

КАК ЦИКЛОТИМИЮ ВОСПРИНЯЛИ БЛИЗКИЕ?

Если честно, сказать достаточно сложно, думаю не один раз ещё вернусь к этому вопросу, но в общем могу сказать, что я так и ожидала. Не скажу, что всё плохо, скорее...Нормально.

Родители о моей болезни не знают, и я даже не знаю, а нужно ли им говорить? Пожалуй нет. Есть множество причин полагать, что они не поймут, не воспримут и всё сведется к "нужно просто быть сильной". Опыт показывает, что делиться такими вещами не принесет того должного внимания, которое требуется.

У меня есть старшая сестра, я не скажу, что мы близкие, но и не отдаленные друг от друга. Узнала она о моей циклотимии спустя 10 месяцев после моего первого похода к врачу и то, только потому что я покупала таблетки при ней (пришлось). Надеюсь, родителям она не расскажет, ха-ха. Какова была её реакция? Простой, для меня совсем не неожиданной. "Чтобы понять, что это надо гуглить, и вообще...Все мы немного того...", - сказала сестра. После этого мы к теме больше не возвращались. Меня не спрашивали ни о природе болезни, ни о проявлениях (кроме моего объяснения "это поэтому я то никакая, то слишком какая-то"). Честно говоря...Не особо-то и хотелось что-либо рассказывать. Может оно и к лучшему.

Все друзья, которым я рассказала, восприняли нормально, но понятно, что с долей непонимания самой болезни. Некоторые даже сказали, что никогда во мне такого не замечали. Это и логично, потому что я либо скрываю и делаю вид что вся такая активная, веселая, либо просто в самые худшие моменты не контактирую. Фразы "это многое объясняет" я не слышала и не знаю даже должна ли была. Наверное нет, в "реальности" меня не так много и там я почти всегда один и тот же человек. К тому же, мало кто знает меня на протяжении многих лет, чтобы действительно заметить разницу. Я благодарна всем, кто не просто не отвернулся, а стал ещё ближе.

Я помолвлена, за прекрасным человеком, который постоянно хочет помочь мне чувствовать себя лучше, мотивирует меня, и я безмерно ему благодарна за это. Однако, всё же придется принять тот факт, что невозможно всё контролировать в своей жизни, особенно других людей, поэтому важно просто быть опорой и поддержкой не действиями и даже не словами, а банальным присутствием, просто потому что иначе никак.

Ну не можете вы меня исправить, вылечить, перезапрограммировать, но вы можете просто быть рядом в любой ситуации, внимательно прислушиваться. Никто не просит вас решать мои проблемы. Как сильно бы вам не хотелось улучшить мою жизнь, сам факт того, что вы в ней, уже многое для меня значит.

Мне нужно, чтобы вы сегодня любили меня немного громче.

ВНЕЗАПНО ☹☹

Помните я в первой части про то, как все начиналось рассказывала, что сама сделала выводы и пришла к врачу красочно все описала? Ну так вот, у вас тоже есть ощущение что из-за моей "начитанности" я могла специально себе все надумать и ввести врача в заблуждение? Ага, я тоже так думаю, до сих пор. Но к врачу я хожу уже 11 месяцев и думаю она бы заметила если бы я была ипохондриком или типа того.

Мысли, что я просто пытаюсь найти оправдание своему поведению или особенности нервной системы, до сих пор периодически меня посещают. Мне казалось, да и кажется, будто я намеренно пытаюсь найти аномалию, чтобы спихнуть ответственность на расстройство, а не решать эти "проблемы" самостоятельно. Ведь я должна быть сильным человеком, так? Не обращать внимание ни на что и не искать отмазки, так?

Не так. Вот это вот "будь сильной" и "это всё глупости, ты просто ленивая, недисциплинированная, безвольная и т.д. и т.п." только вызывают что? Правильно, депрессию. Звучит как ещё одно оправдание моей ненормальности, правда?..

И так меня шатает то в одну сторону, то в другую. Сначала я думаю, что всё это бред и просто нужно взять себя в руки, а потом приходит понимание, что ну не могу же я быть настолько бестолковой, ведь бывает, что я полностью соответствую своему идеалу, причем внезапно, а не потому, что сила воли появилась. Получается, что со мной явно что-то не так, раз такие качели...