

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.

Книга содержит нецензурную брань!!!

Психические расстройства не пытаются вас на что-то настроить или же прибегнуть к чему-то. Всё основано чисто на книге и не пытается к чему-то убедить!!!

Содержание

Глава 0.1. Представление.	4
Предисловие.	5
Часть 1. Первые сдвиги.	7
Глава 1. С чего всё началось? Часть 1.	8
Конец ознакомительного фрагмента.	17

Анна Бесчастнова

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-ёх 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 *долговсё* 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 пытаешься 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 обществознаие. 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-да ну 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.

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.