

*Анна Бесчастнова*

*Нахождение  
себя*

СОДЕРЖИТ  
НЕЦЕНЗУРНУЮ  
БРАНЬ

18+

# Анна Бесчастнова

## Нахождение себя

*<https://litres.ru/73903658>*

*SelfPub; 2026*

### Аннотация

Молодая Анна живёт и учится как все, но в один момент она понимает, что с ней что-то не так: эмоции меняются слишком сильно, замечается некоторая потерянности. Окружающие с ней мало общаются.

Через время она уезжает и проблем становится больше. Она путается в себе и своей жизни. Не может найти себя.

Единственный выход - это найти себя в этой жизни и не унывать, даже если мир не такой красочный каков он есть на самом деле.

# Содержание

Глава 0.1. Представление.	4
Предисловие.	5
Часть 1. Первые сдвиги.	7
Глава 1. С чего всё началось? Часть 1.	8
Глава 2. С чего всё началось? Часть 2	17
Глава 3. Здравствуй, обморок	25
Глава 4. Первые сновидения оканчиваются кошмаром.	33
Конец ознакомительного фрагмента.	34

# **Нахождение себя**

## **Глава 0.1. Представление.**

# Предисловие.

Я никогда не думала, что мне придётся *прятать* свои *эмоции и чувства*. Они приводят к тому, что разум затуманивается. И с этим приходится как тот жить, но что, если всё настолько серьёзно, что мне надо остерегаться самой *себя*, как это повлияет на мою жизнь, и что мне придётся пережить, в конечном итоге я не знаю. Всё начинает меняться в один день, в один единственный момент, который повлияет на мой остаток жизни. С *чем* мне предстоит столкнуться и как обрести свой покой и уравновешенность, ведь без этого нельзя нормально жить, и доверять самой себе. Но в конце концов ты сталкиваешься со своим страхом и кошмаром, взглянуть в глаза и начать снова жить...

Вот только *твои* странности замечаешь не ты сам, а *люди, что окружают тебя*. Ты обычно живёшь, ни о чём не подозревая, *ты* просто не видишь это, а *другие* это видят и начинают тебе об этом говорить, как бы горько не было.

Мне начали намекать на то, что с разными людьми я начала говорить по-разному и мимику разную делать, но это не так (ведь так?) они просто не знают меня (да, мои друзья не знают меня...). Просто бывает разное настроение в этом нет ничего такого это обыденное дело у меня, всё нормально (всё нормально?). Но обо всём, что со мною случится узнаю

чуть позже.

С этого момента моя жизнь изменилась, я начала замечать то, что никогда не замечала в себе...

Меня зовут Анна, мне 18 лет я окончила школу и сдала экзамен. У меня поставлен диагноз СДВГ и ещё Биполярное Расстройство. Как так всё сложилось сама не пойму. Думала, что всё улажу, а оказалось всё хуже. Я сижу и принимаю различные антидепрессанты. Вы узнаете мою историю, если продолжите читать дальше. Уверена вы узнаете много интересного...

# **Часть 1. Первые сдвиги.**

# Глава 1. С чего всё началось? Часть 1.

Сегодняшнее утро выдалось немного холодным, за окном идёт лёгкий снег, на улице начинает светать. Видны издалека и другие дома, в которых потихоньку включается свет, все начинают просыпаться, ведь сегодня будний день - понедельник. В такой день я бы предпочла лежать в кровати и как обычно слушать музыку, но, к сожалению, нужно вставать в школу. Наверное, самое лучшее это идти завтракать, силы ведь надо где-то брать поэтому нужно обязательно покушать.

Но со всем этим всё равно хочется быть в неведение. Хочется лечь и не вставать, и думать о чём-то своём. Как же трудно жить на этом свете, мне кажется, что всё что нас окружает погубит нас в итоге или же мы сами себя погубим, такие у меня мысли в голове.

- И это всё возможно да? Трудно самой себе сказать о таком, когда ты разговариваешь сама с собою.

Иногда я думаю, о тех вещах, о которых раньше не думала, например: о психических расстройствах, бессоннице и всё в таком духе. Я слишком много начала о таком думать. Это мне не очень нравится. Разговаривать с собою та ещё проблема, хотя вроде это даже нормально, но не знаю. Меня

много чего мучает. Ну, да ладно, это не самое важно сейчас.

Сегодня последний учебный день. Я заканчиваю 11 класс. Год был очень тяжёлым для меня, но несмотря ни на что, со мною более-менее всё в порядке. После своего завтрака иду умываться: чистить зубы и лицо умывать. Также у меня остаётся ещё время, и я могу поваляться в кровати. Обычно я просто лежу и зависаю в телефоне и наушниках.

Наверное, пока расскажу о своей комнате раз я в ней. Она квадратной формы выполнена в розово-белых оттенках. В начале комнаты расположен огромный шкаф поперек. В нём все мои вещи, которые только у меня есть от одежды, до различной канцелярии. Рядом со шкафом диван бежевого цвета, сильно потёртый от когтей кота. Заходя в комнату слева от двери столик розового цвета на нём мой плейстейшен 4 белого цвета и принтер чёрного цвета. Над ними висит среднего размера телевизор чёрного цвета. Рядом же комод тоже розового цвета на нём самом различные фигурки из игр, в самих коробках разные канцтовары по типу бумаги для принтера или картона. С левой стороны дивана расположен маленький столик с зеркалом розового цвета. А рядом уже моя кровать для меня места предостаточно на ней. Матрас удобный не сильно мягкий и не сильно твёрдый. Одеяло мягкое, огромное и подушка. С комодом рядом есть ещё один комод на нём мои духи всякие шкатулки. Всего 3 ящика. В-первом, мои учебные принадлежности по типу тетрадок и пенала их там очень много штук 20. Во-втором, бу-

мага, картон, раскраски самые разные и старые альбомы. В-третьем всё для рисования: краски, кисточки, пастель. Ещё левее идёт стеллаж на нём все мои книги разных жанров: детектив, фантастика, энтузиазм, проза и манга. Посередине комнаты самое важное - мой стол со стулом. Стол белого цвета. Он заполнен моим ноутбуком, решебниками и непрочитанными книгами. Также шторы одни белые, другие фиолетовые по длине среднего размера мягкие на ощупь.

Начинаю уже одеваться, сегодня последний день поэтому форма парадная: колготки, юбка, белая рубашка и погоны всё как полагается. Конечно, на улице немного прохладно, поэтому всё же надену поверх колготок с юбкой джинсы, обязательно курточку с кепкой. Самое главное это сумка с учебниками и тетрадками. Даже если последний день не значит, что не будет учебы.

Наконец-то, я вышла на улицу. Немного морозит, но это не проблема мне до школы минут 10 идти не замерзну. Иду себе спокойно в школу, но тут моё самочувствие просто на просто меняется, я резко взгрустнула. Да такое иногда у меня бывает, возможно из-за погоды по типу метеозависимости. Нельзя сказать точно *нормально* ли это или нет. Но грустить не нужно особенно, когда последний учебный день. Да и к тому же там есть мои лучшие подруги, они-то меня развеселят как никогда. Я в этом уверена. Просто я знаю, что больше никто не поддержит меня там. У меня практически нет лучших друзей. Это немного обидно. Но я стараюсь дер-

жаться изо всех сил.

Я зашла в школу, прошла через турникет (да-да такое есть) и пошла к своему шкафчику. Вообще шкафчики практически у всех учеников имеются, только единицы без него. Моя школа состоит из 4-ёр этажей, есть внутренний дворик (холл), столовая, библиотека спортивного зала и обычного для разных встреч или мероприятий. Разделена на начальную школу и среднюю со старшей. Это такое привычное дело бегать по этажам с урока к уроку или в столовую. Все едят по-разному зависит от класса и уроков. Мой класс есть после 3 и 6 урока м-да... Тут навстречу бежит моя подруга.

- Анна! - радостно произносит Мария и обнимает меня сильно.

- Не задуши меня только - отвечаю немного грустно я.

- И чего мы такие грустные уже с утра? - с явным интересом спрашивает Мария.

- Я не знаю, когда была дома настроение было хорошим, а когда вышла стало плохим - грустно отвечаю я.

- Выше нос, сегодня последний учебный день! - радостно отвечает Мария.

- А также очередная репетиция у нас - скептически говорю я.

В последний год, последний вальс. Я решила его танцевать, правда партнёра пришлось искать долго, но это пустяки главное, что нашла. Репетиций много, и часов не много в сумме. Но мы справляемся, даже поддержки выполняем (ну

практически справляемся). Бывает иногда тяжело в репетициях, с этим ничего нельзя сделать только если учить движения очень хорошо. А нам нужно делать качественно и хорошо.

Обычно когда нужно что-то заучить у меня с этим бывают проблемы, мне нужно *долго* всё учить, мне нужно *время*. А его не всегда хватает, если честно. У меня есть память, которая иногда меня подводит. Особенно в стрессовых ситуациях, когда это очень нужно проявить, а я не могу, нет не так, просто *не получается*. Но, слава богу, вальс на финальной стадии, остаётся пара движений и всё будет готово.

Все ученики собрались в школьном дворике. начинается, как и каждый понедельник - построение и речь. Конечно, речь посвящена 9 и 11 классам. На середину дворика просят нас выйти, мы выходим, нас поздравили более-менее, и мы ушли на уроки.

Одно из тех вещей, которое мне нравится это когда на тебя смотрят твои одноклассники. Не сказать, что это можно объяснить своими словами. Становится страшновато. Будто тебя сейчас обзовут и опозорят при всех. Но, всё же когда *все* смотрят на тебя это еще хуже. Мне не надо такое представлять поверьте мне на слово.

Учебный день проходил неплохо, все уроки как обычно, ничего такого. Но, к счастью, последний урок пришлось прогулять. У меня были свои причины на это.

Это один из тех предметов, который доводит меня до слёз,

причём очень сильно. Похвастаться своей успеваемостью не могу, но некоторые ситуации доводят до истерики. Просто не всё получается с первого раза у меня. Принимать всё близко к сердцу не самое лучшее качество, которое у меня есть. Когда ты осознаёшь, что некоторые твои качества, или эмоции не дают нормально жить, тебя это *пугает* и *раздражает*.

На некоторых уроках, ты просто направляешь свой взор в одну точку и смотришь без какой-либо причины. Вот и меня сегодня так. Смотрела в одну точку неопределённое время и всё. *Непонимание* того, где ты, и что с тобою. Твоё настроение до жути меняться, так резко, что нельзя понять, как быть, ты меняешь настроиться на урок, но у тебя ничего не выходит. И это начинает гложет тебя.

Иногда вспоминаю какое у меня было самочувствие и что со мною было месяц назад или чуть больше. Не всегда всё *помню*, но... Возможно, если я что-то вспомню, то может пойму свою резкую смену настроения и простое смотрение в одну точку.

### *Флэшбэк.*

*Не думала, что сегодня в школе будет такой ужасный день. Я сегодня сама не своя. Мария, не ожидала, что я была такой агрессивной. Хотя... Она говорила, что я то агрессивная, то весёлая и даже слишком импульсивная, вот это у меня смена настроения офигеть. Ещё и резкий озноб. Ну, конечно, даже если наступила весна, не значит, что будет*

*сразу тепло. На уроках вообще не сосредоточена была, никакого интереса не было. М-да... наверное, устала и не выспалась.*

*Настроение стало ещё хуже дома. просто плохой день и всё. Если не считать того факта, что мне захотелось сильно плакать, то это ничего не отменяет. Хорошо хоть дома никого не было, слава богу!!!*

*Не могу спокойно лежать на кровати и сидеть в телефоне, тревожность всё какая-то. Что-то всё не так. Нет... Мне казалось, что со мною что-то не так. Но сомневаюсь, что настолько плохо.*

*Столько всего навалилось вот и организм разбуянился то экзамены, то домашка, то репетиции. Сойти с ума можно было раз 10. А у меня всего на всего психика пошатнулась.*

*Страх всё равно есть, мне не хочется думать о том, что у меня могут быть проблемы, сейчас я ничего не сделаю...Пока.*

*Конец флэшбэка.*

*Воспоминание дало понять одно - я и вправду сильно изменилась. Хочется плакать и плакать от этого. О нет я снова начала от нервов грызть ногти. Такое у меня очень часто, и что с этим делать ума не приложу. Я всегда была такой нервной и отдалённой от всех. Иронично немного звучит. Но сейчас не понимаю, что делать и как взять себя в руки. Смена настроения... так и не пойму почему так часто это происходит. Хотя, это вроде очевидно, мы ведь люди, для нас это*

всё естественно, но не настолько сильно.

Учебный день закончился. Все репетиции тоже. Мы с ребятами будем расходиться, но завтра увидимся.

- Пока Ань, до завтра! - все трое попрощались со мною, и я пошла домой.

За всё сегодняшнее время настроение немного стало лучше и в целом самочувствие. Дома буду решать решебники, к сожалению, своему. Экзамены близились, а с ним и стресс. В 9 классе тоже был стресс.

*Флэшбэк.*

*Круто, заканчиваю 9 класс, только вот к экзаменам тяжело готовиться, но у меня получается. Завтра суббота, а это значит - консультации. О нет, завтра обществознание. Не хочу снова плакать, не хочу слышать, что я плохая и ничего не знаю. Не хочу идти на общество. С русским ещё ладно, там получается, а вот общага, на 3-чку. Может прийти только на час, вместо двух? Нее....может пробник дать, не вариант. Тогда смириться только надо и всё.*

*Как? Как мне смириться, если я не контролирую себя. Я снова буду кусать свои щёки, губы и грызть ногти, снова буду ногой, который раз трясти.*

*Мне страшно. Вот. Страх. Это и останавливает меня всю жизнь. Я просто боюсь всего. Я боюсь не сдать экзамены. Надеюсь, что сдам.*

*Конец флэшбэка.*

М-дану и день воспоминаний, что тогда, что сейчас: всё плохо и нервно. Хоть Мария и намекала, что я немного *изменилась* мы всё равно остаёмся подругами и общаемся. И она если, что мне поможет. Ведь поможет?

За этот день я много чего вспомнила, почувствовала. Я трогаю себя с *надеждой*, что всё *нормально* и пока так и есть. Чувствую себя настоящей, руки не дрожат, не смотрю в пустоту (часто, но не всегда), не отстранённа ото всех. Со мною ведь общаются люди, я не останусь одна, я это знаю. Вот только кто же знал, что я буду сильно ошибаться в своём будущем...

## Глава 2. С чего всё началось? Часть 2

Я просто растворяюсь в себе каждый раз, когда делаю что-то не так. Ты делаешь, пытаешься, а у тебя ничего не выходит. Ты пытаешься обычно жить, но всегда впутываешься в какие-то неприятности. Капаешься в себе, в своих мыслях, чтобы понять, *что с тобой не так*. Но ответа, к сожалению, нет. Или есть? Такие вопросы очень часты у меня, что поделать с этим таков уж я человек. Вечно накручиваю себя и навязываю какие-то мысли себе.

Не спишь ночами, мучаешься от бессонницы. Рассуждаешь о жизни. Рассуждаешь о себе. Ищешь что-то в интернете, но всё впустую. Или снова нет? Все эти вопросы начинают сжирать тебя изнутри. А ответов у тебя всё нет на эти вопросы.

Вместе со всем этим ты понимаешь какая странная штука как жизнь. Столько ответственности, но без особой справедливости. У меня мыслей много, и они иногда всё же разные. Вопросы и ответы, ответы и вопросы - полные противоположности самим себе. Но я забегаю вперёд и ухожу от темы.

Я знаю, что у меня есть проблемы со здоровьем, но ведь не до такой же степени (ага именно до такой). Живёшь в вечном

непонимание жизни, и всего прочего.

Но ты так и остаёшься бояться *себя*. Только самого *себя*. Спутанность сознания *не даёт правильного ответа*. Оно даёт только: стресс, отчуждённость, тремор, головокружение, отсутствие нормального физического состояния. Ты просто становишься *потерянным*.

У меня слишком много таких мыслей по ночам, они...заставляют нервничать, страдать. становиться невыносимым испытанием. Каждый раз, каждый...чёртов раз, что-то да думается о себе.

И сейчас я сижу дома, на стуле, анализирую себя и своё поведение. Вновь мысль о психологе...господи. я очень устала уже от этого всего. Хочется сойти с ума. Просто. Сойти. С. Ума. И вам это не послышалось совсем нет. Всё куда серьёзней чем может показаться.

Начала готовиться к экзаменам. Решила взяться за русский. С ним нет особых проблем, он попроще остальных.

*Спустя час.*

Ответы, к сожалению, не самые лучшие. И снова. Снова ничего не получается у меня. Это какой-то замкнутый круг. как бы я не делала, и не старалась ничего не выходит.

Ха...я улыбаюсь, сижу и *улыбаюсь*. Вот умора честное слово. Мне не должно быть смешно, не в такой ситуации, когда от меня самой зависит моё будущее. А это неправильно, от того, как я напишу экзамены не должно влиять на моё будущее. Пфф...Это просто какой-то стереотип не более этого.

Самое худшее, когда тебе нужно выбрать хоть какие-то экзамены, а ты не знаешь, что тебе по жизни интересно. За свои 11 лет школы так и не узнала кем хочу быть. Пугает очень сильно это всё меня. Я просто начинаю сдаваться, вместе со слезами на глазах. Падаю в пропасть, в темноту, с которой не выбраться мне. Этого не должно быть. Не. Должно. Быть. Хочу отключить эмоции. Не хочу быть импульсивной нет, нет. Мне этого не надо, я не хочу этого, пожалуйста.

Лицо закрыто руками. Руки - спасатели, и олицетворение *самой тебя*. Они видят и дают надежду. В этот ужасный и несправедливый мир, который не терпит таких людей и их восприятие.

Руки в шрамах. Это боль. Которую не описать словами. По ним можно многое увидеть в человеке, стоит только приглядеться к человеку и всё будет понятно. Вся соль все раны и невзгоды. Нам нужно остановиться. Остановиться. Посмотреть на себя и всё то, что мы делаем здесь и сейчас.

Плач и смех. Они разные, но в тоже время похожи, они противоположны. Как Инь и Ян. И без друг друга они не могут быть. Вместе они дают грань между добром и злом. Срывом и спокойствием. Дают гармонию. Вот и во мне сейчас борется это всё. нужно взять себя в пуки пока окончательно не было поздно. Я должна сама с этим справиться, вот чтобы то не стало и понять. Что со мною происходит и почему стала такой.

За один день столько всего произошло: я пришла в шко-

ду в плохом настроении была просто никакой. Потом ещё рассуждала о своём самочувствии, а оно было не идеальным. Вспоминала много из своего прошлого. Возможно просто настал такой период жизни, когда мне нужно что-то сделать: изменить в себе или подняться. Жизнь никогда не даёт ничего лёгкого, но у всех свои проблемы и они разные. Мне нужно решить проблемы с собой, своим самочувствием и психикой. Надеюсь, что всё разрешится и снова буду жить по-старому(нет). А пока меня, наверное, много чего ждёт и мне много чего походу предстоит о себе узнать.

*На следующий день.*

Сегодняшний день начинается бодро (пока) лишь бы так весь день было, иначе будет как вчера, ух не хочется вспоминать даже это всё. Надо хотя бы повеселее быть, а то хожу какая-то грустная, а уже через неделю последний звонок это не дело.

Первая консультация по русскому языку. Обычно на них всё проходит более-менее. И на них я хорошо себя *чувствую*. Идут они у нас приблизительно час, больше не получают сегодня ещё и репетиции, должны быть, но не суть.

*Спустя полчаса.*

- Теперь на вопрос ответит Аня! - спокойным тоном говорит учитель. И в этот момент происходит то, что меняет меня куда сильнее, чем всё остальное. Я начинаю смотреть то на учителя, то на всех учеников, то на свои руки. У меня тяжёлое дыхание, я это прекрасно понимаю. Голова будто

начинает кружиться, а руки к тому же начинают дрожать.

- Аня, Аня?! - все пытаются до меня докричаться, а я их всех будто не слышу.

- Могу предположить, но возможно у неё *паническая атака* - тревожным голосом произносит Мария. Что...Какая паническая атака, о чём вы? У меня ничего такого не может быть, как это? Я так же продолжаю сидеть и ничего не понимаю, и не соображаю.

После этого, обо мне начали немного беспокоиться, но не все. Некоторые одноклассники не переживали особо обо мне, обычное явление в моём классе... Переживали учителя и мама. Меня редко такой видели, в таком состоянии. Обычно я весёлая и с улыбкой. Я была не своя это точно.

Мне принесли стакан воды я его выпела и меня вывели из кабинета, чтобы отдышаться и прийти в порядок. Со мною была моя подруга на всякий случай, если со мною что-то произойдёт.

- Тебе нужно домой, Анна! — это был не вопрос, а ответ и очень наставляющий. Мария понимала, что в таком состоянии мне не нужно идти на репетицию. Я это тоже начинала понимать, хоть и не донца пришла в себя, но осталось всего неделя до последнего звонка, надо всё до конца отработать.

- Сегодня отлежись, а завтра если будет лучше приходи - отчеканила подруга

- А если спросят почему меня не было, что мне им ответить то? -надув губы сказала я

- Я с этим спокойно разберусь, а ты сейчас же иди домой, без каких-либо вопросов, ясно? - твёрдо сказала Мария. Да с ней лучше не спорить, она будет стоять на своём поэтому лучше её послушать.

- Хорошо, хорошо, Мария уговорила меня пойду домой - всё же пришлось согласиться, отдых мне и вправду нужен после такого.

- Я тебе сегодня ещё напишу и твоему партнёру скажу, что тебе плохо стало.

- Да, конечно, Мария я тебя поняла всё будет нормально со мною

- Сомневаюсь...

Я собрала свои вещи и пошла к шкафчику, одеваюсь потихоньку, так будет лучше, а то я еле на ногах стою. Хорошо, что мне до дома идти минут 15 не так долго и не далеко. Выхожу из школы и меня пронзает свежий воздух. Я дышу несколько раз и уже после этого спускаюсь по ступеням и направляюсь домой.

Уже дома я переделалась легла на кровать. Лежу с закрытыми глазами и думаю. Всё же *этот момент* дал всем понять, что это моё изменение. *Я изменилась сегодня*. Не могу поверить, что у меня что-то есть. Паническая атака, вы серьёзно? Ну её не может быть. Бывают проблемы, но не такой же степени. Смех....Я снова начала смеяться, потому что не верю, что это всё происходит. Ну не может быть у такого весёлого и доброго человека как у меня. Никто не поверит в

это, ну никто.

А надо поверить, иначе я себя угроблю до такой степени, что мне не к психологу надо будет идти, а к психотерапевту. Поэтому включаем свои мозги и начинаем действовать. Действуем для самой себя. Ради своего спокойного будущего. Я не хочу сейчас останавливаться. Даже если мне плохо, нужно постараться как-то справляться, научиться за себя постоять. Вот только мои проблемы так быстро не решаются.

Когда в твоей жизни наступает переломный момент, ты начинаешь заново жить, проживать саму себя. Вновь охватывают эмоции, вновь чувствуешь только сейчас будет труднее, чем раньше. Сейчас надо остерегаться своих страхов и действовать. Правда я не знаю, что будет со мною дальше и не сойду ли я окончательно с ума. Мною слишком сильно заведуют эмоции - не разум, а эмоции в этом и заключается одна из моих проблем. За всю жизнь ты испытываешь много эмоций, много моментов, различных решений. Но от переизбытка ты ломаешься в прямом смысле этого слова. Я в себе запуталась и не один раз себе это говорила.

Люди отнюдь странные существа. У нас есть власть, работаем чтобы деньги получить. И забываем о самих себе о своём хрупком здоровье. Которое непрерывно может страдать. Человечество давно забыло обо всём этом. А мне и не надо забывать, потому что это всё чувствуется у тех чья душа надеяться на помощь и ищет её больше всего на этом белом(нет) свете. Они находят помощь, но не ту, на которую

надеялись, а ту которая им хоть чем-то могла помочь.

Я не готова ко всему этому – это так тяжело. Мы слишком молоды ради этого всего. Собраться с мыслями не получается. Одни лишь неудачи есть на пути и больше ничего. Терять себя не хочется. Терять свои мысли не хочется.

Моё лежание на кровати никак мне не поможет, хотя с какой-то стороны я о многом сейчас думаю. Слава богу, думать не разучилась. Нет-нет так не пойдёт. То, что у меня появилась паническая атака ещё ничего не значит, да это не хорошо, но не конец света.

Мне нужно собраться с *положительными мыслями* и идти дальше. Мне осталось совсем чуть-чуть и позади школа. А уже потом решу всё остальное. Сейчас не опускаю руки, даже если они хотят упасть. Я иду вперёд и только вперёд

## Глава 3. Здравствуй, обморок

Прошла неделя после панической атаки, после этого мне вроде было получше, даже на веселе была. Надо отметить, что я *слишком* весёлая, прям улыбалась во все 32 зуба. Много смеюсь, пессимизм заменился на оптимизм. Меня всё это не пугало, наоборот забавляло. Думаю, это просто эффект эйфории или бабочки какой-то и всё. Ах, да сегодня ведь последний звонок. Замечательное событие, я могу сказать. Мы этого все ждали и дождались. Всё было готово: одежда, причёска, номера отрепетированы всё как надо.

Вот я пришла в школу, она была немного украшена: сделали отдельное место для фотографии - баннер в жёлто - серебряном цвете, красная дорожка, шарики расположены на лестницах их специально прикрепляли, чтобы не оторвались. Когда пришла в свой кабинет некоторые ребята уже были в нём. Кто-то искал свою ленточку, кто-то поправлял макияз, а кто-то просто стоял и ждал момента. Я начала искать свою ленточку и нашла её, она была выполнена в зелёном цвете, золотым цветом были написаны наши имена и фамилии, ткань была мягкой на ощупь. В один момент боковым зрением заметила взгляды своих одноклассников. Они...очень как бы это сказать так странно на меня смотрели. Будто боялись меня с такой осторожностью и отчуждённостью.

Что мне думать об этом, да ничего не думать. Просто сегодня праздник не хочется портить себе настроение такими вещами. С одной стороны я не могу их винить, а с другой... Когда, к примеру твой друг или близкий замечается с проблемами с психикой, то это становится немного может даже страшно. Погодите им может быть *Страшно?!* Но некоторые из них знают меня не первый учебный год. Немыслимо просто немыслимо. Поверить в такое трудно. Это не 100% мнение и решение от них. Но их *взгляд* говорит сам за себя. Расстраивает такой факт. Совсем скоро выходят о таком не надо сейчас думать всё гораздо серьёзней чем кажется. Иногда думаю о хорошем и становится лучше.

минут через 15 мы все собрались и нас ждал ответственный момент.

- Родители и учителя, я приветствую вас на последнем звонке 9 и 11 классов! - громко и торжественно произнесла одна из учителей. Все начали хлопать и ждать нашего выхода.

- Наш последний звонок открывает 11 А класс!

Это был наш выход, который мы ждали очень долгое время, и он настал. Через 10 секунд мой класс пошёл маршем по внутреннему дворику школы. Мы прошли и встали на место. Также после нас 9-е классы прошли. начало было положено. Начинаем с гимна. Пора теперь переодеваться на вальс, это был тоже ответственный момент, на который мы потратили несколько месяцев. Моё платье было немного-го-

лубым как небо, немного просвечивало, белые каблук на маленькой высоте, были самые разные платья: у кого-то чёрное, у кого-то розовое и т.д. вообще не сосчитать их всех.

Нас приглашают на наш вальс. Мне было немного страшновато, всё же старались его учить. Вальс проходит хорошо, без промахов. Все поддержки плавно и элегантно. Мы смогли сделать это. Аплодисментов было много. Оставался ещё один флэшмоб мне. Вновь иду переодеваться, но уже в костюм. Так же ещё нужен был учебник любой, я решила взять учебник по истории. Ждём своего выхода. И вот ещё один момент. Я пыталась все движения делать чистыми и правильными. Флэшмоб удался, и я вновь пошла переодеваться, но уже в парадную форму. Был ещё один флэшмоб, но он уже был без меня. До конца звонка остаётся совсем немного, нас зовут для звонка в колокольчик и нашей песни.

- А теперь 9 и 11 классы исполнять вам прощальную песню! - Мы долго думали над тем, какую песню спеть. Выбор был тяжёлым, не всем нравились все песни, которые были предложены, менялось где-то 1-2 песни. Но всё же мы выбрали песню, точнее смогли это сделать. Не могу сказать, что *все* выучили песню, я её несколько раз слушала, чтобы хоть что-то запомнить. Да я как-то упоминала, что чтобы мне что-то запомнить нужно *время* и не мало. Нам включили песню, и мы начали петь. Если всё смотреть по сторонам, то будет видно кто пел, а кто нет.

После спетой песни каждому ученику давали колоколь-

чик, и он должен был им позвенеть. Доходила и моя очередь до колокольчика, и я им позвенела и отдала следующему. Самое последнее в звонке это маршрут моего класса, мы ведь выпускаемся, если после 9 класса можно по желанию пойти в 10, то после 11 просто уже окончательно уходят их школы. Мой класс готов выйти в последний раз. Мы готовимся к выходу. Ответственный момент нас ждёт.

Я стою уже готовой к последнему испытанию в этот раз в этой школе. Чувствую небольшое волнение, и даже головокружение, жар по всему телу, будто в обморок сейчас упаду. Мы начинаем идти и я...

*Темнота. Почему так темно? Что она из себя представляет? Ничего? Верно, ничего. Что случилось? Что со мною?* Был последний звонок и. Ощущение, что меня кто-то зовёт... *Ан... Аня. Аня...*

Отрывисто, очень не разберусь, что говорят. Мои глаза закрыты, да я это ощущаю. Голоса, много голосов. Они все меня окружают, все рядом со мною. Я... Будто лежу. Да лежу. Но где и почему не знаю. Будто пришлось оторваться от своего тела и быть в небытие. Тело не до конца ощущаю...

*- Аня, Аня очнись ну же! Почему она не просыпается? «Что с ней?»* — встревожено с ноткой печали спрашивает Мария. Я слышу, но. Будто приглушённо, нежели чем обычно.

- У неё... обморок - произносит уверенно и спокойно врач -

из-за волнения, недостатка крови, случаются обмороки, скорее всего она просто перенервничала и всё, это не страшно она очнётся. Ей просто нужен пока отдых.

- Обморок? Но у неё *никогда* не было его - шокирующе отвечает Мария.

- К сожалению, он может случиться у каждого не зависимо от того был в детстве или нет - с уверенностью и ноткой тоски отвечает врач - не переживайте по этому поводу, главное отдых и всё. Врач собирает свои вещи и уходит.

Так и прошёл мой последний звонок. В обмороке я провела некоторое время. Некоторые одноклассники спрашивали о моём самочувствие за что им спасибо, но таких было только человек 5 из всего класса, а нас на минуточку не 10 человек. Это ещё одна проблема у меня отсутствие практически друзей. За мною наблюдали и смотрели на моё состояние. Если бы у меня уже был обморок, то люди бы уже знали, что может быть со мною, но так как он впервые случается никто не знает, что со мною может быть.

Возникает вопрос: как я себя чувствую?

Мой ответ таков: Ужасно. Даже отвратительно. Ем мало и видеть не прям, чтобы кого-то хочу. Бывало и лучше у меня.

Осознание того факта, что ты впервые падаешь в обморок кошмарна. Я даже представить себе не могу это всё ещё и на собственном выпускном. Меня это всё ставит в тупик. Всё это странно и куда непонятней, чем кажется. Нужно сейчас взять себя в руки и что-то уже делать. Так и сойти с ума мож-

но уже. Сомнений нет никаких у меня. В самом деле ёлки палки. О таком вообще не хочется говорить ни с кем. Такое нужно переварить ещё. Это...тяжёлый осадок, который случайно свалился на меня.

Нет.

Нет!

НЕТ!!!

ДА НЕВОЗМОЖНО ЭТО ВСЁ.

Мне нужно успокоиться это не конец света. Всё нормально просто перенервничала и всё. Так бывает.

Мне говорили, что у меня *немного* пустой взгляд в глазах. Мда...Этого я и боялась. После обморока бывает некое *отстранение* от мира ненадолго. Говорили, что я *должна* прийти в норму. Какая ещё норма после обморока?? Это тяжело. На секундочку свалиться в обморок в свой выпускной. Немыслимо. Реагировать нормально не могу, да и особо не хочу этого делать. Я не до конца восстановилась, поэтому пока в таком состоянии буду.

Через несколько дней выпускной и сдача учебников. Мне и это уже не хочется делать слишком тяжело. Раньше...Раньше мне было гораздо легче. Сейчас же...Этот вопрос волнует не только меня. Сейчас всё сложно. А когда с тобою такие вещи происходят, то ты будто оторван от мира. И не знаешь, что делать дальше.

Вообще не смотря на свой класс всё же некоторые ещё приходили на несколько минут. Нуспасибо хоть за такое, ду-

мала никто не будет навещать, а не вот всё же пришли. Возможно их кто-то заставил, но это сейчас не важно.

*Как отреагировали некоторые на то, что со мною происходит:*

*Мария: Я очень волнуюсь за неё словами трудно описать всё то, что было. Она сильная и она справится со всем уверенностью у меня есть. Просто некоторые персоны говорят, что она слегка того. Это ужасно, но желаю её выздоровления.*

*Учителя: С ввиду она такая ну, даже добрая уроки слава богу не срывает уже хорошо, она умная просто ей нужно чутка стараться и экзамены сдаст. А это ситуация с ней...Напрягает нас признаём. Не видели её такой никогда.*

*Мама: Она...Вообще очень мало говорить, что с ней с её самочувствием, я же мать и знаю, что у неё в душе происходит, а она мне не говорит ничего из своей жизни.*

*Некоторые одноклассники: жаль её если честно она ничего плохого не делала, ну именно нам. Период, наверное, у нее тяжёлый и всё очухается. Проблем не возникнет, а если всё же будут, то поможем она не раз нам помогала к тому же это всё серьёзно.*

Вообще я рада, что столько хорошего услышала от некоторых. Настоящий поступок взяли и поддержали меня. Так и закончилась эта неделя. Что за неё произошло много чего: психика не выдерживает, есть паническая атака и ещё словила обморок. Лучше не бывает.

А также убедилась в хороших людях и что они есть. Даже такое может быть трудным. Наконец-то что-то хорошее у меня происходит в этой жизни, а то как-то не очень. Всё серое и однотонное, а тут вон радостная новость. Взяли и столько всего сказали обо мне. Плохих вещей не говорили это тоже плюс.

Если бы так было на постоянной, то я бы точно была бы в порядке тут можно быть увереннее в этом.

Но итоги недели от этого хорошими не становятся. Хотя забыла бы об этом, если память не подводила меня, а она, наоборот, хорошая у меня.

Всё нужно перестать обо всём этом думать и ждать, когда мне станет прям лучше и смогу ходить на консультации снова. А то экзамены не за горами, а у меня всё не так хорошо, как хотелось, я ведь не отличница поэтому прикладываем все силы и делаем всё как надо и никого не подводим в первую очередь себя, а потом все остальные. Посмотрим, что меня будет ждать на моей следующей ещё школьной жизни и не сойду ли я окончательно с ума.

## **Глава 4. Первые сновидения оканчиваются кошмаром.**

После ужасной недели (паника, обморок и т.д.) начались проблемы похуже этого. Причём меня вначале это знатно шокировало. Такого-то у меня точно не было за всю мою жизнь. Дело в том, что мне *никогда не снятся сны*.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.