

[Transcript] Żurnalista - Rozmowy bez kompromisów / Julia Izmalkowa: bezstresowe wychowanie to błąd

Dzień dobry Państwu. Miło mi Państwa powitać w kolejnym podkaście żurnalisty. Zanim zacznie się rozmowa, chciałbym Państwa w imieniu gospodarza poprosić o wystawienie oceny i obserwację podkastu.

Nie zajmie to Państwu więcej niż kilka sekund. Życzę dobrego odsłuchu.

Dzień dobry Państwu. Rozmowie żurnalisty są przeznaczone dla osób pełnoletnich ze względu na występującą w nich treść.

Pozdrawiam Krzysztof Mozil.

Sponsorem podkastów żurnalisty jest Multident Bonding Center, najbardziej popularna klinika stomatologii estetycznej w Polsce, doktora nauk medycznych Piotra Trafidło.

Żurnalista. Rozmowy bez kompromisów.

Czy będzie drugi sezon twojego podkastu? Bo ja wiem, że ja się przygotowywałem, to też do innych podkastów to słuchałem twojego podkastu.

Dziękuję ci bardzo.

Bo masz świetną rozmowę z Hanią Lis.

Która mi powiedziała, że to było dla mnie troszkę obreźliwe, że najlepsze rozmowy w życiu było z tobą.

Powiedziała mi, że się działa tutaj cztery godziny i by była tak podykscytowana w ogóle tą rozmową, że czuła się lepiej niż na terapii.

I troszkę mi się zrobiła przekrót wtedy.

Proszę Cię. Ale też z Asią Prza taki być.

I to, pomimo tego, co gadaliśmy wcześniej, to ja też uważam, że to była dobra rozmowa.

Dziękuję ci bardzo.

Ja uważam, że w tej rozmowie, w tym podkaście dla mnie węglarcze był taki, który mnie powalił na kolanę.

Wiesz, że był zupełnie inny niż tak, jak ja go sobie wyobrażałam.

I to, że on się tak otworzył na temat tego, na temat swojego dzieciństwa i na temat swojego mamy.

Bo to jest trudno rozmawiać o tym, że masz złe relacje z mamą lub że ją nie lubisz.

Bo mnie bardzo wzruszyło. To był ten odcinek, na którym ja bardzo pracowałam, żeby się nie rozplakać.

A będzie drugi sezon?

Onet mówi, że na razie nie będzie.

A ty co mówisz?

A ja mówię, że wszyscy mają przychodzić na psychomo, a Julia oglądać moje life.

Więc to mówię, że na razie będę niezależnie to realizowała i wszyscy kupować czytać moje książki.

Więc tam są moje własne przemyślenia.

A kiedy będę już bardzo znana, to mam nadzieję, że sama sobie zrealizuję drugi, trzeci, czwarty, piąty odcinek.

Ja największym mam problem, wiesz czym ja kocham rozmawiać z ludźmi, uwielbiam.

I chciałabym macza to robić międzynarodowo.

Najbardziej marzy mi się o tym, żeby robić z naukowcami.

Uwielbiam to, tylko że ja nienawidzę kwestii technicznych.

I to, co dało mi Onet, to jest to, że nie musiałam nic robić technicznego.

[Transcript] Żurnalista - Rozmowy bez kompromisów / Julia Izmalkowa: bezstresowe wychowanie to błąd

To kochałam w tej współpracy.

Ja tylko musiałam przyjść przygotowana, a reszta o nim przygotowali.

Tylko.

Tylko. To jest cudowne, że ja nie musiałam nawet robić montażu, którego najbardziej nie lubię robić, bo dla mnie wszystko jest ważne.

I ja nie umiem wycinać.

Więc ja bardzo jestem wdzięczna za to, że ja musiałam tylko być.

No dobrze, ale jak przepalasz takie rozmowy?

Bo to też mnie zastanawiał, jeżeli taki Bartek Wyglaczek opowiada ci swoją historię o mamie i sama mówisz, że to jest trudne, żeby się otworzyć,

to też jest trudne, żeby to przyjąć.

To ty po takiej rozmowie przychodzisz do domu i jesteś zmęczona?

Potrzebujesz to w jakiś stopniu odreagować? Jak to działa na ciebie?

Wszystkie myślę, że kiedy spotyka się z kimś, kto daje ci taki kawałek swojej prawdy i nie traktuje cię jako pojemnika na swoje emocje, tylko dzieli się z tobą.

Ja się czuję bardzo naładowana.

Dla mnie, ja pamiętam, że jak przygotowałam się do Onetu, ponieważ miałam bardzo mało czasu, wiadomo, że musimy, ponieważ ja muszę się dostosować do gości, że czasami będzie, no co będzie, jeżeli wszyscy będą mogli lub chcieli w tym samym dniu być 3-4 odcinkiem.

Mówię, dla mnie nie ma problemu, żebyśmy zrobili 8.

Mówię, to jest niemożliwe, nawet 2 jest trudne, więc 3-4 nie zrobisz.

Ja mówię, ja znam siebie.

Dla mnie rozmowa jest coś, co mnie ładuje.

Dla mnie człowiek jest i poznawanie jego historię ładuje, więc nie, a kiedy on miał powiedzieć swoją historię, bardzo się wzruszyłam, ale miałam takie poczucie, że żałuję, że to trwa 27 minut, a nie mogliśmy rozmawiać jeszcze dwie godziny, bo chcę wiedzieć więcej.

Więc nie, czuję się wtedy, wiesz, że mam skrzydły i mogę latać.

Od maja kupujesz prezenty do święta, mówisz, że w sierpniu mniej więcej kończysz kupowanie, to jak ci zostało jeszcze dużo od wykupienia?

Tak.

Naprawdę?

Tak, dlatego że zmieniły się kwestie prezentów, od kiedy przeprowadziliśmy się do Meksyku.

I to jest jeden z takich większych zmian, którą nas zaszło,

ponieważ dla Fergusa, bo są bardzo ważne święta,

a ja bardzo zawsze nie lubiłam święta, bardzo.

I Fergus są takie kwestie, gdzie on się do mnie dostosował.

Na przykład, ja kocham śniadanie, on jeć śniadali.

Wreszcie zaczął jeć śniadanie i się dostosował.

Został takim sam bogę, nierzem, jak ja jestem, na przykład też.

Ja podobnie z tymi świętami.

Nagle przystało mu się chcieć tych świąt

i przykonał się do tego, że święta mają być doświadczeniem rzeczy.

[Transcript] Żurnalista - Rozmowy bez kompromisów / Julia Izmalkowa: bezstresowe wychowanie to błąd

Więc ja planuję podróże zazwyczaj.

Więc jedynie co...

Ponieważ teraz budujemy Psykoma Village,
czyli kilka domów na całym oceanem,

to ustaliliśmy, że to jest nasz prezent przez najbliższy czas sobie
i że każdy z nas ma wymyśleć jakieś doświadczenie dla drugiej osoby.

W związku z tym po prostu przestałam kupować,
więc jedyną osobą, którą dostanie fizyczny,
namacalny prezent będzie mój syn.

A jemu nie kupuję, jest bardzo prostego powodu,
dlatego, że jest czterylatkiem.

Bardzo szybko na tym etapie mu się zmienia, co on kocha.

Więc poczekam, czy to nadal będzie Thomas & Friends,
bo Świnka Pepe już dawno jest pase,
czyli 3 miesiące temu już absolutnie nie.

Więc poczekam i wtedy dopiero go ogarnę.

A ludzie w twoim życiu byli dobrymi prezentami od losu dla ciebie?

Bardzo, bardzo.

Nawet kiedy oni byli złymi ludźmi dla mnie,
to myślę, że od nich też bardzo dużo się nauczyłam
i uważam, że dużo z tego wyniosłam.

A gdybyś miała spojrzeć na ludzi,
którzy byli z tobą od początku,
czyli zaczynając od twojego domu?

Jaki to był czas?

Ja chcę to byli ludzie i co od nich wyciągnęłaś?

Wiesz, to to jest bardzo szerokie pytanie,
to jest bardzo trudne jest mi na niego odpowiedzieć,
że od każdego jest też wyciągnęło ludzi,
których nie było w moim życiu, na przykład mojego ojca,
mojego biologicznego ojca.

Ja byłam bardzo zawsze taka cierpiąca
z powodu tego, że jego nie było w moim życiu
i czego nie dostałam.

I wielkim odkryciem w mojej terapii
było to, że sam jego brak
i moje takie konwersacje z nim
bardzo...

taka wirtualność w moich fantazjach
również mnie ukształtowało.

I to, że ja całe życie
byłam przykładem na rząbukie,
jakąś taką złą postacią w moim życiu,

[Transcript] Żurnalista - Rozmowy bez kompromisów / Julia Izmalkowa: bezstresowe wychowanie to błąd

że byłam taka niechciana przez niego
i w pewnym momencie zrozumiałam,
że jej nie mogę tak powiedzieć,
bo nigdy nie miałam z nim rozmowy.
I nigdy, jak kiedy się okazało,
że mogły już mieć rozmowy,
to okazuje się, że on nie żyje.
Więc nigdy się nie dowiedziałam.
I to spowodowała na przykład,
że wiele rzeczy związane z ojcem
nie wiem,
jaka była moja rola,
moja funkcja w jego życiu,
skoro to nie ojciec o tym powiedział,
a byłam tylko ładowana informacjami
od innych osób, od mojej babci,
od mojej mamy, od mojego dziadka,
więc nie wiem tego,
więc myślę, że zarówno to osoby,
które były w moim życiu,
takie, które zabrakło,
bardzo mnie ukształtowały.
A babcia ma ma dziadek?
To jakieś środowisko do dorastania,
moja babcia była osobą, która
była bardzo
stanowcza
i taka miała swą wizję, czego ona chce
i w jaki sposób ona chce.
I ona się rozwiodła, kiedy nie miałam
60 lat,
bo już postanowiła, że
już nie chcę być moim dziadkiem.
Ja pamiętam szczerze, że dla mnie to był szok,
ponieważ ja bardzo kochałam mojego dziadka
i
natomiast oni zawsze
walczyli.
Ja nie mam ich nigdy tak razem
i moja babcia bardzo mnie kochała.
Myślę, że bardzo mnie to była taka
miłość,
w której było duże żółowanie.

[Transcript] Żurnalista - Rozmowy bez kompromisów / Julia Izmalkowa: bezstresowe wychowanie to błąd

Ona mnie też żołowała, że jestem,
że tylko mama mnie wychowała, że nie mam ojca,
że jestem właśnie z takim samotnym,
że jestem taka samotna w tym,
więc zawsze mnie przybywała na 3 miesiące,
mieszkałem 3 miesiące w Uzbekistanie
i bardzo to pięknie wspominam.
Mieliśmy piękny,
według mnie piękny dom
w takich polach
i przy polach.
Teraz nie będę, czy to było różowe pole,
czy pola chłopka,
jak to się nazywa po polsku.
Kotyn,
jak to jest
po polsku.
Bawęny.
Tego słowa mi zabrało.
Pola bawałny.
I ja bardzo lubiłam to,
że
byłam przez te pole
na przystanek autobusowy,
żeby pojechać do Taszkientu.
Ja lubiłam to, że cały dzień
nie spędzałyśmy samej z moją kuzęką,
że łąziłam po drzewach, żeby zerwać owoce.
To był dla mnie
taki mój piękny czas.
Ona bardzo mnie kochała, bardzo mnie żołowała,
ale była taka też bardzo stanowca, zdecydowana
osobą, która uważała,
że ona wszystko w życiu potrafią,
wszystko w życiu osiągnie,
więc to nigdy się nie identyfikowałam
na kobietę w rolę ofiary.
Ale to już...
Rozmawiając z tobą chwilę przed,
wiem, że babcia jednak dość mocno
wcarła ci się w skórę.
A jak dziadek i jak mama, bo zapytałem
o całą trójkę, to zaczęłaś od babci.

[Transcript] Żurnalista - Rozmowy bez kompromisów / Julia Izmalkowa: bezstresowe wychowanie to błąd

Tak, bo ono jest naj...
Tak, zaczęłam od babci, dlatego, że
mój dziadek
bardzo szybko się wycofał
z naszej relacji,
dlatego, że to był...
dziadek, na przykład,
różne obozy w górach, w Uzbekistanie.
Ja to bardzo kochałam,
ale babcia moje
zabierała mnie kilka dni przed.
Co dla mnie było bardzo frustrujące, bo wtedy akurat
nie miałam tańczyć, dostawiać za coś nagrody
i ja w ogóle nie potrafiłam zrozumieć,
dlaczego ona tak chce zrobić, ale to jest właśnie...
pokazała mi też, że jak masz takie relacje,
to później ktoś inny na tym cierpi,
ponieważ oni nie mogli się dogadać
i ona chciała pokazać to nazwą,
to mnie zabierało, więc...
I dziadek, kiedy oni się rozwiedli,
i moja kuzynka została,
była zawsze w Uzbekistanie,
to ja nagle byłam tą gorszą,
najbardziej niepotrzebną wnuczką.
Więc ja bardzo szybko poczułam, że ja jestem ta...
ta niepotrzebna, więc do mnie już się nie pisało,
ze mną się już nie rozmawiało,
mi się nie dawała prezentów,
więc dziadek zniknął po prostu
i skupił się tylko na tej...
na mojej... na lesie mojej siostry, mojej kuzynce.
Natomiast mam bardzo trudne relacje,
stąd nie... nie...
nie zaczęłam od mojej mamy.
Mama mnie bardzo kochała,
kiedy była mała
i na pewno było bardzo trudno
i zrobiła wszystko, żebym było dobrze.
Natomiast teraz mam z nią
właściwie żadne relacje.
Więc to jest... to jest na tyle trudne,
że...

że trudne mi o tym nawet rozmawiać.
Ale to jest bardzo złożone, no,
bo rozmawialiśmy też o tych
rzeczach i o ludziach,
że nie zawsze trzeba uczyć się
od tych ludzi, których się kocha,
a czasami największą nauką
i lekcją i miłością, tak w rzeczywistości
jest wpuszczenie tego kogoś,
kogo często nie chcemy,
albo nawet odwracamy wzdrag,
udając, że nie widzimy.
To jak bardzo trzeba wejść
na terytorium strzeżone przez Ciebie,
żeby zostać...
bo uważam, że to jest pewnego rodzaju atak,
brak kontaktu i gnerowanie,
to jest pewnego rodzaju atak.
Głęboko trzeba wejść za ogrodzenie,
żeby sobie tak nagrabić u Ciebie.
Myślę, że w mojej sytuacji
nie czuję, że to jest atak,
a to jest bronienie swoich granic.
I czasami jest tak, że żeby zachować
godność, musisz być
od kogoś daleko.
To jest bardzo bolesne, dlatego, że
dzieci są skonstrowane
tak, że kochając swoich rodziców
tak by default, czyli
urodzenia są biologicznie tak
skonstrowane, dlatego kochamy nawet
naszych rodziców.
I to nie jest tak, że mi nie
brakuje mojej mamy, ale
w pewnym momencie zdałam sobie, że bardziej
brakuje pewne postaci mojej mamy.
I moja mama jest absolutnie
wspaniałą osobą, tylko że nie umiem
ja z nią stworzyć odpowiednie
relacje, dlatego, że dla mnie najważniejsze
jest zawsze być w mojej
prawdzie, co oznacza

respektowanie moich granic.
I jeżeli ktoś nie respektuje
mojej granic, to ja nie mogę
mówić o tym osobom.
A co oznacza twoja prawda
w twoim mniemaniu o samej sobie?
Wiesz co,
każda
nasza prawda jest bardzo zależna
od kontakcji, w którym jesteśmy.
W naszej relacji moja prawda będzie
zupełnie inna niż w relacji z moim
partnerem. U nas jest ważne, na przykład
w relacji między nami, jest to, że
rozmawiamy sobie bardzo uczciwie,
że ja nie mam lęku,
że ty mnie zadajesz takie pytania,
że nie korzystnie, a ty masz do mnie
zaufanie, że ja ci nie będę kłamała po to,
że my wypadał zbyt korzystnie.
I to jest nasza prawda, natomiast w przypadku
mojej mamy
moja prawda jest taka, że
ja jestem osobą, która jest już to
rosłą. I ja bardzo chcę
decydować o tym,
kiedy ja czegoś chcę,
kiedy ja czegoś nie chcę i
w jaki sposób to chcę. I na przykład
to, że ja nie chcę cały czas czuć w inna
i nie chcę, żeby cały czas ktoś mi mówi,
w jaki sposób mam z kimś budować relacje,
czyli, że ile razem mam dzwonić,
w jaki sposób
mam dzwonić,
o czym mam mówić, o czym mam
nie mówić i tak dalej.
I moje mamy
pewną wizję, co oznacza
dobra córka.
Ja nie jestem tą dobrą córką.
Więc
ja nie chcę cały czas słuchać

[Transcript] Żurnalista - Rozmowy bez kompromisów / Julia Izmalkowa: bezstresowe wychowanie to błąd

o tym, że jestem złą córką, więc stąd wycofuję się z tego, więc dla mnie to nie jest ok, a tak to jest raczej obrona siebie, bo ja nie umiem inaczej. W sensie, co jeszcze innego jeszcze mam zrobić. Czyli jeżeli moja mama, jak pisze do mnie, wiadomo się, czekuję, że ja odpowie mi natychmiast. Ja z różnych powodów nie mogę odpowiedzieć na natychmiast. Więc ona się na mnie złości i zaczyna mi atakować. I ten atak na przykład polega na to, że ona napisze do jakiejś mojej koleżanki. I dla mnie to nie jest ok. To jest przekraczanie mojej granicy. Moja granica jest taka, że się komunikujemy, ale nigdy nie robimy tak, że opcję o sobie mówimy coś na mój temat, żeby na mnie wpłynąć. To dla mnie nie jest ok. A ty widzisz w sobie dużo cech twojej mamy? A może czy nawet takich, których nie lubisz w swojej mamie? Tak. Ja myślę, że jednak, wiesz, jestem córką mojej mamy. Moja mama jest bardzo emocjonalna. Ja też jestem bardzo emocjonalna. Tylko to różni mi się tym, że mój kontener na emocje jest większy niż jej. I ale tak samo pewnie emocjonalnie reagujemy na różne rzeczy, tylko umiem sobie powiedzieć najważniejszą moją właściwie mantrę, czyli zostaw swój gniew do jutra. Poczekaj. Jeżeli bardzo się czymś się denerwuje to ja już umiem to skontrolować. I może nie zawsze. Wiesz, co jest tego ciekawe, kiedy się tego nauczyłaś, bo to jest cecha

bardzo dojrzałych ludzi, którzy po prostu potrafią zrozumieć, że to jest w tej chwili najważniejsze, ale za 3 godziny, bo jutro to może być kompletnie nieistotne. Kiedyś ktoś mi pokazał takie ćwiczenie, że mam zachować się co bym zrobił teraz, co bym zrobił za 3 godziny, po 6 godzinach schować to na następny dzień i spojrzeć na tę kartkę i to jest kartka wstydu. Tak. To kiedy ty się nauczyłaś tego, żeby zostawić to na jutro? Wiesz co, najciekawsze powieście z to, że ja w tym nawet piszę w mojej maczotoks2, że ja zdałam sobie sprawę, że to ma rezustr w Słogniew na jutro, ja znam z tysiące jednej bajek z książki, którymi czytają dziadek i ja je do typory mam nawet te książki. I to jest niesamowite, że ze wszystkich bajek, które są w tysiące jednej nocy, ja zapamiętałam tą jedną, której główna myśl było zostaw w Słogniew na jutro. Ja myślę, że to jest bardzo rezonowało ze mną, że ja byłam zawsze impulsywna. Więc ja niestety musiałam tego bardzo długo się uczyć i u mnie to była kwestia terapii. Terapii, która zarówno była z terapeutą, jakie wszystkie moje budyjskie spotkania. Kiedy zrozumiałam, że kiedy ja poczułam właściwie, bo racjonalnie to każdy zrozumie, że nasze emocje są pewną, nie wiem, taką bąską energii i to jest, a za chwilę tego nie ma.

Ja nie jestem moją emocją,
nie jestem moją myślą,
więc muszę to zostawić
i
wydaje mi się, że w trakcie
powoli to przychodzi, czyli
kontener się zmieniał bardzo powoli.
Nie stałam się od razu taka, że
mogę to zostawić i nadal
czy sam mi to kosztuje. Czyli na przykład
jak bardzo jestem
pogniewana, bardzo, ja piszę
tego maila, ale go nie wysyłam.
No dobrze, ale kiedy pierwszy raz
na terapii to jest jeden i czy dwa,
czy gniew nie burzył ci
trochę konstrukcji życia.
Że przez to mogły się rozpadać relacje z znajomymi,
mogłaś tracić
rzeczy związane na studiach,
w pracy, no bo gniew jest
emocją, która jest nie do okiełznania,
to jest jakiegoś wpuściła trochę takiego byka
i każdy był ubrany na czerwono, no bo to
nie jest tak, że jest jej zła tylko zazwyczaj na te
historie, która się obecnie dzieje,
tylko wkurzać już wszystko dookoła.
Jakby tak, jak u gniewu nie miałam.
Ja mam inne rodzaje gniew.
Mam gniew bardzo
mam pasywno agresywny
gniew, czyli
ja zaczynam wtedy być mistrzynią
wprowadzanie kogoś poczucie winy.
Więc tu mnie
z gniew jest taki, że ja robiłem siebie ofiarę
i mówię, no i przez Ciebie
ja się tak czuję
i że całe takie moje życie
jest takie beznadzieje, bo Ty
zrobiłeś tak i tak, więc i to było
i kiedy zdałam sobie sprawę, że zaczynam grać
że wchodzę w rolę ofiary

[Transcript] Żurnalista - Rozmowy bez kompromisów / Julia Izmalkowa: bezstresowe wychowanie to błąd

robię z kogoś katem
i pamiętam na terapii
ja pamiętam dokładnie moment, kiedy zaczęło to się zmienić
to jest dobre pytanie, nie pomyślałam
o tym w taki sposób, ale
kiedy ja poszłam
na pierwszą moją terapię
terapię
miałam terapię na studiach
terapię strategiczną
bo mi się Ciebie też przychodzi terapię
więc mam terapię strategiczną, a później miałam terapię
par, z mamą narzeczoną w którym
dwie lata
już chcieliśmy się rozstawać
on był taki, że nie chciał
on uważał, że nic się złego nie dzieje w związku
później on coś przyskrobał
i jednym z warunkiem tego, żebyśmy dalej próbali
być, jest to, że poszliśmy na terapię
poszliśmy na terapię par
i ja byłam przekonana, że ja jestem
świętą w tym związku
naprawdę byłam przekonana, że po prostu
tylko się modlić na mnie
że to on jest tam, wiesz, że on jest taki
okropny, że on wszystko
i że to jest oczywiste, że
ta terapeutka w ogóle
pokaże mu wreszcie, jak bardzo
on jest niedobry, że on mnie tak nie docenia
w ogóle tak się nie stało
i w pewnym momencie, kiedy ona mi powiedziała
że, ale
Pani Julia, Pani
nie uważa, że to jest bardzo męczące
być dla kogoś, kto cały czas czuje się winny
Pani cały czas w tym gniewie
pokazuje, że on jest zły, że on jest
niedobry, że przez niego Pani się źle
czuje, jest denerwowany, Pani płacze
i to jest dla kogoś ciężkie
Ja pamiętam ten

to było dla mnie naprawdę takie oświecenie
Pomyślałam sobie
ja jestem katem w tym związku
i nie jestem ofiarą
to jagu kotuję, jagu castruję
po prostu tym, że cały czas
powoduje, że on się źle czuje
żeby uzyskać jakieś moje
swoje rzeczy, więc mój gniew
był taki, taki
obrzydliwie niedobry
Ale bardzo inteligentnej czy osoby
to było tak, że wrzucałaś ten gniew do mielonki
bo on nie wyglądał dokładnie tak samo
jak przed tym, który został
wrzucony do tej mielonki
i po prostu wychodziło, co jest z niego zupełnie
innego i ktoś mógł się nim zajadać
nie wiedząc, że to trudka
Tak, i to było bardzo brzydkie
Kiedy zrozumiałam, że
ja ciągle grałam w grę ofiarę cat
to zaczęło się moją nauką, że
nie chcę tak być, ja nie chcę być
ani ofiarą, ani katem
że chcę, żeby to było uczciwe, chcę, żeby ktoś mi lubił
lubie, żeby ktoś się chciał zmienić
w relacji, dlatego że
widzi, że ta zmiana będzie dobre
dla naszej relacji, nie dlatego, że się czuję
winny Dobrze, zaczynałaś bierzyć
w te słowa, które sama narzucała
jeżeli chodzi o narrację, że to on
był kater? Tak
Bo to jest najbardziej niebezpieczne
chyba w tej całej sytuacji Tak, no bo wtedy
wiesz, mdłużej to powtarzysz, tym bardziej
w to wierzysz, tak, bo
wiesz co, najtrudniejsze w wyjściu
z ofiary jest to, że masz korzyście
coś, co w biologii się nazywa
korzyścią z choroby
i ja miałam korzyść, bo wiesz

[Transcript] Żurnalista - Rozmowy bez kompromisów / Julia Izmalkowa: bezstresowe wychowanie to błąd

jest wygodnie być ofiarą
wtedy wszyscy cię żalują
i wtedy masz takie poczucie, że
wiesz, dostajesz pewne głaski
i że jesteś takie
biedny, i że to ktoś jest
i że ty nic nie musisz obić
i że to nie jest twoje wina
i to są pewne korzyści, więc
kiedy rezygnujesz
z bycie ofiarą, to znaczy, że
rezygnujesz z tych korzyści
i bierzesz odpowiedzialność za siebie, mówisz
ok, ja jestem też za to odpowiedzialne
i gdzie jest moja część, gdzie muszę naprawić
i wtedy musisz też coś zrobić
i to jest tym trudne
Ale to jest duża zmiana w życiu
nie wiesz tak, że
no, bo to na pewno nie było tak, że pani ci to
pani terapeutka ci to powiedziała i o to zrzuciłaś
tylko to był pewnego rodzaju, pewnie droga
gdzie zrzuciłaś elementy
ubioru, żeby poczuć się trochę
naga, jak zachodzi taki
proces w tak złożonej osobie, jak ty
ja myślę, że musisz przejść
bardzo dużo
dram
tak u mnie, bo ja jestem wolnym uczniem
niestety
to jakie dramy się przeżywa
wiesz co, największym chyba
dla mnie było
ja mieszkałam przez jakiś czas na Rapanui
Rapanui to jest Wyspa Wielkanocna
i z tamtą miałam
narzeczonek
ja byłam bardzo zakochana
i my się rozstaliśmy bardzo
gwałtownie
w tym sensie, że niespodziewanie dla mnie
i to było dla mnie

tak bolesne
że myślę, że gdyby był taki
przycisk, który możesz sobie wyłączyć
żeby przestać oddychać, to go wtedy wyłączyła
ponieważ
było to tak bardzo bolesne
że nie widziałam jak w ogóle
przetrwać to rozstanie, ponieważ
jeżeli kiedy wiesz, dlaczego się rozstaliście
lub jeżeli to
jest jakieś czas się dzieje
to możesz to sobie wytłumaczyć
kiedy dzieje się to nagle
i nie wiesz tak naprawdę co się stało
bo to jest oczywiste, że to ja zostałam
rzucona wtedy
to
zostałam
z takim
po raz zbitym karytem
z takim po prostu
mojej serce było rozstrzaskane
zgniecione
a ja nie widziałam co się stało
taki moment, z którego ja musiałam
się podnieść
i wtedy zaczęło się te zmiany
takie
bardzo przyspieszone
jeżeli chodzi o moje relacje
jeżeli chodzi o mnie jako osobę
to największą taką dramą dla mnie życiową
był mu wypadek spadochronowy
i po tym wypadku
ja bardzo
weszłam w budyzm
i myślę, że gdyby nie budyzm, nie wiem czy
jakby terapia nie miała wtedy
tak dużego na mnie wpływa jak budyzm
i ten budyzm
zapoczął bardzo dużo
przemian, ponieważ ja zaczęłam być niezwykle
samoświadoma, czyli wszystko co robiłam

i to było moje
decyzje, że nie będę
nie będę więcej
okłomowała też siebie
jeżeli coś się dzieje w sensie, że będę
w absolutnej prawdzie, że muszę
być zawsze nagle, żeby to przeżyć
żeby to poczuć, później było to
moje rozstanie, którą ja już
się wydawała, że jestem już taka, może nie
oświciła, ale już tak bardzo blisko
i nagle było to rozstanie,
które mnie tak przeczłołało
i o ty por, myślę, że
długo się opłynęłam jakieś 3 lata
i kiedy byłam na terapii
takie on and off
w potem czasie, to ja miałam
takie postanowienie, że
że ja więcej nie chcę być
mistrzem w nieudanych związkach
i że więcej nie
i wtedy jeszcze bardziej
w medytacji, w budyzm
i taką kolejną przemianą dla mnie
była wypasa na
wypasa na coś 10 dni, kiedy
bardzo mało jesz
bardzo mało śpisz
nie wolno ci czytać, nie wolno ci
pisać, ale też chyba mówić
nie wolno ci mówić, ale co gorsze
nie wolno ci patrzeć i dotykać
i to jakby ja spodziewałam się, że
ja naprawdę obstawiałam, że najgorzej dla mnie
będzie ze wstawaniem
i jakby ktoś mówił, z czego się boję, żeby
potem o czwarty rano wstawać
i że mało będzie idzenie, bo wylbę mieście
a nagle się okazało, że
bardzo szybko się przyzwyczajasz do braku idzenia
że kiedyś nie ma
po prostu go nie ma

[Transcript] Żurnalista - Rozmowy bez kompromisów / Julia Izmalkowa: bezstresowe wychowanie to błąd

i nie jest to w ogóle problem
że sen też nie jest problemem
bo wchodzisz w pewien rytm
ale pamiętam, że
powie pasę, nie miałam takie poczucie, że
że tak i miałam głód tego
żeby ktoś cię po prostu dotknął
bo wiesz, Dawid, tak myślisz o tym
o swoim życiu
to na co dzień nie masz takiej sytuacji
kiedy za długo ktoś cię nie dotyka
że ktoś cię masz
masz swojego psa, masz
nawet osoby na przystanku, która gdzieś cię szturchnie
ale
ja nie miałam w swoim życiu takiego czasu, że
przez 10 dni
żadna ludzka
i nie ludzka osoba cię nigdy nie dotknęła
i
ja nigdy nie spodziewałam się, że to jest jakieś takie
to w ogóle będzie dla mnie
poruszające
ale cały pas napniesz jest odcięto
od różnych zmysłów i ja miałam bardzo
i tam medytujesz non stop
to ja miałam bardzo dużo takich
i powiem ci dużo wizji takich swoich
wspomnień
i ja pomyślałam jakie bardzo dużo kłomało
moim życiu
ale nie komuś
czy komuś pewnie też
ale sobie
w pewnych rzeczach, żeby komuś
nie sprawiać przykrości na przykład
bo chciałam być bardzo miłe, chciałam być
lubiana
ale też może sobie, żeby było ci lżej
myślę, że częściej jednak
dla kogoś
powodu kłomania są różne
główny powód był taki, że miałam

[Transcript] Żurnalista - Rozmowy bez kompromisów / Julia Izmalkowa: bezstresowe wychowanie to błąd

obsesję na punkcie tego, żeby komuś
nie sprawiać przykrości
na przykład
zdałam sobie sprawę, że bardzo często śmiałam się
z nieśmiesznych żartów moich partnerów
żeby im
pomóc, że umieszczyny
najbardziej wrażliwą częścią jego ciała
jest jego ego
więc w związku z tym
jego poczucie humoru dla nich też
ma bardzo duże znaczenie
i ja wiedziałam o tym
więc wzmacniałam to ich ego
śmieszy z rzeczy, które w ogóle mnie nie śmieszyły
mnóstwo
takich rzeczy poszły wtedy, tylko kiedy
takie rzeczy robiłam
i w wypase nie miałam taką mocną
podjęłam decyzji, że nie będę nigdy więcej
to nawet uważało to, że to nie jest
nawet kłamstwo
w mojej głowie to było takie udawanie
że absolutnie
odmawiam robienie tego
bo im bardziej to robiłam, tym bardziej
siebie kastrowałam
i wtedy w wypase nie poczułam taką
żołowanie siebie
za to, że tak bardzo siebie podcinałam
obcinałam
tak naprawdę
strzegłaś do kogoś rozmiarów
ja robiłam
wręcz taką
aborcie siebie
wy mnie kogoś
żeby ktoś przy mnie się czuł wspaniały
i bo dzięki to był mój sposób
na utrzymanie relacji też
jeżeli ktoś przy mnie się czuje
wow, no to on będzie chciał ze mną
być, więc ja wchodziłam

i w wypase na było takie, że powiedziałem
że nigdy więcej tego nie zrobię
i nigdy więcej tak nie zrobiłam
czyli nigdy więcej np. nie zaśmiałam się żartu, który mnie nie śmieszy
nawet kiedy to nie było
nigdy wypadałoby, generalnie jestem osobą
który trudno rozśmieszyć
bardzo ludzie to często, ponieważ to śmieszne
mi to nie śmieszy
musiałam zacząć
też tak mówić
że może to śmieszne
akurat ja nie mam poczucie humoru, więc zle tego mi to nie śmieszy
i tak się z tego, co mam
a myślałaś kiedyś o tym, że możesz być dużo
bardziej podobna do swojej mamy
niż myślisz tylko, że ty jesteś dużo dalej
emocjonalnie, terapeutycznie
i energicznie
już zupełnie innym miejscu niż ona
że ty jesteś bardzo podobna do niej
ale jesteś rozwinięta w przestrzeniach
których ona nawet nie dotknęła
ja w ogóle nie myślałam w takich kategoriach
nie porównowałam się do mojej mamy
miałam pytanie od mojej terapeutki
kiedyś z czym jesteśmy podobne
bo mam
na pewno dużą część swojej mamy
jest bardzo
jest dobrą osobą
no czy coś was łączy?
na pewno z bardzo dużo łączy
no wiesz co, na pewno masz dużo
wokół siebie kobiet, które są wspaniałe
to nie znaczy, że każda będzie twoją partnerką
tylko dlatego, że ktoś jest wspaniały
nie oznacza, że możemy z nim być
lub możemy z nim budować relacje
więc nie uważam, że moja mama jest kimś
złem i uważam, że my nie możemy
zbudować relacji
z powodu tego, że

[Transcript] Żurnalista - Rozmowy bez kompromisów / Julia Izmalkowa: bezstresowe wychowanie to błąd

że nie udaje nam się dogadać
nawiązałem do tego już w odniesieniu ludzi
o tym gniewie chociażby
od taki najprostszy przykład, który gdzieś tam
był do przywołania od razu
i zobaczyły w tej sytuacji
właśnie
pomyślałabyś sobie, zachowałem swoją regułę
do jutra i nic by się nie wydarzyło
i to tutaj po prostu
gdzieś ta zbieżność
tego, że gdyby
stosować twoje rady
i twoje patrzenie na świat, który nie jest inwazyjne
no bo to nie jest inwazyjna rada
to jest rada dla każdego, niezależnie
jaką ma religię w sobie, że i tak dalej
i tutaj po prostu widzę dużo podobieństwa
Ty zawsze potrafiłeś dbać o relacje
już poza tymi damsko-męskimi
a po prostu jeżeli chodzi o przyjaciół
Ja myślę, że nie jestem taka najlepsza w dbanie
o relacje dlatego, że ja nie umiem się rozpraszyć
więc ja nie umiem dbać
o wiele relacji
więc
ja myślę, że
ja myślę, że nie zawsze jestem
dobrym przejściem
ja mam osoby, które bardzo kocham
i wiele dla nich zrobię, kiedy oni czegoś potrzebują
ale myślę, że na co dzień
mogę ich zaniedbywać
ponieważ nie umiem robić
kilka rzeczy naraz
ja nie jestem multitaskim niestety
więc ponieważ dla mnie teraz
moja relacja z moim partnerem
jest taka ważna i z moim dzieckiem
to ja myślę, że czasami
mi nie starczy przestrzenie na inne relacje
i myślę, że to jest coś, co powinnam
chcę poprawić

A uważasz, że właśnie to jest bardzo ciekawe bo też kiedyś oglądałem sobie o tym chyba jakiś film dokumentalny to było, ale o tym, że jeżeli dwójka ludzi ma problemy to są problemy między tą dwójką ludzi, żeby te problemy nigdy nie wychodziły poza przestrzeń tych dwóch ludzi co ty o tym uważasz?

Wiesz co, ja generalnie uważam, że ja bym chciała, żeby ludzie zachowali więcej prywatności, jeżeli chodzi o swoje relacje z nimi ludźmi że powinienem mówić to w perspektywie ja dlatego wywiad

Kasi Warko, którym rozmawialiśmy się bardzo podobał, bo ja uważam, że ona mówi, ja to z perspektywy ja to był wywiad taki, który nie mówi o problemach w relacji ale mówił o niej

Ja to bardzo szanuję, bo uważam, że nie jest, ja nie nie podoba mi się to, że my teraz posługujemy się zasięgami po to, żeby kogoś katować i miścić się na kims wywlekając różne rzeczy z naszych relacji to uważam, że powinnam być prywatne i będziemy już nawet w takim odniesieniu, że założymy, że jesteśmy w związku nie ma tu włączonych mikrofonów mamy problem

i nie potrafimy go rozwiązać między sobą czy ja ten problem powinienem wnosić do swoich kumpli, a ty do swoich koleżanek czy powinniśmy jednak mi wszystko załatwić to tutaj, kiedy siedzimy przy stole Wiesz co, ja uważam, że w zależności od problemu jest tak, że dobrze było, żebyś jeżeli masz potrzebę o tym porozmawiać

[Transcript] Żurnalista - Rozmowy bez kompromisów / Julia Izmalkowa: bezstresowe wychowanie to błąd

jest to osoba zaufana, z którą możesz porozmawiać
to bym cię zawsze zachęcała, żebyś tym porozmawiał
bo jest taki właśnie tajnik imby tego, że
że, bo to
tak,
związek to jest bardzo duża inwestycja w życiu
bardzo, to jest dużo większa inwestycja
to jest najważniejsza rzecz, którą podejm...
najważniejsza decyzja, którą podejmę w życiu, to jest wybór partnera na stałe
i tak samo przyjaciela
ja uważam, że jeżeli masz przyjaciół, którzy
mają fajny związek
rozumieją duży fragment świata
i są jakimś oparciem dla ciebie mentalnym
i widzisz w nich
rzeczy, które są
podobne do naśladowania
a nie są tylko ludźmi, którym
możesz wejść, napić się alkoholu
i wrócić do domu i na drugi dzień mieć kaca
to jest dobre lustro
nasi przyjaciele są naszym świetnym lustrem
i to takim lustrem, że naprawdę
widzimy, czy nam się chce ćwiczyć
bo przyjaciele są pewnego rodzaju próbą
czy kompletnie nie mamy na to ochoty
i wychodzi nam tylko o to, żebyśmy poszli
z kimś, pogadali
na jakieś lekkie tematy
i wrócili do domu, bo
to jest na zasadzie trochę wyżygliśmy się
z tego, co się dzieje u nas
ale tam już nie ma informacji zwrotnej
to po prostu chodzi to
w jedną stronę
i zastanawiałam mnie, czy twoim zdaniem
przyjaźnie, tak samo jak i związki
mają termin ważności
czy wierzysz w przyjaźnie do końca życia, czy wierzysz
w miłości do końca życia
czy jednak tak naprawdę
zupełnie poważnie, jeżeli twoja babcia bierze rozwód
mając 60 lat

to znaczy, że każda miłość i przyjaźń
może się skończyć
Ja myślę, że każda miłość i przyjaźń może się skończyć
ale też myślę, że pewne rzeczy
są decyzją
i na przykład z fergusonem
podjęliśmy decyzję, że będziemy razem
do końca życia
to jest decyzja, to nie jest tylko miłość
to nie jest tylko hormony, to jest też decyzja
podjęliśmy decyzję, że niezależnie
od tego, jakie będziemy mieli problemy
zrobimy wszystko, żeby te problemy rozwiązać
i
że żadne z nas nie będzie uciekało
żadne z nas nie będzie szukało
łatwego rozwiązania
bo wiesz, czasami jest łatwiej znaleźć
nowszy model i z kimś
kim jest ekscytujący i nie ma problemów
ale dużo trudniej
jest zostać i te problemy rozwiązywać
więc ponieważ mieliśmy
bardzo trudny początek
to nasza decyzja była taka, że
nie pozwolimy, żeby
cokolwiek się wydarzyło
w tym związku
co by się nie stało, będziemy pracować
nie znaczy to oczywiście, że nagle
może coś stać
i Fergus mi nie zostawi
nie ma nigdy na to gwarancję
z mojej strony mówi to samo
ale myślę, że kiedy
podchodzisz do tego w taki sposób, że to
nie jest tylko miłość
emocji, ale to jest też decyzja i praca
to jest to większa szansa,
że coś się uda
jednak w przyjaźni jest
trudniej podjąć taką decyzję
bo mnieście mimo wszystko

tylko pytanie jest takie, czy
czasami nie wymagamy
za dużo od przyjaciół
czy przyjaciel nie jest po prostu
kimś takim uzupełniającym
naszym życie, a nie definiującym
że to, co powiedziałem, można mieć
świetnych przyjaciół, ale czasami
możesz mieć z kimś kontakt
raz miesiącu, to nic strasznego
ja też mi uważam, że to jest moja najlepsza przyjaciółka
jest Francji, my mamy głównie kontakt
odsapowy, czasami widzimy się raz, raz na dwa roku
i to jest ok, czasami rozmawiamy
z sobą i nadal uważam, że
jesteśmy przyjaciółkami, że
łączy nasz coś
i uważam, że powinniśmy łączyć się wartościami
że to, co likwiduje moją
miłość w przyjaźni
to, co w ogóle niszczy miłość dla mnie
to jest naruszenie pewnych podstawowych wartości
dla mnie, na przykład kwestia lojalności
jest numer jeden
i jeżeli ktoś
był nielojalny
i w jakiejś
sytuacji, kiedy
należała się opowiedzieć po czymś
stronie, on się nie opowiedział po mojej
stronie, dla mnie
zazwyczaj to oznacza koniec
a uważasz, że można mieć
przyjaciół, na przykład o innych
poglądach? No jasne
bo ja sobie chciałbym
zastosować twojego przyjaciela, który głosuje
na konfederację
no to byłoby trudne rzeczywiście
ale na przykład mam
przyjaciółka, która jest przeciwko szczepieniu
i jakby
albo mało tego, ona jest bardzo

[Transcript] Żurnalista - Rozmowy bez kompromisów / Julia Izmalkowa: bezstresowe wychowanie to błąd

te wszystkie magie
i astrologie i tak dalej
coś, co jest w ogóle nie moje
i
natomiast no rzeczywiście
no tak, no była bym nie wyobrażam sobie
kogoś, kto miałby
aż tak radykalny pogląd
z mająsta ściągą też bym nigdy nie stała przyjaciółkami
Dlaczego? Dlaczego?
Dlatego, że
dla mnie ona jest przykładem biednego umysłu
to jest osoba, która
na tym, że komuś się nie
nie
ktoś się poślizgnie, komuś się nie powodzi
lub komuś się powodzi za dużo i ona na tym
zbuduje jakąś affair
więc to jest jakby jej sposób działania
jej sposób myślenie, jej sposób analizowanie
ludzi, to jak ona widzi ludzi
jest tak bardzo nie mój, że
byłabym absolutnie jakby nie wyobrażam
sobie, żebyśmy znaleźli wspólną
płaszczyznę
to, co nas ma łączyć to pewna
nie wiem, jeżeli ktoś nie lubi
ludzi, a dla mnie ona właśnie nie lubi
ludzie, że tak o niektórych mówi
to ja nie umiałabym z nim się przejaźnić
dla mnie to jest ważne
Ja ciekawi, na przykład, takie
odniesienie do tego, że
miejsca
w których krytykuje się ludzi
nigdy innych ludzi nie chwala
że przecież tam też byłaby przestrzeń do tego, żeby
powiedzieć ten zrobił świetnie
i nawet jeżeli to ma dużo mniejsze zasięgi, to nadal
bardzo fajnie jest o tym
nie śledzę profiliuma i staćko, więc nie mam pojęcia
na takie rzeczy robi, ale wątpię
żeby pisała o tym,

[Transcript] Żurnalista - Rozmowy bez kompromisów / Julia Izmalkowa: bezstresowe wychowanie to błąd

że ktoś zachował się w taki sposób, że
bardzo warto na to zwrócić uwagę
ze względu na to, że mam duże
zasięgi i chciałabym po prostu pokazać, że ten
człowiek jest świetnym człowiekiem
i to mnie na pewno
zastanawia, dlaczego
tak się nie dzieje
To jest właśnie różnica, czy działasz z poziomą bogatego
czy biednego umysłu
Biedną my zawsze działa z poziomu
lęku, zazdrości, zawiści
zobaczenie, coś, ono wuszykuje
ma magnis na uszukiwanie
czegoś, coś źle, coś nie tak
i nawet jak coś jest tak, to ona
znajdzie w nim jakąś dziurę w całym
i zobaczę, że to jest coś złego
natomiast bogatą umysł raczej widzi
coś z poziomu takiego swojej obfitości
że na pewno ktoś ma dobre intencje
może gdzieś się pomylę
może gdzieś się poślizną, ale na pewno
zobaczę w tym coś dobrego
i dlatego są osoby, które
wy wszystkim dokopują się tylko coś złego
i to jest kompletnie nie moja bajka
i z takim osobem powiem bardzo trudno
Tutaj chwila przerwy
Jeżeli słuchasz teraz tego podcastu
pamiętaj by wcisnąć przycisk obserwuj
bądź subskrybuj
zależności od tego na jakiej platformie słuchasz
tego podcastu
będę bardzo, bardzo wdzięczny, miłego odsłuchu
No to tym bardziej mnie zastanawia też
Twój związek, bo
powiedziałas, że wasz związek jest oparty na rozmowie
O czym najtrudniej wam się rozmawia
O terminach
Fergus jest osobą
która jest
typowym artystą

[Transcript] Żurnalista - Rozmowy bez kompromisów / Julia Izmalkowa: bezstresowe wychowanie to błąd

Ja z kolei mam ADHD
mam bardzo duży problem
z organizacją czasu
więc jak już go zorganizuje
to źle reaguje kiedy ten
kiedy ten hormonogram nie jest dotrzymywany
plus jest ten typem żołnierza
w sensie dla mnie
kiedyś robię z Możderem
jak zapytam go co jest twoją inspiracją
powiedział
homonogram jest moją inspiracją
i dla mnie trochę jest tak, że ja czuję ciśnienie
kiedy mam hormonogram i coś muszę
to ja uważam, że nie wiem, że
nie wiem, skrzynka redbula
ale muszę to dokończyć i muszę to zrobić
choćby nie wiem co
Ty łączysz sobie kilka osobowości
więc dla mnie to jest
wiesz co, pamiętam, kiedyś po raz pierwszy
pisałam mój raport badawczy
i raporty badawczy bardzo trudne
są to napisania, są bardzo duże
ja się nie wyrabiałam
i wtedy zrobiłam coś, co może nie powinnam tego mówić
może to wytniesz, bo to jest naprawdę
teraz myślę, że nie wiem
że jestem nienormalnie, że tak robiłam
ja już bardzo chciałam spać
spałam dosłownie dwie, trzy godziny dziennie
i się nie wyrabiałam
więc ja pamiętam, że jest źle toleruje ból
mam bardzo niskie próg
no to pamiętam, że sobie rozciąlałam kciukę i pospywałam go solą
żeby tylko z tego bólu się obudzić
i dalej pisać
jest to, że muszę to dokończyć
a Fergus jest taki, z kolei, że dla niego
najważniejsza jest perfekcja
i on uważa
jak robiliśmy pierwszą książkę, on powiedział
ja bardzo się nalazłem i nikt jej nie kupi

[Transcript] Żurnalista - Rozmowy bez kompromisów / Julia Izmalkowa: bezstresowe wychowanie to błąd

i mówiłam, boże, jaki to będzie w ogóle o obciach
ta książka i nikt jej nie kupi
zostaniemy z tymi książkami w ogóle
on mówi, wiesz co
tak może się wydarzyć
bo nie ma żadnych warancji
to zrobmy przynajmniej książkę
która będzie tak piękna
i będziemy z niej tak dumni
że nie będziemy mieli obciachu
żeby dawać ją w prezencie do końca życia
i dla niego
kiedyś robiliśmy ibokę
ibok założenia
ma być prostą wersją
i on znowu zaczął robić
tysiące tych ilustracji
Fergus, nie wyrabiamy się
dobrego z tym
on mówi, dla niego
tworzenie czegoś, co nie jest doskonalsze
niż rzecz poprzednia
powoduje, że jego życia po prostu nie ma sensu
że on mówi, że je żyje tylko po to
żeby tworzyć piękne rzeczy
więc jeżeli on stworzył
pięć okładek, który ja już wybrałam
uważam, że jest doskonałe
i on dzień przed oddaniem książki
do druku mówi, nie
ta jest jeszcze lepsza
teraz czuję, że to jest ta okładka
jak tak można, my już zaraz to
musimy wysłać
ale on uważa, że jeżeli trzeba
trzeba opóźnić ten, jeżeli trzeba zmienić
bilety samolotów
wieczory autorskie zaplanowane
to trzeba to zrobić, wszystko do tego, żeby
to, co wyjdzie, było
jak najbardziej zbliżone do perfekcji
pobrażał sobie wtedy, co zostaw
do jutra

[Transcript] Żurnalista - Rozmowy bez kompromisów / Julia Izmalkowa: bezstresowe wychowanie to błąd

rozumiesz, i ja
myślę sobie, wiesz, ja już zaczynam
ale nie możemy, ale on mówi to terminal
on mówi, ile to jest do końca życia
to jest przecież, to jest nasze dzieło
ono musi być doskonałe
ja nauczyłam, i to jest dla mnie trudne
to jest coś, co ja muszę
musiałam po pierwsze książce
pierwsze książce dla mnie dramat
po prostu dla mnie, bo opisanie
w takiej atmosferze
ale później, kiedy uznałam, że to nie jest nasze wspólne dzieło
ponieważ ja piszę
on ją tworzy, to są zawsze książkę
albumy
to musiałam zrozumieć,
że to, że ja czegoś
chcę
to nie jest ważniejsze od tego, czego on chce
więc moje terminy są ważne
ale
jego do ostatniej chwili dopracowanie
jest tak samo ważne
i jeżeli chcę to robić wspólnie
to muszę go też uszanować w tym
więc teraz
jak widzę, że my się nie wyrabiamy
ewidentnie to jest, że się nie wyrabiamy
więc on mówi, że się wyrabiamy, ja wiem, że się nie wyrabiamy
jak on mówi, czy możemy
to wydłużyć o tydzień
ja już tak mu podałam już w termin takich
że skłamałam, że mamy tydzień
nie powiedziałem, żebym poprosił o ten kolejny tydzień
to mówi tak
to pewnie będzie oznaczała, że
nie dostarczą przed mymi
wieczorami autorskimi, ale to jest ok
no bo poradzimy sobie
bez przydarzeń tej książki
i on mówi, czy to dla ciebie
jest ok, i ja mówię, to nie jest

[Transcript] Żurnalista - Rozmowy bez kompromisów / Julia Izmalkowa: bezstresowe wychowanie to błąd

najbardziej
korzystne rozwiązanie
ale
książka jest najważniejsza
więc możesz pracować tak, żeby
ona była doskonała
ponieważ skoro tworzymy to razem, muszę uszanować
jego zdanie, więc to jest dla mnie najtrudniejsze
ponieważ muszę jakoś szczęść
siebie zamknąć
i powiedzieć, tutaj nie chodzi tylko o ciebie
ale to też metodyka
no bo jeżeli mówisz o tym tygodniu
to pokazuje, że już trochę po prostu wiesz, jak grać
z nią, które...
no tak, ale on przesunie kolejny tydzień
w sensie to jest tak, że potem tygodnią
przesuwał kolejny tydzień i tak dalej
tak, więc mam swoją metodę na to
żebym mówił, bo że następną książkę napisze tak, że nie będzie tego stresu
i zawsze to jest
ponieważ on zawsze przesunął
bo on zawsze chce jeszcze bardziej
z drugiej strony, kiedyś powiedział coś, co mi też da
o dużo domyślenie, ale ty piszesz za dużo
więc nie możesz mi zarzucać, że ja robię
za dużo ilustracji
bo na przykład ostatnia moja książka, Rich Mind for Mind
ona miała być
książką, którą chciałam dodawać po to, żeby
ludzie się Daniel Slytherę zapisowały
czyli miała być pięćdziesiąt stron
no i w końcu już od trzy tomy
bo ten pierwszy okazało się, że tak jest duże
to nie miała tak być
ale ponieważ
piszę ją i widzę, że jeszcze tego brakuje
ważne, żeby to wytłumaczyć
i to tak wyszło
mówię, nie możesz mi zarzucać, że ja robię
tak dużo, bo ty piszesz dużo
i zrozumiałam, że on ma rację
że mówię równie dobrze, ty możesz pisać krótsze książki

a ja wtedy będę robił mniej ilustracji
ale to ty piszesz długie
więc to jest pogadzenie się z tym, że
każdy z nas ma swoje sarejewo
i ma swoje słabe strony
no bo
ty byłaś niecierpliwa na pewno
nie wiem, czy to dalej jest aktualne
i ty chciałaś od razu rozwiązywać wszystkie problemy
a jednak on potrzebował
trochę czasu
i nauczył się też go skracać
a temu dajesz czas
długo taki człowiek, jak ty uczucie cierpliwości
długa
w naszym związku to jest
ja zauważyłam u siebie
no bo tak naprawdę sprawdzysz, czy to już umiesz po reakcjach
a ja zauważyłam
dopiero
co teraz mam
czyli dopiero w jesienią
zeszłego roku
czyli dopiero niedawno
kiedy umiesiał, dało
kiedy o coś się pokłóciłyśmy
bez sensu, pokłóciłyśmy, bo ponieważ
Fergus jest bardzo cierpliwą osobą
ale kiedy ma takie gorsze dni
to robi się taki
agitated
takie niecierpliwy, takie nieprzyjemne
małe rzeczy, robi się z niego taki gargamel
ja bardzo źle znoszę gargamel toatość
bardzo źle znoszę marudzenie
po prostu bardzo mnie denerwuje marudzenie
uważam, że, wiesz, albo robisz, nie robisz
rozwiązujesz, nie rozwiesz, ale takie
jeńczenie, ja tego nie cierpię
więc ona z takiej robi się marudno-jeńcząca
i z tego wynikła jakaś kłótnia o nic
i w pewnym momencie
Fergus mówi

ja nie mogę już dalej rozmawiać
ja muszę mieć przerwę
dla mnie
jest to bardzo nieprzyjemne
bo ja bardzo źle znoszę
bycie w kłótnie
w nierozwiązanej sytuacji
powiedziałem, ok, ile myślisz czasu potrzebujesz
myślę, że 15 minut
mówię, ok
po 10 mówię, myślę, że potrzebuję jeszcze trochę więcej czasu
myślę, ok
i to był pierwszy raz
kiedy zauważyłam, że dałam
radę
ale to zajęło mi właśnie
bardzo wiele lat
a co o tobie mówi twój związek
każdy związek
i to jak budujemy relacje, nawet jak powiedzieliśmy
wcześniej w rozmowie, przyjaciele mówią o nas dużo
to co o tobie mówi twój związek
że dla mnie miłość i prawda
to są moje religie
a czym jest miłość?
dla mnie miłość to jest
miłość oprócz
bardzo takich rzeczy, że
widzisz kimś
widzisz kimś
no, pomimo tego, że widzisz go w całości
widzisz jego wady i zalety
to widzisz z nim kogoś absolutnie wyjątkowego
dla mnie miłość to znaczy
to, że ja bym chciała
nie tylko być sfergusem do końca życia
ale ja bardzo wierzę w reinkarnację
ja bym chciała być w tym życiu we wszystkich następnych
ja bym chciała odrodzić się tak, żebyśmy się spotkali
wcześniej niż w tym życiu
i dla mnie
to jest też decyzja to, że
pomimo tego, że mamy gorsze okresy

w sensie takim, że obydwójce źle się czujemy
więc nie ma tam przestrzeni
na jakieś romantyczne okazywanie
sobie czułości i tak dalej
to my zawsze jesteśmy
ważnie względem siebie
i w takim szacunku, że możemy
zawsze być nie wiem, dla siebie wsparciem
ja wczoraj wysłałam
jakiegoś coś złego się przytrafiła
w Meksyku znowu zamknęli mi konto
nagle nie z tego niezowego i nie mogę zrobić przelewów
dla naszych podwukonawców
ja zaczęłam panikować, że o Boże zamknęli konto
co tutaj zrobię, co się stanie
i tak dalej i mówię
może ktoś z nas powinienem wracać
wcześniej do tego Meksyku
a on mówi, nic się nie stanie
na pewno nic się złego nie stanie
a jak się stanie coś złego
to zawsze mamy siebie
pamiętaj, że jesteśmy piratami
i zawsze znajdziemy sposób
i to jest coś, co spowodował Kaj
pomyślałam sobie, ma rację
pod koniec dnia mamy siebie
i tyle mi wystarczy
to jest dla mnie miłość
czy to, że już masz pewność
w pewnym momencie, że kogoś znasz na wylot
jeżeli masz taką pewność
to znaczy, że się skończyło, to było ważne
względem tej osoby, albo ta osoba
kompletnie się nie rozwija
a ty potrzebujesz tego, żeby ktoś się ciągle rozwijał
tak, to jest absolutnie
było moje
ja wypisałam cechy, które są dla mnie ważne
w partnerze i to było jedno z tych
chyba moich 13 takich
potrzeb
no dobra, to dalej

[Transcript] Żurnalista - Rozmowy bez kompromisów / Julia Izmalkowa: bezstresowe wychowanie to błąd

numer jeden, na przykład, było to, że potrzebowałam
żeby ta osoba
osiągnęła więcej niż ja
ja pamiętam to, dlatego że
znaczy, pamiętam, że to było numer jeden
dlatego, że większość moich partnerów
absolutnie mnie
katowało, torturowało
za to, kim ja byłam i co osiągałam
on jest zawsze, jak się okazałam, ten mój
narzeczony zrapanój, który mnie
rzucił
kiedy nigdy nie mogłam zrozumieć, co się stało
jakieś dwa lata temu
i to było też
wspaniałe dla mnie test tego, że już nic
nie czuję, taki, że dostaję wiadomość
na instagramie i nie mam żadnych emocji
z tym, zresztą raczej takie
dziwne, a nie
nie było w tym nic
i kiedy o mnie
wtedy zaczął nagle, kiedy go pytałam o to
kiedy to było ważne, dlaczego tak się dzieje
to mi mówił, nagle
kiedy już to przestałam mieć znaczenie
bo mi powiedział, że dla niego on zawsze się czuł gorszy
że ja robiłam moją karierę w mojej firmie
moja firma, która wtedy przeżywała absolutny szczyt
i ja
wszędzie robię moje badanie, międzynarodowo
zaczynałam występować
mówię, że on zawsze czuł gorszy, że on jest tylko
tylko nurkiem
i że nie ma ambicji być nikim więcej
niż tylko nurkiem
a że ja zawsze byłam właśnie co dalej
zrobimy, jak dalej podbijemy świat
i że moja ambicja dla niego był czymś
co go przegniałało
było bardzo nieprzyjemne
coś, co powodowała, że on zawsze czuł, że on jest
w plecy ze swoim życiem

[Transcript] Żurnalista - Rozmowy bez kompromisów / Julia Izmalkowa: bezstresowe wychowanie to błąd

a że on chciał zostać tylko nurkiem
co jeszcze było na tej liście
pewność siebie była na tej liście
że na pewno, że on zawsze chce się rozwijać
że on chce mieć rodzinę
dla mnie na przykład to było tak ważne
że on chce mieć rodzinę i dziecko
że jeżeli ktoś mówił, że
nabijał się z małżeństwa, z relacji
lub mówił, dzieci nie
ja potrafiłam zakończyć rozmowy prawie na tych miast odwrócić
później, gdzie
to było tak, że taka osoba już nie
ja była bardzo, to był
najważniejsza rzecz, dla którą
uważam, spotkałam
Fergus, kiedy miałam moją listę
i on traktowałam bardzo poważnie
i przez to nie byłam chyba 3 lata
w związku, większość było u mnie
randki kończyły się po maksymalnie
pewnie drugiej, ponieważ nie
że robiłam komuś to wywiad, ale
ja wiedziałam coś dla mnie ważne
i prowadziłam rozmowy tak, żeby się dowiedzieć, czy te rzeczy
miejsce czy nie, jeżeli nie mają
najważniejsze, co
dla siebie robiłam, nie miałam nadziei
czyli nie mieć ślam, a
może go zmienię
może, jak się we mnie zakocha, to zmieni zdanie
i będzie chciał mieć dziecko, mówię, nie, nie
najważniejsza rada, którą
kiedykolwiek dostałam od mojej terapeutki
i nadal uważam, że to jest najważniejsza rada
w relacjach, że wchodzisz w relacje
zdejmujesz różowe okulary
widzisz tak, jak jest
z każdą minimalną
wadą i po jakim szczęście
zdajesz sobie pytanie, czy to jest dla mnie ok
i wierzy
te wady, założeniem, że te wady

te cechy, ta sytuacja, one się nigdy nie zmieni
a może nawet być gorsze
bo ktoś jest na przykład gargamelowaty
to prawda jest tak, że pewnie Fergus
będzie jeszcze bardziej gargamelowaty
chyba, że zacznie nad tym pracować
w sytuacjach, kiedy ma zły dzień
ale to są różowe okulary już
nie, że tak
a to są bajki różowe okulary
więc kiedy już widzisz go takim, jakim on jest
i mówisz sobie, czy ja jestem
w stanie go zaakceptować
czy jestem go w stanie przyjąć takim, jakim jest
jeżeli odpowiesz tak
to zakładasz okulary i nie masz prawo
więcej na te cechy narzekać
ja absolutnie
trzymałam się tej zasady
przez 2-3 lata
i dlatego jak byłam
na takich randkach przed randkach
i jak widziałam, że ktoś nie spełniał
na przykład właśnie nie miał ambicji
nie był pewny siebie
to był akurat właśnie w pewności siebie
w sensie on nie spełniał tego warunku
on był bardzo pewny siebie zawodowo
ale bardzo nie śmiało osobiście
natomiast tu nie było widać taka cacha
bardzo ważna
dla mnie było na tej liście
bardzo było istotne kwestie
tego, żeby on
kochał pracować
dla mnie pracę jest bardzo ważna
to jest bardzo istotny element
to jest dla mnie bardzo istotny element
taka, że nie czuję, że
nie rozdzielamy z Fergussem kiedyś
sobota, niedziela, wakacje
nie cierpię kiedy ktoś mówi
i ty pracujesz na wakacjach

[Transcript] Żurnalista - Rozmowy bez kompromisów / Julia Izmalkowa: bezstresowe wychowanie to błąd

dla mnie to byłoby kara
gdyby ktoś mi kazał
nie pisać, nie czytać
nie oglądać moich rzeczy z psychologii
ta wipasa dla mnie było najtrudniejsze
to, że nie mogę pisać i czytać
to dla mnie było bardzo trudne
w związku z tym ja chciałam kogoś
kto też to kocha
i Fergus, ja pamiętam, że dla mnie
taki moment absolutnego zakochania
był w nim, kiedy
o nim pokazywał swoją prezentację
PowerPoint
ją pokazuję i w nim było tyle
takiej fascynacji
tą pracę, mówi i tutaj zrobiliśmy
i to było takie typu, nie wiem
reklamę go proszku do prania, którą
zrobił wtedy, bo wtedy był dyrektorem
kreatywnym Facebooku i pokazywał jak można robić
innovacyjne reklamy proszku w tym formacie
facebookowym
jest zafascynowany
reklamą proszku do prania
i tym, że on zrobił
to rzeczywiście było piękne reklamy proszku do prania
że on może z rzeczy tak nie
nie seksji zrobić coś
tak atrakcyjnego, że dla mnie
ja od razu zobaczyłam w nim
geniusza i to, że ja
nada w nim widzę, codziennie w nim widzę geniusza
to, że on nadaje na przykład
wszystkie moje macza toks nazwy
i one są genialne, one są takie, że
czytam, to myślę sobie, jak cię w ogóle to przyszło do głowy
i to, że czujesz takie
excitement razem z tą osobą, że
jesteśmy razem 8 lat
on nadal mnie fascynuje
uwielbiam, kiedy on pokazuje sobie grafikę
i nadal czuję czasami

takie guzboms, takie
dreszcze, wiesz, jaką pokazą nową
kładkę macza toks, ja naprawdę miałam
dreszcze na całym ciele
i uwielbiam to i to powoduje, że my nawzajem
się tak nakręcamy
i to dla mnie było ważne w relacji
pytałem się ciebie o to, co mówi
o tobie, twój związek
a co mówił ten czas, kiedy właśnie
byłaś w tym okresie, że
randów nie przekraczałaś dwóch randek
i tak dalej, i tak dalej, jak szukałaś sobie kogoś
zastanawia mnie, jak
ty patrzysz na ten czas, czego on cię nauczył
ja bardzo lubiłam ten czas
wbrew pozorom
to jest tak, że to był dla mnie
dobry czas, dlatego, że to był czas, kiedy
ja się pogodziłam, żeby być może z nikim nie będę
ale to był czas, kiedy doszłam
do tego, kiedy
kiedy jesteś długo sam, zwłaszcza kiedy jesteś kobietą
bardzo często przypominają
o tym, że młodszy już nie będziesz
i że dzieci, i że jej jeczka tam już pewnie
wszystkie się roztrzaskały
i że już musisz
i że jesteś tak
nie wiem, jak to jest
u mężczyzn, ale zdecydowanie bardziej
wydaje mi się, że jednak u kobiet
bardzo rzadko gram kartą kobiecą
ale tu akurat wydaje mi się, że to jest prawdziwe
że jesteś taka wybrakowany, jeżeli nie jesteś
w tej sytuacji, zwłaszcza, że jesteś psychologiem
to ci mówią, co jesteś ciebie za psycholog,
to nawet nie masz związku
jeżeli nie masz dzieci, nie masz nikogo
w ogóle coś z tobą jest nie tak
i bar
najczęstsza rada, którą wtedy słyszałam, to jest
oczywiście objeżdzu czekiwania

i nawet mówili tak, no
bo wiele kobiet tak strategicznie podchodzi do poznania
partnera, czyli tutaj musisz tam powiedzieć
tam musisz go tak uwieźć, tutaj musisz go tam
okłamać i tak dalej
i ja mam mnóstwo takich rad
nie mówić, co ja robię
nie mówić, jakie robię, że to mężczyźni
są przerażeni silnymi kobietami
więc mam tak udawać
taką gocicę bardziej, a nie takiego tegrystę
ale
kiedy ja sobie zdałam sprawę
właśnie też po tej wypasie
ale ja nie jestem
ja nie jestem kotkiem, ja jestem tegrystą
ja nie chcę być
skotkiem, ja chcę też tegrystą
ja chcę być kogoś, kto jest
królem lwem, a nie
chcę być łałom
ja nie chcę być łałom
więc ja nie chcę być z kimś, kto nie akceptuje
mojej siły, mojej mocy
nie mówię, że jestem najsilniejszą kobietą na świecie
ale jestem dosyć niezależną
w swoim myśleniu, jestem bardzo strejtowo
ja nie jestem
i więc dlatego
ja nie chciałam obniżyć tych oczekiwań
uważałam, że jeżeli
że jestem pogodzona
z tym, że być może
już nikogo nie spotkam
w wieku już nie możesz mieć
takich oczekiwań, w tym wieku
już nie ma facetów, którzy
i tak mi mówili od kiedy miałem 30 lat
tak naprawdę, i tak jakby w każdym wieku
wydaje się, że jeżeli do 30
nie masz tego partnera, to później już ci zawsze mówią
w tym wieku
no ale co jest najciekawsze, bo wydaje mi się, że od 30

roku życia najbardziej wiesz czego chcesz
i też zdajesz sobie sprawę ze swoich umiejętności
z tego kim jesteś
czego oczekujesz od życia
a wcześniej wszystko co gdzieś tam
się by wywizualizowałaś
było trochę taką fatomurganą
snem trochę o tym, jak to może wyglądać
bo kiedy jesteś po 30
to zaczynasz rozumieć
bo to bardziej, że nasze mózgi tak dajrzewają
że jeżeli mózg kobiet, on też wytruszczykę
wcześniej, to jest w okolicach 23-24
on jest w miarę kształtowaną
myszyczkę często to jest bliżej się do 30
więc myszyczki w ogóle nie powinienem ważnych
decyzji podejmować
przed 30 konę, że chodzi o
relacje
każdy oczywiście, każdy dyżywał tam
po swojemu i to jest ogólnienie
ale
ja nie czułam, że tak jak ja nie chciałam
mieć dzieci np. do 30 roku życia
i po raz pierwszy, kiedy pomyślałam o dziecko
to jest wtedy, kiedy wszyscy zaczynają naciskać
w sumie może rzeczywiście
ale po raz pierwszy chciałam
tak, że pomyślałam, że tak same dziecko
to jest kiedy poznałam Fergususa
więc było mi już mocno po 30
ale wcześniej
nie chciałam tego
to jest problem, polega na tym, że wszyscy
wtedy rzeczywiście wiele osób już jest
w relacjach
jak poznałam Fergususa też był w relacji
i to był
spowodowały ten związek, był taki trudny
bo to jest bardzo poważna decyzja
czy ktoś ma wyjść z tej relacji dla Ciebie
czy nie
no i jak to mniej więcej wygląda

no to wygląda strasznie
to jest coś, co jest nigdy nikomu
wolałabym, żeby tak nie było
to jest to, że wolałabym
żeby spotkać kogoś
w moim w ogóle głowie i na tej mojej
może nie było to na mojej liście
ale ja bym chciała, żeby ktoś nigdy
nie był w związku poważnym
zanim nie spotkał, ja byłam jego pierwszą wielką miłości
to było moje fantazje
ale nie uważasz, że
te inne relacje
depiniują doświadczenia?
dokładnie i to właśnie
i to się okazało, że tutaj się mylę
w tym, jak
to było takie moje ego
w tym, że tak chciałam
chciałam być pierwszą i najważniejszą
i
na przykład
jedną z najważniejszych czynników
o których moje rodzicielstwo nie było dla mnie
tak bardzo ciężkie na początku
i ciąża
jak wspominam cudownie moje ciąża
jest taki, że Fergus miał wcześniej dwójkę dzieci
i to było cudowne
ja prawie nic nie kupowałam
w ogóle moja wyprawka składała się prawie z niczego
bo mówi Juli, ale sklepy się nie zamykają
nie ma wojny
czekolwiek zabrak nie możemy kupić
nie ma takiej potrzeby
podgrzewacze do butelki błagam cię
zmywacze, przecież mamy kran
wanienka jest umywalka
on na wszystko było tak, że niczego nie potrzebujemy
i nie miałam
większości rzeczy nie miałam
i psychologicznie również bardzo
bym pomogła to, że on był doświadczony

[Transcript] Żurnalista - Rozmowy bez kompromisów / Julia Izmalkowa: bezstresowe wychowanie to błąd

natomiast poznanie kogoś, kto jest w związku
na korzyść
przemawiała to, że
pewne związki są już martwe
więc to nie było
decyzja
czy
mam
jeszcze chcę tam zostać
lub jak nie chcę zostać
to jest decyzja jak zwykle była dzieci
więc to było
trudne, dla niego to było trudne
bo ponieważ wiedział, że jest na tyle
trudnym i toksycznym związku
że nie będzie tam cywilizowanego
rozstania
a dla mnie było to, że
ja po pierwsze chciałam
kogoś, kto nie był nigdy wcześniej w związku
po drugie nie chcę teraz kogoś, kto jest w związku
i nie chcę kogoś, kto miał dzieci
więc
to było decyzja
co ma go początku
czy w ogóle w cokolwiek chodzić
obwiniałaś się?
w jakimkolwiek stopniu, że nie wiem, że rozbijesz relacje?
nie, bo nie było relacji
w sensie był
relacja formalna, w sensie
byli ze sobą, bo wiesz, jeżeli jest
nie nigdy w takich sytuacjach
nawet kiedy
kiedy mi się zdarzały takie, myślałam
o, że kobieta wchodzi
w jakąś inną relację
to jest dla mnie odpowiedza partner
jeżeli jest silna relacja
nikt nie jest w stanie je rozbić
ja jestem tak pewna forguśa
może
się coś zdarzyć w naszej relacji, ale na pewno

na dzień dzisiejszy
nie ma takiej kobiety świata, która by
rozbiła nasz związek
nie ma takiej kobiety, a nie myszczyzny
który by ten związek rozbiła
więc to jest tak, że nie możesz czegoś rozbić
że to już nie jest potłuczone
że chodzi o relacje, więc to nie
natomiast
to było bardzo brzydkie rozstanie
dla każdej strony
i dla bardzo ciężkich fergos to przepłacił
kilkuletnią depresją
z powodu dzieci
i to
nie jest coś, co komuś bym życzyła
żeby przez to przychodził
to piekło
to absolutnie piekło
rozstanie w takiej sytuacji, kiedy
uprowadzane są dzieci, że jest alinacja
rodzicielska, że kiedy on się czuje
winny
że dzieci myślały
że jest dobrze, a nie jest dobrze
to jest bardzo trudne
i wydaje mi się
że to też rzutuje na was
jakby nawet był najbardziej świadomym człowiekiem
świata jest tylko człowiekiem
nie ma możliwości, że jesteś w stanie
walienować te emocje i myśleć sobie
nie, ona jest fajna, to nic złego
tylko niestety gotuje się
w tobie i ten gargamel, o którym powiedziałeś
jest, staje się coraz większy
i narasta przez tą wewnętrzną
frustrację, której nie jesteś w stanie sobie poradzić
bo wiesz, że to jest niesprawiedliwe
tylko że ja rozumiałam, że nas
cięższy sytuacji niż ja
się wierzy, tylko kogoś bardzo kochasz
i nagle

to tracisz, a w tej sytuacji to są
dzieci, które są zabrane
to ja rozumiałam, że jego ból jest tak duży
że moje
niemożność przeżywania
miłości w taki radosny sposób
a gdzie jest tam dużo
dużo trauma, dużo smutku
jest to nic
w porównaniu do tego, co on przeżywa
więc ja wtedy, to jest tak, że ja podjęłam
decyzję, że w to wchodzę
w związku z tym
to już, to potem
nałożałam różowe okulary, w sensie
mam to decyzję bez różowych okularów
wiedząc, że będzie bardzo trudno
i myślałaś, że
będzie aż tak trudnego?
nie
bo
ja zawsze tylko czytałam
o tym, że kobiety potrafią być wobec
drugiej kobiety w takich sytuacjach, niebyłe, złośliwe
i tak dalej, ale to
no, delikatnie mówiąc, natomiast
nie przyspiewałam się, że ja też przeżywę
piekło, tak, czyli na przykład
postawienie, jak ja występowałam po raz pierwszy
i jego boże zapastowało
na Twitterze
jakiegoś mega
vulgarnego Twittera
Twittera tak, że to było
przez kilka godzin na CanLines
przed moim wystąpieniem
póki oni tego nie usunęli
no to jest takie rzeczy
to są hardcore'owe
natomiast
z drugiej strony ja też, ja
racjonalnie to rozumiem
to rozłuszczenie

i tą sytuację
i rozumiem, że dla kogoś to jest właśnie
że ja mogę wejść
rozwalić związek
z mojego punktu widzenia i z punktu widzenia
Fergususa, no bo jego punkt widzenia
to jest ważniejszy
jest tak, że ja byłam triggerem i lektorem
właściwie się zdecydował
odejść, ponieważ próbował to zrobić
kilka razy
to są zawsze bardzo trudne
i złożone tematy
jeżeli chodzi o też twoją działalność w Internecie
w dużej regiony
to bardzo często bronisz mężczyzn
i mówisz, że dzisiaj mężczyzną
na świecie jest dużo, dużo trudniej
dlaczego tak jest?
Wiesz co też ciekawem ogólnie odniesieniem
do tego jest film Barbie, nie wiem czy Bośki, nie?
Jeszcze nie
ale on trochę nawiązuje do tego
pokazując, że każda skrajność jest
każda skrajność tak
jest zła i o tym mówiliśmy o perspektywie
że jeżeli zawsze szukasz zła
zawsze znajdziesz zło, jeżeli
na dobre tak mi się przynajmniej wydaje
dlaczego facetom dzisiaj jest ciężko
i czekaj
i czy na to nie zasłużyli?
Ale czym?
No nie wiem, to jest pytanie
Wiesz co, z krajnych i mińskich
uważałem, że zasłużyły sobie tym, że latami
były dyskryminowane kobiety
mój syn ma cztery lata
czym on zasłużył na to, że Bumb
będzie źle traktowany w sądach rodzinnych
jeżeli gdyby nie daj Boży się kiedyś rozwód
czym on zasługuje
na to, że teraz

[Transcript] Żurnalista - Rozmowy bez kompromisów / Julia Izmalkowa: bezstresowe wychowanie to błąd

według wszystkich statystyk
jest największe prawdopodobieństwo, że
popełnie samobójstwo
białym mężczyzną do 30 roku życia
Czemu on zasługuje
na to, że w medycynie tak naprawdę
więcej inwestujemy w badanie
nad chorobami kobiecymi niż
męskimi? Czym zasługuje na to mój
mały syn? Ma cztery lata
o nikomu nie zrobił krzywdy
Czemu on zasługuje na to, że w internecie
święte krowy są kobiety?
Czemu on zasługuje na to, że mówi się, że
ucz swojego syna tego, bo
dziewczynki
żeby nie było ogresywną
dziewcząt?
Czemu on zasługuje na to, żeby
sugerowano, że moje dziecko
jest agresywne samego faktu, że
jest mężczyzną?
No niczym.
I to nie jest
równość.
Ja jestem
za taką równością, która była
na początku, że
uważam, że równość to znaczy, że każdy
z nas ma
równe możliwości, równe prawa
i ty, ja
w sądach rodzinnych jest równość
gdzie mamy 98 przypadków
kiedy z automatu idzie
dziecko do
do kobiety
A nie brzmi tak jak równość? No nie brzmi tak jak
równość. Mamy problem z tym, że
wszyscy mówiąc o olemięciarzach, ale się nie mówię
o linacji, które najczęściej spotyka
właśnie ojców, alinacje rodzicielskie, które
ma dramatyczne skutki dla psychiki

dziecka.

Mówimy, że dla chłopców, że teraz wiemy to z badań
alinacja od ojca

ma

niezwykle skutki, jeżeli chodzi o to,
jakie on buduje się w swoje poczucie
męskości, ale

jest taka, że pokazują się, wszystkie badania
pokazują, że to ma jeszcze gorsze
skutki dla córek, czyli dla
płci przeciwnej.

I później nasze dziewczynki rosą
w takim przekonaniu, że mężczyźni są źli.

I że

dla mnie jednym z takim motorem, bo
świadomie nie sobie, że ja jestem cały czas
rozłuszczona na mężczyzn. Ja przez tyle

lat cały czas byłam rozłuszczona,

bo mój ojciec był niedobre, bo cały czas

mi mówiono, że masz dzieci tylko

dla siebie, że mężczyźni nie chcą

mieć dzieci, że mężczyźni są

źli i to powodowało, że ja

takich mężczyzn też spotykałam i z takim

podejściem podchodziłam, więc

jak przez swój brudny

okna sąsiada też się badałam brudny.

Więc jak ja cały czas z nich widziałam zło,

to zło też mi spotykało.

Więc ja uważam, że

dlatego ja się dowiedziałam,

że na OSG, że będę miała chłopca, to się

rozpokałam. Myślałam sobie, że

mój strudnie go uchronię przed tym.

No proszę Cię, tu kazałaś,

mężowi zabroniłaś pić kawę.

Tak. Przez dwa lata nie pił kawy, że była

córka i... Tak, no takie był plan.

Tak, on się zakochał w macze. Tak się urodziła

nasza wild matcha, bo cały czas

kupowaliśmy tyle maczy, że to jest...

Pijemy około kilograma maczy miesięcznie.

Więc to po prostu nam się nie opłacało

już sprowadzać te maczy. Więc ja
byłam... Dla mnie to miała być córka, to
było tak oczywiste, że ja
naprawdę doznałam w szoku, że
to jest chłopiec. I ja
uważam, że
jemu będzie trudno,
jak wiemy, jak robię badania w korporacjach
i robię badanie
często na wyższych szczeblu, kiedy rozmawiamy
z hajrowcami i tak dalej. To jest coś,
o czym się jakby nie mówię, ale
mówię, że no... Wgodnie.
Oni nie mogą zwolnić kobietę, bo zaraz
ona zagra kartą kobietą, że została zwolniona
z powodu tego, że jest kobietą. Tak jak się
trudnie zwalnia osobę, która z nim niepełnosprawna
i tak dalej, bo
nie wystarczy, że
kto powie, że niekompetentne, ona natychmiast
uskarży, że jednak z tego powodu.
Oczywiście, zaraz, byleję się zawsze, kiedy
o tym mówi, że się mnóstwo hejtu na mnie
i nie mówię, że nie dzieją się rzeczy
niesprawiedliwe, jeżeli chodzi o płac,
czy rasy, czy jakiegokolwiek jednej rzeczy.
Ale teraz jest w korporacjach
także święty krowy, to są kobiety.
I kobiety nie wolno zwolnić,
kobiety należy za trudno, żeby było porównano.
A ja uważam, że to jest
uwłaczające dla kobiet, żeby
zatrudnić się dlatego, że jesteś kobietą.
Ja chcę, żeby ktoś mnie zatrudniał, dlatego, że
nie ma innej osoby,
które ma taki umysł, które ma takie
kompetencje, która potrafi
tyle zrobić, co ja, a nie dlatego, że jestem
kobietą. Ja chciałabym,
żeby ktoś zobaczył moje
kompetencje przede wszystkim.
Moje pływ nie powinna mieć żadnego znaczenie.
To jest dla mnie uwłaczające.

Ja nie chcę, żeby tak było kobietę traktowane. Ja chcę, żeby każdy dziewczynka widziała, że najważniejsze jest to, co ona potrafi, najważniejsze jest to, co ona ma w głowie, najważniejsze jest to, co ona w czym ona jest najlepsza.

I tylko obydz kompetencji powinniśmy oceniać z drugą osobę, nie?

Bo obydz pucia uważam, że mężczyźni teraz są dużo bardziej poszkodowane.

Z dzwigiem, biemy w pomniki, to też powiedziała, że nie jesteś fanką bezmyślnej psychologii pozytywnej, że nie każdy może osiągnąć wszystko, że...

Bo to prawda.

To jest taka prawda i nie to też przeraża, że to się ludzie mówi i tak samo niestety nie wierzę, że każdy jest wyjątkowy. Właśnie, że jest bardzo dużo ludzi, którzy są bardzo podobni do siebie i po prostu czasami jesteśmy odtwórcami pewnych ról.

I naprawdę możemy być wyjątkowi dla kogoś, ale nie jesteśmy wyjątkowi dla świata, jako jednostki jesteśmy mrówkami. Masz rację.

Po tym względem ja też nie uważam, że jestem wyjątkowy dla świata, oczywiście. No tak samo ja.

Tak, możemy widzieć pewno swoją wyjątkowość w niektórych obszarach i ja mogę zobaczyć twoją wyjątkowość i twoje światło.

Ty możesz zobaczyć moje, ale są osoby, dla których ja będę...

banalna jak drzodżownica.

Nie, banalna to jest ostatnie słowo, które do ciebie pasuje, to ci mogę teraz podpowiedzieć.

Ale może tak być dla kogoś, wiesz? Nie, no proszę Cię.

Twoje poglądy już nie są banalne. Mówienie tych rzeczy, które mówisz na głos.

Jak ktoś będzie mówił o Tobie, że jest banalne to chcesz go z tej przestrzeni

zapraszam na podcast ogólnie.
Jeżeli chcesz pomyśleć, że to, co Ty mówisz
jest banalne, a dlaczego uważasz,
że ta moda
na psychologię pozytywną nie jest dobra?
Dlatego, że szkodliwa.
Dlatego, że mówimy z badań, że ona szkodliwa.
Dlatego, że
obicują rzeczy, które
nie mają szansy się spełnić.
Jeżeli
to, co się działo na kongresie,
to jest dla mnie było w ogóle szokujące, że są osoby,
które mówią, że wszystko może się
dzięki manifestacji, wizualizacji
to jest
kłamstwo. Wizualizacja
jest bardzo dobrą metodą
wspomagającą,
ale nie jest to metoda
terapeutyczna i nie jest to metoda,
który ci pozwala na osiągnięcie
wszystkich celów. I to mamy
z badań.
I wiemy również z badań, że jeżeli
albo afirmacje, które są tak promowane
mało tego, że
większość ludzi w ogóle nie
zna się na
afirmacji, nieprawidłowo
o nich mówi.
Nie tak, jak psychologowie, uczunek
należy afirmacje stosować, ale
pomijając już, że jeżeli mamy
afirmacje,
w których nie ma żadnej prawdy dla siebie,
to te afirmacje mogą urządzić
krzywdy, niż pożytku. Czyli jeżeli
sobie mówisz
jeżeli masz problem z tym, że
jesteś nie wiem
że nie osiągnął sukcesu,
czyli że jesteś nieumniudacznikiem.

[Transcript] Żurnalista - Rozmowy bez kompromisów / Julia Izmalkowa: bezstresowe wychowanie to błąd

Gdzieś tam w środku czujesz, że jesteś nieudacznikiem. Mówisz sobie osiągam sukces, osiągam sukces, jestem zwycięzcą. I patrzysz, krzyczysz sobie, jestem zwycięzcą. Później idziesz do pracy, masz zadanie, których nie możesz wykonać i gdzieś tam jesteś czymś gorszy, bo obrakujecie jakiejś kompetencji, nie dostajesz awansu i widzisz, że rzeczywistość skrzeczy. Więc myślisz sobie, no co jest ze mną jednak nie tak, czy ja nie tak jednak ofirmuję, no przecież tak silno ofirmuję i tracisz kompletnie albo dalej sobie zaczynasz mieć agresywny stosunek do ludzi, mówisz o nie, nie zauważa on, nie zauważaj, na jak jestem genialny, ten szef jest idiota tam ten jest niedobry to jest co, co się dzieje na dzielku w komentarzach, wszyscy są niedobrze, rozumiesz, Lewandowski jest winien temu, że pieliniarki mała zarabiają, Hodokowska jest winna temu, że mamy depresję poporodową, bo nie chudniemy, po prostu wszyscy są winnie i to jest między innymi dlatego, że sobie wmówiliśmy, że sama afirmacje i pozytywne myślenie nam cokolwiek zmieniam, należy kontakt mieć rzeczywistością afirmacje powinny być wykonywane tak jak każde zmiana bardzo moimi krokami, czyli jeżeli wiesz, że nie wiem, że jesteś nieudacznikiem i potrzebujesz to zmienić to znajdujesz w sobie, jeśli elementy kiedy odniosłeś sukces coś się zawsze dobrze udaje czyli mówisz, a robię jednak

[Transcript] Żurnalista - Rozmowy bez kompromisów / Julia Izmalkowa: bezstresowe wychowanie to błąd

niewiele osób robię tak dobrą lezanie jak ja
może innej rzeczy mi się nie udaje
ale moje lezanie jest taka
że kaptcie spadają
i zaczynasz
więc to nieprawda, że zawsze
jakby mi się coś nie udaje i się zlezania
zapraszasz goście, one umówią ale genialne
to lezanie i ta sałatka też jest super
i możesz zobaczyć, że być może
tutaj ci udaje, a poza tym
masz jednak przyjaciół
i jednak oprócz tego, że robisz
super lezanie umiesz utrzymać
takie relacje, że ludzie cię lubią
i że lubią z tobą rozmawiać
więc dalej mówisz ok
to umiem robić lezanie, umiem robić
sałatkę, umiem utrzymać relacje, umiem zrobić takie
przyjęcie, że ludzie się dobrze bawią
a do tego umiem później pozmawiać
takie naczynie zanim pójde spać
taki za mnie kozak
i zaczynasz szukać takich dobrych rzeczy
więc mówienia, też umawianie ludziom, że nie wiem
każdy jest piękny, no nie każdy jest piękny
taki są fakty, nie każdy
jest piękny
i nie ma co sobie wmawiać, że każdy jest piękny
nie musimy mówić
jeżeli mamy
każdy człowiek, mamy swój gust, mamy swoje
preferencje, mogę uważać, że ta kobieta
jest piękniejsza, ta jest mniej piękna
ale jestem osobą wychowaną w życiu
i piękny, powiedzieć, że ty nie jesteś ładna
bo niby po co miałbym to mówić
nie ma takiej potrzeby, żeby to mówić
z tym wiemy, że jest mnóstwo
pięknych osób, te pewnie się też
z takimi osobami spotkały
że ktoś jest absolutnie
fizycznie bardzo ładny

[Transcript] Żurnalista - Rozmowy bez kompromisów / Julia Izmalkowa: bezstresowe wychowanie to błąd

jak niestety otwiera buzie
to nagle nie ma już tego
blasku, nie ma już tego światła
jest masakra po prostu
i pamiętam, że przez pierwsze 10 minut
dokładnie pamiętam, przez pierwsze 10 minut
zastanawiałem się, czy to coś jest nie tak ze mną
tak
i naprawdę tego już nie widzisz
to jest oczywiste, że
to, jakie mamy światło w środku
to decyduje o tym, czy jesteśmy piękni
czy mamy charyzmę
czy mamy
coś takiego, co ludzie chcą z nami w ogóle być
więc to nie
ja nie uważam, że zewnętrznosc jest najważniejsza
stąd nie jestem z tym całym body pozytyw
bo uważam, że powinna być mind
pozytyw, to jest ważniejsze
nasze umysł, nasze światło
nasze energię, nasze wartości
to jest ważniejsze, a nie to, czy jesteśmy
ładni, fizycznie, czy nie
ale też nie ma co wmawiać sobie
nieprawdy, nie każde jedzenie jest smaczne
takie są fakty
no i nie każde jedzenie jest dla każdego
i nie każde jedzenie do każdego, podobnie z ludźmi
nie każda osoba jest piękna
dla mnie
ludzie wmawiają sobie, że każde ciało
tam wszystko możemy pokochać
zawsze, kiedy robię wystąpienie
i mówię, okej, chciałabym
jeżeli tak uważamy, jeżeli tak nam próbowałam mówić
chciałabym, pokazuję zawsze wtedy
reklamy DAW, które tam ci pokazuję, że
wszyscy jesteście tutaj, grubie szczupli
i tak dalej i mamy celulity, rozstępki
i że to jest wszystko, okej, mówię
proszę, mam zazwyczaj oczywiście 3-4 sali, to są kobiety
proszę, podnieś rękę, która

kocha sobie celulit
szczerze
prawie nikogo nie ma
i mówię, dla mnie to
jest normalne, zdrowe reakcje, jak ja mam
celulit, to ja nie patrzę na niego, mówię
Jezus Maria, jak ja ciebie kocham
jak ja się cieszę, że ty jesteś
ja po prostu nie wiążę z mojego celulitu
z moją mózgiem
a nie z moją pewnością siebie, mówię
okej, on jest, jeżeli mi przeszkadzę
mogę coś z tym zrobić, mogę z tym nic
nie zrobić, ale on w żaden sposób
mnie nie definiuje, nie rozumiem dlaczego
mówi się więcej o
zewnątrzności
o akceptacji celulity i innych rzeczach
a nie mówi się o tym, że ktoś jest, nie wiem
czy ktoś nie ma biedny umysł, że ktoś
się nie rozwie, że ktoś
kogoś cały czas
rządzi, nie wiem, lęk
lub zazdrość, to jest dla mnie brzydrze
niż cellulit, bo ja częściej myślę o tym
że ktoś jest w środku zgeniły
niż o tym, czy ktoś ma
gruby tyłek, czy nie gruby to jest bojej
i to ma znaczenie, ale to jest trudne do
strzeżenia, bo jeżeli chciałaby się
wystarczy, że ktoś otwiera buzie
no dobrze, ale nie zobaczysz tego przez Instagram
dlatego nie musisz w ogóle o tym wtedy mówić
tak, ale ludzie mają dużą, silną potrzebę
mówienia też i
zobacz, dużo ludzi tam rozładowuje
swoje emocje, oni nie zostawiają
tego na jutro, bo jutro też będzie
coś, co będzie trzeba o czym, że będzie trzeba napisać
więc ja patrzę na to, że to jest
ich emocjonalny worek treningowy
nie wyrażam na to zgody, ale po prostu
patrzę, jeżeli mam to definiować

tak, tak to definiuje
i
gdzieś tam patrzę na ten świat
i zastanawiam mnie to, w którą stronę to idzie
teraz dodałem rolki z Dorotą Szlągowską, nie wiem czy widziałas
jak ona mówiła o tym Facebooku
i o ludziach, czy kiedyś tam skomentowałem
zobacz, na nią wylał się
trochę hate, szczególnie na YouTubie
bo ona mówi do tych ludzi
którzy tam siedzą i piszą
komentarze, oni to słyszą
tam ktoś
spojrzał im w oczy
i dokładnie powiedział to, co on
uważa o tej sytuacji, która się właśnie dzieje
i ludzie ciężko
mają do zaakceptowania to, że to jest
sygnał o nich, nie o Dorocie Szlągowskiej,
nie o Robertcie Lewandowskim,
nie o Ewechodakowskiej, to jest sygnał
o nich, co ty w życiu
robisz, że siedzisz teraz od 21
i komentujesz
film na YouTubie
naprawdę, gdzie tutaj coś
stało się nie tak, że jesteś
w tym miejscu, w którym jesteś
i ten syndrom tego powiedzmy przegrywał, o którym
ty mówiłaś, że ten ktoś mógłby
teraz właśnie uczyć się robić łazanie
ale on nie szuka
pozytywnych rzeczy, których mógłby znaleźć
tylko jest już zagłębiany
w tej takiej złości, rzuci
no to jest właśnie dla mnie definicja
biednego umysłu i jest takim nurkiem
który nurkuje sobie po prostu tam
i coraz głębiej, głębiej, głębiej
i nie zwraca uwagę
na to, co może
co może znaleźć pozytywnego
i ci ludzie są oślepieni

[Transcript] Żurnalista - Rozmowy bez kompromisów / Julia Izmalkowa: bezstresowe wychowanie to błąd

tym wszystkim, a psychologia również była oślepiona w jakieś trendy które okazały się później szkodliwe mnóstwo w ostatnim czasie wiesz co, no, ja myślę, że odczuwamy bardzo skutek tego, że mamy że mieliśmy taką fazę na bezstresowe wychowanie to był coś z najbardziej szkodliwych trendów, plus kolejny trend, który był w psychologii, który jest niezwykle niedobry, to jest to, że rodzic ma być przejściem rodzic nie ma być przejściem rodzic ma rodzicem być ma być przyjacielski i ma być w tym sensie najlepszym przejściem swojego dziecka że tak ja definiuję, jak ja bym chciała wychować mojego syna, że to będzie nastolatkiem i nie daj Boże coś mi się złego przytrafi, to chcę, żebym powiedział, chcę zadzwonić do mojej mamy, a nie, że nie daj Boże, żeby moja mama się nie dowiedziała ja potem względem chcę być jego przejściem że on mi ufa i że on czuje, że cokolwiek by się nie stało, zawsze będę po jego nie, ale ja chcę być jego rodzicem co znaczy, że ustalę granice i że mówię, to jest ok, to nie jest ok i bym go też chwalić w odpowiedni sposób nie będę się zachwycała wszystkim, co on robi ale ja pomogę mu zobaczyć jego zasób i jego jego wartości bardzo szkodliwy był ten kręt w psychologii też, że wszyscy jesteśmy

zwycięzcami, tak, czyli że
mamy szkołę, gdzie każdy
medal za to, że niezależniczy
przybyk pierwszy czy ostatni
no to nie jest życie
idziesz później do pracy i nie każdy
dostaje awans, takie są fakty
nie każdy dostanie awans, nie każdy
będzie CEO, dlatego że jest tylko jeden CEO
a ktoś musi dalej pracować
i nie każdy to dostanie
więc, mój syn musi
się nauczyć tego rzeczy sami przegra
to jest mój obowiązek
nauczyć go przegrywać
i ja chcę, żeby on wiedział, że skoro on przegrał
żeby to przeanalizować, to nie znaczy, że on jest
przegrany
to znaczy, że on przegrał
dlatego muszę go nauczyć przegrywać
i muszę go nauczyć to przeanalizować
i powiedzieć, jeżeli to zabolowało
to to ma być twoją motywacją, żeby się
przygotowywała się bardziej
i uważam, że to jest ważne
i to są wszystkie trendy
był, które były bardzo szkodliwe
nie przygotowaliśmy wiele osób do tego, żeby
żeby był dorosłym życiu
uważając tam poziom rozczelności
40-latków często
to jest właśnie to, że uważając, że im się należy
bo dzieci, bo rodzice
uważali, że dziecko jest
absolutnym wszechświatem
i wszystko im się należy
i tak mówię, może być kimkolwiek chcesz
cokolwiek chcesz, ale to nie jest prawda
musisz do rzeczy zapracować
i ważne jest, żebyśmy
uczuli, że sam fakt, że ty
istniejesz, nie oznacza, że cokolwiek się należy
musisz zapracować na rzeczy

należy cię szacunek
należy cię dobre traktowanie, należy cię
nie wiem, to lety
za darmo w rejnerze
i nie mogą cię za to chargować, ale
tak naprawdę musisz
zapracować na awans, musisz zapracować
na sukces, musisz zapracować na takie rzeczy
a są medialni
terapeuci i psychologodzy, którzy są
szkodliwi?
no
tak, wiesz, są osoby, które
niewiele wnoszą
tym, co oni mówią
bardzo często oglądam
takich
najgorszych dla mnie jest to, że są tacy,
których ja bardzo podziwiałam kiedyś
i których bardzo lubię
i bardzo dużo dobrych rzeczy wnieśli
i oni zaczynają czasami
wypaczać
albo zaczynają się rozwijać
rozwijają się w pewnym nurcie, który nie jest
na przykład już
według mnie
jest zupełnie
nienaukowy
na warmatę, którego bardzo lubię
bardzo
i napisałam absolutnie
wszystkie książki są absolutnie wspaniałe
ale który cały czas teraz powtarza
o tym, że nie wiem, że ADHD to nie jest
żadne zaburzenie i że to wszystko jest kwestią
relacji
i jeżeli wy wczesnym dzieciństwie nie dostajesz
nie miałeś bliskiej relacji
to to jest twoja taka
odpowiedź w życiu dorosłym
to to jest niezgodne z tym, co wiemy
już od neurologów

i to jest też bardzo niedobre
w tym nurcie
takiego ciągle zrzucanie winy na rodziców
wiemy, że relacja
z rodzicami jest bardzo ważne
jest kluczowe dla rozwoju dziecko
ale też wiemy, że dziecko rodzi się
ze swoim temperamentem, ze swoim osobowością
i później dziecko się rozwija też w różnych środowiskach
które również mają na niego wpływ
więc nie wszystko kim my jesteśmy
co osiągnęliśmy to jest tylko wina
lub zasługa naszych rodziców
dlatego nie można też cały czas
barczać winy rodziców
no serijne mordercy
bardzo rzadko wiele morderców
swoich rodziców
więc nie jest tak, że to jest bardzo szkodliwe mówienie
to, co on teraz na przykład mówi
albo innym mówić
a może, którego też
terapeuta, to jest psychiatra
którego bardzo lubię
napisał kiedyś pośnę, dlatego że musimy uważać
że to są takie
takie
symptomy, które mogą świadczyć o tym, że masz
dymencję starczą
ja pisam takie symptomy, które
no, które 3-4 osób
ma zaczynasz zapominać
słów, nie może
czuje się ciągle zmęczony
i jakby obruszy się na niego rzeczywiście bardzo słuszny
hate, że
nie jest to okej też takie rzeczy pisać
w takie ogólnionej formie
dlatego, że zaczynamy się już bać
wszyscy zaczynamy być paranoje
doktor google tak zwany
tak, nawet osoby, które ja bardzo
kocham, bardzo szanuję

czasami mają takie myśli, które
dla tego nie tworzę sobie idol, dlatego tak trudno
powiedzieć, jak mnie ptasz okiełkowiek idoli
bo nie mam idoli, mam osoby
które na przykład nawet Jordan Peterson
którego bardzo lubię
ale ma kilka poglądów takich
z którymi radykalnie się nie zgadzam
tak, że no nie wiem, no
jego klapsy dla dzieci
to jest szok, że w ogóle on takie rzeczy mówi
albo że to, że on jest przeciwko rozwodom
absolutnie się z tym nie zgadzam, co nie zmienia faktu
że bardzo go szanuje
ze wielu innych poglądów, więc
bardzo trudno znaleźć kogoś z kimca
kowie byśmy się stawili
ale bo nie mamy brać kogoś z całkowicie
kim my jesteśmy, w związkach nie mamy brać
kogoś z całkowicie, no bo jeżeli
to, co powiedziałeś, zdejmujesz
szurkowe okulary, patrzysz, że ten ktoś ma w wady
rozumiesz, że jeżeli wtedy
ubierasz szurkowe okulary, czyli akceptujesz
go mimo tych wad i to jest związek
to to jak możemy patrzeć na osobę popularną
albo kogoś, kogo podziwiamy
i z siebie w całości nie akceptuje
i chcą rzeczy, które by z siebie wyplewił
nie mamy ten taki
gen tego, że my chcemy kogoś w całości
mamy idealizujemy całkowicie kogoś
i potem jest tak, że poznajesz niby
dola i mówisz, że czar przysł
no bo on się okazał człowiekiem
dokładnie
i to jest tak, mamy oczekiwanie
że jeżeli ktoś jest super sportowcem
to będzie super ojcem, super mężem, super
przecielem
i wy wszystkim będzie doskonała
żeby być super sportowcem
i nic więcej

[Transcript] Żurnalista - Rozmowy bez kompromisów / Julia Izmalkowa: bezstresowe wychowanie to błąd

i dlatego ja w Match Talks bardzo dużo piszę
ten temat celebrytów, dlatego że
ja się nie zgadzam z tym, że
się wylewa takie szambo na nich
oni nie mamy prawo
mówić o życiu
prywatnym aktorów, jeżeli oni o sobie tego nie życzą
ponieważ już możemy powiedzieć, że on jest
złą aktorem
ale to jest nie nasza sprawa
czy on jest super partnerem
czy nie i to nie jest nasza sprawa
wracamy do oceny, zobacz
jak niewiele osób byłoby w stanie powiedzieć, czy to jest
dobra gra aktorska, czy zła gra aktorska
to możesz powiedzieć, podoba mi się ten film
czy nie, bo już dla mnie wiesz
ale wtedy musisz się pod tym podpisać
a portale plotkarskie słyną z tego, że się nie podpisujesz
no właśnie
więc komu się ten film nie podoba
to też prawda
no i jeżeli oceniamy, jeżeli nie wiem
ja czytam sobie recenzję
bo jeszcze to lubię robić, robię to po prostu
bo na przykład chcę zobaczyć, kto sobie zauważył w danej muzyce
to czytam recenzję ludzi
których zdanie szanuje
i tak powinniśmy tylko robić
więc w takim wypadku, jeżeli ktoś by napisał
czy mu się podobała ta gra aktorska
czy mu się nie podobała
to musiałyby na początku zarobić szacunek
pisząc o kimś dobrze
jeżeli zagrał w czymś dobrze
a wracamy do punktu wyjścia, że zazwyczaj to jest wszystko
ładowane negatywną emocją, która jest dużo prostsza
tak, i dlatego nie powinniśmy w ogóle
takimi emocjami
takimi opiniami przyjmować
popomyśl sobie nawet to, że gdybym cię uderzył
dużo łatwiej byłoby
wzbudzić pewnie mi

to w tobie emocje negatywną
dużo trudniej byłoby zrobić tak
żebyś pójśła, że jestem fajnym gościem
nie zajęłoby mi to tyle, ile być uderzenie Ciebie
i to jest dokładnie o tym samym
to są dokładnie te same rzeczy
zainteresowanie kogoś z czymś pozytywnym
wiążę się z dużo dłuższym czasem
niż zainteresowanie kogoś
to jest ewolucyjnie, ponieważ zawsze jesteśmy
bardziej wuczylenie jako ludzie na negatywne rzeczy
żeby potem nas chronić
więc ja to rozumiem ten mechanizm
ale zobacz, ale my rozmawiamy
ewolucyjnie o ludziach pierwotnych
my dzisiaj jesteśmy ludźmi
którzy chcą zmieniać świat
jeżeli chcemy zmieniać podejście do kobiet
chcemy żeby kobiety miały równe pensje
to tak samo jesteśmy w stanie zmieniać świadomość ludzi
i zmieniamy, tylko że ono się zmienia powoli
no to kiedy ostatni raz czytałeś pozytywny artykuł
kiedy go napisałam
bardzo pole są charaktery
napisałam pozytywny artykuł
o tym, że to jest, przywołałam badanie
że to jest dobrze, że matki pracują
że to dobrze wpływane dzieci
no to jest tak, że media karmię się tym
bo to są, uderzałem w pierwotne
nasze emocje właśnie
ewolucyjne, że my musimy się chronić
więc to nas
to nas bardziej kręci
ale dobrze wiesz, że na instagramie
jeżeli podajesz
największe zasięgi są wtedy, kiedy są na fery
wtedy kiedy
kogoś chytujesz
lub wtedy kiedy ktoś cię chytuje
to jest zawsze największy zasięg
kiedy dzieje się coś pozytywnego
to jest co najwyżej, kiedy urodzi się dziecko lubie ślub

to wtedy też masz dobre
zasięgi, masz dużo komentarzy
tylko raz na 9 miesięcy
no właśnie, raz na 9 miesięcy
ale reszta to jest tak, że ja na przykład wiem, że
kiedy pisze post mentu
czyli wspierający mężczyzn
że mam odpływ zawsze
i w to, bo kobiety traktują, że
skoro jestem promęczczyźni
to jestem przeciwko kobiet, bo to jest taki bolszewicki umysł
albo jesteś ze mną
albo jesteś przeciwko mnie
zawsze mam
wtedy dużo hejtą, ale na
prywatnych wiadomościach
tak jest zawsze
Ewa Wojduło powiedziała w jednej rozmowie, że
terapeuci robią z ludzi bankomaty
zgadzasz się z tym?
nie, ja myślę, że teraz
bardzo dużo łatwiej
terapeutą
zarabić pieniądze nie na
terapii, ja myślę, że będziemy
w absolutnym kryzysie
terapeutów, jeżeli, znaczy już jesteśmy
trudne się mówić, ale
zwyczajnie się nie opłaca, to jest bardzo
długo droga, zanim zostaniesz dobrym terapeutą
sesje są
dużo, mniej kosztowne
niż na przykład w Stanach
i dużo proście terapeutom zrobić
szkolenie
w związku z tym się nie opłaca być
ja myślę, że coraz
bardziej wszyscy moje znajomy terapeuty
coraz bardziej skracają sobie czas pracy
bo nie chcą mieć prywatnych sesji
to się po prostu nie opłaca
jak na taką ilość pracy, którą musisz
wkładać, to jest bardzo emocjonalnie

[Transcript] Żurnalista - Rozmowy bez kompromisów / Julia Izmalkowa: bezstresowe wychowanie to błąd

angażująca praca, musisz płacić
ze swojej super wizji
to zrobienie kursu
szkolenie, wystąpienie gdzieś
to jest dużo bardziej opłacalne, dlatego już teraz
to nie jest, nie uważam, że to jest prawda
że załatwo jest być
co powiedziałaś, że załatwo jest być psychologiem
i naprawdę można ludziom zrobić krzywdę
jest to, co w sytuacji, co się w Polsce
jest to dramatyczne, ja nie akceptuję
faktu, że ktoś może pójść
na szkolejnie, po dyplomowe
nie wiem, po studiach AWF
i zostać później psychoterapeutą
bo dostaję, bo skończą cztery razy studia
znaczy jest we mnie...
no ale jest nam kilka terapeutów
które jest na przykład jedne z po szkole aktorskiej
jest terapeutką
nie, jest mnóstwo osób, które na przykład
skończył kurs mindfulness i jest terapeutą
kiedy nie skończyły żadnych
studiów terapeutycznych
to jest bardzo niebezpieczny, dlatego że
albo to, że jest jedna z
influencerek, jest
osobą, która jest ekonomistką
a pisze książki z psychologii
cytując badania
to nie jest dla mnie ok, dlatego że
żeby
żeby dobrze zrozumieć badania, musisz mieć
zwłaszcza jako badać, to wiem, że nie muszę
przeczytać, że przeczytasz, musisz je powiązać
z wieloma innymi badaniami, jest bardzo
bardzo wiele innych złożonych
atributów, którą musisz pokazać, co może mieć
znaczenie, jest jakiś powód, dla którego
się studiuje psychologię 5 lat
i ten powód
jest bardzo ważny, że musi mieć szerszą
perspektywę

jest jakiś powód, dla którego studiujemy
takie przynajmniej jak historię psychologii
musimy znać pewne myśli psychologiczne
żeby pewne rzeczy połączyć
musimy operować na różnych nurtach
politycznych, żeby wiedzieć, jak to działa
musimy przejść bardzo dużo szkoleń
żeby wiedzieć, co może zeszkozić
więc mnie przeraża to
że ktoś uważa, że może przeczytać kilka
książek lub mieć własne
bogate doświadczenie lub własne
terapię, przejść i później zaczyna
sam terapię, tak nie powinno być
to jest, to
naprawdę może zrobić krzywdę
mamy to, że ktoś organizuje
ceremonię kakao, dla tam
300 osób i zaczyna się taka
grupowa terapia i nie zdając sobie sprawy
ile to może się
wydarzyć krzywdy komuś
no ktoś może z tego nie wrócić
no ktoś może z tego nie wrócić
pochodzimy o takie życie normalne, że po prostu
jeżeli jeszcze dochodzą te wszystkie ajałaski, grzyby
ja zawsze jestem bardzo delikatny na te wszystkie tematach
ale naprawdę
trzeba pamiętać, że ktoś może z tamtą nie wrócić
że ktoś naprawdę może wrócić
tak odmieniony, że nie znajdzie już miejsca na ziemi
ja nie akceptuję w ogóle faktu, że
takiej rzeczy się robi z osoby, które
są jakby przygotowane
i że, i że można się powierzyć
w ręce kogoś, kto
nie wiem, tylko
ja brałam ojałaskę dwa razy
i dwa razy to było
w dżungli od osoby, które jest
z pływienia, która
hoduje te zioła, robi te zioła
i jest z pływienia, który

[Transcript] Żurnalista - Rozmowy bez kompromisów / Julia Izmalkowa: bezstresowe wychowanie to błąd

zżyje tym
i leczy się tym od
wieków, Fergus na przykład w życiu, by
nie
nie zrobił takich rzeczy
ja lubiałam eksperymentować zawsze
dla mnie to jest, tak jak
robiłam ojałaskę, robiłam kambo, wszystkie te szalasy
ale jest zawsze, zawsze
robiłam to tylko w pływieniach
ja nigdy bym nie wziął
dział od kogoś, kto przywiózł kakao
kupił od kogoś i teraz w garnku w domu
to sobie daje
później albo w sali sportowe
jakieś szkole robi ojałaskę
lub kambo
ja nie rozumiem w ogóle konceptu po co to
się robi
no proszę Cię, na koncept chyba rozumiesz
no to wiesz co, nie
no w sensie dla mnie to było
dla mnie ojałaskę, kiedy wzięłam ją
po raz pierwszy w dżungli amazońskiej
to było całe pełne doświadczenie
związane z tymi prymionami
bo ja niestety
dla mnie jestem bardzo odporna
nie miałam żadnych tripów, nie miałam
wizji, nigdzie nie miałam
z życia mojego przyszłego, ani przyszłego
nie widziałam, nic takiego
nie było na radośnie
ja nawet nie wymiotuły podczas ojałaskiej
nic mi się nie dzieje
ale to, że jesteś w dżungli z tymi ludźmi
którzy śpiewają na odpowiednie muzykę
którą wiesz, że śpiewają w tych prymionach
od setek lat
to, że znasz historię
tego, to, że wiesz
to jest dla mnie, to jest
doświadczenie bycia z tymi ludźmi

[Transcript] Żurnalista - Rozmowy bez kompromisów / Julia Izmalkowa: bezstresowe wychowanie to błąd

to, co dla nich to oznacza
to, że kiedy bierzesz kambo od tej żaby
że widzisz, jak oni traktują tą żabę
to wiesz, że oni to robią
głównie dla siebie na polowanie
po to, żeby wyostrzyć swój wzrok
no jesteś, jesteś częścią tych ludzi
jesteś częścią tych plimienia
dla mnie to było takie połączenie się z nimi
więc ja miałabym
zero w ogóle jakiejś motywacji
żeby to zrobić
jakby w szkole
w Czechach
po co
dla pieniędzy
nie, to ktoś to robi
dla kogo się, to jest tak
ja tylko i wyłącznie już to spływam
tylko i wyłącznie już
o to chodzi, uważasz, że każdy powinien iść na terapię?
ja uważam, że tak
ja wiem, że to nie jest popularny pogląd
ale ja poznałam tylko kilka osób w moim życiu
które, które mogłyby się odbyć
bez terapii
dwie, trzy osoby w życiu mam takie widziałam
i co one się charakteryzują?
miały znakomity kontakt
z rzeczywistością
przy jednoczesnym, znakomitym
w kontakcie z samym sobą
i ocenianiem siebie
widzeniem
siebie
z pozytywnej strony
ale jednocześnie realistycznie
że
widziały swoje problemy, widziały swoje wady
widziały trudne rzeczy
które im się przytrafiły
ale potrafiło wyciągnąć z tego
nie zabeżały się w tym

nie ruminowały, nie jakby nie było w nich takiego, że był przylepiony do tego ale widziały, wykorzystały to jako swoją trampolinę ja absolutnie miał cały czas kontakt z rzeczywistością co się dzieje terapia może komuś zaszkodzić? tak, 5 do 10% ludzi kończy terapię i mają pogorszenie i co znaczy pogorszenie? bo to jest akurat ciekawy wątek i gorzej się czujesz niż z tym, z czym przyszedłeś ale to jest terapia powinny być mierzalna tak naprawdę w Polsce to rzadko się praktykuje ale tak naprawdę na tren w całym świecie jest takich, że powinniśmy, a terapeucie powinni mierzyć tam pacjenta przed i po sesji, a na pewno po x sesjach powinni mierzyć na tych wymiarach, z którym przyszedł pacjent czy jest polepszenie, czy pogorszenie czyli jeżeli wcześniej widział sensu życia to teraz już na pewno nie widzi tego sensu życia to jest na przykład pogorszenie albo jeżeli wcześniej mu się wydawała, że życie jest bez sensu to teraz wie, że życie jest bez sensu no to to jest takie pogorszenie a czym twoim zdaniem jest samobójstwo no to jest bardzo złożone problemy bo u różnych ludzi bo mucha do ciebie przyleciała widzisz, że jestem taka kolorowa tak samobójstwo to jest no w bardzo wielu sytuacjach to jest taki, że coś często plan B dla wielu ludzi że jak myślisz już nie, że będzie za ciężko to przynajmniej

[Transcript] Żurnalista - Rozmowy bez kompromisów / Julia Izmalkowa: bezstresowe wychowanie to błąd

zostajecie jeszcze samobójstwo
no prawda, zaczęłam się zakochać
to by
wolałabym, żeby to nie muha mu hotel był
każdy przyciąga to co przyciąga
to nie mów, tak wiesz co
ja po prostu przyciągam żywe istoty
nie sam opadziesz, że
jak myślałeś po prostu tak, że o sobie żyli
to tylko złych przeciągałaś
więc widzisz, a teraz muchy
o czym ty myślisz
właśnie, nie pytaj lepiej
bo to wprowadzisz jakoś niedobry ten drzew
że zaczynam źle o sobie myśleć
nie, to ty źle o muchach myślisz, a nie o sobie
to prawdę bardzo źle o muchach, myślę
samobójstwo
może komuś być już tak ciężko
że radzenie sobie z czymkolwiek
w życiu wydaje mi się zbyt ciężkie
i no, najczęściej
jak wiemy, że to
ma początek w depresie lub w innych
zaburzeniach psychicznych
więc nie nigdy nie miałam
bardzo dużego kontaktu
z myślami samobójczymi
nawet w praktykach nie miałam
w życiu teraz, proszę
nie miał szukam ich
akurat z tym tematem, ale to jest
to jest coś, co jest o tyle ciężkie
że mamy coraz większy współczynnik
samobójstw i samobójstwu danych
zwłaszcza u dzieci nastolatków
i za to
absolutnie większość psychologów
słuszni, uważam, obwinę się social media
nieprzygotowanie brak rezyliencji
naszych dzieci
dobrze, i zmierzając do końca
są pytania takie

których boisz się sama sobie zadać?
nie, ja akceptuję siebie cień
a jak duży jest?
jest coraz mniejsze już
ale nadal jest tak, że
są takie sytuacje,
kiedy ja myślę sobie, że
stać mnie na takie rzeczy, które chciałabym
żebym nigdy jednak nie zrobiła
i że są takie sytuacje,
które mogę się doprowadzić
w związku z tym Filip zim bardzo wspaniale
zrobił badanie i pokazał, że w każdym z nas
jest ten to zło
ale myślę, że tak jak akceptuje cienie
fergusa, tak coraz bardziej akceptuje
swój cień
bo miłość między innymi to oznacza, że
widzę twoje światło
widzę twoje cień
i wiem, że zarówno
swoim światom sobie poradzę i cieszę się
na niego, ale z twoim cieniem też sobie poradzę
i nie boję się go
więc ja też już zaczynam
rozmię się bać mojego cienia
więc nie ma takiego pytania, którego mi się bała
są pytania dla mnie trudne i nieprzyjemne
ale...
ale tego nie ma
a wierzysz, że to, co cię nie zabije, to cię wzmocni?
nie zawsze
ja wierzę, że są takie rzeczy, które cię zabijają
ale jeżeli coś cię nie zabije, to cię zawsze wzmocni?
nie, możesz spowodować, że jesteś osobą
bardziej pełne rzuci
i cynizmu
i jesteś bardziej robie się niepodejrzliwy
i zrezygnowany
to jest tak, że co cię nie zabije, to cię wzmocni
to jest taka reakcja na trauma
trauma może spowodować, że
będziesz

[Transcript] Żurnalista - Rozmowy bez kompromisów / Julia Izmalkowa: bezstresowe wychowanie to błąd

będziesz osobą
cyniczną, załamana, zgoźkniała
a może spowodować, że wzrośnie
jest zjawisko
stresu postremotycznego
wzrostu
które pokazuje, że na ksun osoby,
które mają w sobie tyle
rezyliencji, tyle chęci
życia, tyle
takiego strumienia świata
które trzymają się
tej traumy
trampoliny, mówią nie, nie pozwolę
żeby to się zmarnowało
i dla mnie takim doświadczeniem,
powiem, że kiedyś moja przecielka
urodziła wcześniejjaka
i on zmarł
i
ja byłam
no, wiadomo, że to jest traumatyczne
doświadczenie, dla mnie, która była
przy tym, to była moja
taka traumą, z którą długo sobie nie rodziłam
bardzo się bałam zaś w ciąży
przez to doświadczenie, bo on miał idealną
ciężę i nagle tak się przytrafiło
i była mi zdziwiona
kiedy ona w pełni momencie sobie poradziła z tym
w sensie, kiedy zaczęłaś tak żyć
w miarę normalnie
także, że nie płakała
cały czas, a mi się wydawało, że gdyby
mi się to przytrafił, ja bym
byłabym ocanem
West non stop
i ja mówię, jak te sobie poradziłaś
jak sobie to
jak sobie przepracowałaś to
ale napowiedziała, że uznałam, że
skoro
skoro z dobrych

[Transcript] Żurnalista - Rozmowy bez kompromisów / Julia Izmalkowa: bezstresowe wychowanie to błąd

rzeczy rosne
i biorę coś dobrego
to jak mogły z rzeczy tak ważne, tak głębokie
jak śmierć mojego syna
ją wyrzucić na śmietnik
że to jest też rzecz dla mnie ważna
jest, która chce coś zrobić
i ona wzrosła na tym
nie znaczy, że nie bolało
nie pozwoliło, żeby to zeszło
do jakiejś piwnicy podświadomości
i zrobiło z tego użytek
i za to bym bardzo podziwiałam
i to mnie bardzo wiele rzeczy nauczyło
że jednak możesz w takiej sytuacji
wzrosnąć
i tak to zostawmy
to będzie piękna puenta, że
na wszystkim, nawet tym
na co nie chcemy patrzeć
możemy zbudować piękne życie
bardzo i to bardzo ci
dziękuję
do zobaczenia