

PROMOCIJA KNJIGE ELVIRE KOIĆ

Zbirka "Pitali ste psihijatra"

POŽEGA-U organizaciji Agencije za psihologijske usluge „MO-ZAIK“ i Gradske knjižnice i čitaonice Požega imali smo jedinstvenu priliku prisustvovati promociji knjige „Pitali ste psihijatra“ autorice prim. mr. sc. Elvire Koić. Promocija je održana 21. travnja u ispunjenom prostoru Gradske knjižnice i čitaonice Požega sa znatizeljnim građanima koje je privukla ovakva jedna nadasve životna tema. U pratnji autorice na promociji knjige aktivno su kao gosti učestvovali Barica Urh psiholog, suorganizator promocije, te Jasna Per-Kožnjak prof. psihologije i Marija Karacsonyi prof. – Ova knjiga je nastala kao zbirka mojih odgovora na pitanja koja su kroz osam godina objavljivana u časopisu „Doktor u kući“. Kroz devedeset izabranih pitanja i odgovora napravljen je presjek kroz cijeli djelokrug psihijatrije. Tako pitanja i odgovori u knjizi između ostalog obuhvaćaju

i odnose roditelja sa djecom, njihove poremećaje, odnose sa starijim osobama, braniteljima itd. Pazili smo da u knjizi podjednako budu zastupljena sva područja psihijatrije, koje smo onda podijelili u osam cjelina po desetak pitanja. Nadam se da će knjiga poslužiti i u prevenciji suicida, jer će dati odgovore na neke krize kod ljudi, jednostavno da osobe lakše pronađu pomoć, zapravo da se govori i o takvim temama da se razbije ustaljen tabu – rekla je Elvira Koić.

Knjiga pruža mogućnost promišljanja problema kojih možda imamo ili ih prepoznamo, ali isto tako pruža mogućnost i spoznaje, da se neki problemi mogu na vrijeme spriječiti ili u nekoj fazi nastajanja lakše liječiti. Svakako je važno naglasiti, da se ovdje ističu upute i kako slijediti daljnji put, kako i gdje potražiti daljnju pomoć, ili slijediti već naznačeni postupak. (I.H.)



Prije svega podignimo pogled. Pogledajmo nebo, raskrilimo ruke i duboko udahnimo. Što češće. Sretni ljudi hodaju uzdignute glave. Koračajmo tako i mi.

Gledajmo druge u oči što nam govore. Pričekajmo da završe rečenicu. Dok nam govore, ne mislimo na sebe, već se pokušajmo učivjeti u njihovu situaciju, „udimo u njihove cipele“. Oni nam govore zbog sebe, a ne zbog nas.

Ljudi govore zbog viška ili manjka ljubavi.

Uvijek se pitajmo: „Gdje je tu ljubav?“ i nikad nećemo pogriješiti ako idemo tim tragom, tragom ljubavi. Vjerujmo u Ljubav. Vjerujmo i prizovimo u sebi svu ljubav koju imamo i šaljimo je mistima na sve strane kao gustu zlatnu svjetlost, kroz sve što činimo, prema svima i svemu. Kozmički je zakon „slično privlači slično.“ Ako budemo tako nesebično širili ljubav, pogled u oči iz čista srca, osmijeh... to je upravo ono što ćemo dobivati od drugih. I od prirode koja nas okružuje.

Ne očekujmo ništa. Tada ćemo dobiti sve. I postati slobodni, radosni, smireni, voljeni i sretni.

Naš cijeli život je samo u sadašnjosti, upravo sada i upravo ovdje.

Elvira Koić

(ulomak iz knjige „Pitali ste psihijatra“)