

## Informacja dla Prasy

„Moje korzenie”

Wielu dorosłych w Polsce odczuwa często lęk, niepokój, nosi w sobie niskie poczucie wartości, stale szuka potwierdzenia siebie w różnych formach aktywności zewnętrznej, ma kolejny nieudany związek, utraconą przyjaźń czy zaczyna wchodzić w jakieś uzależnienie. Często nie wiedzą, że źródłem tego jest ich przeszłość, a zwłaszcza to, co działo się w ich rodzinach, gdzie nie doświadczyli w swoim dzieciństwie i okresie dorastania bezwarunkowej miłości od rodziców oraz nie czuli ciepła i wsparcia. Często przyczyną takiej sytuacji domowej było nadużywanie lub uzależnienie od alkoholu jednego lub obojga rodziców, czy rozwód emocjonalny lub prawny albo zdrada małżeńska, bądź trwała nieobecność jednego z rodziców.

Dla pomocy tym, którzy nie doświadczyli pełnej miłości i akceptacji w swoich domach powstała strona [www.rozwinacskrzydla.pl](http://www.rozwinacskrzydla.pl) i książki: "Rozwinąć skrzydła" oraz "W drodze do siebie". Na powyższej stronie możesz pobrać e-book tych dwóch książek oraz audiobook pełnej wersji książki "Rozwinąć skrzydła". Może ich lektura pozwoli w dorosłym życiu na rozwinięcie skrzydeł.

Ks. dr hab. Grzegorz Polok  
Uniwersytet Ekonomiczny Katowice

PS. I jeszcze czytelnicy o książce „Rozwinąć skrzydła”:

Książka jest świetnym połączeniem informacji stricte naukowych, statystycznych i poruszających świadectw ludzi, którzy mieli podobne problemy życiowe do moich. Ich świadectwa, opisywane przez nich zachowania, emocje, sposób radzenia sobie z problemami zaskoczona uznałam za bardzo podobne do własnych. Czytając o tych anonimowych indywidualnościach zaczęłam dostrzegać mój własny schemat, w którym kręciłam się przez lata. Książka dała mi niezłego kopniaka do tego, aby zmienić coś w swoim życiu. Polecam zarówno tym, którzy mieli pewne problemy w dzieciństwie jak i tym, którzy po prostu chcą lepiej poznać świat i innych ludzi.

**Julia**

Książkę „Rozwinąć skrzydła” przeczytałam już kilka lat temu, lecz treści w niej zawarte pozostawiły trwałe ślady w mojej pamięci, wybrzmiewając w różnych, codziennych sytuacjach. Otóż książka ta pozwala osobom, które dźwigają przez życie bagaż trudnego dzieciństwa bardziej poznać siebie, zrozumieć reakcje i zachowania w danych okolicznościach, a przede wszystkim daje poczucie – co dla mnie szczególnie cenne – że ma

się prawo przeżywać własne uczucia! Dzięki niej nabyłam większą świadomość rozpoznawania i nazywania tego wszystkiego, co dzieje się we mnie samej oraz w moich relacjach z otoczeniem, co z kolei wpływa na sposób myślenia, wartościowania i podejmowania decyzji. Uważam, że pozycja książkowa „Rozwinąć skrzydła” może być swoistym „przewodnikiem” w codziennym życiu, toteż warto ją przeczytać samemu oraz propagować w swoim środowisku!

**Agnieszka**

W dzisiejszych czasach wielu ludzi jest poranionych, taką osobą też jestem ja. Książka "Rozwinąć skrzydła" pokazuje jak radzić sobie ze zranieniami z okresu dzieciństwa. Zapala iskrę nadziei, że można odzyskać szczęście i radość, choć to żmudna i niełatwa droga.

**Karolina**