป็นเหยื่อนักต้มตุ๋นมืออาชีพออยู่ทุกนาที่เมื่อพวกนั้นสัญญาจะให้ทั้งเดือนและดาว

อย่างไรก็ตาม ไม่ใช่เรื่องง่ายเสมอไปที่คนเราจะรู้ตัวเองหรือรู้เท่าทันว่าตนบ้ายอหรือถูกหลอกได้ง่าย แต่คุณผู้อ่านที่รักครับ โลกนี้ไม่มีใครสมบูรณ์แบบ คุณก็ต้องมีจุดอ่อนบ้าง ในหนังสือ *วิธีเอาตัวรอดในวงล้อมคนเงี้ยว* ผมได้บรรยายอย่างละเอียดเกี่ยวกับระบบ DISC และจะย้าเนื้อหาบางส่วนไว้ในเล่มนี้ด้วยหลังจากนี้ แต่การอ่านเกี่ยวกับประเภทของพฤติกรรมต่าง ๆ ก็เรื่องหนึ่ง การนำข้อมูลเหล่านี้ไปประยุกต์ใช้ก็อีกเรื่องหนึ่ง

|              | รู้ตัวเอง                                                      | ไม่รู้ตัวเอง                                                             |
|--------------|----------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|
| คนอื่นรู้    | <p>พื้นที่เปิด<br/>(ตัวตนของฉันทันทีที่สาธารณะ)</p>            | <p>จุดบอด<br/>(ตัวตนของฉันทันทีกับมองข้าม)</p>                           |
| คนอื่นไม่รู้ | <p>สิ่งที่อยู่เบื้องหลัง<br/>(ตัวตนของฉันทันทีเป็นความลับ)</p> | <p>สิ่งที่ไม่รู้<br/>(ตัวตนของฉันทันทีไม่มีใครรู้ แม้แต่ตัวฉันทันที)</p> |

## ทฤษฎีหน้าต่างโจฮารี

หน้าต่างโจฮารีเป็นโมเดลทางจิตวิทยาที่ใช้ระบุลักษณะการสื่อสารที่แตกต่างกัน โมเดลนี้ได้รับการพัฒนาขึ้นโดยนักจิตวิทยาชื่อ โจเซฟ ลูฟต์ และแฮริงตัน อิงแกรม จากมหาวิทยาลัยแคลิฟอร์เนียในช่วงทศวรรษ 1950 (ชื่อโจฮารีมาจากการผสมชื่อหน้าของทั้งสองคน) โมเดลนี้อธิบายให้เห็นว่า การสื่อสารระหว่างบุคคลเปิดเผยมากขึ้นอย่างไรเมื่อคนสองคนปฏิบัติตัวในแบบของ

ตัวเอง พร้อมทั้งตระหนักถึงคนอื่นและความสัมพันธ์ต่าง ๆ รอบตัวของพวกเขา การให้ความคิดเห็นในเชิงติชมแก่กันเป็นกระบวนการสำคัญอย่างหนึ่งในการร่วมมือทุกรูปแบบ การที่ผมสามารถรับฟังคำติชมได้และละเอียดอ่อนกับความรู้สึกของผู้อื่น ทำให้ผมเข้าใจอย่างแท้จริงว่าคนอื่นมองตัวผมและการกระทำของผมอย่างไร ในขณะเดียวกัน การเป็นตัวของตัวเองและกล้าพอที่จะแสดงตัวตนที่แท้จริงออกมาเปิดโอกาสให้คนอื่นได้รับรู้เกี่ยวกับตัวผม

ตัวตนในที่สาธารณะ (ช่องที่เป็นพื้นที่เปิด) ประกอบด้วยสิ่งที่ผมรู้เกี่ยวกับตัวผมและสิ่งที่คนอื่นรู้เกี่ยวกับตัวผม ถ้าช่องนี้ขยายใหญ่ขึ้นนั้นหมายความว่า การเปิดเผยเพิ่มมากขึ้น สิ่งนี้จะเกิดขึ้นเมื่อผมแสดงตัวตนให้ผู้อื่นเห็นมากขึ้นในเวลาเดียวกับที่ความละเอียดอ่อนต่อความรู้สึกของผู้อื่นเพิ่มขึ้นด้วย เมื่อผมเริ่มใช้ประโยชน์จากจุดแข็งของตัวเองและกล้ายอมรับในจุดอ่อนของตัวเอง ตัวตนในพื้นที่สาธารณะก็ขยายตัวเพิ่มขึ้น

ตัวตนของฉันที่ฉันมองข้าม (ช่องจุดบอด) ก่อตัวขึ้นจากสิ่งที่ไม่รู้เกี่ยวกับตัวเองแต่คนอื่นรู้เกี่ยวกับตัวผม ข้อมูลนี้อาจรู้ได้จากสิ่งที่ผมพูดซึ่งคนอื่นสังเกตเห็น แต่ตัวผมเองไม่รู้ตัว เช่น ลำนวนหรือลักษณะการพูดถึงสิ่งต่าง ๆ ที่ผมใช้บ่อยเกินไป

ตัวตนของฉันที่เป็นความลับ (ช่องสิ่งที่อยู่เบื้องหลัง) เกิดขึ้นจากสิ่งที่ผมรู้เกี่ยวกับตัวเองแต่คนอื่นไม่รู้ การรู้จักตัวเองในแบบนี้หมายถึงรวมถึงสิ่งที่ผมไม่ต้องการแบ่งปันให้ใครรู้หรือแสดงให้ใครเห็นเลยแม้แต่น้อย แต่ถ้าคนคนหนึ่งปิดบังตัวเองมากเกินไป ช่องสิ่งที่อยู่เบื้องหลังนี้จะขยายใหญ่มากขึ้น

ตัวตนของฉันที่ไม่มีใครรู้แม้แต่ตัวฉัน (ช่องสิ่งที่ไม่รู้) ประกอบด้วยสิ่งที่ผมไม่รู้เกี่ยวกับตัวเองและสิ่งที่คนอื่นไม่รู้เกี่ยวกับผม บุคลิกภาพในส่วนนี้ถูกซ่อนไว้อย่างลึกซึ้งจากคนทุกคนและอาจปรากฏออกมาเมื่ออยู่ในสภาวะกดดันอย่างยิ่งที่สุดเท่านั้น

ทฤษฎีนี้ระบุว่าคนที่มีความสัมพันธ์ที่เปิดกว้าง ซึ่งหมายถึงพื้นที่ของตัวตนในที่สาธารณะมีขนาดใหญ่และเปิดเผยต่อผู้อื่นมีโอกาสจะสื่อสารกับคนอื่นได้ดีที่สุด เพราะกิริยาท่าทางที่เปิดเผยทำให้การสื่อสารกับผู้อื่นเกิดขึ้นง่าย

ผลคือคนรอบตัวมีแนวโน้มที่จะเข้าใจพวกเขาผิดหรือตีความสิ่งที่พวกเขาพูด และกระทำไปในทางที่ผิดได้น้อย การเปิดกว้างและการสื่อสารอย่างเปิดเผยระหว่างบุคคลจะมีประสิทธิภาพมากที่สุดเมื่อความละเอียดอ่อนต่อความรู้สึกของผู้อื่นและความเต็มใจที่จะเปิดเผยตัวเองมีขนาดใหญ่เท่ากัน นั่นจะช่วยให้ช่องพื้นที่เปิดนี้มีขนาดใหญ่ที่สุดเท่าที่เป็นไปได้

แน่นอน การมีช่องพื้นที่เปิดขนาดใหญ่ไม่ใช่เรื่องดีเสมอไป เช่น กับคนที่รู้จักกันอย่างผิวเผินและพบกันเป็นครั้งคราว การมีพื้นที่เปิดขนาดใหญ่ไม่ได้มีความหมายอะไรเป็นพิเศษ จะมีประโยชน์อะไรที่จะให้คนแปลกหน้ารับรู้ความคิดที่อยู่ข้างในลึกๆ ของเรา (แต่ก็มีคนมากมายที่ทำแบบนี้)

คนอื่นจะไม่มองพฤติกรรมของคุณไปในทางเดียวกันหรือมองอย่างที่คุณมองตัวเองเสมอไป มีบางอย่างที่คนอื่นมองไม่เห็นเพราะคุณเลือกที่จะไม่ให้เห็น แต่บางครั้งคนอื่น เช่น เพื่อนร่วมงานของคุณ กลับสังเกตเห็นบางอย่างเกี่ยวกับตัวคุณ แต่คุณเองกลับไม่ตระหนักรู้เลย และก่อนที่คุณจะประกาศลั่นว่าเป็นเพราะพวกเขาเข้าใจคุณผิดอย่างสิ้นเชิง ผมจะบอกคุณว่านั่นไม่ได้ช่วยอะไรเลย การสื่อสารขึ้นอยู่กับการฟัง เมื่อผู้ฟังถ่วงการสื่อสารผ่านกรอบของสิ่งที่พวกเขารู้จัก ผ่านอคติและประสบการณ์ของพวกเขา สิ่งที่เหลือคือสิ่งที่พวกเขาเข้าใจ ไม่ว่าจะเป็นจริงๆ แล้วคุณจะหมายความว่าอะไรก็ตาม

## จุดจบ

เรื่องนี้ใช้ภาษา DISC อธิบายให้เห็นภาพได้ดังนี้ คนสี่แดงคิดว่าตัวเองฉลาดและมีไฟ แต่คนรอบข้างมองว่าบางครั้งพวกเขาก็เครียดและไม่สุขภาพ คนสี่เหลืองเรียกร้องให้คนอื่นหันมาสนใจความคิดสร้างสรรค์และความคิดแปลกใหม่ของตัวเองอยู่เสมอ ในขณะที่เพื่อนร่วมงานกำลังยุ่งอยู่กับการไล่เก็บงานที่คนสี่เหลืองทำทิ้งไว้ ขณะที่คนสี่เขียวทำทุกอย่างเพื่อให้เพื่อนร่วมงานรู้สึกสะดวกสบาย พร้อมกับเสิร์ฟกาแฟให้ทุกคนที่ต้องการ แต่เจ้านายมองว่าพวกเขาไม่สู้เมื่อเห็นวี่แววความขัดแย้งแม้กระทั่งเวลา

ที่ตัวเองเป็นฝ่ายถูก ส่วนคนสีน้ำเงินซึ่งขึ้นชอบความสมบูรณ์แบบทำให้ทุกคนรอบตัวประสบภัยเสียเพราะคนสีนี้ไม่สามารถปล่อยผ่านอะไรได้เลย หากไม่ถูกต้อง 100 เปอร์เซ็นต์ ขณะที่คนอื่นมองว่านี่เป็นความจริงจังจิกคนสีน้ำเงินมองว่านี่เป็นการทำงานอย่างมีคุณภาพ

แล้วใครผิด ใครถูกล่ะ นั่นไม่ใช่เรื่องสำคัญแม้แต่น้อย มันแค่เป็นอย่างที่เป็นเท่านั้นเอง ถ้าคุณจะอ้างว่าคุณรู้จักตัวเองอย่างแท้จริง คุณก็ต้องยอมรับว่าตัวเองมีจุดอ่อน และอย่างที่ผมเคยบอกไปแล้ว คนที่มีวาระซ่อนเร้นจมูกไว้มากกับจุดอ่อนของคุณ คุณจะไม่มีทางปกป้องตัวเองจากการถูกหลอกหลอได้อย่างเต็มที่ หากคุณไม่ยอมรับว่าคุณไม่สมบูรณ์แบบและไม่เตรียมพร้อมรับมือกับด้านที่เป็นจุดอ่อน

## ข้อด้อยของฉัน พังให้คิดนะ!

โดยส่วนตัวแล้วผมไม่ชอบพูดเกี่ยวกับจุดอ่อนของตัวเอง ดึกว่าเยอะเลยที่จะพูดถึงความสำเร็จและตีמדากับคำชื่นชมสรรเสริญจากคนที่รักผม แต่ถึงอย่างนั้นจุดอ่อนก็ไม่ได้หายไปไหนอยู่ดี

ในกรณีของผม จุดอ่อนคือความหุนหันพลันแล่น (พฤติกรรมของคนสีแดง) ซึ่งหมายความว่าผมอาจตัดสินใจโดยไม่คิดให้รอบคอบเสียก่อน นิสัยเช่นนี้ส่งผลให้ผมสูญเสียอย่างหนัก เช่น การขาดทุนในตลาดหุ้น การเสียค่าซ่อมแซมแพงสำหรับรถคันเกาที่ยัง “สภาพดี” อยู่ และการแสดงความคิดเห็นโดยไม่ยั้งคิดกับคนที่ผมใส่ใจอย่างที่สุด เพียงเพราะผมแค่ต้องการพูดกลับเท่านั้น

เมื่อพูดถึงการทำตัวตลก บ่อยครั้งที่เดียวที่ผมใช้อารมณ์ขันผิดกาลเทศะ (พฤติกรรมคนสีเหลือง) ทุกวันนี้ผมเรียนรู้ที่จะควบคุมแรงกระตุ้นแบบนี้ได้ดีขึ้น แต่ผมสามารถสาธยายเหตุการณ์มากมายที่ผมทำให้บรรยากาศกร่อยโดยไม่ตั้งใจ บางครั้งผมก็สะเพร่าในเรื่องรายละเอียดแม้ผมจะรู้อยู่เต็มอกว่ารายละเอียดเหล่านั้นสำคัญขนาดไหน นี่ผมยังไม่พูดถึงการเป็นคนที่ไม่สบาย ๆ มากเกินไปกับเรื่องเป็นเวลา รวมถึงการขัดจังหวะคนอื่นเพราะคิดว่าสิ่งที่ตัวเองจะพูดน่าสนใจกว่ามาก หรือหงุดหงิดงุ่นง่านเมื่อมีใครชี้ให้เห็น

ข้อผิดพลาดเกี่ยวกับสิ่งที่ผมเขียนในย่อหน้านี้

และผมมีเชื้อบ้าความสมบูรณ์แบบอยู่ด้วยอย่างไม่ต้องสงสัย (พฤติกรรมคนสีน้ำเงิน) เช่น ผมยังรู้สึกว่าเป็นเรื่องยากมากสำหรับผมหากจะพูดบรรยายโดยที่ไม่ได้ตรวจสอบสื่อการสนทนาอย่างละเอียดอีกครั้ง โดยได้ปรับแต่งภาพประกอบบางภาพ และปรับอะไรบางอย่างให้ดูดีขึ้น แม้ว่าผมจะเดินสายบรรยายมานานกว่า 20 ปีแล้ว ผมก็ยังอดไม่ได้ที่จะทำอย่างนี้ (หรือเมื่อผมนำต้นไม้นี้มาลงในสวน ผมไม่สามารถนำมาลงในลักษณะเดิมได้ อย่างแรก ผมต้องมองว่าจะปลูกมันยังงี้โดยมองจากมุมนี้มุมนี้สัก 19 มุมก่อนจะลงมือจับพลั่ว แน่นนอน คนส่วนใหญ่สงสัยว่าผมทำบ้าอะไร) เวลาที่ผมคุยกับคนอื่น มีคนบอกว่าบางครั้งผมอาจจะตั้งอกตั้งใจมากเกินไปจนผมเผลอขมวดคิ้วเป็นปมหรืออะไรทำนองนั้น โอ้ แย่จัง

เอาล่ะ คุณรู้จักจุดอ่อนของผมกันแล้ว ไม่ได้แยอะไรขนาดนั้นใช่ไหมครับ ตอนนี้คุณก็รู้จักผมมากขึ้นอีกนิดและสิ่งที่ผมยกตัวอย่างให้ฟังก็ไม่มีอะไรน่าชื่นชมยินดีเลย ผมพยายามต่อสู้กับข้อเสียเหล่านี้และบ่อยครั้งที่ผมหวังว่าผมไม่ได้เป็นแบบนี้ นี่ทำให้ผมเป็นคนเลวหรือเปล่าครับ ผมคิดว่าไม่ ผมเป็นคน เหมือนกับคุณและเหมือนทุกคนที่ผมเคยพบ เราล้วนมีข้อบกพร่องที่เราเสียใจ ขณะที่ผมอายุมากขึ้น (ผมเพิ่งผ่านอายุ 50 ปี ขณะที่เขียนหนังสือเล่มนี้) ผมก็ยอมรับว่าตัวเองไม่สมบูรณ์แบบได้ง่ายขึ้น หลังจากทำงานที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมมนุษย์มาสองสามทศวรรษ ผมได้เรียนรู้หลายสิ่งหลายอย่างรวมทั้งตัวผมเองด้วย ถึงอย่างนั้นก็ยังมีความประพฤติบางอย่างในตัวผมที่ผมเองก็ 모르ตัว เป็นลักษณะนิสัยและการกระทำที่คนอื่นมองเห็นแต่ผมไม่เห็นเลย

แล้วคุณล่ะครับ

ถ้าผม ยอมรับจุดอ่อนของตัวเองได้ คุณก็ทำได้เหมือนกัน มองเสียว่าเป็นโอกาสที่จะดีขึ้นกว่าเดิม ได้ปรับปรุงตัวเอง เพื่อให้ได้การยอมรับจากคนรอบข้างง่ายขึ้น (หากคุณคิดว่าเป็นเรื่องสำคัญ) และบรรลุเป้าหมายเร็วขึ้น ดังนั้นเอากระดาษปากกามาครับ ตอนนี้คุณรู้แล้วว่าคุณควรทำอะไร

เมื่อคุณเขียนเสร็จ คุณกำจัดกระดาษแผ่นนี้ได้ทุกเมื่อเพื่อไม่ให้มันตกไปอยู่ในมือของคนที่ไม่ดี แต่ผมจะขอรับรองคุณจากใจจริงและอย่างจริงจัง ให้คุณนั่งลงพิจารณาจุดอ่อนของตัวเอง และหาทางปรับปรุงให้ดีขึ้น และเหนือสิ่งอื่นใด จงระวังคนที่ดูเหมือนจะพุ่งเป้าไปที่จุดอ่อนของคุณ เพราะมีคนที่ชอบมองหาจุดอ่อนเหล่านั้นอยู่

## 2. เรียนรู้วิธีดูพฤติกรรมที่ง่ายง่ายไฮโคพาร์

อะไรคือความต่างระหว่างคนที่ไฮโคพาร์กับคนที่มีลักษณะนิสัยเข้าข่ายไฮโคพาร์ จำไว้ว่าการที่จะถูกจัดว่าเป็นไฮโคพาร์ คุณจำเป็นต้องแสดงพฤติกรรมที่เข้าข่ายไฮโคพาร์ตามที่ปรากฏในเช็กลิสต์ของโรเบิร์ต ดี. แอร์ ในจำนวนที่มากพอ

พฤติกรรมในบางหัวข้อไม่ได้น่ากลัวเป็นพิเศษโดยตัวมันเอง เช่น พฤติกรรม *กะล่อนและชอบหวานแสน* มีคนที่เข้าข่ายนี้มากมาย คนสี่เหลี่ยมส่วนใหญ่อาจจากบทหัวข้อนี้ หรือพฤติกรรม *ขาดความยับยั้งชั่งใจ* ซึ่งค่อนข้างจะเป็นพฤติกรรมทั่วไปของคนสีแดง คือคุณคิดปั๊บ ทำปั๊บ แล้วค่อยมาดูกันว่าเป็นยังไง ส่วน *การขาดความรับผิดชอบ* ละ ไม่ใช่เรื่องแปลกหากคนสี่เหลี่ยมจะหลบเลี่ยงเวลาที่ถูกมอบหมายให้รับผิดชอบอะไร เหตุผลหลักก็เพราะว่าความรับผิดชอบเป็นงานที่หนักมากเกินไป ฉะนั้นเราจะเห็นได้ว่า พฤติกรรมที่เข้าข่ายไฮโคพาร์บางอย่างสามารถพบได้ในคนทุกประเภท ผมเองก็อาจจะจากบทได้สักสองหัวข้อ บางทีอาจจะถึงสาม หรือสี่หัวข้อเลยทีเดียว อย่างไรก็ตาม ถ้าคุณพบว่าใครสักคนมีพฤติกรรมเข้าข่ายหลายข้อมาก ก็มีเหตุผลที่คุณจะระมัดระวังให้จงหนัก

ขอโทษที่ต้องพูดกันแบบตรงๆ แต่ไม่มีวิธีอื่นแล้ว ไฮโคพาร์ขนานแท้จะไม่สนใจอะไรคุณเลยแม้แต่น้อย เหมือนกับหมาป่าที่กำลังหิวและไม่สนใจว่าแกะจะกลัวหรือบาดเจ็บแค่ไหน คุณเป็นแค่เหยื่อ ไม่มีอะไรมากกว่านั้น

คุณต้องเรียนรู้ว่าจะดูไซโคพาทให้ออกได้ยังไง ซึ่งไม่ต่างจากคนเลี้ยงแกะที่ต้องเรียนรู้วิธีป้องกันไม่ให้หมาป่าเข้ามาใกล้

ถ้าหากคุณยังคิดว่าภัยคุกคามจากไซโคพาทไม่น่าจะใหญ่โตอะไรขนาดนั้น ผมอยากจะชี้แจงอย่างนี้ครับ จากสถิติชี้ให้เห็นว่า ความเสี่ยงของการได้รับผลกระทบจากไซโคพาทมีมากกว่าความเสี่ยงที่จะเกิดสิ่งต่อไปนี้

- หัวใจวาย
- ได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นมะเร็ง
- แผลอเอดส์อันดับหัวแม่มือ
- ขับรถชน
- ถูกจี้ใจกลางเมืองในคืนวันศุกร์
- กลายเป็นคนติดเหล้า
- สูญเงินบำนาญทั้งหมดไปกับตลาดหุ้น
- ถูกไล่ออกจากงาน

อย่างไรก็ตาม เราย่อมต้องหาทางป้องกันตัวเองไม่ให้เกิดเหตุการณ์ทั้งหมดที่ว่ามานี้ในชีวิตประจำวัน เรากินอาหารที่มีประโยชน์ ไม่ได้มากเกินไป คาดเข็มขัดนิรภัย และไม่เดินกลับบ้านคนเดียวในคืนวันศุกร์ เราทำงานให้ดีเพื่อที่จะได้ไม่ถูกเลิกจ้างเมื่อบริษัทต้องลดพนักงานอีกในคราวหน้า แต่เรา*ไม่ทำอะไรเลย* เพื่อปกป้องตัวเองจากไซโคพาท อาจเป็นเพราะเราไม่อยากจะเชื่อว่าคนเหล่านี้เป็นภัยคุกคามที่น่ากลัวสำหรับเรา หรือไม่ไดัตระหนักว่าคนเหล่านี้มีอยู่จริง

เราไม่ได้กำลังพูดถึงอันนิบาล เล็กเตอร์ซึ่งเป็นฆาตรกรต่อเนื่องในนวนิยายชื่อดัง อย่างที่ผมเกริ่นไว้แล้วในบทนำ เรากำลังพูดถึงใครสักคนที่อาจจะนั่งห่างไปจากคุณแค่สองโต๊ะหรือใครสักคนที่ส่งยิ้มให้คุณทุกเช้า

อย่าโลกสวย จงมองให้เห็นภัยอันตรายก่อนที่ภัยนั้นจะเห็นคุณ

### 3. คิดให้ดีกว่าคุณให้คุณค่ากับตัวเอง และเคารพตัวเองมากน้อยแค่ไหน

เรื่องนี้เกี่ยวอะไรกับการเคารพตัวเอง คำตอบคือ เกี่ยวทุกอย่าง ถ้าคุณคิดว่าคุณคู่ควรกับสิ่งที่ดีที่สุดในชีวิต คุณก็ควรทำให้มันแน่ใจว่าคุณจะได้สิ่งนั้น ผมไม่ได้กำลังพูดถึงเรื่องนี้ในแบบที่ไซโคพาทคิด ผมกำลังขอให้คุณพิจารณาว่ามันสำคัญแค่ไหนที่คุณจะต้องเคารพตัวเองในระดับที่เหมาะสมและดีต่อสุขภาวะของคุณ รู้จักตัวเอง รวมถึงรักษาภาพลักษณ์ว่าคุณเป็นคนอย่างไร

คุณคิดว่าตัวเองเป็นคนดีหรือเปล่า คุณคิดใหม่ว่าแม้คุณจะมีข้อบกพร่องและจุดอ่อน คุณควรจะได้รับความรักและมีความสุขกับชีวิตไม่ว่าสุดท้ายมันจะออกมาถึงยังไงก็ตาม หนังสือเล่มนี้ไม่ได้ออกแบบมาเพื่อช่วยให้คุณสร้างความมั่นใจในตัวเอง แต่ผมคิดว่าความมั่นใจในตัวเองคือสิ่งที่คุณคู่ควรอย่างยิ่ง ทุกคนคู่ควรที่จะได้รับความรัก นี่คือนิยามของผม

ถึงอย่างนั้น เราหลายคนก็ยังมีปัญหาในเรื่องนี้ ความเคารพในตัวเองของเราอยู่ในระดับต่ำเกินไปเพราะเราไม่ชอบสิ่งที่เราเป็น เราไม่พอใจในตัวเอง เราอยากให้ตัวเองอายุน้อยกว่านี้ อายุมากกว่านี้ หุ่นดีกว่านี้ นามองกว่านี้ มีเงินมีทองมากกว่านี้ ฉลาดในเรื่องนั้นเรื่องนี้มากกว่านี้ มีคู่ครองที่น่าสนใจกว่านี้ หรืออยากพูดภาษาฝรั่งเศสได้ ถึงแม้จะไม่ได้ไม่พอใจในแบบที่ว่ามาทั้งหมดนี้ แต่บ่อยครั้งเหลือเกินที่เราก็ยังไม่พอใจในสิ่งที่เราเป็น และสิ่งนี้ทำให้เราจะเป็นเหยื่อของไซโคพาทหรือคนที่มึลักษณะนิสัยแบบไซโคพาทได้ง่ายๆ

อีกนัยหนึ่ง ไซโคพาทเป็นพวกขี้ฉลาดอย่างไม่น่าเชื่อ คนพวกนี้ทำตัวเหมือนหมาป่าตอนที่บุกเข้าไปในคอกได้ หมาป่าแทบจะไม่เล่นงานสัตว์ที่เป็นจำฝูงหรือตัวที่แข็งแรงที่สุดในคอก เพราะมันไม่แน่ใจว่าจะชนะ แต่กับเหยื่อที่กำลังบาดเจ็บหรืออยู่ในสภาพย่ำแย่ มันจะเล่นงานอย่างไม่ต้องสงสัย พวกมันตะครุบเหยื่อที่อ่อนแอที่สุดในฝูง ตัวที่เชื่องช้า ตัวที่ดูกะปลกะปล และมึ่ววของความอ่อนแอ ในกรณีของมนุษย์ สมาชิกที่อ่อนแอที่สุดในฝูงคือคนที่ไม่ชอบตัวเอง อย่างเช่น คนประเภทที่จะลอยไปกับคำเยินยอ

ได้ง่าย ถ้าคุณไม่คิดว่าจะมีใครรักคุณได้เพราะคุณเป็นคนแย่ คุณก็กำลังโอบรับใครก็ได้ที่แสดงความชื่นชอบในตัวคุณแม้จะเพียงเล็กน้อยแค่นั้นก็ตาม

คุณไม่คิดว่าสิ่งนี้จะเกิดกับคุณหรือครับ ไม่เป็นไร แต่คุณรู้ว่าคนพวกนี้ปะปนอยู่ในสังคมและเพื่อนฝูงของคุณที่ไม่ทันระวังตัวอาจประสบปัญหาได้ บางทีความรู้นี้สามารถช่วยให้คุณมีโอกาสระดับประคองและช่วยเหลือเพื่อนเหล่านั้นได้

ภารกิจของคุณคือ ยอมรับสิ่งที่ตัวเองเป็น และแน่นอน ควรหาทางจัดการข้อบกพร่องของตัวเองและพยายามพัฒนาตัวเองในทุกด้าน เรียนรู้ว่าตัวเองเป็นคนยังไงและคิดถึงจุดแข็งที่คุณอยากมี ในขณะที่เดียวกันคุณสามารถไต่ตรองจุดอ่อนที่คุณอยากจะเปลี่ยนเป็นจุดแข็ง นี่เป็นแนวทางในเชิงบวกที่จะช่วยให้คุณมีพลังและทำให้คุณเป็นคนที่มีสมบูรณ์ขึ้น แต่อย่าปฏิเสธสิ่งที่ตัวเองเป็น

ขอให้คุณชอบตัวเอง

ขอให้คุณรักตัวเอง

ขอให้คุณตระหนักไว้ว่าไม่จำเป็นต้องให้ใครมาทำสิ่งนี้ให้คุณ ให้คุณพัฒนาตัวเองเพราะ *คุณ* ต้องการที่จะทำ ไม่ใช่เพราะใครบางคนกำลังตำหนิคุณ

ผมขอสรุปดังนี้ การไม่พึ่งพาใครและยืนหยัดอยู่คนเดียว *ไม่ได้* ทำให้คุณแข็งแกร่ง หมาป่าจะต้อนแกะตัวที่โดดเด่นยวบออกมาจากฝูง ก่อนที่จะฉีกแกะตัวนั้นเป็นชิ้นๆ คุณต้องคอยระวังว่าไซโคพาทไม่ได้เลือกคุณและแยกคุณออกจากกลุ่มคนที่คุณรัก คุณจะได้อ่านตัวอย่างอีกหลายเรื่องในหนังสือเล่มนี้ ขอความช่วยเหลือจากครอบครัวหรือเพื่อนฝูงหากคุณสงสัยว่าตนมีปัญหารออยู่ข้างหน้า

เอาล่ะครับ ตอนนี้นักคุณก็มี 3 วิธีที่จะใช้ปกป้องตัวเองแล้ว