

# ДРУГ ПОДКИНУЛ ПРОБЛЕМ

История одного знакомства и одной ссоры с попыткой изменить жизнь

**В жизни каждого человека время от времени появляются разные люди. Некоторые искренне хотят общаться, у вас общие интересы, взгляды на жизнь. А некоторые набиваются в друзья только для того, чтобы ты помог им решить их проблемы. Однажды я помог человеку разрешить конфликт с самим собой и еле отвязался от него. И теперь точно знаю: помогать людям можно и нужно, но осторожно!**

Летом 2010 года, в одной из социальных сетей ко мне в друзья добавилась некая 12-летняя Даша, которая живёт в доме напротив. В один из июльских вечеров, когда я как раз был в Сети, она отправила мне сообщение, ошибившись адресатом, так спонтанно началось наше общение.

После нашего знакомства я сообщил Даше, что мы живём в разных реальностях и общаться нам не о чём. Но через какое-то время Даша поразила меня суицидальными наклонностями. Она начала жаловаться на жизнь, писать, что хочет покончить с собой, стала рассказывать странные истории про то, как её избил за неформальный внешний вид...

Мне, как неконфликтному человеку, который любит жизнь и не хотел бы её заканчивать раньше времени, такие сообщения было читать просто странно. Пытаясь выяснить причину, я тактично начал расспрашивать Дашу о том, почему ей в таком раннем возрасте захотелось покончить с собой. Девочка рассказала, что родители с ней не общаются, друзей у неё нет, в классе её не любят, учителя и вовсе не замечают. Тем более, что Даша неважно учится и имеет странные для её возраста интересы. Она смотрит только ужастики, слушает депрессивную музыку и красит глаза чёрными тенями. С учётом того, что она выглядит даже младше своих лет, это смотрится очень нелепо.

В нашей переписке я пытался здраво оценить ситуацию и дать какие-то советы, которые читал в книгах по психологии. Но всё же в голове не укладывалось, что такие люди в принципе бывают. До этого я лишь смотрел документальные фильмы о них по телевизору и не думал (а может, просто не хотел верить), что такое правда бывает. Даша рассказывала, что всё время думает о смерти, принимает какие-то таблетки и уже несколько раз пыталась покончить с собой, но не получилось.

Истории от своей новой «подружки» из соцсети мне очень скоро стало читать скучно. «Промывать мозги» ей мне было неинтересно, и я считал себя недоста-



Фото Марии ЕМБУЛАЕВОЙ.

**Люди рядом с тобой часто нуждаются в поддержке, но порой теряешься и не знаешь, как им помочь...**

точно компетентным в вопросах психологии, чтобы что-то советовать. Я отвечал на её слезливые рассказы фразами типа: «Решай сама, твоя жизнь». Но мне всё равно было жалко Дашу и, поскольку я не мог придумать ничего оригинального, то ещё летом вспомнил про наш ежегодный новогодний концерт, который мы делали с коллективом моего шоу несколько лет подряд, и пригласил её к нам.

После этого Даша на какое-то время пропала из моей жизни. Но вот уже начались новогодние праздники и за день до нашего концерта Даша пишет мне, что помнит и придёт на шоу, и она пришла. Несмотря на то, что мы жили совсем рядом, я её никогда не замечал и толком не знал, как она может выглядеть, и ждал, что приятно удивлюсь. Ждал, что все её рассказы о суицидальных мыслях просто подростковый образ и не более. Но на пороге появилась унылая, грустная, очень худая и вялая девочка со слегка нарушенной координацией. Весь концерт мы пытались расшевелить Дашу, вызывали на сцену, чтобы принять участие в конкурсах, но все попытки были тщетны.

После нашего лич-

ного знакомства я точно понял, что не хочу и никогда не научусь общаться с такими людьми. Дал себе слово, что буду продолжать окружать себя только позитивными, здравомыслящими людьми. Но, буквально через две недели, Даша пишет мне огромное письмо с благодарностью и кучей смайлов, рассказывает о том, как я изменил её жизнь, старалась быть искренней, но я не поверил и ответил лишь: «Спасибо». После того, как она «съела» у меня кучу нервов и моей энергии, она мне уже надоела, и я надеялся, что по моим кратким ответам ей это станет понятно.

Через две недели для меня стало полной неожиданностью то, что Даша начала преследовать меня после школы, заваливать письмами, просить своих друзей до-

бавляться ко мне и спрашивать про неё. Я старался на всё закрыть глаза, преследует — одел тёмные очки, заткнул уши наушниками. Пишет письма — я не отвечаю. Добавляются в друзья её знакомые — не добавляю. Этот энергетический вампиризм продолжался долго, в кругу моих друзей Даша уже стала настоящей персональной нон-грата.

Выход был один — сказать всё как есть. Деликатно это сделать не вышло, просто потому, что адресат моих достаточно жёстких сообщений делала вид, что не понимает, о чём я. Хотя многие просто советовали мне добавить её в бан-лист и перестать замечать в жизни, но я так поступить не смог и объяснился грубо, после этого, конечно, попытки общаться со мной у Даши прекратились.

Теперь я стараюсь просто не замечать её и надеяться на то, что жизнь её чему-нибудь научила или ещё научит. Меня, конечно, стали упрекать в том, что нельзя говорить всё в такой форме, что она всего лишь хотела общаться, начали сравнивать меня с Онегиным, а Дашу с Татьяной, хотя у Пушкина совсем другая история, в общем, придумывали всё, что приходило в голову, ну а я не могу терпеть, когда люди лезут в мою жизнь, прекрасно понимая, что делать им там абсолютно нечего.

Этот случай научил меня тому, что нужно проводить строгий face-контроль, прежде чем пустить кого-то в свою жизнь. Так теперь и делаю!

**Матвей ВИШНЯ,**  
16 лет.

**ОТ РЕДАКЦИИ:** Сталкивался ли ты с подобной ситуацией, когда тебе в друзья просился незнакомый человек и требовал решить его проблемы?.. Как бы поступил ты?

## • ЕСТЬ МНЕНИЕ

**Юлия ДЕРЯГИНА, директор центра социально-психологической помощи детям и молодёжи «Форпост»:**

—Естественно, когда общаешься с человеком в социальной сети, ты не можешь с ходу оценить, какой он и как-то себя обезопасить. Но для подросткового возраста очень важно устанавливать контакты, понимать, какой ты в общении, получать отражение своей личности в личности другого человека. Поэтому герои истории свободно начали общение, и Матвей протянул руку помощи.

Что делать, если человек замкнут, если у него есть депрессивные мысли, суицидальное настроение? Нужно расширить его возможности через участие в чём-то, например, в празднике. Но нужно

быть готовым к тому, что когда мы помогаем людям, то депрессивное состояние уходит, и на это место человек помещает нас. Внутренний компас настраивается на спасителя. Это нормальная реакция, когда прикипаешь душой к человеку, который тебе помог. Вам кажется, что вы прошли незамеченными, как прохожие. Но бессознательно другого человека по какой-то причине могло вас отметить как часть своей жизни.

Когда душа болит, обращаться к друзьям хорошо. Но всё же при суицидальных проговорах, песнях, стихах необходима помощь профессионального психолога. В каждом городе есть социальные учреждения, где ведут приём бесплатные специалисты. Есть и много телефонов доверия, на которые можно обратиться анонимно. Вот один из номеров — **8 (343) 30-77-232.**



Фото Бориса СЕМАВИНА.

# И целого Вечера мало

Порой с одноклассниками тянет встречаться чаще

**Очередной тихий вечер. Сегодня мы с друзьями наконец-то собрались на природе. Наконец-то! Так хочется крикнуть во всю глотку: «Господи, сколько лет, сколько зим!». Хотя не виделись пару дней, а с кем-то и часов.**

Итак, в этот прекрасный вечер ты и друг, и друг, и друг, и друг (и те слева, и стоящие чуть правее знакомые лица) неужто соизволили объединиться в тесный круг и устроить приятные дружеские посиделки? Относительно чистый воздух, не очень густой лес, скорее, роща. Горит костёр, руки заботливо держат палочки с сосисками и хлебом.

Вечер-то тихий, только мы вот что-то не очень. Смех, разговоры, возгласы. Машка так ухитрилась открыть шампанское, что птицы с недовольными криками разлетелись над деревьями. Но-но, давайте будем культурными. Ну или хотя

бы просто не оставим за собой мусор. О'кей?

Кто-то взял гитару. Радостные крики, но потом становится совсем тихо. Только слышно, как с треском вылетают искорки из костра. Подкручивает колодки, берет медиатор. Легко и немного небрежно задевает им струны, и музыка полилась. Потихоньку разрастается волна голосов, но не слишком громко. «Как здорово, что все мы здесь сегодня собрались...».

А ты сидишь, подвываешь и смотришь на всех. Кто-то не поёт, просто неотрывно смотрит на огонь. В его зрачках отражается маленькое рыжеватое пламя. Кто-то наоборот надрыгает глотку и наслаждается этим единым разноголосым пением, как будто в этом заключена сила всех собравшихся.

Песня закончилась. Машка, сидевшая рядом с тобой, замечает, что я на неё смотрю.

—Ты что так смотришь? — хихикает она.

— Да не, ничего. Так классно, что мы все сегодня вместе.

—Ага...

И кажется, что костер — это не просто одно из величайших сокровищ и в то же время причин бедствий человечества, то бишь, огонь. Это особый источник света и тепла. Людского тепла. Он тоже играет сегодня какую-то роль, даже если и эпизодическую. Костёр создал уютную атмосферу, заставляющую наслаждаться этим тихим вечером. Впереди снова учёба, экзамены, когда вы ещё так посидите вместе, ещё не скоро. А может, и вообще никогда. Надо ловить каждую минуту, каждое мгновение. Они могут стать бесценными.

**Татьяна КАЛИНИНА,**  
17 лет.