

Krakau, den 11. Juni 2026

Sehr geehrte Frau

Sabina Sadecka



Betreff: Verletzung der Persönlichkeitsrechte von Frau Agata Norek auf der Plattform Facebook

**VORGERICHTLICHE AUFFORDERUNG
in der Sache der Verletzung von Persönlichkeitsrechten**

Im Namen meiner Mandantin, Frau Agata Norek, handelnd als ihr Bevollmächtigter – die entsprechende Vollmacht liegt bei – **fordere ich Sie hiermit auf zu:**

1. der unverzüglichen Unterlassung jeglicher weiteren Verletzung der Persönlichkeitsrechte meiner Mandantin in jedweder Form, insbesondere durch öffentliche Äußerungen, die die berufliche Glaubwürdigkeit, den Ruf und das Vertrauen in Frau Agata Norek in Frage stellen, durch das Formulieren von Wertungen ohne vorherige Kontaktaufnahme, Überprüfung und Gegenüberstellung der Standpunkte, durch kommunikative Handlungen, die im Kontext ihrer beruflichen Autorität zur Eskalation verbaler Gewalt im digitalen Raum beigetragen haben, durch das Ausbleiben einer die Eskalation begrenzenden Reaktion auf herabsetzende und gewaltvolle Inhalte, durch Interaktionen mit Inhalten Dritter, die auch von Zeugen und außenstehenden Personen als deren Billigung oder Verstärkung aufgefasst wurden, sowie durch das öffentliche Distanzieren von dem gemeinsamen Podcast-Gespräch in einer Weise, die dessen Kontext und das im Rahmen des therapeutisch-edukativen Kontakts gewährte Vertrauen verletzt.

2. der Entfernung oder Korrektur – nach Abstimmung mit meiner Mandantin – der von Ihnen über meine Mandantin veröffentlichten Inhalte, insbesondere des von Ihnen auf der Plattform Facebook am 26. März 2026 veröffentlichten Beitrags samt Kommentaren, der Inhalte, die eine herabsetzende oder unvollständige Darstellung der Zusammenarbeit enthalten, sowie der Reaktionen und Interaktionen, die ein einseitiges Narrativ verstärken;

3. der Veröffentlichung durch Sie auf Ihrem Facebook-Profil mit der aktuellen Bezeichnung „Sabina Sadecka – Traumatherapie, Wissen und Liebe“ einer Erklärung folgenden Inhalts:

„ENTSCHULDIGUNG IM ZUSAMMENHANG MIT DER VERLETZUNG DER PERSÖNLICHKEITSRECHTE VON FRAU AGATA NOREK. Im Zusammenhang mit meinen früheren Äußerungen und Handlungen im öffentlichen Raum betreffend Frau Agata Norek erkläre ich, dass:

- ich bei meinen öffentlichen Handlungen gegenüber Frau Agata Norek Kenntnis von ihren Erfahrungen mit Gewalt und Trauma hatte, was mir eine besondere Verantwortung für die Art der Kommunikation sowie für das Vorhersehen möglicher Folgen meiner Handlungen auferlegte,*
- ich als Person, die im Bereich der Psychologie und des Traumas öffentlich tätig ist, nicht die ausreichende Sorgfalt bei der Einschätzung der Auswirkungen meiner Handlungen auf eine Person mit Gewalterfahrungen walten ließ,*

-
- ich vor der Veröffentlichung meiner öffentlichen Stellungnahmen, insbesondere am 26. März 2026 auf der Plattform Facebook, keinen Versuch unternommen habe, die Situation unmittelbar zu klären,
 - ich weder ihren Standpunkt überprüft noch ihn mit meinem öffentlichen Narrativ konfrontiert habe,
 - meine Äußerungen sowie meine Art der Kommunikation im öffentlichen Raum, wie aus den Kommentaren anderer Personen hervorgeht, als Infragestellung ihrer beruflichen und persönlichen Glaubwürdigkeit aufgefasst wurden,
 - die Art meiner Aktivität in den sozialen Medien, einschließlich der Reaktionen auf Inhalte Dritter, als stillschweigende Billigung (implicit endorsement) der Frau Agata Norek herabsetzenden Narrative aufgefasst wurde,
 - ich keine ausreichenden Maßnahmen ergriffen habe, um die Eskalation der verbalen Gewalt im digitalen Raum, die sich um ihre Person entwickelte, zu begrenzen,
 - ich infolgedessen zur Eskalation der Gewalt im digitalen Raum (einschließlich Erscheinungen mit dem Charakter von Internet-Mobbing) beigetragen habe,
 - meine Handlungen zu einer sekundären Viktimisierung einer Person mit Traumaerfahrung sowie zu einer Verschlechterung ihrer psychischen Verfassung und ihres Ansehens führten,
 - die Änderung meines öffentlichen Standpunkts gegenüber dem gemeinsamen Podcast-Gespräch als Infragestellung seines Kontexts und des im Rahmen dieses Gesprächs gewährten Vertrauens aufgefasst wurde,
 - ich zur Kenntnis nehme, dass öffentlich im Bereich der psychischen Gesundheit tätige Personen eine besondere Verantwortung für die Wirkung ihrer Äußerungen auf psychisch vulnerable Personen sowie für die Dynamik der Gewalt im digitalen Raum tragen,
 - ich mein Bedauern über die Folgen ausdrücke, die sich aus meiner Art der Kommunikation ergeben haben.

Darüber hinaus erkläre ich, dass:

- meine öffentliche Aussage über die fehlende Unterstützung für die therapeutischen Tätigkeiten von Frau Agata Norek, formuliert ohne Benennung konkreter Handlungen und ohne vorherige Überprüfung ihres Umfangs und Charakters, als Infragestellung ihres gesamten beruflichen, gesellschaftlichen und künstlerischen Schaffens aufgefasst wurde und damit zur Vergrößerung des Ausmaßes der gegen Frau Agata Norek gerichteten psychischen Gewalt beigetragen hat,
- ich die Tatsache nicht berücksichtigt habe, dass die Tätigkeit von Frau Agata Norek unter anderem gesellschaftliches Engagement im Bereich des Traumas aus der Perspektive einer Person umfasst, die selbst einen Genesungsprozess durchlaufen hat, das Führen des eigenen Podcasts „Chirurgia Duszy“ (Chirurgie der Seele), öffentliche Tätigkeit, die Teilnahme an Interviews sowie Gespräche mit Personen, die sich im Zusammenhang mit ihrer Geschichte und deren eigenen Erfahrungen an sie wenden,
- ich mich nicht in redlicher Weise auf den Kontext ihrer künstlerischen und wissenschaftlichen Arbeit bezogen habe, einschließlich der Doktorarbeit „Tarcze obronne“ (Schutzschilde), die eine

Zusammenfassung eines langjährigen Prozesses der Bewältigung von Gewalt- und Traumaerfahrungen darstellt, noch auf ihre Anerkennung in internationalen Kreisen,

- meine Äußerungen als Herabsetzung der Bedeutung ihrer Handlungen für jene Personen aufgefasst werden konnten, die durch ihre Arbeit begonnen haben, über ihre eigenen Erfahrungen mit Gewalt, PTBS, kPTBS zu sprechen oder Hilfe zu suchen,

- ich durch den verallgemeinernden und ungeprüften Charakter meiner Äußerung dazu beigetragen haben könnte, ihre Glaubwürdigkeit als eine sich für Personen mit Traumaerfahrung einsetzende Person in Frage zu stellen, und die Wahrnehmung ihrer Handlungen durch die Öffentlichkeit negativ beeinflusst haben könnte,

- meine Handlungen im Bereich der sozialen Medien, einschließlich der Reaktionen (oder deren Ausbleiben) auf Kommentare Dritter auf meinem Profil, die Frau Agata Norek, ihre Handlungen und ihr Engagement lächerlich machen, in Frage stellen oder herabsetzen, als Billigung derartiger Narrative aufgefasst werden konnten,

- ich infolgedessen zur Verfestigung einer Botschaft beigetragen haben könnte, die nicht nur ihr persönliches und berufliches Ansehen, sondern auch ihr Gefühl der Selbstwirksamkeit sowie ihr langjähriges Wirken zugunsten von Personen mit Gewalterfahrungen und Traumaopfern beeinträchtigt,

- ich erkenne, dass die Art meiner Aktivität auch mittelbar die Wahrnehmung der Zusammenarbeit von Frau Agata Norek mit Expertinnen und Experten aus schweizerischen Fachzentren beeinflusst haben könnte, mit denen sie im Bereich der Übertragung und Adaption klinischen Wissens über die Prozesse der Bewältigung von PTBS auf den polnischen Kontext zusammenarbeitet,

- ich anerkenne, dass eine solche Einwirkung sich auch auf die Wahrnehmung der mit ihr in fachlicher Beziehung stehenden Kreise und Fachleute auswirken kann, was das Ausmaß der potenziellen Folgen meiner Handlungen vergrößert,

- ich zur Kenntnis nehme, dass das öffentliche Infragestellen der Handlungen einer Person, die aus der Position einer Trauma-Überlebenden agiert, ohne vorherige Überprüfung und ohne Dialog, eine Form der sekundären Viktimisierung darstellen und zu einer Schwächung ihres Gefühls der Selbstwirksamkeit, des Sinns sowie der wiedererlangten Autonomie führen kann – die grundlegende Ziele des Genesungsprozesses nach Gewalterfahrungen darstellen,

- ich anerkenne, dass im Kontext der Arbeit mit Trauma der Rolle des sogenannten empathischen Zeugen besondere Bedeutung zukommt – einer Person, die sich nicht nur Handlungen enthält, die die Verletzung vertiefen könnten, sondern der Eskalation symbolischer und gesellschaftlicher Gewalt aktiv entgegenwirkt,

- ich in der betrachteten Situation diese Rolle nicht in einer Weise wahrgenommen habe, die den von mir erklärten Standards der Arbeit mit Trauma entspricht, und meine Handlungen als Teil einer Dynamik der kollektiven Infragestellung und Delegitimierung der Erfahrung einer geschädigten Person aufgefasst werden konnten,

- ich erkenne, dass ein solches Handeln als Verletzung grundlegender ethischer Prinzipien in der Arbeit mit Personen nach Gewalterfahrungen aufgefasst werden kann, einschließlich des Rechts auf das eigene Narrativ, die eigene Stimme sowie die Anerkennung des langjährigen Genesungsprozesses und des Engagements für andere.

-
- ich zur Kenntnis nehme, dass Frau Agata Norek sich öffentlich niemals als Therapeutin dargestellt hat und in ihrer Tätigkeit konsequent ihre Identität als Künstlerin sowie als Doktorin der bildenden Künste kommuniziert,
 - ich erkenne, dass ihre Vortrags- und Beratungstätigkeit auf einem langjährigen, persönlichen und dokumentierten Prozess der Bewältigung von PTBS sowie kPTBS sowie auf der in der Doktorarbeit „Tarcze obronne“ (Schutzschilde) enthaltenen wissenschaftlich-künstlerischen Arbeit beruht,
 - ich anerkenne, dass ihre Handlungen darin bestehen, ihre eigene Erfahrung, ihr Wissen sowie ihr Forschungsmaterial zu teilen, das unter anderem einen mehrmonatigen Behandlungsprozess in einer schweizerischen Fachklinik umfasst, dokumentiert in Hunderten von Aufnahmen und visuellen Arbeiten, die die Grundlage ihrer öffentlichen Tätigkeit bilden,
 - ich zur Kenntnis nehme, dass der Umfang ihrer Arbeit die Vermittlung komplexer mit Trauma verbundener Phänomene umfasst – darunter komplexes Trauma, psychische, sexuelle und ökonomische Gewalt, Prozesse der Wiedererlangung der Selbstwirksamkeit, der Rückkehr in den Körper sowie der Integration von Erfahrungen – durch die Sprache der Kunst sowie des persönlichen Narrativs,
 - ich erkenne, dass ihre Tätigkeit Gegenstand von Einladungen seitens psychologischer, psychiatrischer und medizinischer Kreise war, sowohl im Inland als auch im Ausland, sowie internationaler Zusammenarbeit,
 - ich anerkenne, dass meine früheren Äußerungen durch die fehlende Unterscheidung zwischen therapeutischer Tätigkeit und künstlerisch-edukativer, auf eigener Erfahrung beruhender Tätigkeit zu einer unberechtigten Infragestellung des Charakters dieser Tätigkeit sowie ihrer gesellschaftlichen Bedeutung führen konnten.
 - ich zur Kenntnis nehme, dass die öffentliche, edukative und künstlerische Tätigkeit von Frau Agata Norek nicht nur eine Form der Unterstützung für andere Personen mit Gewalterfahrungen darstellt, sondern auch für sie selbst die Funktion der Wiedererlangung der Selbstwirksamkeit und der Integration der Erfahrungen eines komplexen, medizinischen sowie Schock-Traumas erfüllen kann,
 - ich erkenne, dass in ihren öffentlich zugänglichen Äußerungen und Handlungen das Motiv der Rückkehr zur eigenen Stimme, der Überwindung früherer Erfahrungen im Zusammenhang mit dem Entzug der Möglichkeit, über sich selbst zu kommunizieren, sowie der Wiedererlangung des Rechts, die eigene Geschichte zu erzählen, erscheint,
 - ich anerkenne, dass in diesem Kontext gesellschaftliches und künstlerisches Engagement ein wesentliches Element des Prozesses der symbolischen Verarbeitung von Gewalterfahrungen sowie des Aufbaus eines Gefühls von Autonomie und Selbstwirksamkeit nach einem Trauma darstellen kann, auch als Beispiel für andere,
 - ich erkenne, dass eine derartige Aktivität – insbesondere bei Personen mit Gewalterfahrungen in der Kindheit – den Charakter eines langfristigen Prozesses der Reintegration der Identität und des Wiederaufbaus der Beziehung zur eigenen Lebenserfahrung haben kann, und meine Handlungen dem hätten schaden können.
- Ich erkläre, dass die Veröffentlichung dieser Erklärung zu dem Zweck erfolgt, die Folgen der beschriebenen Situation zu begrenzen sowie die Eskalation des Konflikts im öffentlichen Raum zu beenden.*“

– und das Vorstehende innerhalb von 3 (drei) Tagen ab dem Datum des Erhalts dieses Schreibens, ohne jegliche Änderungen oder Ergänzungen des oben genannten Inhalts.

Gemäß den von meiner Mandantin erhaltenen Informationen **sowie der im gegenwärtigen Stadium der Sache erstellten Dokumentation (einschließlich des in meinem Besitz befindlichen notariellen Protokolls über die Öffnung der Website)** haben Sie sich einer groben Verletzung ihrer Persönlichkeitsrechte schuldig gemacht, und zwar der Ehre (sowohl in ihrer inneren Dimension – der persönlichen Würde – als auch in der äußeren – des guten Rufes), des beruflichen Ansehens, der Expertenglaubwürdigkeit sowie der Gesundheit und des Gefühls der psychischen Sicherheit – durch die Veröffentlichung eines Beitrags in den sozialen Medien (Facebook) am 26. März 2026. In dem betreffenden Beitrag haben Sie widerrechtlich die Kompetenzen meiner Mandantin als Künstlerin, Vortragende sowie Expertin aus Erfahrung im Bereich Trauma, PTBS, kPTBS, posttraumatisches Wachstum (PTG) sowie die Folgen von Gewalt in Frage gestellt.

Die betreffende Verletzung wurde von Ihnen gezielt verstärkt und zeitlich ausgedehnt, indem Sie die Eskalation einer Welle des Hasses zuließen und die diffamierenden und diskreditierenden Kommentare unter dem oben genannten Beitrag bewusst und beharrlich nicht moderierten. Besonders bedeutsam im Hinblick auf die Chronologie und den situativen Kontext ist, dass Ihr Beitrag nicht im luftleeren Raum existierte – er wurde in enger Koordination und Dynamik mit anderen Social-Media-Profilen veröffentlicht, von denen zur selben Zeit für meine Mandantin nachteilige Kommentare auszugehen begannen. Indem Sie auf diese Weise handelten, haben Sie eine groß angelegte Kampagne öffentlicher Hetze und gesellschaftlicher Ächtung in vollem Bewusstsein mitgestaltet und legitimiert.

Infolge Ihrer Handlungen kam es bei meiner Mandantin zu einer drastischen und langfristigen Verschlechterung des psychischen und somatischen Gesundheitszustands. Die Einzelheiten dieser Ereignisse und Erfahrungen sind der Ärztin sowie der Psychiaterin meiner Mandantin bekannt und in deren Dokumentation festgehalten. Es besteht somit ein unmittelbarer, unbestreitbarer ursächlicher Zusammenhang zwischen Ihren Veröffentlichungen und dem Eintritt eines Zustands unmittelbarer Lebens- und Gesundheitsgefahr bei meiner Mandantin.

Das Ausmaß des zugefügten Schadens wird durch die Tatsache eines drastischen Angriffs auf die persönliche und berufliche Identität meiner Mandantin vertieft. Durch die Erzeugung des Bildes einer unredlichen, verlogenen und unglaublichen Person haben Sie ihre gesellschaftliche Brandmarkung, Stigmatisierung und Ausgrenzung aus dem Umfeld herbeigeführt, in dem sie sich bislang eines tadellosen Rufes erfreute. Diese Verletzung trifft unmittelbar die ökonomische und operative Struktur des von Frau Agata Norek geführten Instituts, der organisierten Workshops sowie der Expertentätigkeit und ruft bei ihr einen lähmenden Verlust der beruflichen Selbstwirksamkeit, des Sinns des weiteren Handelns hervor und zwingt sie zum Rückzug aus der öffentlichen Aktivität.

Die betreffenden Handlungen sind umso verwerflicher und im Hinblick auf Ihr Verschulden umso individualisierter, als Sie als eine Person mit Ausbildung sowie langjähriger Erfahrung im Bereich der Trauma-Psychotherapie über das Wissen um die besondere Wirkkraft relationaler Reize verfügen. Als Fachfrau hatten Sie volle Kenntnis der Mechanismen der Retraumatisierung, des Funktionierens des menschlichen Nervensystems in der Krise sowie der potenziellen, destruktiven Folgen der Aktivierung des traumatischen Gedächtnisses. Dieses Wissen legte Ihnen einen erhöhten Maßstab der gebotenen Sorgfalt sowie eine besondere ethische Verantwortung auf. In der vorliegenden Sache kam es indessen zu einem eklatanten Kontrast zwischen Ihrem öffentlichen Bild – das auf der erklärten Empathie, der Achtsamkeit gegenüber Personen mit Traumaerfahrung und der Rolle des „empathischen Zeugen“

Hauptsitz der Kanzlei und Zustellungsanschrift

Zweigstelle in Katowice

Tel.: 503-527-220

E-Mail: mikolaj.swistowski@gmail.com

ul. Topolowa 24/5, 31-506 Kraków

ul. Mariacka 1/2, 40-014 Katowice

beruht – und dem tatsächlichen Handeln im virtuellen Raum. Daher rührt auch die Forderung nach der unverzüglichen Entfernung oder Korrektur des Beitrags und der Kommentare sowie nach der Veröffentlichung einer Erklärung des oben formulierten Inhalts auf Ihrem Profil.

Frau Agata Norek hat Ihnen ein außergewöhnliches, persönliches und berufliches Vertrauen entgegengebracht. Indem sie Sie zu einem gemeinsamen Projekt (dem Podcast) einlud, hat sie auf der Grundlage der vermeintlichen Stimmigkeit Ihres Images ihre schmerzhaftesten, sensibelsten und tiefsten Lebenserfahrungen offengelegt und damit einen stillschweigenden relationalen Vertrauensvertrag geschlossen. Ihr späteres Verhalten stellte einen Bruch dieses Vertrages dar. Nach einer Welle öffentlicher Begeisterung über das Gespräch (das Sie als wichtig und „alchemistisch“ bezeichneten) vollzogen Sie unter dem Einfluss aufkommender Kritik eine radikale Kehrtwende um 180 Grad. Sie haben nicht nur keinen Versuch unternommen, die Person zu schützen, die sich vor Ihnen offenbart hatte, sondern Sie gaben der Gemeinschaft durch das Ausbleiben der Moderation, die Duldung der Aggression und sogar durch das aktive, öffentliche Markieren von meine Mandantin herabsetzenden Kommentaren mit dem Symbol des „Herzens“ ein klares Signal der Billigung der gegen sie angewandten Gewalt. Sie haben gegenüber meiner Mandantin den destruktiven Mechanismus der Doppelbotschaft angewandt – sich formal vom Hass durch leere Erklärungen distanzierend („Ihr tut das in eurem Namen, nicht in meinem“), faktisch jedoch dessen Sichtbarkeit, Reichweite und Legitimation aufrechterhaltend, was meine Mandantin zu einem tiefen Zusammenbruch des Vertrauens in Menschen sowie in die eigene Einschätzung gesellschaftlicher Beziehungen führte.

Ich möchte ferner darauf hinweisen, dass die von Ihnen unternommenen Versuche der Verteidigung und der Verlagerung der Verantwortung die Merkmale des psychologischen Mechanismus DARVO (*Deny, Attack, Reverse Victim and Offender* – leugnen, angreifen, die Rollen von Opfer und Täter umkehren) erfüllen. Sie haben, über ein größeres soziales Kapital und eine Expertenposition verfügend, autoritativ ein falsches Narrativ geschaffen, in dem das Opfer Ihrer Handlungen (meine Mandantin) als die „problematische“ oder bedrohliche Seite dargestellt wird, während Sie versuchen, sich selbst in die Position einer geschädigten Person zu stellen, die zum vermeintlichen „Setzen von Grenzen“ gezwungen ist.

Unabhängig von der Verletzung der Persönlichkeitsrechte erfüllt Ihr Verhalten die Merkmale von Handlungen des unlauteren Wettbewerbs im Sinne des Gesetzes zur Bekämpfung des unlauteren Wettbewerbs (uznk). Zwischen Ihnen und meiner Mandantin besteht ein objektives Wettbewerbsverhältnis auf der Ebene der „Aufmerksamkeitsökonomie“ und der Gewinnung von Rezipienten sowie von an der Thematik des Traumas interessierten Klienten. Das öffentliche, vermeintliche „Sich-Abgrenzen“ von den Handlungen meiner Mandantin und das Herabsetzen des gemeinsamen Podcasts als „Fehler“ zielten darauf ab, die Aufmerksamkeit der Rezipienten instrumentell ausschließlich auf Ihr Angebot als das „allein professionelle“ umzulenken, was die Grundsätze der Marktlauterkeit und der Loyalität gegenüber anderen Marktteilnehmern grob verletzt. Indem Sie zudem die „Unangemessenheit“ ihrer Handlungen suggerieren und behaupten, die gemeinsame Aktivität (der Podcast) sei ein Fehler gewesen, verbreiten Sie irreführende Informationen im Sinne des Art. 14 uznk. Diese Handlung, gerichtet auf die Erzeugung eines falschen Bildes der vermeintlich fehlenden Kompetenz meiner Mandantin bei potenziellen Vertragspartnern (Konferenzveranstaltern, Verlegern) sowie Rezipienten, zielte unmittelbar darauf ab, dem Ruf der Konkurrentin Schaden zuzufügen, um die eigene Marktposition aufzubauen.

Ich teile Ihnen höflich mit, dass im Falle des erfolglosen Ablaufs der gesetzten Frist und der Nichtveröffentlichung der Erklärung mit dem geforderten Inhalt oder im Falle der weiteren Verbreitung von die Rechte meiner Mandantin verletzenden Informationen durch Sie gemäß dem Willen von Frau Agata Norek gegen Sie alle verfügbaren weiteren rechtlichen Schritte eingeleitet werden, beginnend mit der Erhebung einer Klage beim zuständigen Landgericht auf Schutz der Persönlichkeitsrechte sowie in der Sache der zivilrechtlichen Folgen der Handlungen des unlauteren Wettbewerbs, was Sie zusätzlich der Zahlung einer Geldentschädigung sowie der Verfahrenskosten aussetzen kann, die insgesamt mehrere zehntausend Złoty erreichen können, ungerechnet der Kosten der Vertretung in diesem Verfahren durch einen berufsmäßigen Bevollmächtigten.

Ich weise darauf hin, dass in Gerichtsverfahren über den Schutz von Persönlichkeitsrechten die Beweislast für die Wahrheit der von Ihnen öffentlich formulierten Vorwürfe über meine Mandantin bei Ihnen liegen wird, während Frau Agata Norek nicht die Beweislast dafür trifft, dass diese Umstände unwahr sind (Art. 24 § 1 des Zivilgesetzbuchs).

Jegliche Korrespondenz in der in dieser Aufforderung bezeichneten Sache richten Sie bitte ausschließlich an den unterzeichneten Bevollmächtigten.

ANLAGE: Vollmacht.