

ВНУТРИШНІЙ СВІТ МЕНТАЛЬНИХ РОЗЛАДІВ



INTHERAPY

Обсесивно-компульсивний розлад (ОКР)

Уявіть, що ви йдете дорогою і раптом заблукали. По дорозі є таблички на яких написані різні завдання та правила.

Щоб не потрапити у біду, ви повинні виконувати ці завдання знову й знову, незалежно від того, чи мають вони сенс, чи ні. Навіть якщо ви усвідомлюєте, що дії абсурдні, надія зробити все правильно не покидає, і ви не можете зійти.

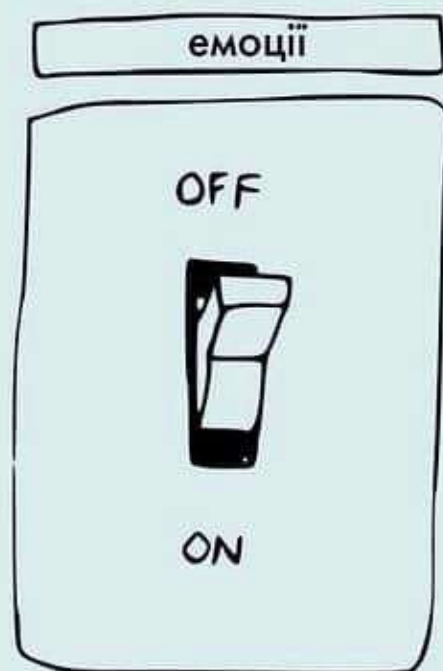
Ця безкінечна петля ритуалів та перевірок стає вашою реальністю, а логіка та раціональність втрачають свою силу.



Депресія

Уявіть, що ви — актор у п'єсі, де всі навколо вас грають сцени щастя та радості, але ви не можете відчувати свою роль. Ваш костюм важкий та не зручний, і кожен рух вимагає величезних зусиль. Ваші репліки здаються беззмістовними, а емоції — відсутніми.

Ви відчуваєте себе відрізаним від інших акторів, за кулісами своєї ізоляції, де гучні оплески здаються далекими та нереальними.



Тривожний розлад

Уявіть, що ви живете у великому будинку на вершині гори. Від кожного пориву вітру вам здається, що ваш будинок от-от впаде.

Ваше життя перетворюється на постійне перебування біля вікна, де ви намагаєтеся передбачити та контролювати кожен можливий сценарій падіння.

Ви не можете насолоджуватися краєвидом або спокоєм, оскільки ваша увага повністю зосереджена на потенційній небезпеці, і навіть найменший шум викликає паніку та страх.



Посттравматичний стресовий розлад (ПТСР)

Уявіть, що ви читаєте книгу і кожен раз, коли намагаєтеся перегорнути сторінку, ви потрапляєте назад на сторінку, де описана ваша травма.

Не має значення, скільки разів ви намагаєтеся продовжити читати, книга завжди повертає вас до тих же болючих спогадів, залишаючи вас з відчуттям безпорадності та страху.

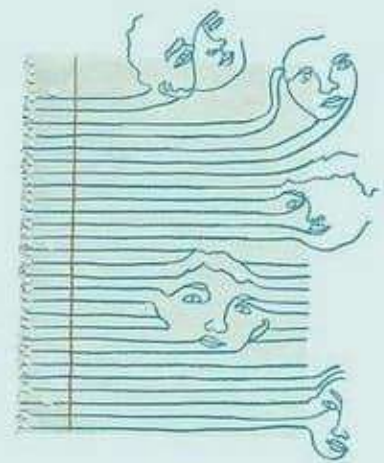


Аутизм

Уявіть, що ви потрапили у світ, де всі соціальні правила, жести та емоції — це іноземна мова, яку вам важко зрозуміти.

Ви спостерігаєте за іншими людьми, намагаючись зрозуміти цю мову, але часто відчуваєте себе ізольованим і незрозумілим.

У вас є ваше власне унікальне бачення світу та його краси, проте більшість свого часу ви маєте витратити на вивчення тієї мови, якою говорить більшість.



Межовий розлад особистості

Уявіть, що плаваєте у відкритому морі на маленькому човні. Ще хвилину назад був повний штиль і ви насолоджувались сонечком, а зараз бачите як на вас насуває величезна хвиля і небо чорніє.

Шторми виникають раптово та непередбачувано, розхитуючи ваш човен з боку в бік. Ви постійно балансуєте між хвилями, ніколи не знаючи, коли прийде наступний шторм. Ваші стосунки з іншими – це постійний пошук берега, де ви могли б знайти безпеку та стабільність, але хвилі кожного разу відносять вас назад у море.



**Ментальні розлади —
це не просто медичні
діагнози, вони — частина
людського досвіду, в якому
є унікальність та сила кожної
особистості.**

