

Mrokiem Mroku nie rozproszysz

Lysa TerKeurst

Mrokiem Mroku nie rozproszysz

Kategorie:

Książki > Dla dorosłych > Poradniki > Trudne tematy

Książki > Dla dorosłych > Poradniki > Relacje

Książki > Dla dorosłych > Dla kobiet

59,90 zł

numer katalogowy: PR/0421

ISBN: 9788379068371

liczba stron: 304

format: 13 x 20,5 cm

oprawa: miękka

rok wydania: 2025

To psychologiczna publikacja Marii Dekert, psychoterapeutki i interwentki kryzysowej, która w przystępny, a jednocześnie rzetelny sposób opisuje mechanizmy traumy oraz jej wpływ na życie dziecka i osoby dorosłej. Autorka łączy wiedzę kliniczną z wieloletnią praktyką terapeutyczną, pokazując, jak brak bezpiecznej więzi i adekwatnej opieki kształtuje późniejsze funkcjonowanie emocjonalne, relacyjne i społeczne człowieka.

Książka nie ogranicza się do teorii – zawiera także praktyczne omówienia etapów terapii traumy, opisy różnych nurtów psychoterapeutycznych oraz wskazówki dotyczące radzenia sobie ze stresem traumatycznym i wypaleniem zawodowym. Ważnym uzupełnieniem jest film „Umbra” w reżyserii Urszuli Nawrot, który w metaforyczny sposób obrazuje doświadczenie przemocy i psychicznego cierpienia.

Autorka kieruje swoją publikację zarówno do specjalistów (psychologów, psychoterapeutów, pracowników socjalnych, kuratorów, policjantów), jak i do osób, które same doświadczyły kryzysu lub chcą lepiej rozumieć mechanizmy traumy w swoim otoczeniu. Podkreśla, że wiele zachowań uznawanych za „trudne” lub „agresywne” może wynikać z mechanizmów obronnych ukształtowanych przez traumę.

Istotnym przesłaniem książki jest normalizacja korzystania z pomocy psychologicznej oraz pokazanie, że proces zdrowienia możliwy jest dzięki relacjom, wsparciu i profesjonalnej terapii. Publikacja zawiera również bogatą bibliografię oraz słownik pojęć obejmujący ponad 200 haseł, co czyni ją wartościowym kompendium wiedzy.

Książka ukazała się w ramach imprintu :kontrapunkt Wydawnictwa W drodze i posiada rekomendacje m.in. „Newsweek Psychologia” oraz „Psychologia w praktyce”.