

*I Bóg zesłał mi... Joannę*  
*Dziennik terapii*



Zofia Sareńska

---

*I Bóg zesłał mi...*

*Joannę*

*Dziennik terapii*



SILVA RERVM  
WYDAWNICTWO LITERACKIE

Wydawnictwo Literackie SILVA RERVM  
Poznań 2018

**Recenzja**  
**dr Joanna Stojer-Polańska**

Redaktor prowadzący  
Paulina Wiśniewska

Korekta  
Paulina Wiśniewska, Sebastian Surendra

Projekt okładki  
Studio Graficzne SILVA RERUM  
Skład komputerowy  
Studio Graficzne SILVA RERUM

© 2018 by Zofia Sareńska  
© 2018 by Wydawnictwo Literackie SILVA RERUM  
All rights reserved

Zdjęcie na okładce © Zofia Sareńska

**ISBN**  
**978-83-65697-38-7 /druk/**  
**978-83-65697-39-4 /e-book/**

Wydanie I: Wydawnictwo Literackie SILVA RERUM  
[www.wydawnictwo-silvarerum.eu](http://www.wydawnictwo-silvarerum.eu)  
Poznań 2018

Druk i oprawa - Zakład Poligraficzny Moś i Łuczak spółka jawna  
ul. Piwna 1, 61-065 Poznań  
tel./fax 0-61 6337165  
[www.mos.pl](http://www.mos.pl)

Skład ukończono w kwietniu 2018

*Joannie Borczon*



---

# Do Czytelnika

Wprowadzenie przygotowane przez Autorkę wyjaśnia wszystko. Warto jedynie dodać, że rzadko zdarza się, by ktoś pozwolił Czytelnikowi tak głęboko wejść w swoje życie. Przekazywał myśli i uczucia bez cenzury. Dzięki temu wędrujemy wspólnie z Zofią przez wszystkie trudne dni, jakie ukazała nam w swoim dzienniku. Przeżywamy je z nią razem, ale też czasem mamy ochotę od nich uciec.

Szczerść urzeka, ale też obciąża. Autentyzm, prawda zawartych tu wyznań sprawiają, że czujemy się z jednej strony po prostu zaskoczeni taką otwartością, z drugiej, wdzięczni za okazane nam zaufanie. Dostaliśmy wszak, my obcy, klucz do cudzego domu.

Byłam jedną z pierwszych osób zaproszonych do tego intymnego świata, za co Autorce bardzo dziękuję. Cieszę się, że odważna decyzja opublikowania tego niezwykłego dziennika, który skłania do wielu przemyśleń, a równocześnie świetnie się czyta, zaowocowała tym pięknie wydanym tomem.

*prof. Katarzyna Popiołek*

---





# Słowa wstępne

Książka pt. *I Bóg zesłał mi... Joannę. Dziennik terapii*, napisana przez Zofię Sareńską, stanowi poruszające studium relacji pomiędzy sprawcą przemocy domowej a jego ofiarą. Poznajemy kulisy życia poprzez zapiski prowadzone przez kobietę, która chce wyjść z kręgu przemocy. Pytanie – czy będzie na tyle zdeterminowana, by to zrobić? Czy ktoś jej pomoże? Czy inni zauważą, że jest ofiarą?

Nie jest łatwo odejść od partnera-despoty. Bohaterka książki jest ofiarą przemocy specyficznej, bowiem bardzo trudnej do udowodnienia – a mianowicie przemocy psychicznej. Inna sprawa, że ofiary tego rodzaju przemocy bardzo rzadko fakt bycia pokrzywdzonym zgłaszają właściwym organom ścigania. Przepięstwo pozostaje więc często w ciemnej liczbie, czyli jest niezgłoszone i nie znajduje się w oficjalnych statystykach przestępczości. Sprawca zyskuje przekonanie, że postępuje słusznie, a jego zachowanie pozostanie bezkarne. Skomplikowanie tej relacji udało się przedstawić Autorce w sposób poruszający, przejmujący i, jak sądzę, bardzo prawdziwy. Przemoc psychiczna polega na swoistej rozgrywce pomiędzy sprawcą a ofiarą – sprawca zamyka ofiarę w złotej klatce, najpierw bombarduje miłością, następnie podstępnie manipuluje ofiarą, która – jeszcze nieświadoma istniejącego zagrożenia – pozwala się osaczyć. Mechanizmy te zostały znakomicie opisane przez Autorkę.

Sprawca, który potrafi „dobrze” wybrać ofiarę, musi mieć co najmniej cechy psychopatyczne. Ofiara często jest nieświadoma prawdziwych intencji sprawcy, pozwala sprawcy na wszystko. Dodatkowo obwinia siebie za to, co się dzieje. Ten proces pokazany jest na kartach książki bardzo precyzyjnie, dzień po dniu. Ofiara staje się niemal ubezwłasnowolniona, choć w świetle prawa przecież posiada zdolność do czynności prawnych. Co z tego, skoro z niej nie korzysta... Potem na ratunek często bywa już za późno.

Książka, napisana w formie dziennika, zawiera opis zmagania ofiary – z partnerami, z uzależnieniem alkoholowym w rodzinie, z problemem odrzucenia i braku pomocy z zewnątrz. Najtrudniejsze są zmagania z samą sobą, wyjście z roli ofiary, uświadomienie sobie przyczyn tego stanu rzeczy, w którym się tkwi. Bohaterka od czasu do czasu podaje również informacje o swojej przeszłości, tłumaczy, dlaczego doszło do takiej sytuacji, co wcześniej wydarzyło się w jej życiu. Czytelnik ma możliwość zrozumienia bohaterki, poprzez znakomite opisy uczuć i stanu emocjonalnego bohaterki możemy wczuć się w jej sytuację, próbować zrozumieć.

Ciśnię się pytanie, jak my sami zachowalibyśmy się w tej sytuacji? Czy to może przytrafić się każdemu? W książce pokazany jest nietypowy, bo niestereotypowy wizerunek ofiary. Kobiety zadbanej, można powiedzieć wręcz – kobiety sukcesu – która jednak w życiu prywatnym przez długi czas była ofiarą. Na kartach książki opisane są zmagania i trudne doświadczenia życiowe ze sprawcą

przemocy, ale jeszcze trudniejsze z sobą.

Książka stanowi cenne studium wiktymologiczne oraz kryminologiczne z perspektywy osoby, która chce poznać mechanizmy dotyczące zjawiska przemocy „w białych rękawiczkach”. Może rozszerzyć wiedzę osób, które pracują z ofiarami przemocy domowej, dla psychologów stanowi wartościowe studium przypadku, zaś dla studentów – prawa, psychologii czy resocjalizacji – może stać się podstawą do dyskusji o czynnikach ryzyka wystąpienia przemocy i przyczynach przestępczości.

*dr Joanna Stojer-Polańska*



---

# Podziękowania

Bardzo dziękuję wszystkim, którzy wspierali mnie w pracy nad książką i dodawali otuchy. W pierwszej kolejności dziękuję prof. Katarzynie Popiołek, dziekan SWPS w Katowicach, za jej życzliwość i zachętę do publikacji dziennika. Dziękuję dziennikarzowi Dariuszowi Kortko, redaktorowi naczelnemu katowickiej „Gazety Wyborczej”, za cenne uwagi do pierwotnej wersji tekstu, a także za słowa, które pozwoliły mi uwierzyć, że książka jest warta czytania. Dziękuję dr Joannie Stojer-Polańskiej za okazaną pomoc, za ciepłe słowa i motywowanie mnie w chwilach słabości. Dziękuję Paulinie Wiśniewskiej z Wydawnictwa SILVA RERUM za taką korektę dziennika, która sprawiła, że jego tekst pozostał jak najbardziej autentyczny.

Na zakończenie chciałabym podziękować jeszcze moim córkom, dwóm najważniejszym osobom w moim życiu – bez Was by mi się nie udało.

**Autorka**

---