



Kraków, dnia 11 czerwca 2025 roku

Szanowna Pani

Sabina Sadecka



Dotyczy: naruszania dóbr osobistych Pani Agaty Norek na portalu Facebook

**PRZEDSĄDOWE WEZWANIE
w sprawie naruszenia dóbr osobistych**

Działając imieniem mojej Mocodawczyni Pani Agaty Norek jako jej pełnomocnik – stosowne pełnomocnictwo w załączeniu – niniejszym **wzywam Panią do:**

1. natychmiastowego zaprzestania dalszego naruszania dóbr osobistych mojej Mocodawczyni w jakikolwiek sposób, w szczególności poprzez publiczne wypowiedzi podważające wiarygodność zawodową, reputację i zaufanie Pani Agaty Norek, formułowanie ocen bez uprzedniego kontaktu, weryfikacji i konfrontacji stanowisk, działania komunikacyjne, które w kontekście jej autorytetu zawodowego przyczyniły się do eskalacji przemocy werbalnej w przestrzeni cyfrowej, brak reakcji ograniczającej eskalację treści o charakterze deprecjonującym i przemocowym, interakcje z treściami osób trzecich, które, również przez świadków i osoby postronne zostały odebrane jako ich aprobowanie lub wzmacnianie, publiczne dystansowanie się od wspólnej rozmowy podcastowej w sposób naruszający jej kontekst i zaufanie udzielone w ramach kontaktu terapeutyczno-edukacyjnego.

2. usunięcia lub korekty – po uzgodnieniu z moją Mocodawczynią – treści zamieszczanych przez Panią na temat mojej Mocodawczyni, w szczególności wpisu zamieszczonego przez Panią na portalu Facebook z dnia 26 marca 2026 roku wraz z komentarzami, treści zawierających deprecjonujące lub niepełne przedstawienie współpracy, reakcji i interakcji wzmacniających jednostronną narrację;

3. opublikowanie przez Panią na Pani profilu na portalu Facebook aktualnie pn. „Sabina Sadecka - terapia traumy, wiedza i miłość” oświadczenia o następującej treści:

Siedziba główna Kancelarii i adres do doręczeń

Filia w Katowicach

tel: 503-527-220

e-mail: mikolaj.swistowski@gmail.com

ul. Topolowa 24/5, 31-506 Kraków

ul. Mariacka 1/2, 40-014 Katowice



„PRZEPROSINY W ZWIĄZKU Z NARUSZENIEM DÓBR OSOBISTYCH PANI AGATY NOREK. W związku z moimi wcześniejszymi wypowiedziami oraz działaniami w przestrzeni publicznej dotyczącymi Pani Agaty Norek oświadczam, że:

- podejmując publiczne działania wobec Pani Agaty Norek posiadałam wiedzę o jej doświadczeniach przemocy i traumy, co nakładało na mnie szczególną odpowiedzialność za sposób komunikacji oraz przewidywanie możliwych skutków moich działań,*
- jako osoba funkcjonująca publicznie w obszarze psychologii i traumy nie zachowałam wystarczającej ostrożności w ocenie wpływu moich działań na osobę po doświadczeniach przemocy,*
- przed publikacją moich stanowisk publicznych, w szczególności w dniu 26 marca 2026 r. na portalu Facebook, nie podjęłam próby bezpośredniego wyjaśnienia sytuacji,*
- nie przeprowadziłam weryfikacji jej stanowiska ani nie skonfrontowałam go z moją publiczną narracją,*
- moje wypowiedzi oraz sposób komunikacji w przestrzeni publicznej, jak wynika z komentarzy innych osób, zostały odebrane jako podważające jej wiarygodność zawodową oraz osobistą,*
- sposób mojej aktywności w mediach społecznościowych, w tym reakcje na treści osób trzecich, został odebrany jako milcząca aprobata (implicit endorsement) dla narracji deprecjonujących Panią Agatę Norek,*
- nie podjęłam wystarczających działań w celu ograniczenia eskalacji przemocy werbalnej w przestrzeni cyfrowej, która rozwinęła się wokół jej osoby,*
- w efekcie przyczyniłam się do eskalacji przemocy w przestrzeni cyfrowej (w tym zjawisk o charakterze mobbingu internetowego),*
- moje działania skutkowały wtórną wiktymizacją osoby po traumie oraz pogorszeniem jej sytuacji psychicznej i wizerunkowej,*
- zmiana mojego publicznego stanowiska wobec wspólnej rozmowy podcastowej została odebrana jako podważenie jej kontekstu oraz zaufania udzielonego w ramach tej rozmowy,*
- przyjmuję do wiadomości, że osoby publiczne funkcjonujące w obszarze zdrowia psychicznego ponoszą szczególną odpowiedzialność za wpływ swoich wypowiedzi na osoby wrażliwe psychicznie oraz dynamikę przemocy w przestrzeni cyfrowej,*
- wyrażam ubolewanie z powodu skutków, jakie wynikły z mojego sposobu komunikacji.*

Ponadto oświadczam, że:

- moje publiczne stwierdzenie o braku poparcia dla działań terapeutycznych Pani Agaty Norek, sformułowane bez wskazania konkretnych działań oraz bez uprzedniej weryfikacji ich zakresu*



i charakteru, zostało odebrane jako podważenie całości jej dorobku zawodowego, społecznego i artystycznego, a tym samym do zwiększenia skali przemocy psychicznej skierowanej wobec Pani Agaty Norek,

- nie uwzględniłam faktu, że działalność Pani Agaty Norek obejmuje m.in. zaangażowanie społeczne w obszarze traumy z perspektywy osoby, która sama przeszła proces zdrowienia, prowadzenie autorskiego podcastu „Chirurgia Duszy”, działalność publiczną, udział w wywiadach oraz rozmowy z osobami zgłaszającymi się do niej w związku z jej historią oraz ich doświadczeniami,

- nie odniosłam się rzetelnie do kontekstu jej pracy artystycznej i naukowej, w tym doktoratu „Tarcze obronne”, będącego podsumowaniem wieloletniego procesu wychodzenia z doświadczeń przemocy i traumy, ani do jego uznania w środowiskach międzynarodowych,

- moje wypowiedzi mogły zostać odebrane jako deprecjonujące znaczenie jej działań dla osób, które dzięki jej pracy zaczęły mówić o własnych doświadczeniach przemocy, PTSD, cPTSD lub szukać pomocy,

- poprzez uogólniający i nieweryfikowany charakter mojej wypowiedzi mogłam przyczynić się do podważenia jej wiarygodności jako osoby działającej na rzecz osób po traumie oraz wpłynąć negatywnie na odbiór jej działań przez opinię publiczną,

- moje działania w przestrzeni mediów społecznościowych, w tym reakcje (lub ich brak) wobec komentarzy osób trzecich na moim profilu o charakterze ośmieszającym, podważającym lub deprecjonującym Panią Agatę Norek, jej działania oraz zaangażowanie, mogły zostać odebrane jako przyzwolenie na tego rodzaju narracje,

- w konsekwencji mogłam przyczynić się do utrwalenia przekazu godzącego nie tylko w jej wizerunek osobisty i zawodowy, ale również w jej poczucie sprawczości oraz wieloletni dorobek pracy na rzecz osób po doświadczeniach przemocy i ofiar traumy,

- dostrzegam, że sposób mojej aktywności mógł również pośrednio wpłynąć na odbiór współpracy Pani Agaty Norek z ekspertami ze szwajcarskich ośrodków specjalistycznych, z którymi współpracuje w zakresie przenoszenia i adaptowania wiedzy klinicznej dotyczącej procesów wychodzenia z PTSD na grunt polski,

- uznaję, że takie oddziaływanie może rzutować także na postrzeganie środowisk i specjalistów pozostających z nią w relacji merytorycznej, co zwiększa skalę potencjalnych konsekwencji moich działań,

- przyjmuję do wiadomości, że publiczne podważanie działań osoby funkcjonującej z pozycji osoby ocalałej z traumy, bez uprzedniej weryfikacji i dialogu, może stanowić formę wtórnej wiktymizacji



oraz prowadzić do osłabienia jej poczucia sprawczości, sensu oraz odzyskanej autonomii – które stanowią fundamentalne cele procesu zdrowienia po doświadczeniach przemocy,

- uznaję, że w kontekście pracy z traumą szczególne znaczenie ma rola tzw. empatycznego świadka – osoby, która nie tylko powstrzymuje się od działań mogących pogłębiać zranienie, ale aktywnie przeciwdziała eskalacji przemocy symbolicznej i społecznej,

- w analizowanej sytuacji nie podjęłam tej roli w sposób adekwatny do deklarowanych przeze mnie standardów pracy z traumą, a moje działania mogły zostać odebrane jako wpisujące się w dynamikę zbiorowego podważania i delegitymizowania doświadczenia osoby pokrzywdzonej,

- dostrzegam, że takie działanie może być postrzegane jako naruszenie podstawowych zasad etycznych w pracy z osobami po doświadczeniach przemocy, w tym prawa do własnej narracji, głosu oraz uznania wieloletniego procesu zdrowienia i zaangażowania na rzecz innych.

- przyjmuję do wiadomości, że Pani Agata Norek nigdy nie przedstawiała się publicznie jako terapeutka, a w swojej działalności konsekwentnie komunikuje swoją tożsamość jako artystki oraz doktora sztuk plastycznych,

- dostrzegam, że jej działalność wykładowa i konsultacyjna opiera się na wieloletnim, osobistym i udokumentowanym procesie wychodzenia z PTSD oraz CPTSD, a także na pracy naukowo-artystycznej zawartej w doktoracie „Tarcze obronne”,

- uznaję, że jej działania polegają na dzieleniu się własnym doświadczeniem, wiedzą oraz materiałem badawczym, obejmującym m.in. wielomiesięczny proces leczenia w szwajcarskiej klinice specjalistycznej, udokumentowany w setkach nagrań i prac wizualnych, które stanowią podstawę jej działalności publicznej,

- przyjmuję do wiadomości, że zakres jej pracy obejmuje tłumaczenie złożonych zjawisk związanych z traumą – w tym traumą złożoną, przemocą psychiczną, seksualną i ekonomiczną, procesami odzyskiwania sprawczości, powrotu do ciała oraz integracji doświadczeń – poprzez język sztuki oraz narracji osobistej,

- dostrzegam, że jej działalność była przedmiotem zaproszeń ze strony środowisk psychologicznych, psychiatrycznych oraz medycznych, zarówno w kraju, jak i za granicą, a także współpracy międzynarodowej,

- uznaję, że moje wcześniejsze wypowiedzi, poprzez brak rozróżnienia między działalnością terapeutyczną a działalnością artystyczno-edukacyjną opartą na doświadczeniu własnym, mogły prowadzić do nieuprawnionego zakwestionowania charakteru tej działalności oraz jej znaczenia społecznego.



- przyjmuję do wiadomości, że działalność Pani Agaty Norek o charakterze publicznym, edukacyjnym i artystycznym nie tylko stanowi formę wsparcia dla innych osób po doświadczeniach przemocy, ale również może pełnić dla niej samą funkcję odzyskiwania sprawczości i integracji doświadczeń traumy złożonej, medycznej oraz szokowej,

- dostrzegam, że w jej publicznie dostępnych wypowiedziach i działaniach pojawia się motyw powrotu do własnego głosu, przełamywania wcześniejszych doświadczeń związanych z odbieraniem możliwości komunikowania o sobie oraz odzyskiwania prawa do opowiadania własnej historii,

- uznaję, że w tym kontekście zaangażowanie społeczne i artystyczne może stanowić istotny element procesu symbolicznego przetwarzania doświadczeń przemocy, a także budowania poczucia autonomii i sprawczości po traumie, również jako przykład dla innych,

- dostrzegam, że tego rodzaju aktywność – w szczególności w przypadku osób po doświadczeniach przemocy w dzieciństwie – może mieć charakter długofalowego procesu reintegracji tożsamości i odbudowy relacji z własnym doświadczeniem życiowym, a moje działania mogły temu zaszkodzić.

Oświadczam, że publikacja niniejszego oświadczenia następuje w celu ograniczenia skutków opisaney sytuacji oraz zakończenia eskalacji konfliktu w przestrzeni publicznej.”

– a powyższe w terminie 3 (trzech) dni od daty otrzymania niniejszego pisma, bez żadnych zmian ani uzupełnień w ww. treści.

Zgodnie z otrzymanymi od mojej Mocodawczyni informacjami **oraz stworzoną na obecnym etapie sprawy dokumentacją (w tym posiadanym przeze mnie notarialnym protokołem otwarcia strony internetowej)**, dopuściła się Pani rażącego naruszenia Jej dóbr osobistych w postaci czci (zarówno w wymiarze wewnętrznym – godności osobistej, jak i zewnętrznym – dobrego imienia), renomy zawodowej, wiarygodności eksperckiej, a także zdrowia i poczucia bezpieczeństwa psychicznego – poprzez publikację 26 marca 2026 roku wpisu w mediach społecznościowych (Facebook). W przedmiotowym wpisie bezprawnie podważyła Pani kompetencje mojej Mocodawczyni jako artystki, prelegentki oraz ekspertki z doświadczenia w zakresie traumy, PTSD, cPTSD, wzrostu potraumatycznego (PTG) oraz skutków przemocy.

Przedmiotowe naruszenie zostało przez Panią celowo spotęgowane i rozciągnięte w czasie poprzez dopuszczenie do eskalacji fali nienawiści oraz świadome, uporczywe niemoderowanie zniesławiających i dyskredytujących komentarzy pod wyżej wymienionym postem. Co szczególnie istotne w aspekcie chronologii i kontekstu sytuacyjnego, Pani wpis nie funkcjonował w próżni – został opublikowany w ścisłej koordynacji i dynamice z innymi



profilami społecznościowymi, z których w tym samym czasie zaczęły pochodzić niekorzystne dla mojej Mocodawczyni komentarze. Działając w ten sposób, w pełni świadomie współtworzyła Pani i legitymizowała szeroko zakrojoną kampanię publicznego hejtu i ostracyzmu społecznego.

W rezultacie Pani działań u mojej Mocodawczyni doszło do drastycznego i długofalowego pogorszenia stanu zdrowia psychicznego i somatycznego. Szczegóły tych zdarzeń oraz doświadczeń są znane lekarce oraz psychiatrze mojej Mocodawczyni oraz są zapisane w ich dokumentacji. Istnieje zatem bezpośredni, bezdyskusyjny związek przyczynowo-skutkowy pomiędzy Pani publikacjami a wystąpieniem u Mocodawczyni stanu bezpośredniego zagrożenia życia i zdrowia.

Wymiar wyrządzonej krzywdy pogłębia fakt drastycznego uderzenia w tożsamość osobistą i zawodową mojej Mocodawczyni. Poprzez wykreowanie wizerunku osoby nieuczciwej, zakłamej i niewiarygodnej, doprowadziła Pani do Jej społecznego napiętnowania, stygmatyzacji i wykluczenia ze środowiska, w którym dotychczas cieszyła się nienaganną opinią. Naruszenie to uderza bezpośrednio w strukturę ekonomiczną i operacyjną prowadzonego przez Panią Agatę Norek Instytutu, organizowanych warsztatów oraz działalności eksperckiej, wywołując u Niej paraliżującą utratę sprawczości zawodowej, poczucia sensu dalszego działania oraz zmuszając do wycofania się z aktywności publicznej.

Przedmiotowe działania są tym bardziej naganne i zindywidualizowane pod kątem Pani winy, że jako osoba posiadająca wykształcenie oraz wieloletnie doświadczenie w obszarze psychoterapii traumy, dysponuje Pani wiedzą o szczególnej sile oddziaływania bodźców relacyjnych. Jako profesjonalistka, miała Pani pełną świadomość mechanizmów retraumatyzacji, funkcjonowania ludzkiego układu nerwowego w kryzysie oraz potencjalnych, destrukcyjnych skutków uruchomienia pamięci urazowej. Wiedza ta nakładała na Panią podwyższony miernik należytej staranności oraz szczególną odpowiedzialność etyczną. Tymczasem w niniejszej sprawie doszło do jaskrawego kontrastu pomiędzy Pani publicznym wizerunkiem – opartym na deklarowanej empatii, uważności na osoby z doświadczeniem traumy i roli „empatycznego świadka” – a rzeczywistym działaniem w przestrzeni wirtualnej. Stąd też żądanie niezwłocznego usunięcia lub skorygowania postu oraz komentarzy, a także opublikowania na Pani profilu oświadczenia o wyżej sformułowanej treści.

Pani Agata Norek obdarzyła Panią wyjątkowym, osobistym i zawodowym zaufaniem. Zapraszając Panią do wspólnego projektu (podcastu), dokonała w oparciu o rzekomą spójność Pani wizerunku odsłonięcia swoich najbardziej bolesnych, wrażliwych i głębokich



doświadczeń życiowych, zawierając tym samym dorozumiany relacyjny kontrakt zaufania. Pani późniejsze zachowanie stanowiło złamanie tego kontraktu. Po fali publicznych zachwyty nad rozmową (którą określała Pani jako ważną i „alchemiczną”), pod wpływem pojawiającej się krytyki dokonała Pani radykalnego zwrotu o 180 stopni. Nie tylko nie podjęła Pani próby ochrony osoby, która się przed Panią odsłoniła, ale poprzez brak moderacji, tolerowanie agresji, a wręcz aktywne, publiczne oznaczanie symbolem „serca” komentarzy deprecjonujących Mocodawczynię, dała Pani społeczności jasny sygnał aprobaty dla stosowanej wobec Niej przemocy. Zastosowała Pani wobec mojej Mocodawczyni destrukcyjny mechanizm podwójnego komunikatu – formalnie dystansując się od hejtu pustymi deklaracjami („*robicie to w swoim imieniu, nie moim*”), a faktycznie podtrzymując jego widoczność, zasięg i legitymizację, co doprowadziło moją Mocodawczynię do głębokiego załamania zaufania do ludzi oraz własnej oceny relacji społecznych.

Pragnę również wskazać, iż podjęte przez Panią próby obrony i przerzucania odpowiedzialności wyczerpują znamiona psychologicznego mechanizmu DARVO (*Deny, Attack, Reverse Victim and Offender* – zaprzecz, atakuj, odwróć role ofiary i sprawcy). To Pani, dysponując większym kapitałem społecznym i pozycją ekspercką, autorytatywnie wykreowała fałszywą narrację, w której ofiara Pani działań (moja Mocodawczyni) jest przedstawiana jako strona „problematiczna” lub zagrażająca, podczas gdy Pani próbuje stawiać siebie w pozycji osoby poszkodowanej, zmuszonej do rzekomego „stawiania granic”.

Niezależnie od naruszenia dóbr osobistych, Pani zachowanie wyczerpuje znamiona czynów nieuczciwej konkurencji w rozumieniu ustawy o zwalczaniu nieuczciwej konkurencji (u.z.n.k.). Między Panią a moją Mocodawczynią zachodzi obiektywny stosunek konkurencji na płaszczyźnie „ekonomii uwagi” i pozyskiwania odbiorców oraz klientów zainteresowanych tematyką traumy. Publiczne, rzekome „odcinanie się” od działań mojej Mocodawczyni i deprecjonowanie wspólnego podcastu jako „błędu”, miało na celu instrumentalne przekierowanie uwagi odbiorców wyłącznie na Pani ofertę jako tej „jedynie profesjonalnej”, co rażąco narusza zasady uczciwości rynkowej i lojalności wobec innych uczestników obrotu. Ponadto, sugerując „niewłaściwość” Jej działań oraz twierdząc, że wspólna aktywność (podcast) była błędem, rozpowszechnia Pani informacje wprowadzające w błąd w rozumieniu art. 14 u.z.n.k. Działanie to, nakierowane na wywołanie u potencjalnych kontrahentów (organizatorów konferencji, wydawców) oraz odbiorców fałszywego obrazu rzekomego braku kompetencji mojej Mocodawczyni, dążyło bezpośrednio do wyrządzenia szkody i renomie konkurentki w celu budowania własnej pozycji rynkowej.



Uprzejmie informuję, że w przypadku bezskutecznego upływu wyznaczonego terminu i nieopublikowania oświadczenia o żądanej treści, bądź też w razie dalszego rozpowszechniania przez Panią informacji naruszających prawa mojej Mocodawczynie, zgodnie z wolą Pani Agaty Norek zostaną przeciwko Pani podjęte wszelkie dostępne, dalsze kroki prawne, poczynając od wystąpienia do właściwego sądu okręgowego z powództwem o ochronę dóbr osobistych i w sprawie cywilnoprawnych konsekwencji czynów nieuczciwej konkurencji, co może Panią narazić dodatkowo na zapłatę zadośćuczynienia pieniężnego i kosztów procesu, mogących sięgać łącznie kilkudziesięciu tysięcy złotych, nie licząc kosztów zastępstwa w tym postępowaniu przez profesjonalnego pełnomocnika.

Zwracam uwagę, że w postępowaniach sądowych o ochronę dóbr osobistych ciężar wykazania prawdziwości sformułowanych przez Panią publicznie zarzutów na temat mojej Mocodawczynie będzie spoczywać na Pani, a na Pani Agacie Norek nie będzie spoczywał ciężar wykazania, że okoliczności te są nieprawdziwe (art. 24 § 1 kodeksu cywilnego).

Wszelką korespondencję w sprawie określonej w niniejszym wezwaniu proszę kierować wyłącznie do niżej podpisanego pełnomocnika.

ZAŁĄCZNIK: pełnomocnictwo.

Siedziba główna Kancelarii i adres do doręczeń

Filia w Katowicach

tel: 503-527-220

e-mail: mikolaj.swistowski@gmail.com

ul. Topolowa 24/5, 31-506 Kraków

ul. Mariacka 1/2, 40-014 Katowice