

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

JAMES, MURIEL

Născut pentru a învinge / Muriel James, Dorothy Jongeward ; trad. din lb.  
engleză: Natalia Năstase. - București : Psihobooks, 2020

Index

ISBN 978-606-94774-4-1

I. Jongeward, Dorothy

II. Năstase, Natalia (trad.)

159.9

Editori: Adina Demian, Doina Grasu

Redactor: Alina Bâltâc

Corector: Dorina Lipan

Tehnoredactor: Andreea-Alexandra Vraja

Design copertă: Elena Tudorache

Copyright ©2019 by Muriel James and Dorothy Jongeward

This edition published by arrangement with Da Capo Press, an imprint of Perseus Books, LLC, a subsidiary of Hachette Book Group, Inc., New York, New York, USA. All rights reserved.

Copyright © Psihobooks, 2020

Pentru prezenta versiune în limba română

Toate drepturile rezervate

Editura PsihoBooks

[www.psihobooks.ro](http://www.psihobooks.ro)

[contact@psihobooks.ro](mailto:contact@psihobooks.ro)

Lucrarea (în întregime și fiecare dintre părțile sale) este protejată de legea drepturilor de autor. Orice valorificare a ei fără acordul editurii este interzisă. Acest lucru este valabil în special pentru multiplicarea, traducerea, copierea pe microfilm și înmagazinarea și prelucrarea ei în sistemele electronice.

Muriel James

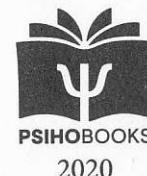
Dorothy Jongeward

# NĂSCUT pentru a ÎNVINGE

In memoriam dragului nostru  
prieten și profesor, dr. Erik Berne

Traducere din limba engleză de

Natalia Năstase



## NOTA EDITORILOR

## CUPRINS

Nota editorilor .....	9
Prefață la a 25-a ediție aniversară .....	11
1. Învingători și învinși .....	17
2. Privire de ansamblu asupra analizei tranzacționale .....	35
3. Foamea de <i>stroke</i> -uri a oamenilor și organizarea timpului .....	64
4. Drama scenariilor de viață .....	91
5. Parentingul și starea Părinte a eului .....	130
6. Copilăria și starea Copil a eului .....	158
7. Identitatea personală și sexuală .....	187
8. Colectarea de timbre și jocurile .....	219
9. Starea Adult a eului .....	256
10. Autonomia și etica adultului .....	298
Epilog .....	312
<i>Index</i> .....	315

ADINA DUMITRĂ

Psihoterapie cognitiv-tranzacțională în  
Psihoterapie cognitivă și schizofrenie

## 1

### ÎNVINGĂTORI ȘI ÎNVINȘI

*Nu poți învăța un om nimic.*

*Îl poți ajuta doar să descopere acel lucru în el însuși.*

Galileo

Orice ființă umană se naște ca fiind ceva nou, ceva care nu a existat niciodată. Venim pe lume cu capacitatea de a învinge în viață. Fiecare dintre noi are un mod unic de a vedea, a auzi, a atinge, a gusta și a gândi. Fiecare dintre noi are un potențial unic – capacitate și limite. Fiecare dintre noi poate fi o ființă semnificativă, înzestrată cu rațiune, conștiință și creativitate – o persoană productivă, un învingător.

Cuvintele „învingător“ și „învins“ au multe semnificații. Când considerăm că o persoană este învingătoare, nu ne referim la faptul că face pe altcineva să piardă. Pentru noi, un învingător este cel care răspunde autentic, fiind credibil, de încredere, receptiv și sincer atât ca individ, cât și ca membru al societății. Un învins este cel care nu reușește să răspundă autentic. Martin Buber a făcut această distincție în timp ce repovestea vechea pildă a rabinului care, pe patul de moarte, a fost întrebat dacă era pregătit pentru lumea de apoi. Rabinul a răspuns că era pregătit. Până la urmă, nu va fi întrebat: „De ce nu ai fost Moise“. El va fi întrebat doar „De ce nu ai fost tu însuți“.<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Martin Buber, *Hasidism and Modern Man*, Harper & Row, New York, 1958, pp. 138-144.

Respect pentru oameni și cărti  
Puțini oameni sunt sută la sută învingători sau sută la sută învinși. Este o chestiune care implică mai multe grade de diferențiere. Cu toate acestea, odată ce o persoană pornește pe drumul succesului, șansele sale de a deveni un învingător cresc considerabil. Scopul cărții de față este să faciliteze călătoria pe acest drum.

## ÎN VINGĂTORII

Învingătorii au potențiale diferite. Pentru ei, cel mai important lucru nu este să se realizeze, ci să fie autentici. Persoana autentică își descoperă sinele, cunoscându-se pe sine, fiind ea însăși și devenind o persoană credibilă, receptivă. Oamenii autentici își prețuiesc propria unicitate și apreciază unicitatea celorlalți.

Persoanele autentice – învingătorii – nu își dedică viața unui concept, imaginându-și cum ar trebui să fie lucrurile; mai degrabă, sunt ele însеле și, ca atare, nu își folosesc energia pentru a purta o mască, a păstra aparențele și a-i manipula pe ceilalți. Învingătorii sunt capabili să se dezvăluie în loc să proiecteze imagini care să mulțumească, să provoace sau să-i atragă pe alții. Învingătorii nu au nevoie să se ascundă în spatele unei măști. Ei resping complexele de inferioritate sau de superioritate nerealiste. Învingătorii nu se tem de autonomie.

Toți oamenii au momente de autonomie, chiar dacă trecătoare. Însă învingătorii sunt capabili să își mențină autonomia pe perioade din ce în ce mai lungi. Ocazional, învingătorii pot pierde teren și, uneori, chiar pot fi învinși. Cu toate acestea, în ciuda oricărora obstacole, învingătorii își păstrează mereu încrederea în forțele proprii.

Învingătorilor nu le este teamă să își urmeze propria gândire și să își folosească propriile cunoștințe. Ei pot face deosebirea dintre fapte și opinii și nu se prefa că au toate răspunsurile. Îi ascultă pe ceilalți, evaluatează ce spun aceștia, dar ajung la propriile concluzii. Deși învingătorii îi pot admira și respecta pe ceilalți oameni, nu sunt pe de-a-ntregul definiții, desființați, dependenți sau îngroziți de aceștia.

Învingătorii nu fac pe „neputincioșii“ și nici nu se lasă prinși în jocul învinuirii. În schimb, își asumă responsabilitatea pentru propriile vieți. Ei nu conferă altora o falsă autoritate asupra lor. Învingătorii sunt propriii șefi și ei știu asta.

Învingătorii știu să se sincronizeze. Învingătorii răspund în mod adecvat situației întâlnite. Răspunsurile lor sunt legate de mesajul transmis și îi păstrează semnificația și valoarea, neafectând starea de bine și demnitatea persoanelor implicate. Învingătorii știu că există un moment potrivit pentru orice, există un moment potrivit pentru fiecare activitate.

*Un moment potrivit pentru a fi agresiv și un moment potrivit pentru a fi pasiv.*

*Un moment potrivit pentru a fi împreună cu cineva și un moment potrivit pentru a fi singur(-ă).*

*Un moment potrivit pentru a lupta și un moment potrivit pentru a iubi.*

*Un moment potrivit pentru a munci și un moment potrivit pentru a te relaxa.*

*Un moment potrivit pentru a plânge și un moment potrivit pentru a râde.*

*Un moment potrivit pentru a confrunta și un moment potrivit pentru a te retragere.*

*Un moment potrivit pentru a vorbi și un moment potrivit pentru a tăcea.*

*Un moment potrivit pentru a te grăbi și un moment potrivit pentru a aștepta.*

Pentru învingători, timpul este prețios. Învingătorii nu își „omoară“ timpul cu ceva, ei îl trăiesc aici și acum. A trăi în prezent nu înseamnă că învingătorii își ignoră în mod nechibzuit propriul trecut sau că nu reușesc să se pregătească pentru viitor. Mai degrabă, învingătorii își cunosc trecutul, sunt conștienți și activi în prezent și așteaptă cu nerăbdare viitorul.

Învingătorii învață să-și cunoască sentimentele și limitele și să nu se teamă de ele. Învingătorii nu se împiedică de propriile contradicții și ambivalențe. Fiind autentici, ei știu când sunt furioși și pot asculta când ceilalți sunt furioși pe ei. Învingătorii pot oferi și primi afecțiune. Învingătorii sunt capabili să iubească și să se lase iubiți.

Învingătorii pot fi spontani. Ei nu sunt nevoiți să răspundă în moduri predeterminate, rigide, ci își pot schimba planurile atunci când situația o cere. Învingătorii au poftă de viață, se bucură de muncă, de joc, de mâncare, de alte persoane, de sex și de natură. Se bucură de propriile realizări fără să simtă vinovăție. Învingătorii se bucură de realizările celorlalți fără să simtă invidie.

Deși învingătorii se pot bucura fără restricții, pot și să amâne placerea, se pot disciplina în prezent pentru a-și spori placerea în viitor. Învingătorilor nu le este teamă să alerge după ceea ce își doresc, dar o fac în moduri adecvate. Învingătorii nu își obțin securitatea controlându-i pe alții. Ei nu se programează să piardă.

Unui învingător îi pasă de lume și de oameni. Un învingător nu trăiește izolat de problemele generale ale societății, ci este preocupat, plin de compasiune și hotărât să-și îmbunătățească permanent calitatea vieții. Chiar și în fața unor probleme de interes național și internațional, imaginea de sine a unui învingător nu este cea a unui individ neputincios. Un învingător se străduiește să transforme lumea într-un loc mai bun.

## ÎNVIŃŞII

În mod paradoxal, deși oamenii sunt născuți pentru a învinge, aceștia vin pe lume neputincioși și total dependenți de mediul lor. Învingătorii fac cu succes tranziția de la neputință absolută la independență, apoi la interdependență. Învinșii nu izbutesc acest lucru. Ba, mai mult, la un moment dat, încep să evite asumarea responsabilității pentru propriile vieți.

După cum am menționat deja, puțini oameni sunt învingători sută la sută sau învinși sută la sută. Majoritatea sunt învingători în unele domenii ale vieții și învinși în altele. Capacitatea de a fi învingător sau învins este influențată de ceea ce își se întâmplă în copilărie.

Lipsa de răspuns la nevoile de dependență, alimentația precară, brutalitatea, relațiile nefericite, bolile, dezamăgirile continue, îngrijirea fizică inadecvată și chiar evenimentele traumatizante sunt printre numeroasele experiențe care contribuie la transformarea oamenilor în învinși. Acestea încrănuiesc, descurajează sau împiedică progresul normal spre autonomie și autoactualizare. Pentru a face față experiențelor negative, copiii învață să se manipuleze pe ei însuși și să îi manipuleze pe ceilalți. Tehnicile de manipulare sunt greu de înlăturat mai târziu în viață și, de multe ori, devin modele clare.

Unii învinși vorbesc despre ei însuși ca fiind persoane de succes, dar anxiioase, persoane de succes, dar prinse ca într-o capcană, sau persoane de succes, dar nefericite. Alții vorbesc despre ei însuși ca fiind persoane învinse, fără niciun scop, incapabile de a se mișca, pe jumătate „moarte“ sau plăcăsite de moarte. Este posibil ca învinșii să nu recunoască faptul că, în cea mai mare parte, și-au construit propriile cuști, și-au săpat propriile morminte și se plăcătesc din propria vină.

Rareori un învins trăiește în prezent; în schimb, distrugе prezentul, concentrându-se pe amintiri sau pe așteptări. Învinșul care trăiește în trecut se concentrează pe vremurile bune sau pe nenorocirile personale cu care s-a confruntat. Plin de nostalgie, fie se agață de felul în care lucrurile „obișnuiau“ să se desfășoare, fie își deplâng ghinionul. Învinșul își plânge de milă și transferă responsabilitatea pentru o viață nesatisfăcătoare asupra celorlalți. Adesea, învinovățirea celorlalți și scuzarea propriei persoane fac parte din jocul său obișnuit. Cu alte cuvinte, un învins care trăiește în trecut se poate lamenta că *i-ar fi fost mai bine dacă ar fi făcut lucrurile altfel*:

„Ce bine era dacă mă căsătoream cu altcineva...“

„Ce bine era dacă aveam altă slujbă...“

„Ce bine era dacă terminam școala...“

„Ce bine era dacă eram frumos(-oasă)...“

„Ce bine era dacă soțul (soția) nu bea...“

„Ce bine era dacă mă nășteam bogat(-ă)...“

„Ce bine era dacă aveam părinți mai buni...“

Este posibil ca oamenii care trăiesc în viitor să viseze la un miracol, care să îi ajute „să trăiască fericiti până la adânci bătrâneți“. În loc să urmeze cursul propriilor vieți, învinșii așteaptă – așteaptă magica salvare. Cât de minunată va fi viața *când*:

„Când va veni, în sfârșit, prințul pe un cal alb sau femeia ideală...“

„Când se va termina școala...“

„Când vor crește copiii...“

„Când va apărea o slujbă nouă...“

„Când va muri șeful...“

„Când va sosi și trenul meu...“

Spre deosebire de cei care trăiesc cu amăgirea unei salvări magice, unii învinși au în mod constant spaima unei viitoare catastrofe. Ei trăiesc sub imperiul lui *și dacă*:

„Și dacă îmi pierd slujba...“

„Și dacă îmi pierd mintile...“

„Și dacă îmi cade ceva în cap...“

„Și dacă îmi rup piciorul...“

„Și dacă ceilalți nu mă plac...“

„Și dacă fac o greșeală...“

Concentrându-se permanent asupra viitorului, învinșii se luptă cu anxietatea în prezent. Ei sunt neliniștiți de ceea ce anticipatează (fie real, fie imaginar): de examene, de plata facturilor, de povestiri de dragoste, de crize, boli, trădare, pensionare, de vreme și aşa mai departe. Persoanele care petrec excesiv de mult timp în propria imaginație lasă oportunitățile reale ale momentului să le scape

printre degete. Aceste persoane își ocupă mintea cu lucruri fără relevanță pentru situația actuală. Anxietatea modifică realitatea actuală. În consecință, acești oameni nu sunt capabili să vadă singuri, să audă singuri, să simtă singuri, să guste, să atingă sau să gândească singuri.

Întrucât învinșii nu reușesc să își folosească întregul potențial al simțurilor în situația imediată, percepțiile lor sunt incorecte sau incomplete. Ei se văd pe ei însși și pe alții printr-o distorsiune asemănătoare prismei. Capacitatea lor de a da piept cu lumea reală într-un mod eficient este îngreunată.

Învinșii își petrec o mare parte din timp jucând diverse roluri, prefăcându-se, manipulând și perpetuând roluri vechi din copilărie. Învinșii își investesc energia în păstrarea măștilor, proiectând deseori o imagine falsă despre ei însși. „Încurajarea sinelui fals se face întotdeauna în detrimentul sinelui real, acesta din urmă fiind tratat cu dispreț, în cel mai bun caz ca o rudă săracă<sup>1</sup>, era de părere Karen Horney. Pentru învinsul care joacă mereu un rol, reprezentarea este adesea mai importantă decât realitatea.

Învinșii își reprimă capacitatea de a exprima spontan și în mod corespunzător întreaga gamă de comportamente posibile. Este posibil ca ei să nu cunoască alte opțiuni pentru o viață mai productivă, care să îi împlinească. Învinșilor le este frică să încearcă lucruri noi și mențin, în schimb, propriul statu-quo. Învinșii sunt persoane repetitive, mai exact repetă frecvent nu numai propriile greșeli, dar și pe cele ale familiei și ale culturii din care fac parte.

Un învins are dificultăți în a oferi și a primi afecțiune și nu stabilește relații intime, cinstite, directe cu ceilalți. În schimb, încearcă să îi manipuleze pe ceilalți pentru a-și atinge așteptările. Energiile învinșilor sunt adesea canalizate spre a trăi la nivelul așteptărilor celorlalți.<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Karen Horney, *Self Analysis*, W. W. Norton, New York, 1942, p. 23.

<sup>2</sup> Muriel James, *What Do You Do With Them Now That You've Got Them? Transactional Analysis for Moms and Dads*, Addison-Wesley, Reading, Mass., 1974, pp. 4-5, 12.

Învinșii nu își folosesc intelectul în mod corespunzător, o fac greșit, pentru a raționaliza sau a intel ectualiza. Atunci când raționalizează, învinșii oferă scuze pentru ca acțiunile lor să pară plauzibile. Când intel ectualizează, încearcă să-i zăpăcească pe alții cu pălăvrăgeala. În consecință, o mare parte din potențialul lor rămâne latent, nerealizat și necunoscut. Întocmai ca prințul broscă din basm, învinșii sunt „vrăjiți” și își trăiesc viața, fiind ceva ce nu sunt meniți să fie.

### INSTRUMENTE PENTRU SCHIMBARE

O persoană care dorește să descopere și să schimbe un „șir de eșecuri” sau care dorește să devină învingătorul care i-a fost menit să devină în momentul în care s-a născut poate folosi experimente de tip gestaltist și analiza tranzacțională pentru ca mult dorita schimbare să se producă. Acestea sunt două noi și interesante abordări psihologice ale problemelor umane. Prima a fost readusă la viață de dr. Frederick Perls; a doua a fost dezvoltată de dr. Eric Berne.

Perls s-a născut în Germania în 1893 și a părăsit țara când Hitler a venit la putere. Berne s-a născut la Montreal în 1910. Ambii au fost instruiți ca psihanalisti freudieni; amândoi s-au depărtat de utilizarea psihanalizei clasice; ambii au cunoscut cea mai mare popularitate și acceptare în Statele Unite. Am studiat atât cu Berne, cât și cu Perls și ne plac metodele lor, deoarece acestea încă funcționează.

În cartea de față sperăm să reușim să arătăm modul în care teoria analizei tranzacționale, completată de experimente pe care fie le-am proiectat personal, fie le-am derivat din Gestalt terapie, poate fi folosită pentru a dezvolta și extinde „șirul de victorii” ale unei persoane. Credem că oricine – cel puțin într-o fază a existenței sale – are potențialul de a fi un învingător: de a fi o persoană reală, o persoană vie, o persoană conștientă.

### FREDERICK PERLS ȘI GESTALT TERAPIA

Psihologia gestaltistă nu reprezintă o nouătețe. Terapia gestaltistă însă da. Dr. Frederick Perls, care a fost analist freudian anii la rând, a folosit câteva dintre principiile și descoperirile psihologiei gestaltiste pentru a inventa și dezvolta terapia gestaltistă. *Gestalt* este un cuvânt german pentru care nu există un echivalent exact în engleză; înseamnă, în mare, un întreg organizat.

Perls a percepțuit multe personalități ca fiind lipsite de integralitate, ca fiind fragmentate. El a susținut că oamenii sunt adesea conștienți doar de anumite părți ale lor, mai degrabă decât de ei ca întreg. De exemplu, este posibil ca o femeie să nu știe sau să nu vrea să admite că, uneori, acționează la fel ca mama ei; este posibil ca un bărbat să nu știe sau să nu vrea să admită că uneori vrea să plângă ca un bebeluș.

Scopul terapiei gestaltiste este de a-i ajuta pe oameni să devină un întreg, de a-i ajuta să conștientizeze, să recunoască, să recuperere și să integreze părțile lor fragmentate. Integrarea ajută o persoană să facă trecerea de la dependență la autosuficiență; de la sprijin extern autoritar la sprijin interior autentic.<sup>1</sup> Concret, a avea sprijin interior înseamnă că o persoană are încredere în sine. O astfel de persoană nu mai este obligată să depindă de partener, de diplome academice, de funcție, de terapeut, de cont bancar și aşa mai departe pentru sprijin. În schimb, el sau ea descoperă că toate capacitatele de care are nevoie sunt interne și că se poate baza pe ele. Potrivit lui Perls, o persoană care refuză să facă acest lucru este nevrotică.

Numesc nevrotică orice persoană  
 Care își folosește potențialul  
 Pentru a-i manipula pe ceilalți  
 În loc să se dezvolte ea însăși.  
 Ea preia controlul, devine înnebunită de putere  
 și-și mobilizează prietenii și rudele  
 Ori de câte ori nu poate

<sup>1</sup> Frederick S. Perls, *Gestalt Therapy Verbatim*, Real People Press, Lafayette, Calif., 1969, p. 29.

Să-și folosească propriile resurse.

Procedează astfel pentru că nu poate să suporte  
Tensiunile și frustrările care apar odată cu maturizarea.  
Iar asumarea riscurilor este și ea periculoasă,  
Prea de temut ca să fie luată în considerare.<sup>1</sup>

Unele dintre metodele comune în terapia gestaltistă sunt jocul de rol, exagerarea simptomelor sau a comportamentului, utilizarea fanteziei, principiul rămânerii în prezentul imediat, adică experiența de „a trăi în prezent”, utilizarea persoanei I mai degrabă decât a persoanei a III-a ca o modalitate de asumare a responsabilității pentru comportament, învățarea modalității de *a vorbi* cu cineva mai degrabă decât de *a te adresa* cuiva, a modalității de a deveni conștient de simțurile trupești și de a învăța „acceptarea anumitor sentimente” până când acestea sunt înțelese și integrate.<sup>2</sup>

Pentru mulți oameni, metoda cel mai dificil de înțeles este forma specializată de joc de rol a lui Perls. Jocul de rol nu reprezintă o nouătate în practica psihologică. Încă din 1908, dr. Jacob Moreno lucra la această metodă din care au izvorât multe forme de întâlniri și tratamente de grup. El a inventat cuvântul „psihodrama” în 1919 pentru a descrie modul în care îi îndruma pe oameni să preia identitățile celorlalți și să își interpreteze problemele din diferite puncte de vedere.<sup>3</sup>

Spre deosebire de Moreno, Perls rareori folosește alte persoane pentru jocul de rol cu pacientul său. El susține că acești alții „ar aduce *propriile* fantezii, *propriile* interpretări”.<sup>4</sup> Prin urmare, Perls cere ca pacientul însuși să își imagineze și să interpreteze

<sup>1</sup> Frederick S. Perls, *In and Out the Garbage Pail*, Real People Press, Lafayette, Calif., 1969.

<sup>2</sup> Abraham Levitsky și Frederick S. Perls, „The Rules and Games of Gestalt Therapy”. Joen Fagan și Irma Lee Shepherd (editori), *Gestalt Therapy Now, Science and Behavior Books*, Palo Alto, 1970, pp. 140-149.

<sup>3</sup> J.L. Moreno, „The Viennese Origins of the Encounter Movement, Paving the Way for Existentialism, Group Psychotherapy, and Psychodrama”, în *Group Psychotherapy*, vol. XXII, nr. 1-2, 1969, pp. 7-16.

<sup>4</sup> Perls, *Gestalt Therapy Verbatim*, p. 121.

toate părțile. El se concentrează asupra *modului* în care pacientul acționează în prezent, nu asupra *motivului* comportamentului său.

Deși multe aranjamente pot fi utile pentru acest tip de joc de rol, tehnica scaunului îi aparține exclusiv lui Perls. Elementele sale de recuzită sunt (1) „scaunul fierbinte”, un scaun pentru pacientul care alege să „lucreze”, (2) un scaun gol cu față către pacientul asupra căruia pacientul care lucrează își proiectează sinele multiplu și (3) o cutie de servețele pentru nasuri care curg și ochi care lăcimează.

Metoda „scaunului fierbinte” a fost folosită cu o profesoară care se descria ca fiind prietenoasă și săritoare, dar nu putea înțelege de ce nu avea prieteni apropiati. Deși nega orice sentiment de mânie, expresiile obișnuite pe care le folosea erau „îți va părea rău pentru asta” și „îmi pare rău pentru cei ca tine”. Cei din jur interpretau acest lucru ca pe ceva amenințător și ostil.

Când această femeie și-a jucat în sfârșit rolurile fragmentate, și-a interpretat „eul prietenos” de pe scaunul fierbinte și și-a imaginat „eul furios” pe scaunul opus. A schimbat scaunele când a schimbat rolurile și a început încet un dialog:

*Scaunul fierbinte:* Nu știu de ce mă aflu aici. Sunt întotdeauna prietenoasă și săritoare.

*Scaunul opus:* Ba știi de ce ești aici. Nu ai prieteni.

*Scaunul fierbinte:* Nu înțeleg de ce. Întotdeauna fac lucruri pentru cei din jur.

*Scaunul opus:* Aceasta este problema cu tine. Întotdeauna ești „Hannah cea săritoare”. Toată lumea îți este datoare.

În scurt timp, vocea profesoarei a devenit stridentă și puternică. Atunci când se afla pe scaunul fierbinte, s-a revoltat împotriva comentariului „Hannah cea săritoare”. Uimită de propria agresivitate, a comentat cu neîncredere: „Nu am știut niciodată că mă pot simți atât de furioasă”. Deși alți oameni văzuseră acest aspect al personalității sale destul de des, a fost pentru prima dată când ea și-a recunoscut laturile opuse: mânia și latura săritoare (polaritățile ei).