**Międzynarodowy Dzień Introwertyka**

**Dzień dobry. Witam drogich słuchaczy Marek Nycz przy mikrofonie, a razem ze mną w studiu  jak zawsze w wtorek również i dzisiaj po świętach  pani Aleksandra Gancarz, pani psycholog. Dzień dobry.**

Dzień dobry. Witam, witam w Nowym Roku. Czuję się o rok starsza no, ale to trudno jakość to przeżyję.

**Wszyscy. To tylko niektórym, którzy  się tak cieszą z Sylwestra wydaje się, że w  Nowym Roku: nie wiem będą młodsi, różnego rodzaju są pomysły w głowach różnych ludzi. Pani Olu mamy dzisiaj taki bardzo nietypowy dzień: Międzynarodowy Dzień Introwertyka.**

No świetnie wreszcie ktoś pomyślał o tych biednych ludziach, którzy siedzą w kąciku i których tak naprawdę nie widać. Świetnie , że taki dzień ktoś wymyślił. Myślę, że to przysłowie siedź w koncie a znajdą Cię wreszcie znalazło jakieś uzasadnienie.

**No ale... Bo tak przeciwieństwem introwertyka jest ekstrawertyk.**

Tak.

**I oni nie potrzebują święta bo oni mają święto codziennie.**

Oni świętują na okrągło.

**Tak. Natomiast na tych siedzących w koncie trzeba  zwrócić uwagę. Przynajmniej opinii publicznej powiedzieć słuchajcie są tacy co nawet jak się ich prosi to się nie otworzą, nie będą nawet gwiazdami, nie będą duszami towarzystwa. Zawsze będą lekko przygarbieni, schowani.**

No właśnie.

**Wyjaśnijmy na czym polega introwertyk.**

Właśnie, ale to jest taka bardzo ciekawa sprawa bo tak  naprawdę takie nazewnictwo, że tak powiem to tak naprawdę ostatecznie wprowadził Eysenck. On wymyślił taką  teorię osobowości, która zresztą do dziś jest aktualna i  do dziś w zasadzie jest stosowana w  diagnostyce głownie i on to  wymyślił właśnie stwierdzenie introwertyk, ekstrawertyk. Jednocześnie na tej samej jako wymiar osobowości wymyślił,  znaczy nie wymyślił tylko zbadał, że tak istnieje neurotyczność i równowaga psychiczna. Ja może za chwilę powiem na czym to polega, ale zauważmy , że przecież  już w średniowieczu Ci, którzy sięgali tej psychologii i szukali jakiś tam zaczątków osobowości, czy zaczątków tego co w nas tkwi. Dzielimy ludzi na tych, których przewaga flegma i których przewaga żółć. Były takie koncepcje.

**No, no , no**.

I jak się mówiło, że Ci co mają przewagę flegmy to są flegmatycy, a tamci to byli cholerycy bo przeważała żółć. Zresztą do dziś pokutuje takie potoczne powiedzenie on jest taki flegmatyk albo mówimy o kimś bardzo wybuchowym on jest choleryk. To się tak troszkę pokrywa.

**No bo ja pamiętam jeszcze z moich czasów odległych studiów to byli Ci cholerycy, sangwinicy, flegmatycy i melancholicy.**

Tak. No właśnie, ale to się wiązało...

**Ale to chyba mało aktualne.**

Mało aktualne, ale zauważmy, że jednak tak w potocznym...

**Kulturze to sobie tak powiedzmy.**

Tak, ale w potocznej mowie te określenia jednak  funkcjonują bo czasami mówimy o jaki flegmatyk o Jezu  nie można z nim wytrzymać albo choleryk ten jest choleryk , jego zachowanie tłumaczymy bo on jest choleryk, ale wracamy do tego Eysencka. On się starał tak jakoś to uporządkować i on taką zrobił, taką sobie oś  i na jednej osi introwertyk na drugiej stronie ekstrawertyk, no i tak jak mówię neurotyzm i równowaga psychiczna. To takie były też wymiary osobowości u niego, ale właśnie wracając do tej introwersji tak naprawdę to między introwertykiem, a ekstrawertykiem jest tak linia ciągła. Prawda? i gdzie się zaczyna jedno, a  gdzie się kończy drugie to w zasadzie tak do końca  nie wiadomo. Wiadomo, że są osoby takie skrajne, o takich krajnicach.

**I one są wyraziste i zauważalne.**

One są bardzo wyraziste i takie... Ale mało jest takich ludzi,  którzy są naprawdę takimi skrajnymi introwertykami albo tylko ekstrawertykami. Tak naprawdę to troszkę cech mamy z  jednego i z drugiego, aczkolwiek wiadomo któreś tam cechy przeważają. Właśnie ten introwertyk wracamy do tego siedź w kącie, a znajdą Cię. To są osoby nie wiem, twierdzą, że to są osoby pokrzywdzone przez los.

**Bo to jeszcze dalej to są  Ci, którzy są już nie wiem autystyczni wręcz nie, że są zupełnie, ale to jest zaburzenie. Natomiast introwertyk jest człowiekiem absolutnie normalnym.**

To jest cecha charakteru.

**Cecha charakteru, że nie lubi się wychylać.**

To jest taka osoba lekko wycofana . Osoba, która tak naprawdę żyje wewnątrz siebie. To jest osoba zanurzona w tej swojej emigracji wewnętrznej tak na stałe. No to jest ktoś kto lubi bardzo przystawać z własnym sobą, ceni własne ja.

**Lubi towarzystwo ludzi inteligentnych dlatego jest sam ze sobą.**

Tak, tak i tutaj pan być może ma rację .Nie lubi się wychylać , nie lubi głośnego towarzystwa, nie lubi zbyt dużo bodźców.

**Czyli na imieninach u cioci nie będzie opowiadał...**

Nie będzie opowiadał...

**Kanonowych dowcipów.**

Tacy ludzie jak to się ładnie mówi w psychologii maja małe zapotrzebowanie na stymulację. To tak ładnie w psychologii brzmi, ale....

**Ale co to oznacza?**

Co to oznacza ? Oznacza to to ,że nie lubią zbyt dużo bodźców. Nie lubią jak się zbyt dużo dzieję. Nie lubią być bombardowani ze wszystkich stron informacjami: głosem, muzyką, myślami no czymkolwiek. Lubią mieć taki swój świat, uporządkowany. Siedzieć sobie cichutko w kąciku, robić swoje. To są ludzie, którzy maja tak naprawdę bardzo dużo przemyśleń bo oni zanim cokolwiek podejmą, jakiejkolwiek decyzję, oni tą decyzję bardzo głęboko rozważają. Oni analizują wszystkie za i przeciw, nie podejmują pochopnych decyzji i w tym tkwi ich siła tak naprawdę. My czasem nie dostrzegamy, że taki siedzący gdzieś tam w kąciku mruk, on naprawdę analizuje co się dzieje dookoła niego, ale nie lubi za głośno żeby było.

**Ale czy taka cecha jak np. introwertyzm to też ogranicza w jakiś sposób człowieka? No bo powiedzmy taki człowiek nie będzie się pchał do polityki bo musi występować, bo musi być jednak w takim napięciu w różnych sytuacjach więc chyba mu to nie za bardzo odpowiada.  Pewnie nie mógłby też zostać aktorem ani piosenkarzem bo trzeba wyjść na scenę.**

No tak, ale z drugiej strony zobaczmy to , że ma ograniczenia właśnie w takich ekspansywnych zawodach czy postaciach to wcale nie ogranicza go do innej formy działania. Może być filozofem. Może być myślicielem.

**Immanuel Kant mieszkał całe życie w Królewcu. Wstawał za pięć piąta, budził go służący. Miał wszystko uregulowane dokładnie z niezwykła precyzją i do końca życia w tym Królewcu, który miał Uniwersytet średniej jakości bo to było prowincjonalne Pruskie miasto miał propozycje przejścia do poważnych Uniwersytet w Heidelbergu na przykład nigdy z tego nie skorzystał. Siedział tam cały czas i był no wie pani, że on nie odsłaniał okna w ogóle mimo całego jego geniuszu był przekonany, że świat poprzyciąga pluskwy.**

No tak, ale miał jednocześnie...

**Był, był dosłownie zamknięty taki...**

Miał małe zapotrzebowanie na stymulację.

**No właśnie i podobno mieszkańcy Królewca mogliby regulować zegarki ponieważ on dosłownie z minutową precyzją odbywał ten sam spacer po tej samej trasie.**

No tak introwersja sprzyja pedanterii. Sprzyja pedanterii bo powoduje to, że człowiek sobie buduje taki , taki bezpieczny świat. Takie funkcjonowanie według pewnego planu stwarza duże poczucie bezpieczeństwa bo wtedy ten świat jest przewidywalny jak gdyby w mniemaniu tego człowieka. Świat nie jest przewidywalny wiemy to na pewno, ale jeżeli stworzymy sobie taki plan lekcji, czy taki plan dnia, że wiemy, że o tej porze wstaniemy, o tej porze służący przyniesie śniadanie, o tej porze siadamy do pracy do pisania.

**Jeszcze trzeba mieć służącego.**

A...

**Mówię o Kancie.**

Tak mówię o Kancie. No to wtedy mamy rzeczywiście poczucie bezpieczeństwa, że my ten dzień spędzimy pożytecznie według naszych kanonów pożyteczności  bezpieczeństwa czujemy się bezpiecznie. Jak pan powiedział zasłonił okna, zamknął drzwi, nie dopuszczał żadnych bodźców wewnętrznych, które przeszkadzały by mu w tym funkcjonowaniu.

**Przede wszystkim w rozmyślaniu bo ona to tłumaczył w ten sposób, że był wykładowcą, wykładał chyba logikę i  metafizykę na uniwersytecie i był osobą w  pewnym momencie bardzo znaną, chociaż tak naprawdę zaczął pisać swoje najważniejsze dzieła koło sześćdziesiątki, więc no..**.

No tak

**Ale wie pani to jako psycholog, pani jako psycholog doskonale wie, że proces twórczy dzieli się na różne fazy i najdłuższa z nich jest faza konceptualna.**

No tak.

**To znaczy  kiedy pomysł dojrzewa, dojrzewa. U Kanta dojrzewał kilka czterdzieści lat.**

No właśnie jak tutaj pan mówi o dojrzewaniu pomysłu zobaczmy jak,  jak to wygląda na tych dwóch wymiarach osobowości. Introwertyk przemyśliwuje pewne rzeczy, ma koncepcje, analizuje pan powiedział. Ta faza konceptualna się wydłuża. Ekstrawertyk odwrotnie. On ma pomysł. On szybciej działa niż myśli.

**Dobrze to zaraz do tego wrócimy i  podamy kilka przykładów, ale na razie zrobimy krótką przerwę. Mariusz Lubomski śpiewał , że spacerologia to jest jego ideologia i  nauczył się utożsamiania w drodze doświadczeń i tak dalej. Czy to byłby taki przykład takiego człowieka lekko wycofanego. Chodzi, ręce w kieszeniach i  obserwuje bo wie gdzie żyje. Czy introwertycy są tacy wycofani siedzą w kącie, ale mają nas na oku.**

No tak i mają nas na oku chyba nawet w większym stopniu niż...

**My sami siebie.**

Niż my sami siebie i Ci, którzy tkwią na tym drugim końcu czyli ekstrawertycy. Myślę, że introwertycy mają naprawdę dużo przemyśleń i warto ich słuchać czasami. Oni się rzadko odzywają, ale jak odezwą się to bardzo często mówią powoli i cicho, ale to do nas dociera co mówią. Oni mają coś do powiedzenia bo oni najpierw  myślą a potem mówią.

**To tak jakbyś pisał Babla  o  Benia  Krzyku, że Benia mówił mało, ale jak się odezwał to było smaczne.**

No właśnie tu jest smaczne. Właśnie , ale dlaczego dobrze, że jest ten dzień introwertyka bo my tak na co dzień ich tak naprawdę  nie doceniamy i nie dostrzegamy bo to powiedzenie siedź,  choć Cię znajdą ono się zdewalułowało już dawno. W dzisiejszym czasach widzimy tylko tych, którzy głośno krzyczą i w zasadzie Ci są zawsze do przodu i Ci jak gdyby na fali i  ich widzimy.

**Myśli pani, że tacy krzykacze jak Mussolini, Hitler byli ekstrawertykami?**

Na pewno

**Uwielbialiśmy te przedstawienia, które odstawiali.**

Na pewno zauważmy, zauważmy, że ekstrawertyk kiedy zaczyna mówić on się upaja własnym tembrem głosu, upaja się własną mową. On się nakręca tak naprawdę. Może w którymś momencie on straci wątek, nawet zapomniał o czym mówi, ale zaczyna i mówi i ta fala jak gdyby narasta. To jest niesamowite zjawisko. Ja czasem obserwuje właśnie takich ludzi no w  naszych mediach, którzy zaczynają...

**Wiem zbliżamy się do polityków.**

Nie, nie, nie absolutnie, ale mówię o ludziach, którzy są tacy pełni samouwielbienia dla siebie i zaczynają tak w miarę logicznie, ale potem jak zaczynam się przysłuchiwać tym wywodom to oni upajają się właśnie swoim głosem i tracą wątek i tracą logikę.

**Jak kiedyś wypracowałem sobie teorie na ten temat dlaczego on tracą wątek im dłużej gadają tym głupiej gadają. Wie pani w szkole aktorskiej, czy na przykład na studiach wokalnych uczy się emisji głosu. Człowiek musi tak gospodarować tym głosem,  żeby mu nie zabrakło tlenu, musi regulować oddech i emisję. No ja myślę, że  nie mają przećwiczonego i im dłużej gadają tym mózg jest mniej dotleniony.**

 A być może.

**A jak mózg jest niedotleniony no to już....**

No to tracimy kontrolę nad tym co robimy.

**Budzą się potwory.**

No niestety tak. Gdy rozum śpi budzą się potwory. Tak i to jest chyba coś w tym jest. Zauważmy , że w naszych czasach tak naprawdę siły przebicia mają tylko ekstrawertycy. Jak już powiedziałam oni szybciej działają niż myślą. Zauważmy ile jest takich dziwnych, różnych posunięć.

**To się kiedyś ładnie mówiło taki gość hop, siup do przodu.**

O hop, siup do przodu i zauważmy, że tacy ludzie rzeczywiście mają u nas w tej chwili wzięcie. Nie mówię o polityce, ale w ogóle w życiu codziennym. Tacy, którzy potrafią wyskoczyć jak  diabeł nagle z pudełka z jakimś pomysłem, cudownym. Nagle to jest jakiś fajerwerk, coś pięknego. To będzie, to będzie któryś tam wiek, ekstra i  my to pokupujemy. My przyjmujemy to za dobrego mena proszę .To jest jakiś genialny facet. On cudownie mówi. On tak, on potrafi przekonywać, ale potem jak opadają te pierwsze emocje my się zaczynamy zastanawiać, co on tak naprawdę powiedział jak wyciśniemy treść z tej długiej, długiej przemowy to się okazuje, że zostaje nam garść popiołu, albo trochę waty w dłoniach, ale pierwsze wrażenie jest cudowne więc tacy ludzie tak naprawdę robią karierę.

**Robią bo wie pani badania wykazały,  ja to pamiętam jeszcze abstrahując od ostatnich wyborów żeby nie było, że się czepiam wyłącznie pewnej grupy. To były to wybory w których z Lechem Wałęsą wygrał Aleksander Kwaśniewski i wtedy te badania psychologów pokazały nam, że siedemdziesiąt procent oglądających wystąpienie polityka w ogóle nie słucha tego co on mówi , nie chce powiedzieć, że nie rozumie. Nie ma to w poważaniu. To jest nieważne. Kolejnych ileś procent nie bardzo  zwraca nawet uwagę nawet na co jest takie ważne czyli ubiór, niebieska koszula jak Olo ubierał, niebieskie oczy, które chyba szkła kontaktowe zastosowane, opalenizna tylko też jak się porusza, jak robi ten, jak wykorzystuje body language czyli ta cała mowa ciała. Chodziło o to, pamięta pani Olo tańczył on był pierwszym politykiem, który tak robił przepraszam jelcem wcześniej, ale był pijany jak tańczył.**

No tak inna bajka.

**To  inna bajka, inny kraj, inna dolina również i to jest to , że właśnie Ci ekstrawertycy nie są do końca słuchani. Oni działają tym całym swoim anturażem, tym co potrafią wokół siebie stworzyć, atmosferą, intonacją głosu, ale sens to tak jak gdyby nas mniej obchodzi. Facet świetne wygibasy wyczynia.**

No tak zauważmy, że Ci ludzie potrafią robić wokół swojej osoby mnóstwo zamieszania. Oni przykuwają uwagę. No cóż tak naprawdę my jesteśmy tak nastawieni na odbiór bardziej emocjonalny chyba niż rozumowy. W związku z tym te pierwsze wrażenie to  jest takie  jakby olśnienie, coś się dzieje, coś błyszczy, coś...To zobaczmy na odpuście jeżeli przy budzie jest tam taki paw na sznureczku, który błyszczy, który się iskrzy, przyciąga naszą uwagę , a dopiero w drugiej kolejności przyciągają naszą uwagę te cukierki ślazowe, które se tam leża spokojnie, a na które mamy ochotę. Tu jest tak samo. W pierwszej kolejności przyciąga to co błyszczy. To co przyciąga nasz wzrok, a to co cichutko tam w kąciku to jest tak naprawdę bohaterowie drugiego planu czyli w dzisiejszych czasach, szczególnie w czasach mediów społecznościowych i w ogóle czasach medialnych tak naprawdę na ekranie widzimy. No co widzimy? Widzimy szoł i to szoł się sprzedaję tak naprawdę i stąd ekstrawertycy się sprzedają bo oni robią szoł. Oni potrafią zrobić szoł ze swojej osoby, a to muszę powiedzieć jest naprawdę, no dużą sztuką jeżeli ktoś jest takim ekstrawertykiem i o wysokim ilorazie inteligencji. No to jest osobą, która naprawdę potrafi zawrócić w głowie i zawrócić bieg świata.

**No pamięta pani kiedyś, pamiętam jeszcze ze studiów było pojęcie jak gwiazda socjometryczna czyli ta postać. W grupie rysowało się takie strzałki kto na kogo stawia, jakby i były punkty zbiegu gdzie się najbardziej zagęszczały te i  to  powstawało wokół tej osoby, właśnie wokół tej osoby no masa.....**

Aureola tak.

**Promieni od różnych osób i to była ta gwiazda socjometryczna jeżeli ten ,który byśmy powiedzieli był duszą towarzystwa.**

Przyciągał.

**Przewodnikiem stada. No możemy powiedzieć też samcem alfa w grupie. To były te i są tacy ludzie i oni rzeczywiście, jeżeli jeszcze mają poczucie humoru no to już potrafią zaczarować ogromną ilość ludzi.**

No tak, ale teraz zobaczmy jeszcze jeżeli, jeżeli mają rzeczywiście tak wysoki poziom intelektu, jeżeli dochodzą do tego jeszcze cechy psychopatyczne zobaczmy jacy ludzie są niebezpieczni, jacy Ci ludzie są naprawdę niebezpieczni .

**No to mówiłem pani czy ostatnio słuchałem wypowiedzi takiego brytyjskiego profesora Jegoriego, który mówił, że fascynujące jest niesamowicie to:  jest tyle lat po wojnie powstają kolejne filmy dokumentalne, książki na przykład o Hitlerze. Tej postaci, która tak zawróciła w głowie Niemcom. On godzinami ćwiczył przed lustrem te wszystkie gesty swoje, te i tak naprawdę miał niewiele do powiedzenia bo swoim patologicznym antysemityzmem i stekiem bzdur bo tak  dzisiaj się słucha tego co on wygaduje to aż się nie chce wierzyć, że potrafił milionom Niemców zrobić wodę z mózgu, ale dzisiaj wielu polityków z tego korzysta. Wie doskonale, że racjonalne argumenty...**

Nie zawsze przemawiają.

**Nie. Natomiast emocje...**

No, ale tak bo zauważmy , że nasze jednak  do nas tak naprawdę w pierwszej kolejności przemawiają emocje. Tak ten rozum to się budzi dopiero w drugiej kolejności. Nawet, jeżeli...

**Czasami za późno.**

Bywa i tak, ale zobaczmy, przeciętny człowiek o przeciętnej inteligencji, o przeciętnym intelekcie najpierw dostrzega właśnie, dostrzega te emocje, patrzy emocjonalnie. Zobaczmy jak na przykład jest reklama, jeżeli przedstawia nam powiedzmy dzieci, jakieś takie obrazy , które przemawiają do emocji dzieci, jakieś bezbronne zwierzęta. To przemawia do nas bo to są emocje. Natomiast, jeżeli użyjemy tego samego argumentu, ale w formie proszę Państwa bo to, to, to, tamto, to ma dużą mniejszą siłę przekonywania.

**Ja muszę się dzisiaj jeszcze  zreflektować w oczach Państwa bo jeżeli  ja mówię o  ekstrawertykach, a przywołuję postać tak haniebną jak Adolf Hitler to nie znaczy, że traktuje ekstrawertyków jak Hitlera. Nie on jest takim absolutnie skrajnym przypadkiem i też w polityce. Nie, nie, nie. Proszę mnie tak nie zrozumieć.**

Nie, ale patrzmy przedstawiamy tutaj różne postacie. No cóż społeczeństwo...

**To jest patologiczny absolutnie przykład.**

Tak, ale w społeczeństwie niestety nasze wszystkie cechy to rozkładają się jak w statystyce ta krzywa geosalaplasa jak to jest. Te przypadki skrajne to są tutaj takie marginalne, a to takie pośrodku jest najwięcej tych ludzi, ale właśnie tak na co dzień, tak jak tutaj mówię Ci biedni introwertycy gdzieś kwitną sobie tam po cichutku, w cieniu ekstrawertyków. To tak jak w takim naszym ogródku przydomowym. Najpierw rosną piwonie bo są wielkie, ekspansywne , mają piękne pachnące kwiaty, szybko mijają, szybko przekwitają mimo, że są piękne, a gdzieś se tam rośnie ta mała stokrotka, po cichutku, która se tam tak rośnie sobie właściwie przez trzy pory roku, ona sobie tam cichutko rośnie.

**Albo jest takim brzydkim kaczątkiem.**

Albo jest takim brzydkim kaczątkiem, którego my nie doceniamy bo ona tak w zasadzie jest i  tak mamy z tymi introwertykami. Oni tak naprawdę są gdzieś w pobliżu nas i my tak na co dzień jakoś tak nie dostrzegamy ich bo oni są tacy wybuchowi. Oni nie potrafią narzucać się, ale z kolei w chwili takich trudnych myślę, że możemy na nich liczyć.

**Zaraz wracamy do Państwa. I wracamy do rozmowy z panią Aleksandrą Gancarz o  introwertykach bo dzisiaj jest międzynarodowy dzień introwertyków czyli osób takich wycofanych, zamkniętych, skierowanych do wnętrza siebie bo intro wnętrze czyli do wnętrza w przeciwieństwie do ekstrawertyków, którzy są na zewnątrz. Można by powiedzieć, że wszystko przeżywają na zewnątrz, nawet najdrobniejsze rzeczy, a introwertyk nawet najpoważniejsze gryzie w sobie. To nie jest do końca zdrowe bo wiemy doskonale, że przepraszam za wyrażenie wypróżnienie nawet psychiczne pomaga człowiekowi, a tak się dusić z własnymi problemami, czasami ktoś mówi no powiedz, otwórz się, ulżyj sobie. Introwertyk ma z tym problem.**

Tak myślę, że ma z tym problem, aczkolwiek myślę, że taki człowiek o takich cechach charakteru wypracowuje sobie własne sposoby odreagowania swoich emocji i myślę, że one są równie skuteczne jak te u ekstrawertyka bo ekstrawertyk się wykrzyczy, wywrzeszczy ,rozbije parę talerzy, wywoła jakąś tam burdę i jakoś się tam. Natomiast introwertyk nie potrafi tego uzewnętrzniać i często...

**Gryzie się sam w sobie.**

Gryzie się, ale znajduje ujścia w czymś innym. Oni znajdują często ujścia na przykład w takich autoterapiach,  jak na przykład muzyka, jak różnego rodzaju techniki, które koncentrują na sobie.

**Albo ma pod łóżkiem woskową figurkę i...**

O dobre i to jeżeli to skuteczne proszę bardzo. Nie mam nic przeciwko temu. Często piszą, piszą pamiętniki, piszą swoje wspomnienia. Często...

**O wielu pisarzy było introwertykami.**

**Myślę, że tak. Myślę, że tak i  być może stąd powstały te wielkie dzieła bo to jest jakiś tam plon przemyśleń i odreagowania tych swoich wielkich emocji. Ja myślę, że obojętnie czy...Weźmy sobie takiego Brunona Schulza, który był osoba, którą był schowany, był bardzo skromny, wycofany...**

A tu proszę...

**Wstydził się.**

I co wyszło piękne sklepy cynamonowe, a nie mówiąc o tych jego rysunkach, o tych pięknych jego pracach.

**Dzisiaj myślę, że byłyby wyklęte tak jak i wtedy były.**

No tak, ale nie można ująć ich...

**Dobrze, ale nie wchodźmy w Schulza...**

Tak mówię o ich poziomie artystycznym.

**Ale to jest przykład właśnie takiego artysty genialnego artysty, który jest bardzo wycofany.**

Bardzo wielu artystów ma to w sobie, że właśnie wycofanych na zewnątrz natomiast ujawnia te swoje emocje w sztuce. Mówią mało, ale dużo tworzą w przeciwieństwie do na przykład do  ekstrawertyków, którzy z kolei dużo tworzą, ale często ta twórczość jest tak nieprzemyślana wydaje mi się.

**Samych siebie jak  Dali, który był...**

Notak**.**

**Absolutnym ekstrawertykiem bo pajacował**

Do tego on jeszcze dodatkowo, jeszcze był stymulowany przez tą swoją żonę, która go jeszcze nakręcała dodatkowo więc Gala, Gala tworzyła dodatkowo tutaj  jeszcze wszystkie ...

**Ale on na pierwsze spotkanie wysmarował się odchodami starego kozła.**

No byłabym w stanie tutaj uwierzyć bo on miał pomysły rzeczywiście genialne, niesamowite.

**Ale to dopiero jest ekstrawertyzm.**

No tak, ale to są takie skrajne przypadki, ale myślę, że w każdym z nas tak naprawdę, jeżeli już nie mamy zdiagnozowanych tych takich ekstramalnych cech. W każdym z nas tkwi  trochę introwertyka i trochę ekstrawertyka.

**Ale no właśnie bo czy to jest cecha stała. Czy możemy powiedzieć, że czasami bywamy ekstrawertyczni , a czasami  intrawertyczni, że może to falować. Wiemy, że jest na przykład dwubiegunowość.**

A nie, nie.

**Ale to jest zupełnie inny...**

Raczej dwubiegunowość to jest zupełnie inna bajka.

**Albo cyklofrenia.**

To jest to samo.

**Tak.**

Cyklofrenia dwubiegunowości.

**To jest stara nazwa i nowa.**

To jest nowa nazwa, ale to jest  to już są zachowania chorobowe bo tutaj jest w kategoriach depresja i mania czyli  powiedzmy ekstramalny i chorobowe do leczenia. Bo introwersja  nie jest depresją.

**Nie, nie, nie. Ja  nie chcę mówić o depresji.**

Bo dwubiegunowe to jest...

**Tylko, że mamy pani Olu chodziło o to, że...**

Ja pana nie zrozumiałam.

**Mamy dni...**

Każdy ma.

**W których jesteśmy wycofani bo ciśnienie słabe, bo...**

No tak

**Śmy się nie wyspali albo nie różne mogą być przyczyny.**

Ale myślę, że tutaj nie możemy mówić o takich cechach jak introwersja, ekstrawersja tylko o  wahaniach nastroju takich .

**Czyli to mogą być takie pozorne objawy.**

Każdy z nas ma lepsze i gorsze dni. Wiemy, że czasem mamy takie dni, że najchętniej zaszylibyśmy się w łóżku, poduszkę na głowę i powiedzieli nie idziemy proszę mi dać święty spokój bo ja mam wszystkiego dość.

**To jest piękne.**

Albo jak śpiewa Krystyna Prońko ,, kiedy Ci  się trafi dobry dzień., jak przeciąg fruwasz tam i  tu, ja aerobik, ćwiczyć z psem" i tak dalej. No znamy ten tekst i czasami też mamy takie dni, że ćwiczymy aerobik z psem i świat do nas należy, a czasami mamy takie dni, że w zasadzie zostawcie nas wszystkich, zostawcie wszyscy, święty spokój dajcie i odczepcie się od nas, ale to jest tak wszystko w granicach normy no tak mamy. Nie jesteśmy robotami.

**To ja teraz z innej beczki. Dzisiejsze media społecznościowe zwłaszcza te mam na myśli bardzo sprzyjają tej ekstrawertyczności, ale również i introwertyką bo wiemy , że tak na ekstrawertyków mamy wszystkie te gdzie można pokazać swoje wczasy pod palmą z drinkiem, nowy samochód, dziecko z złotym zegarkiem i na kładzie. No bo wszystkim się  musimy chwalić. To jest rodzaj...**

To jest woda...

**Ekstrawersji takiej i musimy mamy te potrzebę manifestowania siebie.**

Nawet ekshibicjonizmu powiedziałabym.

**No bo to też ma swoje stopnie.**

Tak to ma...

**Jedni to zrobią bo tam chcieliby pokazać znajomym, że byli w Maczupikczu i  rzeczywiście jest tam pięknie.**

 Myślę, że ekshibicjonizm ma dużo wspólnego z ekstrawersją

**No to może być i tak. Natomiast można by powiedzieć tak introwertyką internet nie służy. Służy bo są tacy introwertycy poza tą swoją nieumiejętnością zaistnienia, nocą po cichutku wpisują te parszywe komentarze. Czy tam mogliby się znaleźć Ci introwertycy?**

Nie myślę, że  nie. Aczkolwiek może  tak powiedziałam to spontanicznie, ale myślę, że nie, jak powiedziałam introwertyk najpierw przemyśli, a potem działa czyli on, żeby zrobić coś złego to musi dużo nad tym myśleć. Myślę, że te wszystkie hejty i te złe treści, które lądują w internecie to wynikają najpierw z tego, że ktoś szybciej działa niż myśli.

**Tak jednak to są ekstrawertycy.**

Myślę, że tak, że tu jest jednak przewaga tego nieprzemyślenia, działania szybciej niż.. bo myślę, że bardzo wiele osób kiedy zrobi jakąś krzywdę czy umieści jakiś głupi tekst po zastanowieniu się chętnie by to wycofał. Ja myślę, że to wynika z braku przemyślenia.

**Ktoś kiedyś pamiętam, ktoś kiedyś, a Wojewódzki  napisał kiedyś w swoim felietonie taką zagadkę: czym Paweł Kukiz powinien zakąszać pierwszego drinka w piątek bo PIS miał różne rzeczy pamięta pani?**

Tak, tak.

**Kartą SIM z swojego telefonu.**

No właśnie.

**Żeby właśnie nie przyszło mu do głowy, żeby znowu coś napisać. Mamy ostatnio przykład pana Jana Pietrzaka kiedyś, kiedyś bardzo dawno temu, znakomitego satyryka, który popisał się po prostu skandaliczną wypowiedzią. Tak jak pani mówi pierw powiedział potem pomyślał.**

No właśnie.

**Na temat obozów koncentracyjnych, które można by było zamienić...**

To było tragiczne.

**Znaczy tam umieszczać imigrantów no dramatyczne to.**

Tak.

**To nawet nas prezydent, który raczej trzyma z tamtą stroną, można by było powiedzieć, powiedział, że to było skandaliczne.**

To było to dla mnie tragiczne. To była tragiczna rzecz, która wydarzyła się w postaci kiedyś znanej i docenianej dla mnie to osobiście chyba jest tragedia tego człowieka, że mógł coś takiego powiedzieć., że to mu w ogóle przeszło przez myśl, a już nie mówię, że zwerbalizował to na foru. Dla mnie to jest tragiczna postać.

**To nie pierwszy taki wyskok bo było bardzo dużo takich albo pan Braun z gaśnicą.**

A nie no to.

**Też nie pomyślał chyba, a może myślał, może on dalej tak myślał bo on chyba tego nie żałuje do dzisiaj.**

No na pewno tego pana pod introwersje bym nie podciągnęła, ale...

**Nie  ekstrawersję...**

Ekstrawertykiem był i to na pewno takim nieprzemyślanym do końca. Takim chyba który...

**Wie pani bo żeby nawet post faktum było jakieś przemyślenie,  refleksja**

**na temat mojego zachowania to trzeba mieć rozum.**

No tak.

**No tak jak się go nie ma to nawet po fakcie się nic z tego,  z tej lekcji nie wyciagnie żadnej nauki.**

No niestety. Niestety, ale ja bym jednak ten dzień introwertyka zachowała tak na dłużej bo to są naprawdę wartościowi ludzie, których my na co dzień nie dostrzegamy i dobrze, że ktoś taki dzień wymyślił. Myślę, że dużo wartościowych ludzi gdzieś tam w kącie siedzi  i starajmy się ich znaleźć.

**A ja powiem więcej kochajcie introwertyków bo to są ludzie naprawdę niekonfliktowi i  czasami mają naprawdę dużo dobrego do powiedzenia.**

No tak.

**Dziękuję pani serdecznie.**

Dziękuje.

**I dziękuje Państwu i do usłyszenia.**