История одного звонка на Телефон Доверия

(из опыта работы Телефона Доверия «Форпост»)

24.12.2020

На Телефон доверия позвонила девушка 15 лет : «Он бросил меня. Я знаю, что это моя последняя любовь, другого такого не будет. Как теперь жить?»

Да, сказал консультант, можно чувствовать именно это. Отчаяние, боль, безнадежность. Ничего не радует и впереди полная пустота. И ощущение, что ничего уже прекраснее не будет.

Консультант знал, что в такой ситуации бесполезно давать советы подростку: «Возьми себя в руки - все лучшее впереди», «Этот молодой человек не стоит твоих переживаний», «Не думай о нем», «Отвлекись и сходи в кино».

Самым сложным для девушки, позвонившей на Телефон Доверия, было не ждать от него смс-ки. Она не выпускала телефон из рук и ждала день за днем, что он напишет ей. И эта неделя казалась ей вечностью.

Консультант Телефона Доверия слушал девушку и вспоминал свою несчастную любовь и понимал как это больно пережить ей сейчас. Сейчас на данный момент, когда очень больно, пусто внутри и одиноко.

И об этом одиночестве они говорили. О том, как она чувствует себя по настоящему несчастной, хотя близкие друзья и родные тормошат ее, и пытаются веселить. А она плачет и не выпускает телефон из рук.

Если телефон мог пропускать слезы, то перед консультантом скопилась бы небольшая соленая лужица, так горько оплакивала девушка свои чувства и ушедшего молодого человека.

А консультант внимательно слушал, говорил слова поддержки, обсуждал с ней, кто из близких может помочь и может быть есть смысл пойти и поговорить с психологом колледжа об этой ситуации. Много вариантов выхода они обсудили с девушкой.

И тут произошло маленькое чудо. Как в природе, когда идет дождь и темно на улице- внезапно потоки воды заканчиваются и появляется яркое солнце! Девушка перестала плакать, видимо эти слезы и были последней каплей в ее иссякшем горе. Горе кончилось и она стала оживать. Она вспомнила, что есть любимые книги, которые она давно не открывала, что есть котенок, который ждет ее, а в своей несчастной любви она забыла, что очень ему нужна, что давно не рисовала в своем любимом альбоме и не ходила в кино с подругами и много других нужных дел, которые она давным давно отложила в дальний угол своей души. А теперь появилось свободное время, чтобы заняться ими.

Появилось время, чтобы строить себя - почитать про психологию отношений, пойти на шейпинг-строить свое тело, строить свою душу-начать писать стихи. Много чего можно строить в своей жизни.

Ведь эту жизнь она строит сама.

Поблагодарив, девушка отключилась. А консультант смотрел в окно и думал о своей прошлой неразделенной любви, о том что мир устроен так, что горе все равно проходит и о том, что очень хочется горячего чаю.

P.S. все совпадения с реальными людьми случайны

Круглосуточный Телефон Доверия для детей, подростков и их родителей: (343)385 -73-83

**ICQ:** 648092345

[vk.com](https://vk.com/trustphone)

**WhatsApp** - 8-900-210-60-38

 Из материалов сайта

 <https://forpost.uralschool.ru/>