

Zostałam zaproszona do objęcia patronatu merytorycznego nad książką Pani Jolanty Późniak „Już nie pytaj”. Z przyjemnością przyjąłam tę propozycję. W swojej praktyce zajmuję się tematyką pracy z osobami doświadczającymi różnych rodzajów traum. Głównie traumy o charakterze seksualnym. Dlatego też tak bardzo bliska była mi publikacja autorki.

Po zapoznaniu się z książką, mogę z całą pewnością stwierdzić, iż jest to nieocenione narzędzie do pracy z osobami doświadczającymi tego rodzaju przemocy. W mojej opinii publikacja jest przeznaczona zarówno dla osób, które same przeżyły tego rodzaju traumę, ale również dla specjalistów pracujących właśnie w tym obszarze.

Materiał zaprezentowany w książce przeplata elementy powieści z wiedzą kliniczną, co pozwala na szczegółowe zapoznanie się z tego rodzaju tematyką. Dla osób prowadzących swoją praktykę jest to niezwykle wartościowe studium przypadku, które w nienachalny sposób przybliża do tematu przemocy seksualnej. Treść zawiera oczywiście elementy drastyczne. Nie jest jednak przesyciona przeintelektualizowanymi pojęciami, które są niebywale ciężkie w odbiorze. Osobiście jestem zwolenniczką właśnie publikacji bezpośrednich, konkretnych, które jasno i klarownie przedstawiają omawiany problem. Książka ta, w mojej ocenie stanowi doskonałe narzędzie nie tylko do indywidualnej pracy terapeuty. Jak najbardziej może posłużyć jako obszerna metoda do prowadzenia wielu szkoleń i warsztatów.

Wielkim atutem książki jest również to, że przedstawia różne aspekty zjawiska przemocy seksualnej. Wielowymiarowość spustoszenia jakie tego rodzaju trauma pozostawia w psychice, jest ukazana tu w bardzo szczegółowy sposób. Dodatkowo, zaprezentowany jest również przypadek doświadczenia przemocy przez obie płcie. Pozwala to wielu odbiorcom spojrzeć na problem doświadczenia przemocy seksualnej zarówno z perspektywy kobiet, jak i mężczyzn.

Osoby, które same przeżyły tego rodzaju nadużycia, również bardzo skorzystają z lektury. Książka przedstawia bezpośrednie przeżycia bohaterki oraz jej wewnętrzną walkę ze skutkami doświadczania rażącej przemocy seksualnej w dzieciństwie. Uważam, że każda osoba, która doświadczyła tego rodzaju traumy, może jak najbardziej zidentyfikować się z odczuciami bohaterki. Pozwoli to nie tylko dotrzeć do głębokich warstw własnych przeżyć, ale również z pomocą książki rozpocząć leczącą pracę nad sobą.

Bardzo polecam książkę Pani Joanny Późniak nie tylko jako narzędzie do pracy terapeutycznej, ale również jako inspirację do własnej wewnętrznej przemiany.

dr Marta Melka-Roszczyk - psycholog, psychoterapeuta
Centrum Psychologiczno-Seksuologiczne