

201207214 16

MEDONET > CHOROBY OD A DO Z > CHOROBY I ZABURZENIA PSYCHICZNE > TAK ZACHOWUJE SIĘ SOCJOPATA. 10 TYPOWYCH OZNAK

Tak zachowuje się socjopata. 10 typowych oznak

Opracowanie: AB

19 maja 2025, 07:37

Udostępnij

Trudności z respektowaniem prawa oraz brak autentycznych więzi emocjonalnych nierzadko prowokują pytanie, czy ktoś może zmagać się z antyspołecznym zaburzeniem osobowości (często kojarzonym ze słowem "socjopatia"). Zburzenie to obejmuje rozmaite wzorce zachowań i nie zawsze prosto je zdiagnozować czy leczyć. Specjaliści ostrzegają, że kluczowe jest właściwe rozpoznanie, bo skutki mogą być poważne. Jak zachowuje się i jak mówi socjopata?



Tak zachowuje się socjopata. 10 typowych oznak

REKLAMA



SPIS TREŚCI

1. Kluczowe definicje socjopatii
2. 10 oznak antyspołecznego zaburzenia osobowości
3. Typowe rzeczy, które mówią osoby z socjopatią
4. Jak radzić sobie z socjopatą?

Artykuł ukazał się w ramach cyklu "Psychologiczne poniedziałki" – w każdy poniedziałek w Medoncie znajdziecie artykuły na temat psychologii, samorozwoju i wellbeingu.

Zdaniem ekspertów, w tym psychologa dr. Ramone'a Forda, mamy tu do czynienia z wielowymiarowym zespołem cech i przywyczajeń. Częste naruszanie powszechnie przyjętych reguł oraz przepisów to niejedyny problem – objawy bywają trudne do zaobserwowania, a proces leczenia, jeśli w ogóle podejmowany, także staje się dużym wyzwaniem.

REKLAMA

Kluczowe definicje socjopatii

Pojawia się pytanie o istotę samego pojęcia "**socjopatia**" oraz o to, w jaki sposób nauka je dziś definiuje. Współczesne klasyfikacje zwracają uwagę na różnicę między potocznymi określeniami a faktyczną diagnozą w obrębie **zaburzeń psychicznych**.

Eksperci tłumaczą, że dawniej słowo "socjopata" było uznawane za oparte na mocno negatywnych konotacjach. W praktyce chodzi najczęściej o antyspołeczne **zaburzenie osobowości** (ASPD), ujęte w najnowszych wytycznych diagnostycznych.

Diagnostyczny i Statystyczny Podręcznik Zaburzeń Psychiczych (DSM-5-TR) opisuje je jako poważne zaburzenie prowadzące do bezwzględnego braku **empatii**, lekceważenia norm społecznych, impulsywnych działań bez zastanawiania się nad konsekwencjami. Wchodzi tu w grę m.in. **manipulacja**, powtarzające się obraźliwe zachowania czy kłamstwo, przy czym osoby mające ASPD często nie przyjmują do wiadomości, że krzywdzą otoczenie.

"Odwróciliśmy się od używania terminu socjopata, ponieważ w przeszłości był on używany do demonizowania ludzi" – wyjaśnia dr Ford. "Ale w rzeczywistości osoba żyjąca z ASPD ma trudności z rozwinięciem empatii dla innych ludzi. W rezultacie może mieć trudności z zaufaniem innym i czasami popada w odizolowany wzorzec myślenia".

Specjaliści zaznaczają, że socjopatia ma wyjątkowo trwały charakter. Trudności w rozumieniu potrzeb innych mogą być tak silnie zakorzenione, iż przekształcenie pewnych schematów zachowań staje się znacznym wyzwaniem.

Zobacz też: Ekspert FBI ujawnia 6 znaków, że masz do czynienia z socjopatą



10 oznak antyspołecznego zaburzenia osobowości

Nie ma jednej uniwersalnej listy objawów, która dotyczyłaby wszystkich osób cierpiących na ASPD. Jednak prawie wszystkie symptomy tego zaburzenia wiążą się ze znacznym, konsekwentnym i uporczywym lekceważeniem innych osób. Niektóre z tych objawów mogą obejmować wspólne cechy lub zachowania, ale nie ograniczają się do nich. Co więc charakteryzuje socjopatę?

REKLAMA

- 1 Silne lekceważenie norm społecznych, praw lub zasad w różnych sferach życia.
- 2 Naruszanie praw i przywilejów innych osób.
- 3 Bagatelizowanie uczuć innych, a także ignorowanie wpływu własnych działań na otoczenie.
- 4 Przewlekła manipulacja, **gaslighting**, zaprzeczanie i oszukiwanie.
- 5 Trudności w utrzymaniu bezpiecznych i zdrowych relacji.
- 6 Bezdusznosc i brak wyrzutów sumienia.
- 7 Impulsywne działanie bez zwracania uwagi na konsekwencje.
- 8 Próba zdobycia władzy i kontroli poprzez **agresję**.
- 9 Skłonność do drobnych przestępstw, przemocy fizycznej lub bójek.
- 10 Nadużywanie **substancji psychoaktywnych**.

Wielu osobom z ASPD nie przychodzi do głowy, że postępują niewłaściwie, a pewien odsetek po prostu nie zważa na to, jak mocno rani to innych. Prowadzi to do utrwalania błędnych wzorców i skupiania się wyłącznie na własnych potrzebach.

"Socjopatia może być bardzo trudna i wymagająca, ponieważ jest tak głęboko zakorzeniona" — mówi dr Ford. "Jeśli żyjesz z ASPD, może być trudno przeformułować niektóre ze swoich myśli lub zmienić niektóre ze swoich zachowań, ponieważ stały się one tak istotną częścią tego, kim jesteś".