

Osamotnienie

Na szkolnym korytarzu panował poranny gwar, ale dla Lei wszystko było przytłumione. Mijała kolejne grupki uczniów, każda opowiadająca o minionym weekendzie, jednak nigdzie nie znalazła miejsca dla siebie. Każdego dnia powtarzała sobie, że to tylko szkoła i znajomi też się stresują. Nauczyciele powtarzali, że jest bardzo zdolna, ale zbyt cicha. Rówieśnicy widzieli w niej coś dziwnego, bo siedziała sama i z nikim nie rozmawiała. Nie rozumieli jednak, że samotność nie była jej świadomym wyborem. Lea chciała podejść, porozmawiać z kimś, ale strach paraliżował ją od środka. Bała się odrzucenia, a każde jej słowo przechodziło przez sito wątpliwości, aż w końcu stawało się milczeniem.

W domu było spokojnie i zbyt cicho, by zobaczyć, co się dzieje wewnątrz Lei. Rodzice widzieli dobre oceny, brak problemów wychowawczych, więc uznali, że wszystko jest w porządku. Mama i tata Lei pracowali całymi dniami, nie zauważając, jak bardzo jest samotna i kryje w sobie uczucia. Najgorsze były popołudnia, gdy po lekcjach wracała do pustego domu. Wpadała w wir nauki, robiła wszystkie zadania dodatkowe i starała się, jak najlepiej przygotować do sprawdzianu. Wieczorami przeglądała media społecznościowe i widziała, jak rówieśnicy dokumentują swoje życie pełne radości, spotkań ze znajomymi, wspólnych zdjęć. Pewnego dnia szkoła ogłosiła konkurs na projekt dotyczący zdrowia psychicznego. Lea długo się zastanawiała czy powinna spróbować. Postanowiła wziąć w nim udział i opowiedzieć na własnym doświadczeniu. Pracowała nad projektem bardzo długo, zbierała krótkie, anonimowe wyznania uczniów, ale bała się podchodzić i zadawać pytania. W pewnym momencie spróbowała jednak porozmawiać z rówieśnikami i ku jej zdziwieniu uczniowie będący z pozoru pewni siebie, mający grono przyjaciół, czuli się samotni. Zobaczyła, że uczucie osamotnienia nie jest wyjątkowe - jest powszechne, ale ukryte pod pozorem codzienności. Gdy nadszedł dzień prezentacji Lea stała przed rówieśnikami, trzymając w dłoniach efekt swojej pracy. Pierwszy raz od dłuższego czasu czuła radość i ekscytację. Nie zależało jej na oklaskach, ale na tym, żeby ktoś ją wysłuchał. Na twarzach kilku osób pojawiło się zrozumienie. Pierwszy raz zobaczyła również, że to co czuje da się powiedzieć, a inni mają podobne odczucia.

Chociaż jej własne zmagania nie zniknęły całkowicie, poznała przyjaciół, którzy czuli to co ona. Z ich pomocą udało jej się zebrać wolontariuszy, którzy chcieli uświadamiać uczniom, że zdrowie psychiczne i nasze zmagania są bardzo ważne i nie można się ich wstydzić. Zrozumiała, że nie trzeba być głośnym, aby zostać zauważonym i wystarczy odwaga, by powiedzieć o tym, czego nie widać na pierwszy rzut oka. Pierwszy raz poczuła, że nie jest z tym wszystkim sama.