



Piękno to emanacja wewnętrzna

Perfekcjonistka, optymistka, kobieta sukcesu, mama trójki dzieci. Po 10 latach pracy na stanowiskach kierowniczych w europejskich i amerykańskich korporacjach w biznesie medycznym, postanowiła założyć w Gdyni klinikę medycyny estetycznej Holistic Clinic. O odwadze, macierzyństwie i harmonii wewnętrznej rozmawiamy z Karoliną Sozańską – dyrektorką zarządzającą Holistic Clinic Gdynia.

Rozmawia: Urszula Abućewicz

Po latach pracy w korporacji, w Warszawie, wróciła Pani do Trójmiasta i zaczęła pracować na własny rachunek. Jak to się stało?

Nic się nie dzieje bez przyczyny. Decyzja o powrocie do Trójmiasta była podejmowana już od dłuższego czasu, ale wcześniej nie miałam w sobie aż tyle odwagi. W korporacji jest pewnego rodzaju strefa komfortu, specyficzne „bezpieczeństwo” – choć oczywiście jest ono pozorne – a poza tym wiele innych kwestii, które człowieka trzymają przy decyzji pozostania w tym środowisku. Bardzo lubiłam swoją pracę, miałam bardzo dobre wynagrodzenie, nawiązałam też przyjaź-

nie, które trwają do dziś, więc pewnie dlatego trudno było z tym „zerwać”. Nie mogę powiedzieć, że praca w korporacji to samo zło – to wielka życiowa szansa przejścia przez różne szczeble pracy w korporacji, by w pewnym momencie życia wyciągnąć mądre wnioski i odpowiedzieć sobie na pytanie: „co dalej?”. Firmy, w których pracowałam, miały siedziby w Warszawie, a ja bardzo tęskniłam za Trójmiastem. Brakowało mi ukochanego morza, sposobu spędzania wolnego czasu, moich przyjaciół. Na pewno na podjęcie tej ostatecznej decyzji o powrocie do Trójmiasta złożyło się kilka czynników. Oprócz spraw osobistych, ro-

dzinnych, wewnętrznej tęsknoty, okazało się, że ważną postacią, która zainspirowała mnie do zmiany sposobu myślenia o swojej przyszłości, stał się dr n. med. Krzysztof Gojdz. Poznaliśmy się dziewięć lat temu. Zawsze był w gronie moich serdecznych znajomych. I to on zasugerował mi, że może już czas na refleksję „co dalej?”. Może już czas zakończyć pracę w korporacji i rozważyć założenie własnego biznesu... To on był jedną z tych osób, które od dłuższego czasu pracowały nad moją zmianą mentalną – dodawał mi otuchy do działania, by uwierzyć, że poza „korporacją” też jest życie i też można realizować się zawodowo „z taaaakim poten-

cjałem i doświadczeniem w tak trudnym biznesie”. Pomyślałam kiedyś, że może ma rację. Pora uwierzyć w siebie i zaważyć o lepsze jutro. Zaczęłam poważnie rozważać odejście z korporacji. Dojrzywałam do decyzji.

Kluczową kwestią, która przyczyniła się do podjęcia ostatecznej decyzji, było pojawienie się trzeciego dziecka. Ważne też były sprzyjające okoliczności związane z mobilnością pracy zawodowej mojego partnera życiowego, który mógł pracować i w Trójmieście, i w Warszawie. Śmieję się, że z tej mojej najmłodszej córki jest taki anioł stróż, który pokazał mi właściwą drogę. Nela właśnie teraz w sierpniu skończyła trzy latka i bardzo dużo zmieniała we mnie, w naszej rodzinie. Nawet moi rodzice przeprowadzili się spod Szczecina do Trójmiasta – dla nich to była rewolucja. Na szczęście, deklarują, że są zadowoleni z tej decyzji. Jako jedynaczka bardzo to doceniam; cieszę się, że mogę mieć blisko siebie wszystkich, których kocham. Ten splot różnych wydarzeń, które z perspektywy czasu połączyły się w jedną całość, sprawiają, że jestem szczęśliwa.

Ale jest też Pani pewna siebie i odważna... Na nowym gruncie od zera stworzyła Pani Holistic Clinic Gdynia, czyli klinikę medycyny estetycznej.

Przyznam, że moi rodzice od zawsze dawali mi wielkie wsparcie, wychowywali mnie na osobę zaradną życiowo, z wielkim szacunkiem do drugiego człowieka. Mój partner też zawsze mnie dopinguje, wspiera w decyzjach, choć często w dyskusjach jest tym, kto stara się trochę ostudzić mój (czasem nadmierny) zapał. Takie fundamenty i wsparcie mogą wpływać na tę moją pewność siebie i odwagę. Ale nie bez znaczenia jest też to, że współpracownicy w korporacji budowali moją pewność siebie, doceniali mnie, dawali mi poczucie, że jestem silną kobietą dającą sobie radę w różnych okolicznościach, przy bardzo trudnych projektach, która potrafi wyjść obronną ręką z różnych trudnych sytuacji.

Sytuacja rodzinna, czyli pojawienie się trzeciej małej osobki, wywróciło to nasze życie – w sensie pozytywnym – do góry nogami, dodało mi „napędu” i jeszcze więcej odwagi do działania, by stworzyć

coś nowego w swoim życiu. I wreszcie Krzysztof – doktor Gojdz, który mnie zainspirował, żebyśmy założyli... klinikę w Gdyni. Pamiętam, gdy on otworzył klinikę w Warszawie i przekonywał mnie do tego pomysłu. Byłam sceptycznie nastawioną... wówczas matką-karmiącą. Na początku uważałam, że jest to mało realne. Byłam właśnie na urlopie macierzyńskim i priorytetem były inne kwestie, a nie pomysł na własny biznes. Chociaż przyznam, że gdzieś z tyłu głowy wracała myśl o założeniu kliniki. Ziarno zostało zasiane. Doktor był bardzo cierpliwy, szanował mój czas z maleństwem. Nie naciskał, tylko prosił, bym na spokojnie sobie to przemyślałam. I pewnego dnia, gdy jechałam z Nelą do Orłowa na spacer (moje ulubione miejsce), zobaczyłam, że powstaje nowa inwestycja, tzw. Nowe Orłowo. Poczulałam, że to jest to miejsce, że to jest to, że klinika będzie właśnie tutaj, że tutaj jest ta dobra energia! W ciągu pół godziny zjawił się właściciel lokalu i już wiedziałam, że to dobry znak! I „poszły konie po betonie”. To był przełom, ale sam proces podejmowania decyzji o otwarciu kliniki trwał prawie rok.

Podobno chciała być Pani lekarzem?

To takie moje niespełnione marzenie. Wybierając liceum ekonomiczne, a potem studia marketing i zarządzanie, nie do końca byłam o tym przekonana. Teraz tak sobie myślę, że nie ma tego złego, co by na dobre nie wyszło. Udało mi się połączyć moją pasję i wykształcenie marketingowca z medycyną. Pracowałam w firmach farmaceutycznych. I to też dawało mi tę namiastkę wiedzy z medycyny, ogromną frajdę w pracy zawodowej i ścisłą współpracę ze środowiskiem lekarskim. Od 14 lat mam kontakt z medycyną – to jest dziedzina, w której się naprawdę bardzo dobrze czuję. Ponadto można tworzyć wokół tego wiele ciekawych projektów z korzyścią dla ludzi i „bawić się” świetnie jako marketingowiec. To bardzo wdzięczna, mimo że trudna dziedzina.

Jakie cechy pozwalają Pani osiągnąć sukces?

Pasja, determinacja, ogromne zaangażowanie, empatia i szacunek do ludzi, a także moja wrażliwość artystyczna...

Na szczęście, etap pracoholizmu mam już za sobą. Zaangażowanie i innowacyjne podejście do wszystkiego, co chcę tworzyć tak „weszło mi w krew”, że zawsze poszukuję nowych, nietuzinkowych rozwiązań. Kiedyś nawet dostawałam nagrody korporacyjne za innowacyjne projekty, nowatorskie metody promocji, które wyróżniały się unikatowymi działaniami promocyjnymi.

Pracoholizm i trójka dzieci?

Moja pierwsza córka (dziewięcioletnia Maja) urodziła się w momencie mojego „szczytu” pracoholizmu. Jej przyjście na świat ma w sobie coś magicznego. Często przypominam sobie pewne wydarzenia z mojej przeszłości (w momentach, gdy ponownie zatracam się w pracy). Dziesięć lat temu pracowałam w korporacji i był taki dzień, kiedy skończyłam pracę o... 6.00 rano, bo chciałam wszystko dopiąć przed pójściem na urlop. Tak bardzo byłam pochłonięta pracą, że nie zauważyłam poranka. I kiedy wychodziłam z biura, powiedziałam do pana z ochrony: „Do widzenia”, a on nie uwierzył i powiedział: „Chyba dzień dobry?”. „Nie! Do widzenia”. Ten pan, ponieważ byliśmy już nieco zaprzyjaźnieni, przeprowadził ze mną taką ojcowską rozmowę, próbował mną „potrzęsnać”; mówił wiele o wpływającym życiu, o młodości, o „niebudowaniu” pomników przez korporację... Właściwie to wszystko były truizmy, ale powiedział je w tak przejmujący sposób, że wracając do domu, do Trójmiasta, pomyślałam sobie: „Ten człowiek ma rację. Co ja robię ze swoim życiem?”. I to był taki moment, kiedy pokusiłam się o głęboką refleksję nad swoim życiem i pomyślałam: „Basta, teraz jest czas na mnie, na moje dziecko! Teraz albo nigdy”.

Rozmowa z tym człowiekiem odbyła się w sierpniu, a na początku września umarła moja babcia... Nie byłam gotowa na jej odejście. I znowu refleksja życiowa. Przemijanie. Pierwszą rzecz, jaką uczyniłam, to zapaliłam świeczkę, modliłam się za jej dalszą drogę i poprosiłam ją o córeczkę... Babcia zmarła 1 września, a ja – jak się później okazało – pod koniec września byłam w ciąży. Miałam wtedy dziwny sen: moja babcia śni mi się i mówi do mnie: „Karolina, urodziłam to dziecko, zabierz je i zaopiekuj się nim, bo ja już nie mam



FOT. PIOTR ZAGBELL

sił, nie dam rady". Pamiętam do dziś, że biorę to dziecko na ręce, przytulam je i babcia w tym momencie odchodzi. Tego samego dnia zrobiłam test ciąży i okazało się, że jestem w ciąży. Wierzę, że jest coś poza nami, coś co nie jest racjonalne. Dla mnie jest to magiczne, ale być może to moja autosugestia, podświadomość. I tak oto w „magicznych okolicznościach” pojawiła się Maja, która stała się punktem zwrotnym w moim życiu, bo to dzięki niej odeszłam od nadmiernego zaangażowania w pracę.

Drugie dziecko przyniosło troskę o siebie...

Od małego byłam taką dziewczynką, która malowała wszystkie ciocie, miała zacięcie do wizażu. Podczas drugiej ciąży stwierdziłam, że pora zrobić coś z tym zamiłowaniem profesjonalnie i zapisałam się do szkoły wizażu. Byłam w szóstym

miesiącu ciąży z synkiem i z wielkim zacięciem się kształciłam, realizując swoje hobby. W końcu ciąża to nie choroba.

To był ważny dla mnie etap, ponieważ uświadomiłam sobie, że muszę znaleźć obszar dla siebie, a nie tylko dla innych, dla rodziny czy pracy. Śmieję się, że mój synek, Franciszek, jest ogromnym esteta, pewnie dlatego, że będąc z nim w ciąży, realizowałam się bardzo intensywnie jako wizażystka, *make up artist*.

Nela, tak jak wspominałam – moje trzecie, najmłodsze dziecko – wyróciła nasze rodzinne życie, pozwoliła wrócić do ukochanego miejsca i odzyskać wewnętrzny spokój. Myślę, że macierzyństwo wpłynęło bardzo łagodząco na moją osobowość i pokazało, co jest w życiu ważne.

Na tym etapie, na którym jestem, mogę powiedzieć, że czuję wewnętrzną har-

monię. Mogę się realizować jako kobieta, matka, partnerka, córka, przedsiębiorca, czy, jak ktoś woli, kobieta biznesu. Mogę tworzyć ważne miejsce dla innych ludzi (klinikę) – takie, do którego chciałabym sama trafiać, oparte na wysokich standardach, z dobrą energią i życzliwością do drugiego człowieka. Mogę czynić dobro, spełniać marzenia innych i swoje. Mogę, bo chcę.

Jak się udaje to wszystko łączyć?

Kilka razy w tygodniu sama się o to pytam, ale Matka Polka potrafi. To jest codzienna walka ze sobą, dużo kompromisów, ale na pewno dobra organizacja. W sytuacjach podbramkowych pomagają nam moi rodzice, teściowie, ale mamy też nasz skarb, naszą nianię, która pomaga się zajmować Nela i czasem wszystkimi dziećmi, gdy my jesteśmy w pracy. Staraliśmy się jednak tego nie nadużywać, bo w końcu to są nasze kochane dzieci – my dla nich, a one dla nas. To, że prowadzę własny biznes sprawia, że mam większą elastyczność czasową i trochę łatwiej mi zaplanować pracę. Do tego od stycznia bardzo mocno w moim życiu zagościł sport. Regularnie chodzę na treningi z trenerem, biegam. Wszystko po to, by lepiej się czuć, mieć więcej energii, samozadowolenia, lepszą kondycję, wygląd, by także być przykładem dla dzieci, bo przecież „przykład idzie z góry”.

Jak zdefiniuje Pani piękno?

Dla mnie to emanacja wewnętrzna, ponieważ często bywa tak, że to, co widzimy na zewnątrz bywa złudne. To są szczęśliwe oczy, czasem spokój w oczach, ale czasem takie chochliki i radość. Nastawienie do życia, optymizm, radość życia – tym jest dla mnie piękno.

W Holistic Clinic podchodzicie całościowo do pacjenta. Jak wygląda pierwsza wizyta?

Traktujemy pacjenta nie jak wybraną jednostkę chorobową, ale postrzegamy człowieka jako spójną całość, biorąc pod uwagę szerszy kontekst zdrowotny, uwzględniając także sferę psychiczną. Chcemy zrozumieć potrzeby naszych pacjentów, oczekiwania oraz te aspekty, z którymi pacjent nie daje sobie rady i zgłasza się do Holistic Clinic Gdynia.

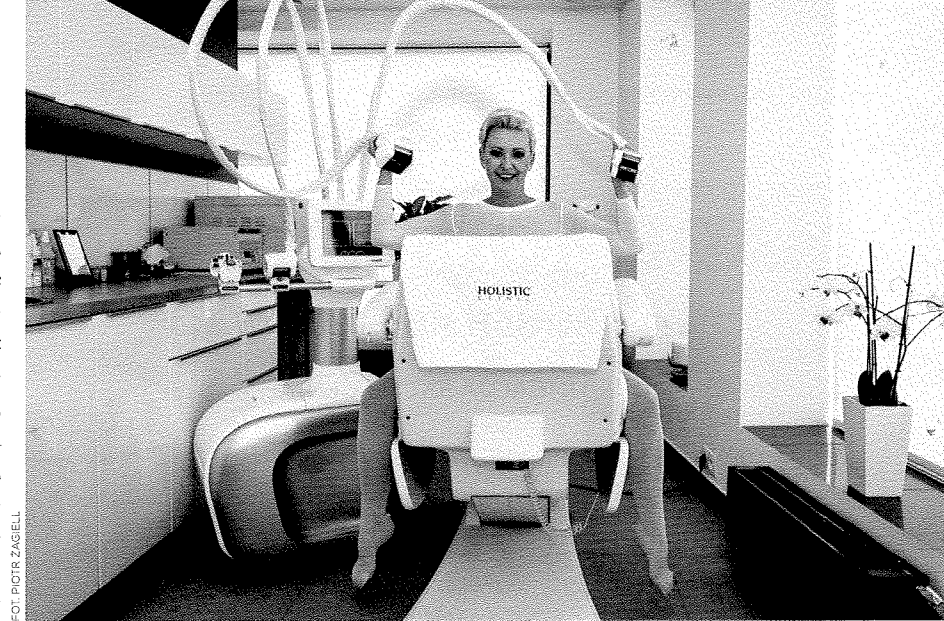
Często jest tak, że pacjenci są tak „zafiksowani” na konkretnej przypadłości, że nie zwracają uwagi na poważniejsze dolegliwości. Podczas rozmowy potrafię trochę złagodzić kompleks, zaradzić albo pomóc się przełamać. Jednym słowem: chcemy poprawiać samopoczucie, stosując nowatorskie metody z zakresu medycyny estetycznej, regeneracyjnej, ginekologii i urologii estetycznej, chirurgii plastycznej, kosmetologii czy psychodietetyki.

Zdarza się, że mamy pacjentki, które skują się na laseroterapii skóry twarzy, a podczas wizyty, drążąc temat samopoczucia, okazuje się, że pacjentka ma problem z nietrzymaniem moczu. I te „smutne zmarszczki” wynikają z braku uśmiechu, bo kto jest w stanie cieszyć się życiem, borykając się z takim dyskomfortem? Umawiamy wówczas taką pacjentkę z ginekologiem estetycznym, wdrażamy leczenie, poprawiamy jej jakość życia, zmniejszamy kompleksy, podnosimy jakość życia seksualnego i wtedy coraz częściej pojawia się uśmiech, radość. A z tymi „smutnymi zmarszczkami” też dajemy sobie radę.

Staraliśmy się tak rozmawiać z pacjentami, by odkryć, co jest tematem, który spędza sen z powiek, by ustalić priorytety i pokazać, co możemy z tym zrobić, aby pacjent poczuł się lepiej. Dla nas ważny jest człowiek. Zawsze staraliśmy się podejść do naszego pacjenta kompleksowo.

W ofercie kliniki jest również terapia anti-aging.

Mówiąc o terapii anti-aging, mamy na myśli laseroterapię, wszelkiego rodzaju mezoterapię, terapię osoczem bogatopłytkowym, a w klinice w Warszawie – nawet zabiegi z komórkami macierzystymi. Komórki macierzyste mogą być podawane w formie mezoterapii, w celu opóźnienia procesu starzenia. Są to bardzo nowatorskie metody stosowane w USA, a ponieważ doktor Gojdz jest jedynym polskim wykładowcą Amerykańskiej Akademii Medycyny Estetycznej, mamy dostęp „z pierwszej ręki” do najnowszych trendów czy technologii stosowanych w światowej medycynie estetycznej.



FOT. PIOTR ZAGBELL

Klinika zajmuje się także ginekologią estetyczną.

Trzeba o ginekologii estetycznej mówić głośno, bo widzę reakcję kobiet, gdy poruszamy ten temat. Często są zakłopotane. A przecież nietrzymanie moczu to jeden z bardziej rozpowszechnionych problemów współczesnego społeczeństwa. Według statystyk około 15% każdego społeczeństwa ma dolegliwości związane z tą jednostką chorobową, co w polskich realiach może oznaczać 5 mln osób, w większości kobiet. Grupy szczególnie narażone to kobiety po porodach i w okresie menopauzalnym. Pacjentki, które skarżą się na te dolegliwości, mają wielki dyskomfort, żeby funkcjonować na co dzień. Są niewolniczkami toalet domowych i publicznych. W przypadku innych dolegliwości estetycznych związanych z okolicami intymnymi, nie mogą nawet jeździć na rowerze czy nosić dżinsów. Często gdy zaczynamy drążyć temat ginekologiczny z pacjentką – nawet na etapie oferty kliniki – wyłania się kaskada smutku, cierpienia, kompleksów. Uwielbiam w mojej codzienności zawodowej pracę twórczą i zadowolenie pacjentów po zabiegach. Szczególnie serce się cieszy, gdy widzę, jak kobiety rozkwitają na nowo. Zdarzają się „pacjentki ginekologiczne”, które po serii zabiegów mówią, że wreszcie mogą kochać się ze swoim partnerem w sposób bezkompromisowy, mogą jeździć na rowerze, skakać z dzieckiem na trampolinie. I jak tu się nie cieszyć?

Mamy też trzy pacjentki, które zawdzięczają nam życie, bo pani doktor zauważyła coś niepokojącego podczas wizyty kwalifikującej na zabieg laseroterapii. Pobrała biopsję, skierowała na badanie

histopatologiczne i okazało się, że zrobiła to w idealnym momencie, ponieważ były to zmiany nowotworowe. Dodam tylko, że te pacjentki regularnie chodzą na wizyty kontrolne do swoich lekarzy specjalistów spoza naszej kliniki. W takich sytuacjach zastanawiam się, gdzie jest profesjonalizm, empatia tamtych lekarzy. U nas sprawdza się podejście holistyczne do pacjenta.

A co z paniami?

O panach też pamiętamy. Aż 70% zabiegów medycyny estetycznej jest dedykowanych również dla nich. W ofercie mamy też urologię estetyczną: powiększenie prącia i wazektomię – sama jestem zaskoczona, jak duże jest zainteresowanie tymi usługami. Panom oferujemy również laseroterapię skóry twarzy, mezoterapię, osocze bogatopłytkowe zarówno skóry twarzy, jak i głowy. Mężczyźni lubią przyjść do nas na zabiegi relaksujące, modelujące sylwetkę, a także zabiegi z zakresu kosmetologii estetycznej. Mamy spore grono stałych pacjentów, którzy są w procesie rehabilitacji po liposukcji. Bardzo mnie cieszy fakt, że coraz częściej polscy mężczyźni sięgają po zabiegi z zakresu medycyny estetycznej czy kosmetologii, przez co wykazują też większą tolerancję do poczynania kobiet w tej dziedzinie. Są nie tylko miłymi towarzyszami pań podczas wizyt w naszej klinice, ale też często sami stają się pacjentami, gdy poczują tę miłą atmosferę i bezpieczeństwo w Holistic Clinic Gdynia.