

# Страх

Олег Петренко

## Передмова

Олег, познайомившись із дівчиною на сайті знайомств, одразу закохується в неї, і під час розмови розповідає про свій внутрішній світ, переживання. Дізнаючись про її страхи, він стає її психологом. Допмагає подолати страх павуків, проводячи з нею довгі бесіди в лісі та влаштовуючи там практичні уроки психології, що дають певний результат. Коли минає час, а було проведено не одну розмову, вона зустрічається зі страхами віч-на-віч, і в неї з підтримкою Олега виходить побороти те, що довгий час не давало їй спокійно жити, і набуває повного спокою.

## Глава 1

### Знайомство

Олег:

— Я вже довгий час сам і крім книжок із психології більше нічого не бачив, — Олег опустил голову, — я ж не буду все життя жити книжками, забув про реальність, треба вживати якихось заходів, і в житті щось міняти, а так я можу непомітно втратити роки молодості, і, прокинувшись від читання, побачу зовсім інший світ, і я сам уже буду не молодий, і тоді мені вже нікуди буде йти гуляти, світ навколо мене стане іншим. Я так не хочу заснути в бібліотеці книг на довгі роки. Мені потрібно якнайшвидше прокинутися, і почати далі рухатися по життю. Зупинка на кілька років у читанні книжки — це добре, я став мудрішим, але завжди потрібно бачити знак, який вказує на завершення дороги, щоб не поїхати далі другорядною дорогою в прірву свого життя, не побачивши нічого, крім книжок.

Олег подивився на телефон:

— Згадав, я якось з усім випадково бачив в інтернеті рекламу сайту знайомств, і хотів спробувати познайомитися на сайті знайомств із дівчиною, а сьогодні в мене вихідний день, і є час здійснити своє бажання. Але чи зможу я там з кимось познайомитися чи ні? Я цього не знаю. Можливо, не варто витрачати час на сайт знайомств, це ж, на мою думку, темний ліс, у якому я можу загубитися, — Олег задумався, — а може, це реально найкращий спосіб із кимось познайомитися. Це ж сайт знайомств, і там знайомляться всі ті, хто хоче познайомитися, і нікого іншого бути там не може, а в мене не так уже й багато вільного часу, і крім роботи я більше нічого не бачу. Це буде найкращим виходом з положення. Адже одному стільки часу не так уже й легко жити. Я вже не пам'ятаю, коли востаннє з кимось спілкувався, і понад рік

живу на самоті. Я, розуміючи, що цей світ створений не для однієї людини, і потрібно бути удвох, а сайти знайомств дають змогу спілкуватися з різними людьми, і, як розумію, там є, можливо, можливість зустрітися зі своїм співрозмовником, а може, там можна зустріти справжнісіньке кохання, — Олег зробив важкий видих, — хтось у це вірить, а хтось ні. На сайті зареєстровані різні люди, і, можливо, на сайті зможу знайти співрозмовника за моїми інтересами. Але я не думаю, що там можна зустріти кохання, я в це не вірю. Може, там немає ніякого кохання, і всі знайомляться для своїх цілей. Я думаю, що це можливість, і не тільки для мене, з кимось познайомитися для того, щоб урізноманітнити свій час, а ще з кимось поговорити на різні теми. Там дуже велика кількість людей і всі різні, і ніхто один на одного не схожий, і це те місце, де в кожного з'являється велика кількість можливостей, і тут потрібно бути дуже уважним. Адже це не так, як у житті, коли людина хоче з кимось познайомитися, вона йде на вулицю, прогулюється і бачить іншу людину, і вже повністю розуміє, з ким буде розмовляти, а на сайті знайомств є тільки фотографії, а хто ж може бути за цими фотографіями, я не знаю, і це залишається загадкою. Іноді трапляється так, що фотографія не може сказати правду, і за фотографією може бути зовсім інша людина. Ну, що ж, як буде, так буде. Я ж цього не знаю, а спробувати завжди варто. Я можу сказати, що це повністю незвичний спосіб знайомства і для мене він є вперше. Можливо, мені пощастить, а можливо, ні.

Олег зайшов до кімнати, подивився на годинник і пішов на кухню. Зробив чашечку міцної кави, взяв мобільний телефон, що лежав на столі, і зайшов в інтернет. Гортаючи сторінки інтернету, знайшов додаток сайту знайомств. Одним натисканням на великий екран скачав його, і в телефоні з'явилася піктограма додатка. Уважно подивився на значок в екрані телефону і сказав:

— Можливо, не варто знайомитися. Я себе якось ніяково почуваю. У мені раптово з'явилася присутність страху, але до чого тут страх і що він від мене хоче? Я ж ще нічого не зробив, а він уже мене турбує і зупиняє. Що тут такого небезпечного, і чого мені боятися? Я не знаю.

Олег зробив ковток кави, подивився на телефон:

— До чого тут страх, що стосується знайомства. Я ж буду знайомитися через інтернет. Все, і все, що будуть про мене знати, так це тільки те, що я сам напишу і покажу, а так більше ніхто нічого не дізнається. Мені тут нема чого боятися. Я не розумію, що від мене хоче страх. Можливо, страх виникає через те, що це новий вид знайомства, і я не знаю, що там чекає на мене. Я розумію, що я зараз хочу познайомитися з подальшими діями з дівчиною, і в мене є бажання зустрітися з тим, з ким я спілкуватимуся, і я не хочу відкладати зустріч на потім, і я з радістю б зустрівся, якщо в мене там із кимось вийшло познайомитися. Сподіваюся, все вийде, і знайомство на сайті не стане лише одним довгим листуванням, і знову ж таки, зараз від цих думок у мене виникає свій страх, розуміючи і приймаючи, що такий вид знайомства може бути не доведений до кінця, і, знаючи себе, я завжди все доводжу до завершення, і, можливо, у цьому є мій страх, і завжди треба закінчувати розпочате, а тут такого може

не бути.

Олег зробив ковток кави:

— А з іншого боку, а так, можливо, тут можна тривалий час спілкуватися за листуванням і згодом зустрітися зі співрозмовником, тут же всі хочуть познайомитися, але потрібно бути обережним і не закохатися у фотографію.

Олег подивився на телефон:

— А тепер мені потрібно розібратися в тому, як користуватися додатком. Добре, що я маю уявлення, як працює додаток, а то мені б було набагато складніше розібратися у всьому цьому, але я такого ніколи не бачив. На перший погляд він цікавий привабливий, і мені хочеться ним скористатися. Добре, що в мене з'явилася думка, коли я побачив в інтернеті рекламу сайту знайомств, і мені зараз хочеться спробувати щось нове. У моєму житті я ніколи не знайомився через сайт знайомств і розумію, що знайомство може бути різне, а найстрашніше, я не знаю, що писати на сайті знайомств. Адже це незнайомі мені люди, і як вони відреагують на моє повідомлення? Комуś написане повідомлення сподобається, і він з радістю відповість, і таке написане повідомлення іншій людині буде не цікаве, і на нього ніхто не відповість. Це покаже те, що одній людині я підходжу, і їй подобаються мої фотографії, і вона хоче почати вести діалог, а іншій ні. Потрібно шукати того, хто підходить за інтересами, а це найголовніше, що дає більше розуміння того, що в нас може скластися діалог, і в нас може бути однакове спілкування. А як я можу спілкуватися з тією людиною, яка спілкується не так як я? Між нами буде дуже багато розбіжностей і нерозуміння, а якщо в людини таке саме розуміння і бачення світу, як у мене, і така побудова діалогу, вираження в словах, то це дає більше можливостей для подальшого розвитку нашого знайомства. Між нами буде зав'язана розмова, а так нічого не вийде, і тому я думаю, що потрібно себе налаштувати на те, що б не засмучуватися, якщо мені хтось буде не відписуватися на мої повідомлення, а там уже буде видно.

Олег вказівним пальцем натиснув на додаток в екрані й побачив перше меню для реєстрації на сайті знайомств. Він швидко прочитав усе, що було написано на першій сторінці сайту знайомств, і там не було нічого складного в наданих йому полях для заповнення. Все відбувалося дуже швидко, і не потрібно було ускладнювати реєстрацію на сайті непотрібними полями. Усе було зроблено для того, щоб людина, яка завантажила додатки, могла дуже швидко опинитися на сайті знайомств і продовжити свої дії знайомлячись із тим, з ким вона хоче познайомитися.

Олег швидко заповнив усі необхідні поля для реєстрації і далі перейшов на наступну сторінку для надання інших даних про себе. Це необхідно для того, щоб той, хто заходитиме на створену сторінку на сайті знайомств, міг стисло зрозуміти, з ким він може завести розмову і що цій людині цікаво. У заповненні профілю все писалось в простому вираженні себе, і це було необхідне для розуміння, хто перебуває на створеній сторінці сайту. Усі умови були обов'язковими і по-іншому ніяк. Кожен повинен про себе вказати якусь інформацію, що дасть можливість ознайомитися з творцем профілю і продумати майбутню розмову. Багатьом це допомагає для

заощадження часу, бачачи всі потреби іншого співрозмовника. Хтось шукає кохання, хтось хоче зустрітися за чашкою кави, а хтось перебуває на сайті знайомства через самотність і шукає тепле спілкування. На сайті в кожного свої потреби. Є ті, хто заходить на сайт знайомства з великим бажанням зустріти одну людину, і ту саму людину, яку доводилося шукати впродовж цілого життя, а хтось змінює спілкування щотижня і приносить собі в життя нові знайомства. Невідомо, де можна зустріти кохання. Сайт дає можливість великій кількості людей спілкуватися на відстані і побачити на сайті знайомства тих, кого вони в житті не зможуть зустріти або ж це може статися через роки. Оскільки це неможливо в справжньому житті, що багато в чому іноді береже час, і зустріти в житті свою людину досить нелегко. У кожного своє життя і свої шляхи, а що б перетнулися шляхи для цього потрібен час, а скільки часу потрібно? Цього ніхто не знає. Сайт знайомства береже час зустрічі з тим, з ким можна було познайомитися в житті, а це відбувається на сайті. Коли люди перебувають на відстані, а відстань може бути чималою, в десятки кілометрів, і хтось може жити на околиці міста, а хтось у центрі, і що б зустрітися в реальному світі, потрібні роки, а на сайті все відбувається досить швидко. На сайті знайомства є список охочих, хто хоче познайомитися, і кожен, хто хоче нових знайомств є в тому списку, і тому перетин людей у часі і відстань скорочується. Тут все відбувається дуже швидко. Кожен, хто заходить на сторінку, має можливість написати іншому повідомлення, а фотографії показують, хто йому пише. Все відбувається набагато швидше, ніж у житті.

Олег швидко запам'ятав необхідні поля і вказав інформацію про себе, а це дата народження, знак зодіаку, і написав те, що подобається в житті, і чим займається у вільний час. Уся інформація коротко для того, щоб інша людина бачила, хто і чим займається в житті власник анкети.

Олег зробив ковток кави і з іронією сказав:

— Ну, що подивимося, як доля розташовує моє життя на сайті знайомств. Можливо, тут я когось зустріну, а можливо, це буде всього лише марною втратою часу в нікуди, але все ж таки я думаю, що це мене відволіче від домашньої рутини і дасть можливість поспілкуватися, хоч з кимось. А можливо, все буде марним, і я ні з ким не познайомлюся, але якщо моя доля з кимось зустрітися на сайті знайомств, то я обов'язково з ним зустрінуся. Це всього одна спроба для того, щоб зустріти кохання, але ж кожен у житті хоче знайти кохання, і це те почуття, яке супроводжується впродовж життя між двома людьми, і воно їх не полишає ні на хвилину.

Олег почав розглядати список дівчат, які бажають познайомитися з хлопцями, а їх була велика кількість.

Олег зі здивуванням сказав:

— Нічого собі. Це стільки людей хочуть познайомитися на сайті знайомств. Я думав, тут буде кілька людей, а тут їх стільки, скільки я в житті не бачив дівчат. Напевно, я в житті щось упустив, якщо стільки людей уже знайомляться на сайті, а я про нього тільки зараз почув. Це ніби зовсім інший світ. Я ніколи не бачив такого великого списку дівчат, які бажають познайомитися.

Олег повільно розглядаючи кожную дівчину, і її фотографію гортає цей список вниз, і він не бачить завершення списку. Протягом десяти хвилин Олег гортав список охочих познайомитися на сайті знайомств до самого його завершення. Кількість дівчат, які перебувають на сайті знайомств, була великою, і він був здивований від того, скільки людей хочуть знайомитися, а до цього він не мав уявлення, що тут може бути так багато охочих.

Олег сказав:

— Мені б хотілося познайомитися з тим, хто тут перебуває для зустрічі в реальному світі і не вести довгого листування, яке може тут закінчиться без зустрічі. Сподіваюся, що знайомства це, правда, і тут всі відповідально ставляться до того, хто пише, і ні в кого немає жартів, пообіцяв і не зустрівся, і тут немає ніякого невідомого мені обману. Я сподіваюся, що в мене щось вийде, але це всього лише на всього мої наївні думки, а як буде насправді? Я цього не знаю. Можливо, я просто проведу тут час і ні з ким не познайомлюся, і через тиждень або два видалю додаток. Мені здається, що якщо я вже зважився з кимось познайомитися, то мені потрібно йти до самого кінця. Я не хочу, щоб у мені залишалася недосконала справа, що мені здається, вона у мене викличе неприємні відчуття. У житті ніколи не потрібно залишав незакінчену справу, але тут як пощастить. Це мій перший досвід, і я готовий його прийняти, що ж там на мене чекає? З часом я сам усе побачу. Сподіваюся, в мені не з'явиться жодних нових прихованих страхів, які з часом не даватимуть спокійно спати, і це не сайт жахів, а сайт знайомств. На сайті знайомств перші кроки роблять як дівчина, так і чоловік. Хто першим напише той напише. Як у тих, так і в інших є зацікавленість, але щоб дівчина написала першою, це відбувається дуже рідко. З боку дівчат мало хто пише і здебільшого вони чекають на тих, хто першим про себе заявить, і так в житті, мало хто з дівчат першим підійде для знайомства, вони завжди привертають увагу й чекають, і тут показуючи найвідкритіші й найпривабливіші світлини, зацікавлюючи чоловічу стать. А дівчата під час прочитання листів самі роблять свій вибір і не завжди є шанс потрапити під їхню симпатію, та й кількість повідомлень, на мою думку, велика, і на мене може не вистачити часу, щоб прочитати мій лист привітання. Але все ж таки треба пробувати, і впевнений до всього на сайті знайомств дівчата, які читають і переглядають анкети хлопців, більш уважні, ніж у житті, і в їхніх інтересах обирати найкращого хлопця. Тут вони більше аналізують анкети хлопців, знаючи і розуміючи, що все може бути навпаки, і хлопець, який написав їй, може бути зовсім іншою людиною, не схожою на ту, що на фотографії. Як у дівчат, так і у чоловіків є свої критерії вибору і відбору, завжди під них не так просто потрапити, а на сайті ще складніше, знаючи, що в них в особистих повідомленнях велика кількість повідомлень, які не прочитали, — Олег опустил голову, — сумно буде, якщо людина мені сподобається, а в нас будуть різні інтереси, і ми не зустрінемося, а це як у житті, коли людина подобається, закохуєшся в неї, а в неї інші захоплення в житті, які не збігаються з моїми, і тоді нічого не відбувається з того бажаного і запланованого, одне розчарування. Або ж може бути по-іншому, і на фото людина не приваблює, а на її повідомлення немає бажання

відповідати, і ось у житті вона інша, з нею цікаво. Я не зустрівся з ним через те, що мені не сподобалося фото, і, на мою думку, мені потрібно якомога більше спілкуватися, і в такому разі не звертати увагу на фото, і тоді я підвищую свої шанси на пошуки підходящої мені дівчини, — Олег замислився, — а може бути ще так, що під час листування в нас усе буде сходитися. Ми будемо думати про сумісність, і листування буде захопливим, цікавим, а ось під час зустрічі ми можемо не сподобатися, і нам буде нема про що поговорити, а це листування може тривати не один тиждень, і час піде в нікуди, і це теж не малий ризик, — Олег замислився, — не просто тут знайти своє кохання і потрібну людину. З усіх боків може бути прірва в нікуди, і як визначитися як шукати дівчину на сайті знайомств? Не легке питання, а відповіді на нього я ще не маю, — Олег уважно подивився на телефон, — буду пробувати всі варіанти, а так якщо я нічого не спробую, то в мене нічого не вийде взагалі, і, зважаючи на те, як і з ким я спілкуватимуся, і я вже буду ухвалювати рішення щодо подальших дій. Є важливим фактором навчитися розпізнавати людину за її фотографією, розуміючи, імовірно, хто там може бути, а так мені ніхто правду не скаже, і кожна дівчина буде вважати і писати мені, що вона найкраща, і всього про себе ніколи не напише. Буду дуже радий швидкому і потрібному знайомству, але, можливо, це станеться не скоро. Тут же не одна тисяча дівчат, яка шукає як хлопці собі пару, але і може бути у когось бути інші і свої інтереси знайомства. Сподіваюся на краще сприятливе спілкування, — Олег подивився на годинник, — ще є час посидіти і подумати. Найважливішим моментом є те, що мені потрібно подумати, як знайти спільну тему для початку листування, а слова привітання без продовження розмови нічого не дадуть, і швидке бажання запросити на побачення за філіжанкою кави буде безрезультатним, — Олег усміхнувся, — добре, що я написав правду про себе й нічого не вигадав. Мені буде легше спілкуватися з дівчатами, а їм зі мною, і коли вони писатимуть мені за моїми написаними в анкеті темами, я знатиму, що їм відповісти, нічого не придумуватиму.

Олег зробив правильний вибір, що він під час реєстрації вказав усі необхідні параметри і все, що потрібно було написати про інтереси і ставлення до життя і те, що йому подобається робити у вільний час. Точно вказав яка йому подобається музика, куди ходить під час вихідних днів. На сайті у кожного свої вподобання і одна людина вкаже, що їй подобається у вихідний день ходити в парк на прогулянку або ліс, а іншій людині подобається відвідувати ресторани та інші заклади. Між ними вже стає менше спільного для зустрічі. Тому всі дивляться на збіг інтересів, а якщо такого не відбувається, то спілкування не починається.

Олег подумав вдивляючись в екран телефону:

— А скільки необхідно часу приділяти для листування і розв'язування розмови з подальшим спілкуванням? Хто і коли погодитися зустрітися. Після якої кількості повідомлень співрозмовник буде готовий на зустріч? Для мене це невідомо, і я думаю в кожного все відбувається по-своєму. Можна спілкуватися день чи два і вже буде призначене побачення або ж місяць необхідно писати різні повідомлення і не так все швидко відбувається, як хтось хоче і потрібно чекати тривалий час. Можуть бути різні

люди і в кожного свій термін листування з подальшим продовженням спілкування. Не так все просто, як я думаю, а може бути, все набагато простіше, ніж я зараз сам собі надумую, але я б побоювся зустрітися з дівчиною на наступний день після розпочатої розмови, і в моєму розумінні я в неї не один такий, з ким вона так швидко зустрічається, а це свідчить про те, що в неї таке ставлення до всіх, і ким може бути така людина? Я не думаю, що постійним. Буду дивитися за обставинами. Головним і важливим моментом є збіг інтересів, а далі вже буде сові розвиток, і якщо інтереси будуть справжніми, не справжніми, правдивими. То і далі буде спілкування зустрічі, а якщо ні, то все сказане або написане тією людиною є обман і там немає ніякої правди і на такій дівчині не варто зупинятися, потрібно далі йти шукати. Мені б хотілося, що б у мене все одразу вийшло і мені не довелося роками сидіти на сайті знайомств, шукаючи свою дівчину за інтересами, але для мене цей світ ще занедбаний і потрібно все дізнаватися на своєму досвіді. Не просто знайти спільну мову з невідомою людиною, не знаючи про неї нічого і про її минуле, а вона може бути ким завгодно. Не думав, що буде так страшно, коли нічого не знаєш про такий сайт, — Олег перегорнув кілька сторінок дівчат на сайті знайомств, — я думаю, що дівчатам ще страшніше перебувати на цьому сайті й шукати своє кохання, і в них виникають свої страхи, які огорожують від поспішної зустрічі, бо невідомо, з ким вони можуть познайомитися, а в майбутньому зустрітися. Страх завжди був і буде застереженням перед можливістю опинитися в небезпечній ситуації. А оскільки сайт знайомств запрошує всіх охочих до себе для знайомства, то тут може опинитися будь-хто, і тому необхідно дуже все ретельно розглядати до першої зустрічі, а під час зустрічі ще більше дивитися на співрозмовника й аналізувати його якомога більше. Тому без міркування одразу погоджуюся з обережністю дівчат, які беруть себе від небезпеки і, можливо, в цьому їхня причина довгого листування для впізнаваності співрозмовника. Упевнений, що дуже уважно ставляться до того, хто їм пише, і вони читають кожне повідомлення, роблячи свої висновки і за бажанням далі продовжують переписку, а якщо щось не подобається, не підходить або ж зупиняє, насторожує, то онлайн спілкування незабаром закінчується. Вже впевнений, що в багатьох виникають свої страхи перед тим як зустрітися, але не тільки в дівчат, а і в мене, — Олег сказав, не так все просто тут, як я думав, — і знову подумав, — треба наполегливо притримуватися певних рамок та дотримуватися послідовності спілкування не поспішаючи запрошувати на побачення в другому повідомлення, що такі повідомлення можу одразу застерігати дівчину про поспішність та вже інші цілі, що відрізняються від написаних в анкеті. Порушення послідовності у спілкуванні може швидко закінчитися без попередження листуванням зі співрозмовником, а дівчина просто видалить мої повідомлення та більше не буде на них відповідати, або ще гірше додасть до чорного списку, і я більше їй ніколи не напишу, а вона мені може сподобатись, і в мене могло б з нею все скластись, а я поквапився та не дотримався найпростіших правил спілкування, що призвело до згубних та не бажаних наслідків. А без встановлених рамок спілкування, а я впевнений, що кожна дівчина перед тим, як почати з кимось спілкуватися, як наживо, так і онлайн, уже встановила

правила спілкування, і, порушуючи їх, я стаю їй не цікавим, і вона зі мною більше не буде вести діалог, або може діалог стати монологом, і я буду сам із собою в думках спілкуватися з нею. Адже кожен хоче бути повністю впевненим у тому, що він, знайомлячись, не опиниться в незручній ситуації та в небезпеці неконтрольованого й не стриманого чоловіка, який робить все, що хоче, не звертаючи уваги й не зважаючи на дівчину і її моральні цінності, які завдають їй незручностей та іншої шкоди як моральної, так і фізичної. Я б теж не хотів опинитися в такому становищі, коли дівчина під час розмови онлайн повідомленнями вже не дотримуватиметься правил і писатиме все, що їй захочеться, і мені це буде нецікаво, і тоді можна одразу сказати про її неповагу й непотрібність мені, і її поведінка стає лише способом задоволення своїх амбіцій, а таке спілкування стає коротким, і в майбутньому вона не буде зі мною, а лише виражатиме свої незадоволені сторони, що іноді може багатьом сподобатися й зачепити за душу, а її істинне ставлення і потреба полягає не в цьому... Іноді чоловікам таке подобається, але вони не розуміють, що вони стають лише тимчасовими стовпами без почуттів для дівчини, які виражають все своє негативне для полегшення свого стану, — Олег ще продивився одну анкету, — сподіваюся зі мною такого не станеться, і я не клюну на виверт такої дівчини, яка шукає співрозмовника для свого полегшення стану душі, що буде тимчасовим перебуванням у моєму житті, а я втрачу більше, як час, так і повірив у неї, я з розчаруюся, але потрібно враховувати її першу мету, і вона її дуже добре знає, а ось була б вона з іншою метою, то вже б зовсім по-іншому поводитися, з повагою і з небажанням висловити весь свій негатив мені, — Олег сказав, — з такими думками я можу стати чудовим жіночим психологом, і вже подивився на не одну анкету, в мене складається своє уявлення про ті фотографії, які я щойно, щойно проаналізувавши, а дівчата тут різні, і за фотографією можна зрозуміти їхні справжні наміри, і вже бачу, що тих, кого я проглянув, я не бачу, а вони показують на фото всю себе в спідній білизні не зовсім підходять для кохання, і в них зовсім інші наміри, але пишуть, що шукають кохання, — Олег усміхнувся, — уже не правда, я таких дівчат краще не турбувати своїм привітанням і гортати далі анкети шукаючи підходящу дівчину для на чала листування. І не хотілося б опинитися в незручній ситуації. Не хоче опинитися в таких обставинах, які можуть принести неприємні наслідки.

Олег подивився на список охочих познайомитися і задумався:

— Стільки різних дівчат і в кожній дівчини свої потреби, свої інтереси, а як з ними познайомитися? Їх там багато, а я один і ніколи не практикував такий вид знайомства. Мене це губить у думках, і з кожною хочеться зустрітися, піти попити кави, але не кожна погодиться на таке. Тут можна загубитися і на довго забути про життя, — Олег подивився на годинник, — я вже годину сиджу і дивлюся на світлини, та вона минула швидко, непомітно, — Олег посміхнувся, так можна місяць просидіти і не помітити, як він мине, головне не забути про роботу, про те, що з такою кількістю дівчат, які бажають познайомитися, можна забути багато про що. Потрібно зібратися і почати по-іншому думати не піддаючись спокусі такій кількості дівчат, а він спокушає ще більше проводити тут часу і нічого не робити. Я так не хочу, але добре, що сьогодні в мене



вихідний день і є час подивитись новий вид знайомства, — Олег потер голову, — я вже трішечки розумію цей сайт і вже ознайомився з великою кількістю анкет, а тепер мені треба почати діяти і не гаяти часу, але ж у той момент вже хтось і не один чоловік встиг написати повідомлення тій дівчині, що мені подобатиметься, а я все продовжую аналізувати світлини, а так можна засидітися, та, що подобатиметься, відповість іншому хлопцю, а не мені. Один висновок зараз у мене з цього всього, потрібно швидко діяти і не зволікати. Але з чого почати розмову? Потрібно подумати, — Олег задумався, і почав далі гортати анкети, — почати з найпростішого? Або ж написати перше повідомлення віршем, але що на подумати, та й я ж не знаю, хто читатиме повідомлення, і немає гарантії вдалої відповіді. Дівчина прочитає і зрозуміє, що я якийсь співає і на сайті багато таких. Тоді вона не напише мені відповідь, а далі дивитиметься повідомлення від інших хлопців, і я змарную можливість з нею познайомитися. Треба придумати, з чого почати перше повідомлення, і якнайшвидше, розуміючи, що тут ніхто не зволікає і всі пишуть одразу, коли бачать гарну і підходящу дівчину, — Олег зробив важкий вдих, — але з чого мені почати писати повідомлення? Може просто написати привіт, і це буде як у житті під час знайомства, і він зрозуміє, що я просто приділив їй свою увагу, а далі перейде на мою анкету, прочитає, і якщо я їй підійду за інтересами, то одразу напише відповідь, і тоді можна буде писати друге повідомлення, а яке друге повідомлення мені написати? Думаю, що потрібно дотримуватися нормі спілкування і нічого космічного не вигадувати і продовжувати листування з тим ніби я знайомлюся на вулиці, і поставити в другому повідомленні запитання напрямків на впізнавання її настрою, бажання спілкуватися, становища на сайті і всього іншого. Мені потрібно запитати, як її справи, і після того, як вона відповість на друге повідомлення, вже переходити до іншого запитання, а може, вона сама мені поставить якесь запитання, на яке мені потрібно буде так само дати їй відповідь і далі продовжити вести діалог, і вже переходити до особистих запитань, дізнаючись про неї й розуміючи, з ким я листуюся, — Олег посміхнувся, — ось тепер я розумію, як потрібно починати знайомитися. Нічого іншого я не придумаю, тож це буде один єдиний мій спосіб почати знайомитися на сайті знайомств і рухатися далі, а якщо не буде успіху, то тоді буду думати, як змінити свій початок і з чого краще почати спілкування, а не спробував я нічого не розумію, — Олег погортав ще кілька анкет, — на фотографії людина в одному образі, а ось цікаво, якою вона є в житті, і, на мій погляд, її бачать таку кількість дівчат, а я ніколи не міг подумати, що стільки дівчат шукає хлопця, і я їх бачу в житті дорогою на роботу, і вони зовсім інші, не такі, як ці люди, і не відрізняються. Приступимо до дії, і почнемо.

Олег почав за списком самого верху відсилати кожній побаченій дівчині слово:

— Привіт.

За десять хвилин відіслав чималу кількість повідомлень і за п'ятнадцять хвилин, що минули, йому ніхто не відповів. Поклав телефон убік, узяв горнятко з кавою, зробив ковток, поставив на місце, подивився вбік із такими словами:

— Думаю, якби я когось був цікавий, то мені б уже хтось відповів. Можливо, я тут

нікому не цікавий, — опустив голову, — нічого страшного. Нехай як буде, так буде. Краще займуся своїми справами. Сайт знайомства це не моє. Я тут ні з ким не познайомлюся.

## Глава 2

### Околиця міста

У цей час у зовсім іншому місці разом і на чималій відстані, а це більше десяти кілометрів, перебуваючи вдома і виконуючи домашню роботу, а найголовніше — думаю про щось своє, і з такими самими думками дівчина на ім'я Юля, яка також гортала сторінки інтернету, зовсім випадково побачила рекламу сайту знайомств. Насамперед їй стало цікаво, що з себе представляє цей сайт знайомств, і вона ніколи не була зацікавлена в знайомствах на сайті, а через відсутність вільного часу це був самий підходящий варіант, познайомитися з молодою людиною. У цей момент їй щось підказало, почуття інтуїції, зупинитися на побаченій рекламі і зробити якісь перші кроки. Вона задумливо подивилася на рекламу сайту знайомств і одразу наважилася без примусу спробувати зареєструватися, а там побачити, що з себе представляє сайт. Так само, як і Олег, Юля завантажила додаток і, не затримуючись у своєму виборі, одразу заповнила всі необхідні поля, зареєструвалася з додаванням своїх скромних фотографій.

Юля з посмішкою сказала:

— Цікаво, що ж із себе представляє сайт? І, що в ньому такого особливого? Я думаю, що на цьому сайті я ні з ким не познайомлюся. Всі люди знайомляться наживо, і знайомство тут, як я розумію, не дасть мені жодного результату. Але все ж, якщо я вже вирішив спробувати зареєструватися, то не варто зупинятися. Можливо, у мене з'явиться можливість з кимось поспілкуватися, і я тут зустріну приємного співрозмовника за своїми інтересами, але думаю, що зустріти молоду людину з бажанням вивчати психологію, а ще й на цьому сайті, це велика рідкість, але все ж таки бувають такі подарунки долі, коли все вдається, і сама того не очікуєш. У дівчини Юлі, яка жила на великій відстані і в зовсім іншому кінці міста, її інтерес був у психології і в її різних напрямках. Вона вже з ранніх років була зацікавлена у вивченні цієї науки, що дає їй змогу побачити світ з іншого боку й більше урізноманітнити життя, простягаючи зовсім інше розуміння людей та їхнього характеру. Раніше вона не бачила всього того, що бачить зараз у людях, і вже під час бесіди визначає, яка перед нею людина і її потенціал, а обдурити її неможливо. Психологія так само показала їй можливість розрізняти правду і неправду як слова, так і вчинки з прихованою метою. Спонуканням до початку вивчення психології стало почуття страху павуків, яке виникло в ранньому дитинстві, вона їх боялася до смерті, а побачивши їх, одразу бігла якомога далі від такого місця. Психологія наблизила її до подолання й оволодіння таким страхом, але не його повного зникнення, і донині вона боїться павуків.

Психологія рухає вперед людину до нових вершин і здобутків мети, відкриваючи шлях до успіху та кращого життя, яке краще розуміє та з високим рівнем усвідомлень. Читання книжок і проходження різних тренінгів дало рух до бачення причин появи різних почуттів, але вже не було оволодіння ними і контроль над ними в різних ситуаціях. З великим бажанням і завзяттям стати іншою, змінити себе і життя, почати більше бачити світлих моментів, а страх затьмарював їх. Юля знайшла в собі сили для початку змін і з кожним переможним кроком вона йшла вперед, і з усім новим завжди справлялася, здобуваючи перемогу над невідомим, і так далі продовжує йти, і сайт знайомств так само став чимось новим у її житті, і вона побачила свій інтерес, не стала зупинятися. При цьому нічого про нього не знаючи, і за її припущенням там може трапитися все, що завгодно і бути які завгодно наслідки, але вона вирішила піти далі в онлайн світ незвіданого. Не кожна дівчина зможе подолати такі випробування і труднощі, коли нічого невідомо, а вона змогла і її кумедно осягати нові вершини, відчуваючи себе переможницею в битві за щасливе життя, та доторкнутися до своїх нових внутрішніх страхів, фантазій, бажань, що втягують за собою нові для себе відкриття. Зараз для неї було лише одне бажання в простому ввічливому і невимушеному спілкуванні, а через велику кількість робочих годин, приходячи пізно ввечері, в неї не було такої можливості для спілкування з протилежною статтю, а тут завжди є така можливість у листуванні і на великій відстані. Сайт знайомств відкриває для всіх інші простори, але вона в це не вірила, і розуміла, що на сайті не знайдеться того співрозмовника, який зможе розділити з нею її інтерес у психології. Не вірила в присутність там такої людини, що вивчає психологію, але все ж таки вирішила спробувати доторкнутися до зовсім іншого світу, в якому людину судять за фотографією і за описом анкети. Юля знала, що там можна написати все, що завгодно, а фотографію можна завантажити з чудовим фотошопом, і таку, що завжди привертатиме увагу, а в житті — ця людина буде зовсім іншою, — Юля замислилася, — а як воно складеться? Можна приділити чимало часу, але знаючи хлопчиків, а вони як у житті біжать на красиві ноги або фотографії, і я думаю листів у мене буде не мало, але все ж таки мені потрібен той, хто зможе скласти мені теплу компанію і підтримати розмову на мою тему, а всі інші мені не цікаві. Вибрав я не за темою співрозмовника, мені буде нудно з ним спілкуватися на теми, які мене не цікавлять. Моя мета на сайті, і я думаю, він не зміниться від побачених листів, знайти потрібного співрозмовника, я вже давно ні з ким не спілкувалася з тим, хто так само, як і я, цікавиться своїм розвитком і галуззю психології, відведеною на вивчення страхів.

У Юлі зараз було найбільше бажання — це навчитися швидко справлятися з різними страхами, що інколи виникають без причини й турбують упродовж усього дня, а сайт став так само легким хвилюванням і вже зародженням одного зі страхів: боячись невідомості та бачачи анкету, в неї вже виникають різні аналітичні думки, що заспокоюють і продумують подальші дії та можливе виникнення подій. Краєчком ока вже з перших хвилин ознайомлення з собою і сайтом уже встигла зазирнути у свій хвилюючий внутрішній світ і відчувати свої потреби в подальшому розвитку своїх дій. З

яких причин з'являвся страх вона не знала, і робила все можливе для його розуміння, відстеження причини від початку до наслідків. Не розуміла чому вона стала таких раптових панічних атак страху, що не давали довгий час спокійно проводити час у простих побутових стінах життя. Зараз зробила свій аналіз і побачила зіставлення подій, що відбуваються, побачила. Що сайт не має глобального на неї впливу і всі відчуття з дитинства, а сайт знайомств був всього лише не великою загадкою і можливостями для розширення свого спілкування з подальшим розвитком подій, але за її припущенням їх могло не бути через свої міцні переконання і потреби, які є не так часто зустрічаються, а ще менше з'являються на сайті. Пошук спілкування так само був спрямований на співрозмовника з яким вона зможе ще більше себе зрозуміти і виникнення страхів, а співрозмовник з простими запитамі їй був не цікавий, і було тратою часу, а на сайті там за її припущенням всі такі, і немає потрібного контингенту для спілкування. А також у своїй анкеті вказала свій список книжкової літератури з психології, і вона є любителькою читання книжок відведених на саморозвиток. Книжки давали інше розуміння світу і розвиток внутрішнього світу, який завжди був для неї цікавий, і те, як він влаштований, а розбіжності, які відбуваються в ньому, або ж захворювання вели до погіршення здоров'я і душевного самопочуття, і більшість таких проявів були пов'язані з внутрішнім світом і тими подіями, які відбувалися навколо неї, і які вона не сприймала, і їй було важко їх проживати через слабкий аналіз, і це стало причиною поліпшити свій аналіз для більш якісного життя. Для благополучного життя їй потрібно було багато в чому і самостійно розібратися, усвідомити велику кількість побутових ситуацій, що трапляються щодня, і бачити в них найкращі сторони, відсторонивши себе від темряви неусвідомленого.

Юля була невисокого зросту дівчиною і їй було тридцять шість років, з рудим волоссям, округлим обличчям, і добрими очима, і вона хотіла щодня радіти життю, але всередині були занепокоєння, і всі сили спрямовувала на їх усунення. Для когось, як вона думала, це дрібниці життя, на які багато хто не звертає уваги і далі продовжує жити, але потім, коли вони накопичуються, все ж доводиться зустрічатися з ними і плисти в їхніх виру неприємних почуттів, а хтось, як вона, уже одразу брався до важливої роботи, аналізуючи й розбираючи всі ситуації, що хвилюють її. Зараз у неї з'явилася нова течія, з якою вона зустрічається віч-на-віч, дивлячись у телефон, і що там на неї чекає, вона не знає, і повністю готова до всіх труднощів.

Юля зайшла на свою сторінку сайту знайомств і почала гортати список охочих познайомитися чоловіків з дівчатами, але до її уваги ніхто не придивився. Уважно розглядала різні повідомлення, написані іншими чоловіками, а минуло двадцять хвилин як в її повідомленнях вже було близько двадцяти повідомлень і з кожною хвилиною їх ставало все більше, вона була трохи розгублена, і здивована такою увагою чоловік, але гортаючи і відразу бачив швидко пропозицію про зустріч, а не знаючи нікого відразу видаляла такі повідомлення розуміючи про ненадійність того, хто пише не дотримуючись послідовності подій. Просидів десять хвилин і переглянув не одне повідомлення, анкету, яка не була в захваті від бажаючих з нею познайомитися, і далі

гортаючи сторінку отриманих листів вона побачила одне повідомлення з одним словом:

— Привіт.

Прочитавши повідомлення, а воно відрізнялося від інших, і всі інші листи були об'ємними з різними реченнями, одразу зупинилася. На обличчі з'явився інтерес, перейшла на сторінку користувача, почала розглядати фотографії Олега. Сіла за великий скляний кухонний стіл і тихо сказала:

— Цікаво, що це за людина. Він не написав мені жодного великого речення, а всього лише написав одне слово, і на цьому все закінчено, не почав пропонувати і розповідати про одразу не погоджену зі мною зустріч.

На сторінці Олега були прості фотографії, зроблені на вулиці, і не перед машиною або ж у дорогому будинку. У них не було жодної омани. Хлопця звали Олег і так було написано в анкеті, йому було тридцять чотири роки. Юля одразу зупинилася на ньому, і вона також сама відповіла одним словом, написавши:

— Привіт.

Юля посміхнулася і сказала:

— Нехай буде так як написав той молодий чоловік. Він мені написав одне слово, і я йому так само напишу одне слово, — Юля посміхнулася, — цікаво, чому він тільки написав одне слово і без великого аркуша тексту для знайомства? Може, він простий і одразу не показує всі свої заслуги в житті або йому це не потрібно, і він упевнений у собі, і не віддає перевагу одразу викладати все про своє життя і досягнення. Не намагається познайомитися за допомогою досягнень, а в першу чергу показує себе як людину, а не гаманець. Не розписував себе з різних боків, — Юля задумалася, — чекатимемо на відповідь, цікаво, що ж він напише в другому повідомленні.

Зробив собі горнятко кави, сіла за стіл, і далі продовжила гортати список тих, хто хоче познайомитися.

## Глава 3

### Прогулянка

Сьогодні був звичайнісінький день із сонячними променями, що нагороджувалися по всіх вікнах будинків, а вони повільно відштовхувалися від скла і лягали фонтаном на траву, а місцями на асфальт, і така вистава зберігала спокій нового вихідного дня. Не було жодного поспіху, світанок зупиняв час і картину, що відбувалася навколо Олега, який побачив усе одним поглядом за вікном. Не змусив себе довго чекати, дивлячись через вікно, а вид привертав увагу і запрошував на прогулянку, і багато людей ще спали, як відразу одягнувся і вийшов на вулицю. У думках ще була легка спантеличеність щодо вчорашнього відвідування сайту, але за вчора ввечері він вирішив не заходити туди, і не бачив жодних повідомлень, не вірив у віртуальне знайомство. Так само перше відвідування вчора створило в ньому стривожені почуття, і від невідомості подальшого результату він ще зберігав спокій, а вранці увесь краєвид з

вікна та внутрішні переживання спонукали не стояти на місці і якнайшвидше вийти на вулицю. На обличчі виражалася легка спантеличеність, а в нього було величезне бажання познайомитися з цікавою дівчиною та ще вірив усьому, що там було написано, а так далеко в душі були сумніви на швидке знайомство та везіння. Ще Олег не хотів сидіти вдома і чекати поки хтось відгукнеться на його повідомлення, а так могло пройти скільки завгодно часу, сидіти вдома і чекати так само не було бажання. Усі події з його двох днів вели на вулицю і легку прогулянку ще прохолодним і вологим вітром. Опинившись на вулиці, одразу побачив, як усе завмерло в якомусь незвичному кольорі простору, і з тим, що світло сьогоднішнього дня відрізнялося від тих ранкових світанків, які він зустрічав від відсутності бажання спати. У просторі чітко прояснювалося продовження початок нескінченного дня, який ще ніколи не розпочався, а був тільки ранок. Усе, що відбувалося, підказувало йому бути сьогодні дуже уважним до того, що відбувається. Олег так само замислився над тим, що сьогодні незвичайний день, і повинно щось статися, але, що, він не знав. Почав думати над тим, що це може стосуватися того, що він зареєструвався на сайті знайомств. Як він думав, а думав він так, що в нього немає жодних шансів для знайомства, показавши там найпростіші фотографії, що не привертають багатством увагу, а знаючи те, що в тих, хто має великі статки й автомобіль, завжди більше шансів на знайомство, а він ні з ким не познайомиться. Усе зроблене для знайомства було його миттєвим потягом і надією на швидке знайомство від побаченої реклами. Як надалі складеться його доля, він не припускав, і не подавав жодних надій на успіх.

Олег стоячи біля парадного сказав:

— Сьогодні потрібно пройтися туди там, де тихо і нікого немає. Вихідний день, і хочеться відпочити від усього, і так, щоб упродовж цілого тижня були сили для роботи, а місце треба знайти безлюдне й таке, щоб навколо нікого не було, і ні хто не турбував. Не відволікатися на чийось присутність.

Зараз Олегу найбільше хотілося залишитися наодинці із самим собою і на довгий час. Йому потрібно було відновити внутрішній баланс спокою.

Олег задумливо пішов у бік лісу, повільно, не озираючись на всі боки, перейшов через пішохідний перехід, а зайшовши до лісу, побачив лавочку, що стояла посередині галявини. Посміхнувся, підійшов до неї і сів. Підняв голову і почав поглядати на всі боки і на верхівки дерев. Навколо була тиша. Опустив голову на рівні плечей, подивився вдалину лісу в лівий бік і в правий, а там були лісові простори кущів і ялинок, а вдалині виднілися берези. Повна відсутність вітру створювала враження зупинки часу. А якщо він десь був, то не в лісі, а десь над верхівками дерев повільно й непомітно їх нахиляючи на всі боки. Усе застигло в незвичному казковому прояві барв показуючи душу лісу, а він ще ніколи не приходив під такий випадок, як зараз. Промені рвучко просочувалися крізь дерева, що стояли, й утеплювали зелене покривало з невисокою і підстриженою травою, а хто їй надав доглянутого вигляду, Олег не знав. У цей момент на мобільному телефоні пролунав звук повідомлення, що надійшло. Олег не поспішаючи і не бажаючи, а потрібно було, дістав із кишені телефон і побачив на

великому екрані одне непрочитане повідомлення. Придивившись побачив значок із сайту знайомств, і це не було звичайне повідомлення, а воно прийшло з сайту. На обличчі з'явилося здивування, і він не міг повірити тому, що хтось наважився йому написати. Виникла думка, що повідомлення, яке прийшло, було від служби потримай, і жодна дівчина, якій він написав, не відповіла взаємністю. Великим вказівним пальцем провів по екрану і натиснув на значок сайту, а там одразу бачив повідомлення, що з'явилося, і це не була служба підтримки, а замість такого напису побачив ім'я Юля.

Придивився, а там були такі слова:

— Привіт.

За свідченнями сайту Юля перебувала не так уже й далеко від Олега, Прийшовши в ліс він став ближче до неї, але ще ніколи її не бачив.

Олег він не міг повірити у побачене, що хтось відгукнувся на його привітання і з тим бажанням, щоб познайомитися. Зрадів, посміхнувся, і одразу почав думати над написанням відповідного повідомлення, продовжив розмову, а що написати, він ще не мав жодного уявлення, тож задумався, думаючи над тим, як почати тривале спілкування, і в думках, поглядаючи у бік, підбирав запитання, що могли б бути цікавими, і від них міг би отримати відповідь, а не написати без відповіді.

Після п'яти хвилинних роздумів зважився на написання правди, не маючи жодного досвіду знайомства на сайті знайомств, розуміючи, що познайомитися на сайті знайомств не так уже й легко.

Написав наступне повідомлення з такими словами:

— Як складно познайомитися на сайті знайомств?

Чому написав саме такі слова, але не знав, але це була правда зі свого вже отриманого не довгого досвіду. Усі питання виникали раптово і зовсім інші, раніше не було таких питань. Сподівався на швидку відповідь і вже почало складатися спілкування, яке не міг передбачити, а от наступне питання яке мало б послідувати після першого ставало скрутним і не знав про що написати.

Олег подумав:

— Що буде, те буде. Якщо дівчина Юля не відповість на повідомлення, то не буде ніякого початку розмови. Нічого не складеться, — передчасно засмутився без надії на удачу.

Минула одна хвилина, друга і не було жодної відповіді. Олег чекав, що відповідь надійде раптово і сподівався на те, що буде відповідь швидка, а почуття стали перетворюватися на мінусові, і було не по собі, в чомусь він почав губитися і став менш впевненим, у написаних словах не отримав підтвердження. Надія залишалася на можливість початку розмови, і продовжував чекати. Тримав у руці телефон, не довго чекав, як зняв блокування і почав дивитися годину сайту та чекати на повідомлення у відповідь. Сидів, дивився, оновлював кожні тридцять секунд сторінку, але нічого не відбувалося. Олег уже почав думати, що, можливо, це було всього лише на всього швидкоплинним зав'язанням із надією на перше знайомство, але не було ніякого продовження. Минуло ще п'ять хвилин, і Олег уже підготував себе до того, що він не

отримає жодної відповіді. Опустив голову, заблокував мобільний телефон і поклав його в кишеню і далі почав поглядати на ліс, думаючи над тим, що йому в чомусь пощастило і йому хтось відповів, і його помітили на сайті знайомств. Хотілося продовження спілкування, почав думати над тим, що зараз цій людині пише хтось інший і зацікавлює дівчину Юлю, а насправді, вона такі повідомлення перегортала і не відповідала. Ще був спантеличений тим, що в нього всього лише на всього одна відповідь на ті всі написані повідомлення і більше ніхто в ньому не зацікавився, а минув день. Опустивши голову, він просидів так десять хвилин і чекав відповідного повідомлення, мовчав, дивлячись у телефон. Припустив про не вірний напрямок для знайомства і сайт не дасть жодних результатів. Трата часу й одні розлади. Поклав телефон у кишеню і повільними кроками попрямував додому, а в цей час Юля перебувала в себе вдома і читала книжку з психології з розвитку особистості та подолання внутрішніх страхів. Найбільше вона звертала увагу на те, що чимало людей зупиняються на тому, щоб не подолати цей страх на початку і коли зустрічають інші перешкоди у відсутності мотивації. Дочитав главу до кінця, закрила книжку і почала думати про своє залишаючись на своєму і не відмовляючись від страху який щойно виник у неї. Вона помічала, як іноді в житті недосконалий аналіз заважає робити якісь дії в потрібному напрямку. Страх не завжди схожі один на інший і мають відмінності. До чого тут цей страх, вона ще не зовсім усе зрозуміла і причину його виникнення, і читаючи книжки відшукує перший початок виникнення. Подумав над своїм не зробив ще жодних висновків Юля підійшла до письмового столика, подивилася на телефон і сказала:

— Цікаво, як там у мене йдуть справи на сайті знайомств. Мені хтось писав чи ні. Потрібно подивитися.

Юля взяла мобільний телефон і зайшла в додаток сайту знайомств відразу побачив там нове повідомлення. Їй одразу стало цікаво хто міг написати.

Зайшовши в написані повідомлення, вона побачила ім'я Олег і сказала:

— Цікаво, що ж мені цей Олег написав у відповідь після не мало пройденого часу, чи він написав тоді, коли зміг, і ще багатьом дівчатам писав за той час, а я лишилась на останок, — Юля посміхнулася, — написав так написав, а якщо написав, то треба прочитати, і за бажанням зацікавленості відповісти.

Юля відкрила повідомлення і побачила іронічне продовження початку листування та прочитала:

— Як складно познайомитися на сайті знайомств, — усміхнулася, — я не вірю, що на сайті так складно з кимось познайомитися. Усе на багато легше, просто не всі одне одному можуть підійти, або ж у того хлопця все так погано, що він вирішив у розпачі написати мені таке повідомлення, або ж може йому потрібно з кимось поговорити і йому самотньо, і тому він вирішив написати так як написав, — усміхнулася, — невже в цієї людини гірше йдуть справи ніж у мене, і все так погано, а може це вже вправний майстер знайомств на сайті і він зараз хоче зі мною якнайшвидше познайомитися, а потім при зустрічі зблизитися, і тому вирішив так написати, що мені стало цікаво і я одразу написала відповідь, — опустила голову, — на цьому сайті я тут не давно, і ще



нікого не знаю, а ще гірше нічого не знаю про знайомства онлайн, і тут можуть бути різні люди з різними бажаннями, а це може бути небезпечно і для мене не підходити, а частіше за все, як у житті, вони можуть видавати себе за інших людей, так, що мені потрібно бути обережнішою і не поспішати летіти на зустріч при такій першій пропозиції, — обличчя стало сумним, — але не відступати від свого і мені потрібно пробувати рухатися далі, не дивлячись на страхи, які вже з'явилися, і які, на мою думку, є природними перед можливою небезпекою, і вони стають пересторогою. Не варто зупинятися перед своїми цілями, а просто потрібно бути обережнішим.

Юля посміхнулася:

— Що ж, цікаво, треба цій молодій людині відповісти на її повідомлення, і можливо, а мені здається, що її треба підтримати. На фотографії він на вигляд спокійний, урівноважений, і можливо, це правда, і такій людині з якихось причин важко. Я думаю, що варто з ним продовжити листування. Суддя потім, що він показує на фотографії, і я права, він живе звичайним життям. У ньому є спокій, а спокійні чоловіки володіють собою і врівноважені. Припускаю, що такі чоловіки думають наперед, а можливо, він зробив висновки про те, що певний час перебуваючи на сайті, йому не пощастило з кимось познайомитися і вже з нього вирішив написати мені, бажаючи почати спілкування. Думаю, що він так само дивився на мої фотографії, і я йому сподобалася. У мені він зацікавлений. Варто написати відповідь.

Юля почала писати йому відповідь, і вона написала, підтримуючи незнайомця:

— Так, на сайті знайомства нелегко познайомитися. У всіх про нього своє уявлення, а правда там одна. Так, це місце з великою кількістю тих, хто шукає знайомства, але не у всіх все виходить. Не у всіх збігаються інтереси, і знайомляться ті, у кого вони збігаються, і вони продовжують бесіду, — Юля відіслала таке повідомлення і почала думати, — напевно, в цієї людини свої інтереси, і всім, кому вона писала, вони не збігаються, і вона відрізняється від інших, але які в неї захоплення, що вона розчарувалася в усьому, і вже іронічно мені пише, не знаючи людини. Він обнадіяв на сайті і в нього нічого не вийшло.

Юля відкрила ще раз інформацію про Олега і почала читати вголос:

— Цій людині подобаються вечірні прогулянки, і мені теж подобається гуляти ввечері. Цій молодій людині подобається кава, я теж зацікавлена, що б попити кави. Цій молодій людині подобається проводити час у тихих місцях, а я не люблю галасливих місць, і, як там уже вказано, їй подобається психологія, — посміхнулася, — я теж люблю психологію з дуже раннього віку, — посміхнулася, — можливо, в нас є спільні інтереси, — знову посміхнулася, — цікаво, що ж відповідь на моє повідомлення молода людина.

Юля поклала мобільний телефон на стіл і вирішила вийти на прогулянку, а в неї сьогодні вихідний, вона сама, і нікуди не поспішає.

Користуючись можливістю, вона вирішила не засиджуватися вдома і піти прогулятися, а так як вона живе на околиці міста в п'ятиповерховому будинку, а біля будинку розташований ліс, то це було те саме місце, де Юля час від часу виводить на

вулицю для довгих роздумів над тим усім прочитаним і над тим, що її непокоїть, а її найбільше непокоїв страх павуків, і вже тривалий час не могла зрозуміти, чому в неї виникає такий страх. Думала над тим, можливо, цей страх пов'язаний з тим, що павуки є незвичайними створіннями і в них є щось небезпечне, а те, що небезпечне, завжди викликає страх, і насторожує, але сам павук не великих розмірів, і його не варто боятися. Таке створіння безпечне, але вона не могла зрозуміти, і довгий час замислювалася над тим, що її турбує, коли бачить павуків, але так і не знайшла жодних відповідей. У чому її причина того, що в неї виникає така реакція, коли вона бачить павука, Юля не знала, і далі продовжувала жити з таким острахом. Задумливо Юля одягла легкий спортивний одяг, той самий одяг, який підходив для прогулянки в лісі. Взяла ключі від дверей, які лежали на столі, і подивилася, коли вийшла з квартири, закрила двері на нижній замок. Жила вона на першому поверсі й ніколи не користувалася ліфтом, а в неї була боязнь закритого простору, і швидким кроком вибігла з під'їзду. На вулиці танцювала сонячна вихідного дня погода. Попереду стояли одноповерхові будинки і через дорогу знаходилося не велике селище, а вона жила в п'ятиповерховому будинку біля початку довгого до іншого міста починаючи з області містечка. Одразу попрямувавши в правий бік уздовж сусіднього будинку, а за ним був вхід до лісу зі зростаючими різнобій соснами, що тягнулися до хмар.

Як Олег, так і Юля сьогодні ждали прогулятися в лісовій місцевості й у них уже були спільні інтереси проведення часу у вихідний ліс. Юлі подобалося самій гуляти тихою місциною в лісі, думаючи над прочитаною книжкою, так і Олег ішов до лісу на лавочку подумати над вчорашнім днем, і над тим, чим займатиметься завтра. Така місцевість давала більше простору для роздумів не відволікаючи ні ким і нічим. Вони повністю залишалися зі своїми думками і зосереджувалися над питаннями, що виникали. Як Олег, так і Юля про це не знали, та часто так і відбувається, коли люди не знають одне одного, ще не встигли познайомитися, вже роблять якісь поспішні висновки та розходяться в різні боки, а насправді ж виявляється так, що в них є багато спільного, а не визнавши одне одного, у багатьох випадках на сайті не продовжують листування та зупиняються на найцікавішому зважаючи на відсутність між ними спільної теми.

Юля побачила попереду високі дерева, що стоять попереду і закривають хмари, а посередині розстелилася земельним кольором галявина, і навколо неї росла різної висоти трава. Попереду виднівся поворот у лівий бік і нічого не боячись, а вона сама дивувалася з того, що зараз не боїться йти вперед у глиб лісу, де є велика кількість комах, пішла в тому напрямку. Там на деревах знаходився не один павук і всі вони були різних розмірів. Коли Юля бачила павука, одразу починала боятися, і її ноги трусилися, і від страху йшла геть, і не раз хотіла залишитися на місці роздивитися його, але нічого не виходило, страх був сильнішим за її бажання пізнання павука і подолання страху. В її випадках були інциденти, коли вона вдома виявляла павуків, одразу вибігала з квартири й бігла до сусідів по допомогу, а ті їй допомагали, спіймавши його, винести на вулицю, або ж забрати життя.

Юля крокувала впевненим кроком уперед і дивилася на всі боки, роздивляючись дерева, чуючи звук птахів, які сидять і співають угорі на деревах і ввічливо запрошують її на довгу прогулянку. У цей денний час її запланована прогулянка була не короткою на десять хвилин як це іноді буває у вечірній час, а довгою на кілька годин.

Як завжди, у свій вихідний їй хотілося відпочити і відчутти свіже повітря лісу, що сприятливо оздоровлювало її як фізичне, так і психологічне самопочуття, налаштовувало на добробут і баланс внутрішніх сил для продовження робочого тижня, а також надихало на продовження читання книг із психології. Наодинці з собою всередині неї відновлювався баланс між почуттями, у неї з пам'яті зникали всі неприємні моменти з тижня, що пішов у минуле, а іноді їх було чимало, і потрібна була прогулянка, що розслабляла, для набору сил. Без прогулянки перед сном усе погане, зібране за тиждень, не давало спокою спокійно заснути і спати протягом ночі, і їй обов'язково потрібен був момент релаксу для сну. Без вечірнього заспокоєння, прокидаючись рано вранці, вона так само залишалася в колишньому вечірньому стані не добродетності, що потім супроводжувало її протягом цілого дня, а інколи й кілька днів, аж до чергової прогулянки в лісі, яка знімала з неї все непотрібне й неприємне для душі. Лісова прогулянка була найкращою терапією, і вона за довгий час спробувала не одну терапію в різних напрямках, і тільки природа, а це ліс завжди йшов їй на користь. Довгими пробами в пошуку знаходження балансу вона знайшла своє місце для відновлення внутрішніх сил, які допомагають їй далі в бадьорому настрої жити й працювати, не звертаючи увагу на втому, а працювала вона багато й більше, ніж інші. Іноді баланс спокою порушувався через завзяту увагу до дрібниць і їхнього аналізу, а це були павуки, до яких вона упереджено ставилася, побачивши їх інколи на роботі, і таке ставлення ще більше забиравало в неї сил, а працюючи над собою та своїм внутрішнім світом, вона отримувала результат, який був не достатній для повного контролю страху, що інколи призводило до раптових дисбалансів сил, залучаючи її до стресових ситуацій. Усе, що їй було необхідно, так це менше звертати увагу на ті обставини, що чіпляються до неї, що іноді до неї не мали стосунку, забуваючи звертатися до найпростішого методу мислення, а саме — спокійно аналізувати ситуацію, і в тому, що є добре, а що погано.

З дитинства Юля не робила нічого і від неї не залежать наслідки виникнення страху і завжди розважливо ставилася до всього і перш ніж, щось зробити завжди думала про наслідки, з обережністю до всього ставилася.

Юля йшла і нічого не помічала, вдивляючись собі під ноги і замислюючись над написаними словами Олега, і їй було нелегко з кимось познайомитися, розділив свій інтерес до психології та розповів про страх павуків, який вже давно існує в ній, і мало хто міг би її зрозуміти, а в більшості випадків були б глузування і несерйозне ставлення, і вона найменше хотіла про таке слухати. В її профілі було зазначено, що вона шукає кохання. Як більшість дівчат хоче знайти кохання, так і вона завжди про нього мріяла, але донині їй не зустрівся саме той, кого вона б покохала і її теж би. Все було складно і її статус перебував у пошуку, а Олег написав їй саме таке повідомлення,

і вона не знала правда це чи ні, що може бути всього лише повідомленням для звернення уваги, загоряння її почуттів задля швидкої зустрічі, особистих інтересів, що не співпадають з її.

Але з іншого боку, можливо, в Олега так само не все так просто, і він не може знайти свою дівчину для спілкування, і написане повідомлення є твердою правдою, і йому нелегко в житті, і потрібна дівчина з його інтересами, але Юля не знала, що Олег захоплюється психологією, і йому буде з нею цікаво поговорити на цю тему. Їй хотілося почуття, турботи і уваги без того, що називається обманом, а як вона знає і не раз зустрічав підміну словами, і багато хто говорить одне, а хочуть зовсім інше маючи свій сенс. На сайті як Юля, так і Олег розуміли, що кожен може написати все, що завгодно, і розповісти те, чого насправді немає і ніколи не було. Дівчина звернула увагу насамперед на фотографію молодого хлопця, що не викликав жодної підозри маючи правдивий зміст. Тихо ступаючи по піску, а дорога була лише з піску, та й на всі боки росла невисока трава, дійшла до повороту, що вів ще далі в глиб лісу і вже віддалилась від хати, позаду не було видно окрім ялинок будинків. Подивилася назад і повільно розвернулася, подивилася на всі боки, а довкола нікого не було, тільки чути було скрип верхівок дерев. Пішла назад до житлового комплексу. У цей час Олег уже теж повертався додому і в кишені почув звук повідомлення, що надійшло. Швидко дістав телефон із кишені, розблокував екран. Придивився і побачив нове повідомлення з сайту знайомств. Одразу відкрив додаток і прочитав повідомлення від Юлі. Був здивований, що ця дівчина наважилася написати йому відповідь, а він довго не думаючи написав наступне повідомлення:

— Як твої справи?

На обличчі з'явилося хвилювання і спантеличеність від такого повідомлення, а воно було простим і не привертало уваги, знижуючи шанси на відповідь, а він її вже чекав і сподівався на подальше листування. Юля йшла у своєму напрямку дорогою додому, і відповідь прийшла швидко, здивувавши її. Вона думала, що людина, яка їй написала такі слова, не так часто буває на сайті і відповідь доведеться чекати невизначений час, а вона прийшла одразу. Їй сподобалося, що Олег не змусив її чекати і відповів дуже швидко. Почула на своєму мобільному телефоні нове повідомлення, одразу дістала його з сумочки і подивилася на екран, великим пальцем натиснула на додаток, і прочитавши посміхнулася.

Юля задумалася:

— Мені не довелося довго чекати, цікаво чому? Він чекав від мене повідомлення або ж цілий день сидить на сайті і пише всім дівчатам? А може так співпало. Написав він мені просте запитання, і я думаю варто на нього відповісти. У цьому повідомленні немає нічого незвичайного. Думаю, він хоче продовжити зі мною розмову.

Юля написала відповідь:

— У мене все добре, — відразу сказав, — але ж насправді в мене все добре, і я зараз гуляю лісом. А найголовніше і це найбільше тішить — у мене вихідний день.

Між Юлею та Олегом почалося листування на сайті знайомств.

## Глава 4

### Листування

Ніхто з них не знав один одного, ніхто з них не припускав, що вони зустрінуться, ніхто не думав, що між ними будуть спільні інтереси, і настільки сильні, що вони самі дивуватимуться від того, як їм пощастило зустрітися. Кожен йшов своєю дорогою, як у Юлі, так і Олега було своє життя, ніхто не міг уявити, наскільки може повернутися доля кожного, коли вони зустрінуться і між ними зав'яжеться не просто спілкування. Нині після відісланого повідомлення Юлі між ними зав'язалося легке ознайомлювальне листування, і Олег з радістю написав відповідь:

— У мене теж усе добре. Сьогодні вихідний день. Я ходжу вулицею і прогулююся, насолоджуючись свободою.

Юля одразу отримала повідомлення, і не клала назад у сумку телефон, тримала в руках, очікуючи на повідомлення у відповідь.

Прочитав його, одразу написала відповідь:

— Який дивовижний збіг. У мене теж сьогодні вихідний день. Я так само зараз іду на прогулянку і нікуди не поспішаю як це буває під час роботи.

Олег отримав повідомлення й одразу написав відповідь:

— Це добре, що сьогодні вихідний день. Я так розумію він у тебе буває не часто.

Юля відповіла з усмішкою на обличчі:

— Так. У мене не нормований робочий графік. Коли вихідний, я цього не знаю. Мені про нього говорять за день до вихідного, і мені сьогодні пощастило, що сьогодні в мене вихідний день, і є можливість прогулятися, відпочити від робочих моментів.

Олег одразу поставила запитання:

— Чим займаєшся у вільний час?

Юля не встигла поставити телефон на блокування, одразу отримала від Олега наступне повідомлення, прочитала його і написала відповідь:

— У вільний час я займаюся вивченням психології. Для мене це дуже цікава тема, і вона мене зацікавила ще з раннього дитинства. Я намагаюся зрозуміти деякі моменти психології, що іноді для мене буває не зовсім зрозуміло. Трапляються обставини життя, де мені потрібна психологія, вона багато в чому допомагає розібратися, і завжди спокійна душа. У психології я знаю не все і ще багато чого належить дізнатися. А найголовніше я з радістю розбираюся в ній, осягаючи всі труднощі. Іноді питання бувають складні, але для їхнього розуміння потрібен час, і я все розумію, відновлюючи рівновагу, — Юля відіслала повідомлення.

Олег одразу його прочитав і відповів:

— Вивчення психології — це дуже добре, і вона допомагає в житті більше розуміти людей і обставини, а ще більше лікує, відновлюючи психічне здоров'я. Зі свого досвіду можу сказати, що іноді в житті все йде не за планом, а психологія багато в чому допомагає проаналізувати неправильні дії і дає можливість багато чого змінити. І ще

розкриває внутрішній світ з різних боків даючи пізнати себе краще і розкрити в собі приховані таланти, — Олег задумався, і одразу написав запитання наприкінці речення, — а, що саме тебе турбує?

Юля прочитала все до кінця, зупинилася, задумалася і почала писати відповідь:

— Як дівчину, а це насамперед, мене турбують різні аспекти життя, які я хочу зрозуміти і жити радіючи кожному дню. Адже різноманітності дуже мало і кожен день у кожної людини повторюється, але іноді бувають винятки, а їх мало, і мені б хотілося все більше побачити в житті і не сидіти на одному місці від ранку до вечора, а ще більше хочеться зрозуміти свій внутрішній світ, і з того моменту, а це дитинство, коли я почала вивчати психологію, я побачила, наскільки світ різноманітний, і, як мені здавалося раніше, він був однаковий, але насправді це не так. Психологія відкриває все нові горизонти в багатьох напрямках, і мені б хотілося знайти співрозмовника саме в такому напрямку.

Олег отримав повідомлення, і читав думаючи про написане, а коли прочитав одразу написав відповідь:

— Так, повністю згоден з кожним словом, і психологія дає розвиток у різних напрямках, рухає вперед, як мотивація, і я любитель психології, і мені б хотілося так само знайти співрозмовника, якому буде цікава тема психології, — відіслала повідомлення.

Юля не кладучи телефон і тримаючи його в руках, отримав повідомлення, одразу почала читати, зупинившись у лісі й думати над тим, що написав Олег, а прочитавши, почала писати відповідь, дедалі більше втягуючись у переписку з незнайомцем, якому була цікава психологія:

— Мені приємно читати позитивну відповідь і зі збігом інтересів. І буду чесна до кінця, а я завжди кажу правду і цьому мене навчила психологія, що берегти час як свій, так і інших, я рада знайомству з тим, кому так само подобається вивчати психологію. І ще хочу зауважити про своє захоплення і важливість внутрішнього балансу, і за допомогою різних практик з психології я завжди тримаю баланс, а це мій спокій, і коли він порушується, а причиною стають зовнішні обставини, я вже починаю думати по-іншому і звертаю увагу на вплив того всього, що призводить до такого стану. Завжди була рада галузі психології, яка дала мені все найкраще в житті, допомагаючи мені жити краще і більше радіти життю, якщо б не вона, то в мене зараз не було б настрою, і, можливо, я б не вела такого відкритого листування, обговорюючи важливу для мене тему з довірчим ставленням до незнайомої людини. Хотіла зізнатися у відкритість цього допису перед незнайомою людиною з великою довірою, а в мене ще не було досвіду спілкування на сайті, і я вірю з першого разу в те, що психологія допомогла мені прийняти себе і життя, а раніше вона для мене була чужою, і мені здавалося, що в ньому я не можу знайти своє місце, жити як усі, а відтоді, коли я почала читати дедалі більше книжок, зуміла знайти свій внутрішній простір, відчути себе потрібною в цьому світі. Раніше мене ніхто не помічав, і я завжди була в тіні проживаючи дні без участі в них. І щодня виникали страхи про які я не могла подумати

і подолати, а вони заважали мені. Я завжди багато чого боялася тримаючись осторонь від усього. Я не любитель боятися, але страхи в мене є і не один, а це я пишу для того, щоб попередити того, хто буде читати моє повідомлення і розумів з ким надалі буде вести переписку. У мене присутні панічні страхи і боязнь павуків, побачивши яких, я біжу якнайдалі не замислюючись. Але психологія мене прибігла до їх вирішення, і я наполегливо далі буду її вивчати для вирішення своїх страхів, і тому так само попереджаю про те, що в майбутньому в моєму житті буде присутня психологія і від неї я не відмовлюся, — Юля відіслала повідомлення.

Олег отримав його за хвилину, тому що зв'язок з інтернетом був слабкий, і при отриманні повідомлення в мережі потрібно було чекати, а коли почув звук у телефоні, одразу подивився на екран, і побачивши його, почав читати й думати над написаним, зупинився, стояв упродовж п'яти хвилин, вчитуючись у кожне слово, замислився:

— Нічого собі як мені зустрілася дівчина і настільки всього про себе вже розповіла, і за її текстом можна одразу зрозуміти про серйозні наміри, і вона мене попереджає одразу про те, що їй важливо в житті та які в неї є труднощі. Це добре, а то інколи буває все найважливіше приховують за посмішкою і тільки через роки все приховане проявляється назовні і тоді з'являються розбіжності у стосунках з повним їх завершенням. Усе одразу мені виклала в найкращому й розписаному вигляді, — Олег усміхнувся, — а тепер мені треба їй написати відповідь, і показати, що я в ній зацікавлений, незважаючи на те, що я тільки бачив її фотографію.

Олег почав писати:

— У мене так само краще ставлення до психології. Психологія дає мені можливість зрозуміти себе настільки наскільки це можливо для мене. Я вивчаю всі ці моменти самостійно, і вони мені дають краще усвідомлення всього, що відбувається. На всьому досягнутому на цей момент я не збираюся зупинятися, і надалі продовжуватиму вивчення психології, і мені так само приємно познайомитися з дівчиною, яка так сильно зацікавлена в психології, — Олег подумав, — гадаю, на цьому вистачить, — відіслав їй повідомлення.

Юля пройшла десять метрів як отримала відповідь, а до цього, коли Олег читав те, що вона написала, стояла в лісі, і думала над тим, що було написано. Її погляд став упевнений у собі, прийняв правильне рішення для знайомства одразу все сказав в одному довгому повідомленні.

Прочитав повідомлення від Олега Юля подумала:

— Ця людина зацікавлена в психології, і мені вона підходить для спілкування, і я думаю, з нею варто продовжувати листування. У нього не виникло до мене жодних претензій і з усім написаним він погоджується без суперечностей.

Юля посміхнулася і продовжила писати стоячи в лісі:

— Мені приємно читати позитивну відповідь і згоду з моїми інтересами. Мені б хотілося ще більше описати свої захоплення та користь психології поділившись своїми досягненнями з незнайомою людиною, а в майбутньому я сподіваюсь на довгу дружбу, — Юля відіслала повідомлення.

Олег отримав відповідь, прочитав, і сказав:

— Я не проти і тільки за те, що б далі спілкуватися і більше дізнаватися один про одного і за можливості зустрітися.

Олег усміхнувся і почав писати відповідь:

— Я позитивно ставлюся до всього написаного і дуже сильно зацікавлений у спілкуванні, а також дружбу з тією людиною, яка так сильно захоплюється психологією, — відіслав повідомлення.

Юля прочитала його і продовжила писати:

— Мені приємно, що наші інтереси збігаються, і я побачила підтримку у своєму виборі. І хотіла далі розповісти про свою перевагу в психології. Вивчаючи психологію за книжками, я не тільки читала, а й ще в мене був час відвідування різних курсів з особистісним розвитком, і вони мені приносили результат, про який я не могла думати. На курсах я говорила про те, про що в житті не могла сказати, і було обговорення тих тем, про які я не чула, і так я почала свій розвиток усередині й побачила інший світ, кращий. Мені б хотілося, щоб у нашому спілкуванні так само були присутні теми з психології, і воно не було нудним про побут і повсякденне життя. У моїх цілях далі розвиватися і досягати себе все більше. Я раніше сама не могла подумати, що можу вести бесіди на різні теми з поглибленим аналізом, а це все завдяки практичним заняттям, тобі це підходить?

Юля задумливо подивилася на своє повідомлення і прийняла рішення нічого не змінювати і відіслати в такому вигляді як є та для неї була важливість прийняття її такою яка вона є, що в майбутньому давало змогу при складанні стосунків далі розвиватися в своєму напрямку і нічого не змінювати, а ще не забувати про психологію як це часто буває при початку взаємовідносин між хлопцем і дівчиною. У такі моменти вона найбільше думала і про себе, а насамперед про свій подальший розвиток, приділив йому не мало років, а зупинятися не хотіла і перед початком чогось більшого одразу написала свої незмінні умови. Відправила повідомлення і поставила телефон на блокування.

Олег одразу отримав його і почав читати сам для себе озвучуючи у своєму розумінні:

— Вірне рішення, що вона вибрала саме цей напрямок, і він багато в чому багатьом людям допомагає досягти успіху, зрозуміти все більше себе і свої потреби, побачити людину з іншого боку, і правдивою, і в цьому немає нічого жахливого, що вона вже на самому початку ставить такі умови, і я розумію, що вже думає про те, що, можливо, я буду проти її захоплення, а вона хоче далі досягати береги психоаналізу та розвиватися у своєму напрямку. Я не проти, а тільки за її вимоги, їм не вже стає легше, розуміючи те, з ким вона спілкується, і вже в неї є свої цілі, і вона не та дівчина, яка в житті нічого не знає і думає тільки про те, як би й з ким піти погуляти, а вже думає про своє майбутнє й наполегливо про це говорить.

Олег усміхнувся і почав писати відповідь:

— Мені це дуже цікаво. Я іноді час від часу читаю книжки з психології, і вони мене



багато в чому мотивують, я б із радістю сховався на практичне заняття, і дізнався б щось нове. Мені цікава твоя настанова і бачення майбутнього. Зараз мало хто читає книжки, а ще менше психологи з метою зрозуміти себе і світ навколо. Для мене це великий інтерес спілкуватися з упевненою в собі дівчиною, яка знає те, що вона хоче. Мені б було б цікаво поговорити про якусь спільно прочитану книжку, — Олег подивився ще раз на написане повідомлення і натиснула на кнопку відіслати.

Юля за ці кілька хвилин, коли Олег писав їй, уже пройшла пристойну відстань і дійшла до виходу з лісу, але почула нове повідомлення, і була здивована такій швидкій відповіді та інтересу, який виник до неї після всього написаного, розблокувала екран телефону і почала читати повідомлення з такими словами:

— Молода людина з упевненістю поділяє мої вподобання і не проти мого захоплення, а я б сказав, заняття життя. Йому так само цікава психологія і він не проти піти на якийсь тренінг із психології. Він так само зацікавлений у психології та її напрямках. Правильне рішення вивчати психологію, а без неї було б набагато складніше зрозуміти людей і ухвалювати правильне рішення. Вона дає нам стійкість у ногах, і ми більше бачимо те, що може бути попереду нас, а якщо попереду може бути багато чого поганого, то аналіз мене попереджає, і я туди не йду, а починаю шукати зовсім інші шляхи, що іноді буває найкращим рішенням уникнути небажаних моментів, — Юля усміхнулася, — добре, молода людина сильно в мені зацікавлена, і цікаво, що ж мені йому такого написати, щоб я могла зрозуміти, наскільки сильний у неї до мене інтерес. Мені самій уже цікаво з ним спілкуватися, і він мені починає подобатися.

Юля почала писати повідомлення:

— Згодна з усім написаним і підтримую кожне слово, і я б ще хотіла сказати, і повторю, що від психології не відмовлюся, і вона мені допомагає тримати баланс рівноваги, спокою, що в багатьох робочих моментах мені допомагає розв'язувати проблеми, що виникають з колегами і клієнтами. Усвідомленість вивела мене на новий рівень розуміння і дії, і завжди знаю, що роблю і кажу. Можу розмовляти на різні теми і вести діалог, аналізуючи навіть те, що мені далеко, і завдяки аналізу я завжди наближаюся до теми розмови набагато ближче, ніж мій співрозмовник. Усе зважую як позитивні сторони, так і негативні, кажучи собі правду і наслідки, якими б вони не були, і все вирішую у своєму колективі по справедливості, не зважаючи на те, хто старший за статусом, а хто нижчий. Завжди має бути справедливість і розважливість вчинків, які не несуть в один бік вигоду, а завжди дві сторони, хоч би що там було, зобов'язані залишатися в позитивному становищі. У розмові з ким би там не було завжди тримаюся певних меж, які не дозволяють мені за них виходити, і перша, а вона найголовніша це правда. Без правди ніколи нічого не буде зрозуміло і завжди будуть небажані і не приємні наслідки для кожного, навіть якщо хтось залишається в позитивному становищі. Усе має бути чесно, та й сама психологія говорить про правду і насамперед перед самим собою, а потім перед усіма, хто трапляється в житті, а це сім'я і колеги. Буду чесною, таке ставлення на роботі дуже сильно допомагає навести в колективі лад і відразу зникає безлад. А ще я б хотіла сказати про те, що мені

доводиться багато працювати і не завжди є час для прогулянок, — Юля подумала, — думаю, для цього повідомлення буде достатньо писати, і потрібно вже відсилати, а то Олег ще подумає, що я не хочу писати, і вийде з сайту, а коли зайде, я не знаю, і мені б було б краще, якщо він одразу прочитає й напише відповідь для продовження листування.

Юля відіслала повідомлення і з надією на обличчі почала чекати на відповідь, та бачачи скільки вона написала, одразу подумала, що вона буде не скоро. Йдучи до виходу через ліс побачила на початку біля входу лавку й одразу пішла до неї. Сіла на неї, поклала телефон на коліна притримуючи його рукою, а в цей час Олег побачив повідомлення від Юлі, зупинився, і почав читати:

— Нічого собі скільки вона мені написала. Розумна дівчина і все пов'язано з психологією. Так, я з нею згоден, що на кожній роботі потрібно бути психологом незалежно від статусу і положення в робочому колективі. Психологія дає можливість як зовні, так і всередині бачити більше, ухвалюючи правильне рішення, ставлячи все на свої місця, не бунтуючи, як усередині себе, так і в колективі. Мені подобається її мислення, вона розумна дівчина і розуміє, що пише, а ще в неї високий до мене інтерес і все показано в кількості написаних рядків, а це дуже багато, і я здивований її зацікавленістю. Мені вона так само подобається і її позитивне до всього ставлення. Я згоден на продовження листування, і в ньому вона багато чого розповідає про себе і одразу попереджає про свої цінності, а це робота, і в неї не завжди є вільний час. Я з цим повністю згоден, я так само за роботу і в мене самого не так вже й багато вільного часу і ніколи піти погуляти, це зараз, коли літо, графік дає змогу давати вихідні, і я можу вільно гуляти нікуди не поспішаючи. А тепер мені потрібно їй написати відповідь:

— Згоден з тим, що було написано, і підтримую ідею до кінця, і робота є робота, і вона завжди зобов'язана бути на першому місці, і погоджуся з тим, що психологія допомагає багато в чому на роботі і тримати дисципліну. Ніщо не замінить таке задоволення як спокій душі, а по-іншому терміну психології це баланс. Завжди допомагає розібратися в робочих моментах у тиші під час спокійної розмови, коли якщо навіть були надзвичайні ситуації, які завдають збитків компанії. Тому я захоплююся психологією і не збираюся зупинитися на досягнутому й увесь свій вільний час, а це мала кількість вихідних, сиджу за столом, попиваючи каву, і читаю книжки, пізнаючи нові острови психології в його безтурботному океані аналізу. Зараз у мене вихідний день, прекрасний день, і я дуже сильно тішуся з того, що маю можливість піти погуляти до лісу, а такі виходи з квартири не часто бувають. Прогулянка в лісовій місцевості дає мені відновити сили і про щось подумати, розібратися, проаналізував увесь тиждень і всі неприємні моменти, які тривожно не дають мені спокійно жити. Моє місце для прогулянки — це ліс, і іншого я нічого не знайшов, де я можу побути один і подумати. Не так часто в лісі є люди, і ніхто ні від чого не відволікає, — Олег відіслав повідомлення, і почав чекати на відповідь, а для відповіді треба трохи зачекати, і поклав телефон у кишеню подивившись на всі боки, а там нічого не було, і були самі дерева.

Юля отримала повідомлення, і прочитавши його, почала думати:

— З кожним новим повідомленням про цей незнайомий мене все більше дивує, і наші інтереси збігаються. Він не написав про своє бажання перебувати в людних місця, що мені ніколи не подобалося, і йому, як мені, подобається гуляти в лісі, а я цьому віддаю перевагу, і якби він хоче мені сподобатися, то, швидше за все, писав би в найрозкритішому вигляді, показуючи себе з інших боків, і його місцевість для прогулянки не була лісом, а це був ресторан або ще якийсь дорогий заклад, до якого я б не пішла, а він мене не знає і написав від душі, чесно і правдиво. Думаю, варто над цим кандидатом, який пише мені душевно і без швидкого загравання для швидкої зустрічі поспілкуватися. Він не має наміру, якнайшвидше зі мною зустрітися, і пише про свої душевні переживання, що для мене як психолога має велике значення, і він уже мені подобається, — Юля подивилася на список повідомлення, а там їх було понад сто, і не одне з них не дивилася, продовжила писати Олегу, і їй вже ні хто не був цікавий побачив у написаних словах чутливість і простоту Олега, що втягнула її в ще ближче зближення за чашкою кави, але вона не поспішала і далі продовжила писати такі слова, — Олег це якийсь збіг. Невже біля тебе є ліс, як біля мене є ліс, і ти, як я, зараз у лісі. Я любителька такої місцевості і прогулянок на самоті і мені більше подобаються тихі місця на свіжому повітрі, ніж дорогі ресторани. Я думала, тобі, як багатом, подобається ходити в кафе і подібні заклади, а виявляється, у нас збіглися інтереси прогулянки. У мене зараз до тебе виникає питання, і мені б хотілося в тебе запитати, в якому лісі ти зараз гуляєш? У мене таке враження, що ми знаходимося один від одного не далеко, — Юля відправила повідомлення і хвилююче почала чекати на відповідь.

Олег отримав від Юлі повідомлення і одразу дістав телефон із кишені, зупинився і почав читати. Прочитав швидко, усміхнувся, і одразу написав:

— Я зараз прогулююся в лісі лісового масиву, а ти де?

Юля прочитала повідомлення і страху відповіла:

— У це складно повірити, і я гуляю в цьому лісі, але він великий, і мені б хотілося знати, де саме ти зараз гуляєш?

Олег прочитав повідомлення відразу написав і дуже швидко відповідь:

— Я зараз гуляю недалеко від державної клініки, а ти де?

Юля не закривала телефон, чекала на відповідь, а коли отримала одразу написала звіт:

— Я гуляю в зовсім іншій стороні, біля головної траси, що веде в інше місто, а живу тут у новому комплексі, але між нами не мала відстань, — Юля відіслала повідомлення і задумалася.

Олег так само чекав на відповідь від Юлі і коли отримав її почав читати повідомлення з такими думками:

— Це добре, що ми живемо майже поруч, але до того комплексу мені потрібно їхати автобусом хвилин двадцять, а через ліс іти набагато далі. Так, ліс один, але ми з різних боків, а шкода, що так виходить. Ми б могли зустрітися, і думаю, що це було б

незвичайним знайомством на сайті знайомств, а так доведеться далі листуватися, — Олег замислився, і почав писати відповідь, — між нами пристойна відстань і як мені, так і тобі потрібно ще якийсь час їхати, але я радий, що ми живемо не так уже й далеко один від одного, як я припускав. І судячи з листування мені подобається твоя схильність до лісових прогулянок, не кожна дівчина захоче так проводити час, — відіслав повідомлення.

Юля:

— У моєму випадку це мені дає ще більше зрозуміти психологію і розібратися в собі залишаючись наодинці з собою. І тому я не така як всі дівчата і в мене свої інтереси, а це ще одна причина моїх вимог, і до того, що я божевільний любитель психології. І якщо моєму супутнику не буде подобатися психологія, то нам нема про що буде поговорити, і це говорить все за себе, що ми не довго будемо разом, а на короткий проміжок часу мені ніхто не потрібен, і потім знову починати пошуки я не хочу. У моїй перевазі зустріти того, хто буде зі мною розділяти мої інтереси, а це психологія. Олеже, і якщо ти уважно прочитав кожне моє повідомлення, то вже настав час ухвалити рішення про те, чи підходжу я тобі для спілкування з моїми інтересами і подальшим спілкуванням. Як у тебе, так і в мене не так же багато вільного часу і бажання засмучуватися в чомусь тому, про що не було сказано, і моє до тебе прохання в тому, що ти так само все розказав про себе, і ми вже вдвох ухвалили рішення для подальшого листування, і в майбутньому в нас почнеться новий формат спілкування, — Юля уважно ще раз прочитала повідомлення і відіслала.

Олег нікуди не поспішав і з великим бажанням чекав на нове повідомлення, а кожне повідомлення від Юлі було цікавим і йому все більше хотілося з нею зустрітися.

Олег побачити нове повідомлення й одразу сказав:

— Не встиг відіслати своє повідомлення як вона вже мені надіслала відповідь. Цікаво, що цього разу написала.

Олег почав читати і думати:

— Дівчина має уявлення про життя, розуміє, що таке час і зважає на моє життя. У неї є бажання далі продовжувати спілкуватися, але їй потрібна рішуча відповідь. Вона хоче зрозуміти, чи варто зі мною далі вести листування і вже виставляє свої вимоги. Я так само за довге спілкування і зближення. У мене немає жодного бажання писати і не отримати жодної відповіді, і тим паче мені вже не цікаві інші дівчата і хочеться зустрітися з Юлею. Бачити її в живу. З нею повністю згоден, і ніколи б не міг подумати, що в мене може все так початися, але цікаво, чим це все закінчиться. З її слів вона хоче знати, чи буду я далі з нею спілкуватися, знаючи про її інтереси. Скажи чесно сам собі, що так. Вона мені як людина цікава, а її захоплення психологією свідчить про те, що вона не стоїть на місці й увесь час робить усе для розвитку себе й поліпшення життя, не шукаючи безліч контактів на сайті. Я думаю, якщо б вона ще з кимось спілкувалася на сайті знайомств, і в неї був інтерес ще в комусь, то її повідомлення приходили б набагато пізніше і не так швидко, як відбувається. Вона спілкується тільки зі мною, і в неї до мене є свій інтерес. І мені потрібно зараз їй написати ствердну

відповідь для продовження листування, — Олег почав писати, — так, я тебе добре розумію, і мені б хотілося знати, що ж ти в майбутньому плануєш у стосунках? З усім написаним я погоджуюся і далі хочу продовжувати листування для зустрічі найближчим часом. У мене немає бажання писати довгі повідомлення і не зустрітися, — Олег відіслав повідомлення.

Юля отримала відповідь і почала в думках читати:

— Дуже добре, що молода людина так рішуче налаштована, а то я не сприймаю тимчасове спілкування для потіхи часу, коли нема чим зайнятися або ж одному нудно гуляти. Я не та людина для задоволення тимчасової самотності, а мені хотілося б постійного спілкування, і людини, яка розуміє не тільки свої потреби, а й мене і мій внутрішній світ. З егоїстом я зустрічатися не хочу і з тією людиною, яка завжди буде думати тільки про себе і крім себе більше нікого не бачитиме. Мені такий варіант підходить, і я згодна для продовження листування і зустрічі найближчим часом, але я б хотіла точно бути в ньому впевнена настільки, наскільки він пише, а для цього потрібен ще час і нові повідомлення, — Юля почала писати відповідь, — відмінна відповідь. Ти мені симпатичний як людина наполеглива і рішуча у своєму виборі і знаєш, чого хочеш, а мої захоплення не буду для тебе чужими, і ти згодний спілкуватися на ті теми, які буду цікаві нам обом, а не тільки комусь одному з нас, що вже має велике значення на початку знайомства для впізнання один одного та продовження спілкування, яке, як я сподіваюсь, хотілось, щоб воно закінчилось успіхом і досягненням бажаної мети, — Юля уважно ще раз прочитала повідомлення та натиснула на кнопку надіслати, подумала і пішла повільно до виходу.

Олег за секунду отримав від неї нове повідомлення, зупинився і почав уважно читати коментуючи його в думках:

— Я вже давно чекав подібного повідомлення про рішуче і остаточне рішення продовження спілкування і з великим бажанням зустрітися, і я радий про її серйозні наміри далі продовжувати спілкуватися, я теж не проти, а за спілкування в живу. Так буде набагато краще, і ми зможемо один одного бачити в обличчя, а в такому фокусі спілкуватися набагато легше, і доносити інформацію. Я хочу з нею якнайшвидше зустрітися і поясненням такому бажанню є її наполеглива пропозиція, що описує в її повідомленнях життєву позицію, і я зараз їй напишу відповідь, — після всього написаного в мене зараз виникає лише одне бажання і принаймні при першій-ліпшій нагоді зустрітися за філіжанкою кави, і далі продовжити нашу розмову, — Олег багато не описував своє речення і одразу написав запитання.

Юля отримала повідомлення й одразу почала його читати зупинившись майже біля виходу з лісу думаючи про себе:

— Я згодна з ним зустрітися, і мені ця людина цікава в листуванні, а ось якою вона є в житті, це я скоро побачу, а вести довгу бесіду на сайті буде нелегко, очікуючи після всього написаного й домовленої зустрічі побачити її, а так може минути тиждень або місяць, а може бути, ця людина в житті зовсім інша, і я спілкувалася тільки зі своєю ілюзією, а так у мене вже є пропозиція, на яку я згодна.

Юля відразу написала відповідь:

— Так, я з тобою повністю згодна і теж зацікавлена в зустрічі. А прочитавши всі ваші повідомлення, я не відчув жодного балансу і в мене вже з прочитаних рядків є своє уявлення, і воно позитивне. Немає жодних негативних емоцій, які б показували на неприйняття, і тому я повністю згодна зустрітися, і найближчим часом, — Юля відіслала повідомлення і стала чекати на відповідь нікуди не йдучи.

Олег отримав повідомлення й одразу почав читати, аналізуючи його:

— Чудово, я радий за швидку угоду і вже налаштований на зустріч, але спершу треба написати і вже після отриманої впевненої відповіді тішитися, — Олег почав писати, — я пропоную зустрітися за день біля входу місцевого кафе на лісовому масиві, а точніше не далеко про міську клініку, воно там одне, і не побачити його складно, а якщо не знаєш, де воно розташовано, то його можна легко знайти на мапі в телефоні, — відіслала повідомлення і застигла на місці, очікуючи на угоду.

Юля стояла на місці й отримала таке повідомлення:

— Чудово, мені підходить зустріч через день. Цього дня в мене буде вільний час, і я з радістю зустрінуся, — почала писати відповідь, — мені підходить день і місце, я знаю, де розташоване те кафе, і справді воно там одне, — Юля посміхнулася і почала писати повідомлення, — я згодна, а о котрій це буде?

Олег відповів:

— О дев'ятнадцятій годині рівно, я буду вільний, і нам можна буде побачитися біля входу. У тебе все виходить?

Юля:

— Так, у мене все виходить, і немає жодних планів на цей день. Буду дуже рада зустрічі та продовженню розмови за чашкою кави, — відіслала повідомлення.

Олег відповів:

— Домовилися, і якщо буду зміни в планах, я залишаю свій телефон, — Олег у повідомленні дописав номер телефону, — і відіслала його.

Юля:

— Добре, у разі будь-яких змін я зателефоную, гарного вечора.

Олег:

— І тобі гарного вечора.

Олег із широкою посмішкою на обличчі пішов у бік дороги і пішохідного переходу, а Юля вийшла з лісу і пішла одразу додому дочитувати книжку з психології.

## Глава 5

### Кафе

Після недовгого, ясного і цікавого листування Олег і Юля були зацікавлені у зустрічі. Ні в кого не виникло жодних сумнівів в обмані, і листування мало свій сенс з нахилом до вивчення психології. Як Олег, так і Юля давно були залучені до теми

психології, і вона завжди привертала їхню увагу, а ось співрозмовника знайти на цю тему їм було не легко, і випадково, через випадковість обставин на сайті знайомств, вони зуміли познайомитися і знайти спільну мову для спілкування. Листування на тему психології зблизило їх, вже є тема для розмови, а судячи з листування і тих великих текстів, надісланих як Юлею, так і Олегом, вони вже розуміли, що треба розмовляти під час зустрічі, а Юлі було важливо, щоб співрозмовник не мовчав, а вправно, розуміючи її, підтримував розмову, і було, про що поговорити. Мовчазні хлопці їй не подобалися і ніколи не були цікаві, так і Олегу було б нудно спілкуватися у формі монологу, коли він бачив перед собою мовчазну дівчину, яка не розуміла і не розуміла її. Цікаве листування ще більше їх зблизило і скоротило час зустрічі, а без інтересу їхнє побачення не відбулося б за день, а могло б бути за тиждень і більше. Спільні теми завжди зближували і привертали увагу. Уже після листування в кожного з них виникали одне до одного запитання, і хотіли якнайшвидше побачитися. Знаючи, що фотографії можуть відрізнятись від реальності, і не людина на них зовсім інша, кожен сподівався на краще.

У Юлі виникали свої питання, а Олег був зацікавлений у зустрічі з незнайомою дівчиною, що так ретельно розписувала про психологію в листуванні, і тим самим Олег думав, що листування буде найпростішим з простими питаннями, що відносяться до знайомства, а виявилось зовсім все інакше. У дівчини вже був великий досвід знань у психології, і вона підтвердила це не двома словами, а точним поясненням, зацікавивши незнайомця собою ще більше, з огляду на його залученість до неї. Після домовленої з нею зустрічі задумався над тим, що йому буде незручно спілкуватися з такою розумною дівчиною, яка знає набагато більше за нього, і вже довгий час вивчає психологію, а також має бажання ще більше пізнавати глибину психології не тільки теоретично, а й практично. У своєму уявленні в нього виникав різний розвиток ходу зустрічі й теми розмови, хотів більше підготуватися до неї, щоб не виглядати нерозумно, а якою вона буде? Це була загадкова зацікавленість, яка незабаром стане зрозумілою, залишив за собою легке хвилювання перед зустріччю з невідомою дівчиною, яка зацікавила його інтелектом. До вечора він також сам себе спантеличив різними думками продумуючи різні варіанти розвитку подій, і думав, що під час зустрічі він не зможе підібрати жодного слова, розхвилювавшись перед нею, а досвіду в таких зустрічах у нього не було. Як усе може скластися? Для нього було загадкою, а Юля після домовленості вже зовсім по-іншому почала думати, і раніше в неї так само не було ніяких таких зустрічей із сайту знайомств, і перший досвід лякав, виникав страх, з яким вона хотіла володіти, і такий страх у неї виник уперше, все було по-новому, і ніколи такого не було. У своєму уявленні так само виникали різні думки, а вона була дівчиною і набагато слабкішою за незнайомця, і чого чекати від зустрічі, вона не знала, але більше вірила в порядність і дотримання моральних цінностей, і цьому було підтвердження добротне листування без будь-яких натяків на інше спілкування, що її заспокоювало. Уже на початку листування вона побачила людину, яка цікавиться психологією, і підтвердженням стали ті отримані від неї смс, які

свідчили про те, що людина щось знає про цю сферу і нічого не вигадує. У передбачуваній розмові під час зустрічі вона була повністю впевнена в собі, і дуже добре знала психологію, і думала, що розмова буде тільки про неї, і такі думки в чомусь розвіювали страх перед незнайомцем. Замислювалася над тим, що людина може бути не так освічена в психології, як вона, і їй доведеться вести розмову, і була не проти поділитися своїми знаннями. Від довгої самотності та великої кількості роботи їй рік довелося бути самій, і вона ні з ким не розмовляла на хвилюючу її тему, і в неї було велике бажання поспілкуватися з тим, хто цікавиться таким напрямком, як вона, розказав усе, що вона знає. Вільного часу у неї не було і часто залишалася після робочого дня далі продовжувати працювати, виконуючи обов'язки секретаря і роблячи різні протоколи, що стосуються її роботи, завжди уважно слухаючи вказівки керівника і відповідально ставлячись до кожного завдання. В її роботі ніколи не виникало ніякої поспішності і завжди все вчасно виконувала і в повній організації робочого процесу їй допомагала психологія в порядку і дисципліни до робочих завдань. Завжди все з упевненістю робила і ніколи не запізнювалася у виконанні написання протоколів і доручень. Довга робота іноді нудила, а через відсутність вихідних їй хотілося відпочити і знайти співрозмовника для спілкування на ті теми, які її цікавили, а сайт став пробним варіантом, що дав можливість для знайомства, і з першого спілкування у неї з'явився результат, а яким далі буде розвиток подій, вона не мала уявлення.

Олег впродовж цілого дня, а в нього був робочий день, думав над тим, що написала незнайома дівчина, і над тим, що завжди треба тримати баланс усередині себе, і що це допомагає життю, а він ніколи не звертав увагу на такі зміни, і завжди робив те, що йому хотілось зробити, а частіше за все в такому стані в нього нічого не виходило, і все треба було починати з початку, а зараз уже почав по-іншому ставитися до такого стану, і більше зрозумів про себе, і про виникнення емоційного порушення балансу. Що потрібно було в такому випадку робити, він ще не знав, і які методи впливають на заспокоєння і повернення балансу. Виникали питання, які хотів поставити дівчині, але вирішив нічого не писати і під час зустрічі, за можливості, поставити такі питання, які його цікавлять, і в чому було не зручно, він же не прийшов на сеанс до психолога, а призначив побачення, і що буде на ньому, не знав, і якою буде розмова теж. Відсьогодні почав уважно дивитися за кожним своїм рухом, розуміючи, що десь під час роботи в нього всередині відбуваються порушення, які впливають на якість роботи й увесь робочий процес іде не так, як треба, з небажаними помилками, а цьому стають причиною неуважності й поспіху більше виконати роботи за менший час, і він на це не особливо звертав увагу. Працював в інтернет-магазині, а тут поспішність у всьому і один неправильний рух тягне за собою помилку, і це не правильне виконання замовлення. Юля своїми дописами зуміла привернути увагу Олега і замислитися над своїм життям, почав його змінювати і покращувати якість у всьому. Раніше він не звертав увагу на багато речей, які негативно впливали не тільки на робочий процес, а й на саме життя, зменшуючи рівень задоволення і не приносячи бажаного. Вже під кінець завершення зміни Олег, як завжди, хотів закінчити роботу якнайшвидше,



залишалося оформити пару замовлень на доставку майже, і почав поспішати, звертаючи увагу не на роботу, а на тих працівників, що зуміли швидше закінчити свою роботу, та залученість до швидкості потягла за собою чергову помилку, яку виявив під час перенесення посилки в зазначене місце для відправки. Оглянув її з усіх боків і, побачивши неправильно зроблене замовлення, одразу повернувся на робоче місце і почав все переробляти, забравши сам у себе додатково п'ять хвилин. Лише зараз звернув увагу на свій поспішний стан і порушення внутрішнього балансу, замислився, закінчив переробляти посилку, поставив її на місце, подивився на неї й одразу почав робити правильний висновок про свою роботу, згадуючи повідомлення дівчини Юлі. Усередині в нього з'явився свій голос, що слідкував за вже виниклим почуттям спокою, і він звернув на нього увагу, а це було приємне відчуття нормального стану та відсутності поспіху, що призводить до таких затримок на роботі. Після завершення оформлення посилок одразу приступив до заповнення потрібних для відправки документів і вже ні на кого не звертаючи увагу почав уважно дивитись у кожен рядок, обережно вписуючи цифри та місце відправки. Зробив кілька глибоких вдихів, зосередився, і зробив усе як треба, а поспішивши, він міг припуститися помилки і йому довелося б по-новому друкувати форму документів і починати все спочатку. Подивився на всі боки і побачив відсутність усіх співробітників, а вони вже закінчили свою роботу і пішли здавати звіт, а він ще залишився на робочому місці, і утриманням на роботі стала його неуважність, а бачачи правильно виконану роботу колег, одразу почав думати про своє неуважне ставлення, і спонукою до нових висновків стали спогади з листування, знову зробив висновок на майбутнє, щоб більше не залишатися довше, ніж потрібно, на роботі, коли всі вже пішли, а він ще працює. У повній послідовності закінчив роботу і пішов здавати звіт, а після нього і роздягальні поїхав додому, думаючи про побачення, що наближається.

Олег повернувся додому, а коли був удома, сидючи за кухонним столом і попиваючи зелений чай, почав замислюватися над тим, що завтра він зустрінеться з тією самою дівчиною, яка давала поради, які вже подіяли на краще. І почав розуміти, що ця людина знається не тільки на психології, як теоретик, а й на самому житті, а й найголовніше на тих робочих моментах, які важливі для кращої роботи, а це не технічне виконання завдання, а стан душі, від якої залежить більша частина процесу і правильне виконання. Від приємного й повчального листування в нього виникало своє уявлення зовнішнього вигляду дівчини і з різних боків уже почав уявляти її зовнішність, аналізуючи все написане й ті побачені фото, а так, без її написаних слів, він би ніколи не зміг подумати, побачивши її фото, що вона володіє інтелектом і багато чого знає. Уже склалося своє уявлення про сайт знайомств, а на початку він думав, що нереально тут з кимось познайомитися і поговорити з розумною людиною, і все сталося набагато швидше, ніж думав. Все сталося напрочуд швидко і гладко без якихось підозр про можливе шахрайство, а воно може бути, як з одного боку, так і з іншого. Його ідеалу став зовсім інший, а раніше звертав увагу на зовнішність дівчини і вже судив по ній, а зараз все навпаки, і зовнішність не така приваблива, як на інших фотографіях

дівчат, які показували себе з усіх найкращих боків, а фотографії Юлі були вельми спокійними і не так зухвало звертаючи на себе увагу. Ще залишалося не знання, якою вона буде в житті, знаючи про різницю між людиною і тими фотографіями на сайті, але все ж було цікаво її побачити вживу. У проаналізованому листуванні Юля писала спокійно і не було ніяких порушень меж у спілкуванні як це могло бути з різною пропозицією послуг, вона хотіла дружнього спілкування на цікаву для неї тему. Для розгадування Юлі і те, якою вона була, треба було ще трохи почекати, а залученість ставала ще більшою, і зустріч уже було ніяк не перенести на день раніше, домовленість залишалася домовленістю. Олег сидів на кухні й думав про своє.

Сьогодні був простий робочий день у Юлі, і вона в тому самому темпі, як завжди працювала, завжди дотримувалася вже вироблених упродовж багатьох років принципів роботи і душевного стану, набутого на різноманітних тренінгах із психології. У спокійному темпі нікуди не поспішає так само, як і завжди, не порушуючи жодних меж поведінки, не опущених у робочій обстановці, дотримуючись у різних ситуаціях спокою та словесної заборони, завжди виразно й зрозуміло все пояснюючи колегам по роботі, не зважаючи на їхні нерозуміння та помилки при виконанні її завдання, пропрацювала в такому стані, а так уже впродовж багатьох років, до кінця робочого дня. Після завершення робочого дня вона повернулася додому, і їй було цікаво ще раз прочитати всі написані повідомлення Олегом і поміркувати над тим, якою це може бути людина, і в неї було своє про нього уявлення. Вдома, сидячи за кухонним столом, взяла телефон і почала читати повідомлення, аналізуючи знову все з початку через панічний страх, що періодично виникав у неї перед невідомим, а сайт знайомств був тією самою невідомістю, і вона про нього нічого не знала.

Юля почала думати:

— Ось той самий незнайомий на ім'я Олег, і він не так вже й мало написав мені повідомлень, і їх потрібно перечитати, щоб повністю в ньому бути впевненим, — почала читати повідомлення, — він моїх років, йому подобається вивчати психологію, але судячи з написаних рядків, він лише читає книжки, а ось практичних занять у нього не було. Працює і теж не особливо багато часу для прогулянок. У нього нікого немає з дівчат, якщо він так швидко погодився на зустрічі, то це свідчить про те, що він в активному пошуку, а якщо в нього хтось був, то наше листування тривало ще тривалий час, і я б із ним зустрілася за тиждень, а може, й більше. Дітей немає, і в мене виникає таке уявлення, що Олег не був одружений, і я теж не була одруженою, і це горизонт життя як для мене, так і для нього невідомий і як я, так і він про сімейне життя нічого не знаємо. З ним можна буде поговорити, якщо він буде налаштований на таку розмову про психологію, і мені потрібно буде вести його вперед у розмові, бо він менше знає, і передусім потрібно буде звернути увагу на його поведінку і чи немає в нього якихось прихованих потреб до мене, які мені не озвучив у листуванні. Я з ним домовилася зустрітися для спілкування, і тема розмови буде психологія, а якщо в розмові він буде мене вести в іншому напрямку, то я відразу це помічу і закінчу нашу розмову. По фотографії простий і не показує, як решта свій статус виставляючи фотографії в

дорогих місця, а вони зроблені на вулиці і це вже говорить, що скоріш за все він з простої сім'ї і працює на звичайній роботі. Мені це підходить і, судячи з того мого досвіду, ті, хто в статусі, вони завжди про себе іншого уявлення побачать, по-різному завишуючи себе і знижуючи значення другої людини, а заробити гроші і отримати статус не є такою вже й великою працею, і багатьом людям подобається просто працювати, і вони не прагнуть отримувати особливий статус, їм вистачає тієї зарплати, яку вони отримують, і статус не є особливим показником якостей людини. У цьому мені теж можна бути спокійною і з простою людиною легше знайти спільну мову і поговорити на різні теми, — Юля відклала телефон убік і почала просто сидіти, ні про що не думаючи.

Перед сном на телефон Юлі прийшло повідомлення про завтрашній вихід на роботу о восьмій годині і без заперечення, а вона завжди відповідально ставилась до роботи, прийняла такі зміни і в неї не виникло всередині ніяких конфліктів, вже маючи досвід з появою різких змін, без заперечення та відмови, а час перед сном настав у цілковитій тиші, так само настала ніч без думок, обидва лягли спати в один час, і в кожного було бажання написати повідомлення, але дотримуючись домовленості, вони лягли спати в один час, а зранку наступного дня прокинулись з думками про сьогоднішній день, а потім прокинулись... У Юлі сьогодні був робочий день, і вона прийшла на роботу о восьмій годині ранку, одягнувшись, як завжди по-робочому, і так, як це потрібно при роботі в офісі. На ній був стрункий одяг і невеликий, легкий з рисами суворого співробітника макіяж. Від самого початку робочого дня вона виконувала в тому ж самому ритмі без зупинки, без жодних поправок свою роботу і в останню робочу годину згадала про майбутню сьогодні зустріч із тим хлопцем, з яким познайомилася на сайті знайомств. Зробила у своєму блокноті невелику нотатку, щоб не забути, а роботи було багато і потрібно було повністю зосереджуватися на заповненні документів, не роблячи помилок. Могло бути так, що після кінця робочого дня вона могла забути про зустріч і замість побачення поїхати додому і тільки ввечері згадати про Олега. На першому місці в неї була робота, а все інше залишалося на другому плані. Нотатки в блокноті багато в чому допомагали не забути в справах другого плану, і Юля завжди після роботи вийшовши з офісу, дивилася в записи і далі планувала день, і іноді після роботи їхала не додому, а на тренінги з психології, або ж із подружкою, яка працювала на іншій роботі, йшла пити каву, аналізуючи й ділячись різними моментами, які трапилися в робочий час. Крім роботи і психології у неї в житті нічого не було. Сьогоднішня замітка, залишена в блокноті, нагадувала, що сьогодні ввечері в неї відбудеться побачення в кафе на лісовому масиві. Усе було в процесі й до зустрічі залишалося кілька годин. Під вечір із наближенням робочого дня Олега, і він працював відповідально, але все ж таки починав нервувати перед зустріччю, і що менше залишалося часу до неї, то сильніше хвилювався. А Юля, проаналізувавши всі повідомлення і фотографії Олега, почувалася спокійно і ні про що не думала, знаючи, що це всього лише зустрічаємось з людиною, перед якою її нічого не зобов'язує, а буде лише ознайомча розмова і перше знайомство впізнавання одне одного.

Робочий день закінчився одночасно у двох, і Олег вирішив поїхати одразу не їхати в кафе, а порахував час приїзду додому і на побачення він цілком встигав і без труднощів, а Юлі потрібно було їхати набагато довше і в неї не було часу їхати додому для перевдягання і, щоб привести себе до ладу. За швидко пройдені півгодини Олег приїхав додому, а до зустрічі залишався час і відразу прийняв двохвилинний душ, одягнувся в інший одяг і вийшов з дому, попрямувавши з видимим на обличчі хвилюванням у бік зупинки. Кафе знаходилося недалеко від його будинку і для прибуття на місце у нього було два варіанти: проїхати одну зупинку на маршрутному таксі або ж піти пішки обійшовши скоротив шлях через будинки. У двох випадках за часом встигав. Лише за непередбачуваних обставин при появі торнадо міг запізнитися, а таке було неможливо. А Юля, коли закінчила свій робочий день одразу поїхала міським транспортом ні про що не думаючи в бік зустрічі повністю зосередившись на собі та своєму внутрішньому спокої відчувала віщування вільного спілкування без захоплення її особистого простору, як це буває при зустрічі з хлопцем, що хоче, якнайшвидше здобути над дівчиною контроль та владу, почав нею управляти та підпорядковувати своїм бажанням.

Олег, підійшовши до зупинки, подивився на всі боки, а автомобілі плавали по дорозі в променях сонця, що сідало за горизонт, і за червоним авто закордонного виробництва під'їхало маршрутне таксі. Відчинилися двері, водій уважно подивився на хлопця, що стояв перед дверима, люди теж на нього дивилися і чекали, коли він сяде, але минула хвилина, і Олег не сів, а розвернувся і пішов уздовж дороги до наступної зупинки. До кав'ярні потрібно було проїхати одну зупинку, а оскільки часу було достатньо і не потрібно було поспішати, вирішив пройтися і прогулятися. Дорога до кав'ярні пролягала вздовж основної траси, де потрібно було дійти до зупинки, перейти дорогу і піти прямо вздовж старих будинків, що стоять по обидва боки, до першого кругового перехрестя, а там перейшовши через дорогу через пішохідний перехід, попереду знаходилось невелике кав'ярня, з столами, що стояли на траві, та тканинними стільцями різних кольорів, де завжди відпочивають місцеві мешканці після роботи або у вихідні дні, попиваючи смачну каву або ж безалкогольний коктейль. Подивився на годинник, а він, замислившись, не звернув увагу, як швидко пролетів час, і до зустрічі лишалося ще п'ятнадцять хвилин, а він тільки пройшов одну зупинку і перейшов на інший бік. Прискоривши крок, пішов уперед до кафе, сподіваючись не запізнитися на першу зустріч. А Юля, і в цей час на годиннику було без десятої хвилин сьома, встигла швидко, без заторів на дорозі, приїхати до кав'ярні й оглянувши її з усіх боків, а вона почала всього боятися, почала чекати на незнайомця. Дівчина приїхала набагато швидше ніж це зазвичай і за домовленістю, а Олег ще йшов і дивився вперед. Коли підійшов до кав'ярні, зупинився, оглянув її, та на вулиці нікого не було. Одразу виникли перша думка про неявку дівчини на зустріч, а друга думка була про те, що дівчина запізнюється і треба трохи почекати. Через відсутність досвіду виникала недовіра і поява ще однієї думки, пов'язаної з розіграшем дівчини, яка погодилася приїжджати на побачення, але навіть не збиралася їхати, і жодної зустрічі з дівчиною з сайту

знайомств не буде, і за кілька хвилин поїде додому.

Минуло п'ять хвилин і навколо нікого не було, і той телефон, зазначений в анкеті, Олег зберіг у контактах телефону, діставши телефон із кишені, він їй подзвонив, пролунало два гудки, як попереду з кав'ярні вийшла та сама дівчина й відповіла на дзвінок, сказав:

— Алло.

Олег усміхнувся, побачивши її, і відповів у телефон:

— Привіт. Я стою біля входу в кафе.

Юля замахала на всі боки головою і одразу побачила Олега, який стояв і посміхався, і вона сказала:

— Привіт, зараз підійду, — відключила виклик і пішла повільним кроком до Олега, а він стояв від входу в кафе за десять метрів.

Юля була одягнена в долинну до ніг кольорову сукню сірого кольору, а зверху була вдягнена світла кофточка. Її волосся було темного кольору як на фотографії, а очі глибокі, розуміючі. Олег одразу махнув рукою, і дівчина побачила того самого хлопця як на світлині з сайту знайомств.

На відстані Олег сказав:

— Привіт.

Дівчина посміхнулася і відповіла:

— Привіт.

Олег підійшов до Юлі з такими словами показую свою до неї симпатію:

— Мене звуть Олег. Це я з тобою спілкувався на сайті знайомств, і я призначав зустріч у цьому кафе.

Юля посміхнулася:

— Так, точна копія того хлопця на фотографії, з яким вела листування на тему психології. Як у житті, так і на фотографії він симпатичний. І мене звати Юля.

Олег:

— Дозвольте мені тебе пригостити кавою. Якщо ти не поспішаєш, і ми можемо посидіти, поговорити, познайомитися ближче.

Юля посміхнулася:

— Так, добре. Я не поспішаю. Мій робочий день закінчився, а вдома на мене не чекають жодні справи, тож ми можемо посидіти і поговорити про те, що тебе турбує, і познайомитися ближче. Сподіваюся, наша розмова складеться.

Олег:

— Мене в житті багато чого турбує, і я б хотів із тобою познайомитися, якщо ти не проти дозволити пізнати тебе ближче.

Юля:

— Так, звісно. Я не проти того, щоб я з тобою познайомилися, як я вже сказала, що хочу поговорити на тему психології, і мені цікаво спілкуватися з такою людиною.

Олег зайшов у кафе, а за ним пішла Юля. Олег підійшов до стійки і сказав:

— Мені, будь ласка, каву Американа, — Олег подивився на Юлю, — а тобі, що

замовити? Яку будеш каву, — Юля стояла і мовчала, — ти будеш пити каву чи може сьогодні є бажання випити інший напій?

Юля посміхнулася:

— Я буду пити капучино без цукру.

Олег повернув голову:

— Ще будь ласка зробіть велике капучино.

Продавець чоловічої статі років двадцять і високого зросту, одягнений у літній одяг, а це світла футболка і спортивні, не видні за стійкою продавця штани, підійшов до кавової машини і почав готувати два напої. Кава була приготована дуже швидко, і Олег з Юлею не встигли один одному сказати жодного слова. Продавець поставив дві картонні склянки на стіл, і Олег розрахувався за замовлення. Одразу взяв дві склянки і вийшов на вулицю, а за ним пішла Юля.

Олег подивився на Юлю:

— Куди ти волієш сісти?

Юля з усмішкою відповіла:

— Ми можемо сісти на ось цей столик. А так мені байдуже, де ми сидітимемо, і якщо є бажання сісти за інший столик, то тога сам обирай, куди нам присісти.

Олег:

— Давай, тоді сядемо ось за цей столик, — показав на червоний стілець і дерев'яний стіл, що стоїть за синім стільцем і таким же самим столиком.

Юля:

— Так, добре, мені подобається розташування і зручне місце для огляду виду.

Олег поставив стаканчик кави на стіл і сказав:

— Це ваша кава капучино, сідайте.

Юля відповіла із сором'язливою посмішкою на обличчі:

— Дякую за каву, — присіла на сусідній стільця, а Олег сів на протилежний.

Юля уважно подивилася на незнайомця, усміхнулася. Зробила ковток кави, і Олег повторив за нею, сказав:

— Я б хотів продовжити нашу розмову з листування сайту знайомства, і коли я її читав, у мене виникало багато запитань, але не було такої можливості все описати в повідомлень, і якщо б я це зробив, то мої повідомлення мали б вигляд розділів книги.

Юля посміхнулася, а очі стали блищати цікавістю:

— Так, я дякую, що ви помітили мій потяг психологією і знання про неї, і у вас виник такий інтерес до мене. Я вас уважно слухаю і сподіваюся, що мені вдасться відповісти на всі ваші запитання в широкому значенні і дати конкретну відповідь.

Олег:

— Я буду радий послухати вас і ваші відповіді. Мені дуже цікаво з вами продовжити бесіду з онлайн-режиму в реалістичній формі спілкування, — Олег зробила ковток кави, — як така людина, як ви, змогла настільки сильно вивчити самотійно психологію і страхи? У мене б так ніколи не вийшло і як би я не старався.

Юля:

— Моєю мотивацією стали страхи, що виникали ще з дитинства і заважали мені спокійно проживати життя і бачити світ. Я не могла без переляку дивитися на багато речей, а вони найпростіші, і в них немає нічого страшного, а коли я подорослішала, тоді в мене з'явилися інші страхи, і з віком їх ставало дедалі більше, і хвилювання нікуди не зникало, воно мені заважало працювати, проживати просте життя обивателя, мені не хотілося так жити, а весь час чогось боятися я не могла, і найбільше боялася появи нового страху, але ж вони проти мого бажання і волі виникали часто, і вже коли не було сил терпіти такі панічні атаки, то я все більше почала занурюватися у вивчення психології. І у вільний час відвідувала різні групи з психології, розглядаючи всі проблеми не сама, а з людьми, і вів групу досвідчених психолог. Мої страхи завжди були зі мною, і в кожного виникала своя думка щодо моєї боязні. Спілкуючись з такими людьми, а в них були свої труднощі в житті, і я, як вони мені допомагали, а в нас склалися різні бесіди щодо психології і більше ні які інші теми ми не розглядали, так і я їм. У такому ось вигляді відвідування тренінгів я набралася досвіду, дізналася психологію ще глибше в її розумінні і мій світ почав змінюватися. Я залишилася рабою багатьом змінам, і вони мені допомагають проживати радісне життя без зайвого хвилювання, але іноді буває таке, що страхи проявлятимуться в іншій формі, а маючи свій досвід аналізу різних обставин, я з ними швидко справляюся. Ось звідки взявся мій досвід психології та всі знання про неї.

Олег:

— Цікава в тебе історія життя, а в мене зараз виникає інше запитання, а ти вчиш психологію чи у вільний час самостійно її вивчаєш, або ж, може, на роботі викладаєш іншим людям, навчаючи їх своїх навичок?

Юля:

— Згодна, маючи такий досвід у психології, я б уже могла навчати інших людей, але, на жаль, на мій розсуд, ще зарано займатися такою діяльністю психології, але вже можна було б почати. Мені потрібен час організувати себе і всі свої внутрішні конфлікти, страхи, почуття, і тільки тоді, коли я стану досконалішою всередині себе і буду набагато більше знати, вже можна буде навчати тих, хто по-справжньому потребує допомоги і хоче поліпшити своє життя.

Олег задумався:

— Ти точно ніколи не давала жодних консультацій людям у сфері психології? Спілкуючись з вами у мене виникає таке враження, що ви можете навчати психології та вести практичні заняття, а відчуття, що виникло, говорить про те, що можливо у вас вже є такий досвід. Не соромся, і мені б було приємно почути, як все є насправді. Я розумію, що ми ще мало знайомі, і ти не хочеш до кінця все розповідати, але я дуже зацікавлений у відповіді.

Юля посміхнулася:

— Мені не завжди все зручно розповідати при першій зустрічі, і я любила скромність у спілкуванні, не видаючи про себе багато чого, і я скромна дівчина, яка багато чого в житті випробувала в цій галузі і завжди була в захваті від психології.

Якщо ти, Олеже, так наполягаєш на відповіді і тобі буде цікаво мене послухати, і тебе це не зупинить у своєму висловлюванні до мене, і далі в нас литиметься згладжена розмова, то я розповім.

Олег:

— Так, усе буде, як і раніше, і нічого не вплине на мене і моє ставлення. Я повністю залучений у нашу бесіду і чекаю на продовження відповіді на моє запитання.

Юля:

— Через сильну залученість, яка не полишала мене тривалий час у дитячому віці, у мене виникло бажання піти навчатися на психолога, і я закінчила інститут психології, і під час роботи у вільний час відвідувала тренінги. Іноді виступала як лідер групи і вела заняття з психології навчаючи і уважно слухаючи всіх присутніх, а це інколи було до десяти людей, а найменше приходило семеро, і мені завжди було цікаво спілкуватися з тими, хто зацікавлений в аналізі, аналізуючи різні і не легкі обставини життя, та здебільшого сімейні конфлікти, які є присутніми в кожній родині. Мої консультації та поради завжди позитивно впливали на багатьох учасників, приносячи бажаний результат. Якщо буде бажання провести такий тренінг, я можу підказати адресу і час початку такого сеансу.

Олег усміхнувся:

— Дякую за запрошення, я ще не готовий до таких змін і втаємничувати людей у свої знання психології, але візьму на замітку і коли в мене виникне бажання, я обов'язково спитаю адресу та час, а зараз мені б хотілося більше дізнатися про тебе і поговорити на тему психології.

Юля:

— Чудово, я думала, ти зараз мені запропонуєш змінити тему на іншу і почати розмову про автомобілі.

Олег усміхнувся:

— Ні, я бачу людину і її інтерес, і немає сенсу говорити на ту тему, яка їй не цікава, і вона нічого в ній не розуміє, і так буде одностороння розмова, яка не має жодного сенсу, і, гадаю, наша зустріч незабаром закінчиться, і ми розлучимося, а побачення буде невдалим, і наступна зустріч не відбудеться, і знайомство на сайті буде безрезультатним. Мені б не хотілося, що все так склалося, і тому найкраще шукати тему для розмови спілкування, яка буде цікава нам двом, і в нас усе буде гаразд, а найголовніше — виникне порозуміння, і ми далі будемо одне в одному зацікавлені, а в майбутньому ще більше хотітимемо зустрітися та провести час у кафе, а може бути, в іншому місці, розмовляючи на цікаву та розуміючу для кожного тему.

Юля:

— Повністю згодна, і іншої відповіді в мене немає. А ще я хотіла доповнити свою відповідь на твоє запитання, і я зараз згадала, що раніше, два роки тому, я ще давав тим, хто відвідував групу, консультації з психології, і це було моє залучення в розвиток і більше розуміння людей. Мені то подобалося, але через відсутність досвіду я перестала тим займатися, вирішив, що мені потрібно більше дізнатися про аналіз, щоб



до кінця бути впевненою у своїх відповідях і все було в найкращій і доступній формі аналізу. У психології я знайшла дуже багато чого цікавого і дивовижного, і донині дивуюся дедалі більше, відкриваючи ці горизонти, що раніше здавалися досягнутими. З кожним роком все змінюється, і я стаю мудрішою і більш обізнаною в аналізі.

Олег:

— В аналізі мені здається горизонт досягнення кінця перебуває дуже далеко, якщо з кожним сторіччям під час появи умів краю розумного й усвідомленого ставати дедалі далі й такі уми розширюють психологію дедалі далі, і це є справжньою істиною.

Юля:

— Тому я хочу вивчати психологію до останніх днів життя. Вона завжди приносила мені задоволення і без неї мені складно жити. Я настільки до неї звикла, що вона стала частиною мого життя, і щодня я думаю, аналізуючи все, що пов'язано з нею, — Юля сама собі поставила запитання, — може, я народилася психологом і в майбутньому в мене буде робота психолога.

Олег уважно подивився на неї і сказав:

— Це ти мені ставиш запитання чи сама в себе запитуєш?

Юля підняла голову і відповіла:

— Я сама в себе запитую і ще не до кінця розумію таку сильну захопленість. З чим це пов'язано, і я отримаю відповідь на свої запитання тільки через деякий час. Зараз я ще не можу точно дати відповідь.

Олег:

— Можливо, все зроблене зараз допоможе в майбутньому стати кращим аналітиком і тобі не важко буде швидко вирішувати складні завдання людей, допомагаючи їм розібратися в їхніх труднощах.

Юля:

— Можливо, я в майбутньому, а я іноді про це думала, стану вести свої консультації сімейного терапевта, допомагаючи парам розібратися в їхньому сімейному житті. У цьому напрямі я зараз вчуся, а може буду працювати в іншому. На даний момент мені складно дати відповідь. Час покаже, наскільки я хороша і в яких сферах.

Олег:

— Тоді не потрібно заважати, і для початку необхідно розібратися насамперед у собі, а потім уже вирішувати, куди далі спрямовувати свої знання.

Юля:

— З появою психології в моєму житті з'явилася нова усвідомленість і бачення світу. Відкрилися очі на багато подій, що відбуваються в моєму житті, і не тільки в моєму, а й в інших людей. У житті чогось багато людей не помічають простих речей, потрібних для щасливого життя, і живуть так, як вони можуть жити, а психологія дає можливість людям жити якісно і проживати таке життя, про яке вони мріють, і яке далеке для них. З приходом таких знань у кожного зараз є можливість поміняти все життя, але не кожен розуміє це, і багатьом потрібно якісно все пояснювати і показувати, і тоді з'являється усвідомленість, спрямована на зміни. І це є робота психолога, який все

пояснює доступною мовою, і багато людей хочуть все зрозуміти, але не можуть, і їм потрібна допомога, спрямування, і тільки так вони починають по-новому, і краще проживати кожен день. Іноді буває потрібно задуматися над виникаючою темою, але не кожен може це зробити, і так само тут потрібна допомога, якісна консультація іншої людини, яка добре розуміється на темі, що хвилює пацієнта, — Юля посміхнулася, — а зараз мені б хотілося перейти з цієї теми й поставити тобі запитання. А то все я розмовляю, та я, а ти мовчиш і нічого про себе не говориш.

Олег:

— Так, згоден. Я тебе уважно слухаю.

Юля:

— Мене цікавить питання, і воно просте, мені самій цікаво, що тебе спонукало до вивчення психології? Мене, наприклад, мої страхи, і це стало початком мого шляху, а тебе, що?

Олег задумався:

— Я насправді ніколи не вчився. У школі не було жодного інтересу ні до чого, до психології теж, усі знання про неї я отримував сам, розмірковуючи над життєвими ситуаціями, а потім, коли подорослішав, вирішив почати читати книжки, і, захопившись різними розповідями терапевтів та їхніми історіями, дедалі більше занурився у вивчення психології. Кожна написана історія психологом була взята з життя. Мої роздуми і свій аналіз мені не раз допомагав у житті, але він був недостатньо сильний у багатьох випадках, я тільки з тобою почав розуміти про тримання всередині балансу, спокою, і раніше ніколи на нього не звертав увагу. На роботі завжди поспішав і вчора працюючи я через поспіх почав робити помилки, а потім пригадав наше листування і зробив свої висновки. Дотримуючись спокійного стану вдруге виправляючи помилку у мене все вийшло. Тепер більше розумію, і дуже вдячний за добру пораду. Тепер я буду працювати саме так, не порушуючи баланс. І ще в психології багато різних напрямків, але мене найбільше цікавлять ті, які стосуються повсякденного життя. Так, я згоден з тим, що ми майже однаково живемо і проживаємо кожен день, але все ж таки інколи трапляються різні ситуації, і це конфлікти на роботі, і інколи я не знаю, як їх вирішувати.

Юля відразу сказала:

— Найкраще, коли на роботі виникають такі ситуації так само дотримуватися спокійного стану і в жодному разі не порушувати його. Навіть такий стан дасть змогу більше розв'язати проблем ніж якщо буде підвищення голосу, або ж присутність поспішності з невротичною поведінкою. Мало хто зрозуміє таку поведінку, і я завжди так вирішувала набагато більше робочих ситуацій, ніж якби я починала швидко говорити або ж підвищувати на когось голос. Усі й завжди розуміють нормальний тон розмови, ніж підвищений.

Олег:

— Так, я помічав і не раз, але мало разів користувався такою технікою поведінки. У кращому випадку в мене нічого не виходило, і я більше припускався помилок, ніж

зазвичай і в розмові з колегами.

Юля:

— Тепер будь уважніше до себе і своєї поведінки і завжди звертаючи увагу на спокій, і в тебе буде набагато більше шансів на успіх.

Олег опустив голову:

— Потрібно було раніше починати читати книжки і, можливо, я сам дійшов до такого етапу життя, але в тих прочитаних книжках я мало зустрічав про баланс і особливо не звертав увагу на нього, і далі перегортав сторінки.

Юля:

— Тепер більше будеш дивитися на своє внутрішнє відчуття спокою і більше буде результату ніж могло бути. Нічого складного в цьому немає, просто не забувай про себе, а так найчастіше відбувається, коли люди перестають звертати на себе увагу і думають про когось чи щось, а не про себе.

Олег:

— Так, тепер усвідомленість мене стала кращою, ніж була, і нам потрібно більше часу проводити в спілкуванні на тему психології.

Юля посміхнулася:

— Я не проти ділитися досвідом і більше спілкуватися на тему психології. Мені подобаються такі розмови.

Олег:

— Я сам ніколи не міг подумати, що буду любителем поговорити на таку тему. Може в мене виникне думок піти вчитися в інститут психології, а потім може я ще стану викладачем цієї чудової галузі людського життя.

Юля:

— Це вже не свій розсуд, і тому, хто не любить психологію, там робити нічого, а якщо ти її фанат і без неї не можеш жити, то, думаю, варто спробувати себе в різних ролях і прийняти своє рішення. У майбутньому я вже себе бачу чудовим аналітиком, але до такого рівня мені ще потрібно набиратися досвіду і не один раз відвідати тренінги на різні теми.

Олег:

— У житті бувають зміни, але я не думав, що вони можуть бути настільки різкими. У мене зараз під час нашої розмови виникає бажання так само почати ще більше займатися психологією, і з'явилася думка, що б піти вчитися в інститут.

Юля посміхнулася:

— Я не хочу так сильно на тебе впливати, це може через знайомство в тебе виникають такі думки, і перед тим, як зробити такий крок, ти краще подумай, коли будеш сам, а то я розумію, що я дівчина і, мабуть, сильно тобі сподобалась, і в тебе одразу з'являються такі думки від того, що ти мені хочеш сподобатись, а потім, коли ми розійдемося в різні боки, вони в тебе змінюватимуться. Я попереджаю, що краще в такому спілкуванні не робити таких висновків. Ми ж познайомилися не просто так на сайті, а для проведення часу, а там, можливо, якщо в нас усе вийде, ми вже якось

поєднаємо наші життя.

Олег задумався:

— Я не звернув на це увагу, і справді я б хотів тобі сподобатися, так воно виходить, що мої думки з'явилися від бажання тобі сподобатися, а так без зустрічі і до неї мені не хотілося йти і ще приділяти роки свого життя почав вчитися у вищому навчальному закладі. Згоден, я не простежив виникнення думки та її причини, а тобі велике спасибі, що уважно слідуєш і ведеш нашу розмову. А то від такого бажання сподобатися тобі я можу стільки всього наговорити, і на зробити, що потім не знатиму, що з цим робити.

Юля:

— Я ніколи не поспішаю і перед темою як почати щось робити завжди й обов'язково все проаналізую, а потім уже починаю робити висновки і вживати якихось дій. Якщо потрібно буде, я буду тебе зупиняти під час розмови, що б тебе не понесло від легкої закоханості.

Олег одразу почервонів:

— Чому ти так вирішила, що я вже закоханий на першому побаченні?

Юля:

— Це видно по тобі і твоєму бажанню якнайбільше мені сподобатися, і я не помітила жодного іншого потягу до мене, як симпатії і легкого розслаблення, і прихильності до мене. Я бачу трохи більше наперед і помічаю майбутнє людини. Ті речі, які багато хто не може побачити.

Олег:

— Не міг подумати, я знову не стежу за собою і вже починаю закохуватися. Я погоджуся з тим, що ти мені подобаєшся, а в майбутньому, якщо в нас усе складеться, то буде закоханість, а там кохання.

Юля:

— Це станеться через кілька побачень. І ти мені теж подобаєшся, але зараз повернемося краще до нашої теми розмови знайомства один з одним вранці. Я хочу більше дізнатися про тебе. Скажи краще, а ти бачиш себе в ролі викладача з психології?

Олег задумався:

— Ні, я не можу бути викладачем, і мені не особливо подобається стояти перед людьми, розповідаючи їм розумні промови, а так віч-на-віч я можу дати пораду і поговорити на різні теми, підтримати і завжди бути підтримкою. В інших ролях я себе не бачу і не хочу бачити, і ні за що б не пішов вчитися на викладача психології.

Юля:

— Це вже мені більше подобається чути правду, а то від польоту моєї краси тебе почало нести не тим вітром. Я люблю, коли люди кажуть правду і не хваляться тим, чого в них немає. Ось як ти говорив про психологію, щоб мені сподобатися, а насправді в тебе зовсім інше до неї ставлення. Тож краще говори правду і не лети думками в космос.

Олег:

-Так, більше не буду лігати думками в космосі, краще ходити ногами по землі й не вигадувати того, чого може ніколи не бути. Краще буду слухати тебе і приймати своє рішення. Скажу чесно, від нашого листування я багато чого зрозумів про себе і психологію, якби його не було, то впевнений, я б ніколи не думав про внутрішній баланс і ніколи б його не почав дотримуватися, і далі продовжував так жити, як жив.

Юля:

— Приємно чути від незнайомої людини про вже свою вкладену в її життя користь. І мені б хотілося від тебе Олег почути твої розумні слова. Можливо, я дізнаюся щось нове.

Олег почервонів:

— Так, зараз, потрібно подумати, — задумався, — я можу розмовляти на різні теми. Більше мені подобається питати хто і чим займається, і так само про себе говорити, — задумався, — краще перейдемо з розмови психології на тему знайомства. Мені більше цікаво дізнатися про людину і її минуле. Я розумію психології цікава, але сама людина ще цікавіша.

Юля:

— Добре, я б теж хотіла дізнатися, чим ти в житті займаєшся, які в тебе захоплення, і як проводиш вільний час від роботи.

Олег:

— Згоден. З нашої розмови я можу припустити, що ти працюєш психологом у якійсь компанії.

Юля посміхнулася:

— Ні, я ж говорила, що працювати психологом мені ще рано і потрібен досвід, а мене його немає, і для досягнення такого рівня ще потрібні роки. Я працюю в офісі секретарем, і мені подобається моя робота. Іноді буває багато паперової роботи, а це заповнення різних протоколів і контроль персоналу, який підлягає моему нагляду і навчанню, який іноді мало розуміє мої вимоги до роботи. Найчастіше я виконую різні доручення свого керівника, який дає мені зовсім незвичайні завдання, а це сходити на пошту по посилки, принести обід із місцевого магазину, подати каву і провести гостей до нього в офіс, а так, не зважаючи на всі вказівки, я працюю з паперами та стежу за працівниками, які ще працюють на території, щоб вони нічого того, чого робити не можна, не зробили. У мене проста робота і в ній немає нічого складного, а ти Олег, де працюєш?

Олег одразу сказав:

— У мене теж проста робота і я працюю на складі різної техніки і займаюся оформленням замовлень. Робочий день по дванадцять годин, і я задоволений роботою. Мені робота подобається і в мене більше вихідних, ніж в інших і тих, хто працює з дев'ятої до вісімнадцятої години.

Юля:

— У мене такий робочий день і вихідні на вихідних, а як я розумію у тебе вихідні тоді, коли поставлять у графік?

Олег:

— Так. Буває два вихідних або три, і на початку тижня або ж наприкінці. Коли як випаде, все залежить від графіка і мого керівника, який робить такий графік для всіх співробітників. Роботу я виконую відповідально і тільки іноді роблю помилки в пакуванні замовлень, а це через поспішність, і тільки днями я зрозумів, через що в мене виникають такі проблеми.

Юля:

— Через що вони в тебе виникають?

Олег:

— Я під час роботи забуваю про свій внутрішній стан і тільки після нашого листування звернув на нього увагу, і вже відчуваючи спокій опрацьовую замовлення, слідкуючи за балансом, та не піддаюся на жодні провокації й поспіх, що тягнуть за собою необдумані дії та помилки, які потім та одразу потрібно виправляти.

Юля:

— Психологія допомагає в усьому і скрізь, і навіть на такій роботі, як у тебе, вона потрібна, що б уважно все робити і без помилок.

Олег:

— Я тільки вчора це зрозумів і більше так робити не буду.

Юля:

— Тому я так само на роботі стежу за своїм станом і коли багато роботи і всім, щось потрібно допомогти, я піддавшись впливу одразу почну робити помилки і робити роботу не якісно, а психологія за багато років навчила мене тримати все в собі концентрацію і баланс, що не дає змоги мені виходити зі спокійного стану, і, не дивлячись на затребуваність мене для виконання багатьох завдань за один проміжок часу, я дотримуюся послідовності й не піддаюся поспіху, а так у мене б було дуже багато помилок, і кожен, хто був у цей час на роботі, був би незадоволений... І не знаючи, як би я після всього цього виглядала б.

Олег:

— Так, згоден, що на роботі буває дуже багато роботи і не завжди встигаєш все зробити, і найчастіше, коли починаєш поспішати, нічого не виходить, а потім ще потрібен час для виправлення помилок, і зрештою витрачаєш набагато більше часу, ніж зазвичай.

Юля:

— Тому, я дуже рада знати психологію і мати невеликий практичний досвід у ній, що допомагають мені впоратися з різними непередбачуваними на роботі ситуаціями.

Олег:

— Працювати потрібно і завжди обережно, а не беручи до уваги те, як почуваєшся, можна зробити не тією справою, що потім доведеться ще місяць безкоштовно працювати, і ніхто вже після того не поважатиме і всі обходитимуть стороною.

Юля:

— Так, і не важливо, на якій роботі працюєш, завжди потрібно знати хоч невелику

частину психології, яка допомагає в колективі налагодити робочі процеси, а якщо немає таких знань, то в колективі можна стати зайвим і пропрацювати на такій роботі не довго. Я ось, наприклад, завжди посміхаюся своєму керівникові щасливою і доброзичливою посмішкою, і не так, щоб він лякався мене, а посмішки бувають різні, і багато хто багатьом не подобається, а треба легко і просто, і, не знаючи найпростішого, на роботі можна викликати підсвідомий конфлікт і неприязнь до себе. На це так само потрібно звертати увагу.

Олег:

— Я теж не раз бачив, як колеги так посміхаються, що самому стає якось не по собі. І найчастіше в таких посмішках не радість і добрі бажання, а глузування і підвищення себе над іншими працівниками.

Юля:

— Правильно сказав. Люди іноді не вміють посміхатися і самі створюють від незнання найпростішого собі труднощі і неприязнь, а потім не розуміють, від чого у них в житті з'являються такі проблеми. Не дивлячись на знання в психології, я відповідально виконую роботу і це подобається всім співробітникам. Якщо я б себе зовсім по-іншому поводи́ла на роботі, то я думаю, що до мене всі б інакше ставилися, і я б там не працювала. Мій керівник дуже суворо до всього ставиться, і дивиться за всім, від нього залежить порядок на фірмі, — Юля задумалася.

Олег:

— У мене найпростіша робота і вона мені дуже подобається. Я працюю на складі інтернет-магазину. Моя робота здебільшого полягає в пошуку товару та збиранні замовлень, що є не так вже й складно, — задумався, — мені подобається моя робота і я отримую від цього задоволення.

Юля:

— Головне, щоб ти отримував від роботи те, що тобі потрібно. Це найважливіший фактор у житті. Якщо від роботи немає ніякого задоволення, то робота переростає подобатися, і весь робочий процес переростає в напругу. У такі моменти люди перестають бути щасливими, і продуктивність зменшується, а це нікому не подобається, а на роботі завжди важлива якість і кількість виконаної роботи. Ніхто не буде тримати біля себе співробітника, який не хоче працювати, і фірма через нього йде в збиток. Усі хочуть кращої роботи і високого зростання продуктивності, — Юля посміхнулася, — для мене щастя на першому місці, а без нього я б не працювала на своїй роботі.

Олег:

— Я з тобою повністю згоден. Кожна робота має робити людину щасливою, — Олег подумав, з'явилася пауза, — у мене зараз різко виникло питання. Ми говоримо про роботу і з нею з'явилася така асоціація появи в моєму житті сайту знайомств. Через роботу я опинився там, а в тебе як усе вийшло? Як же ти опинилася на сайті знайомств?

Юля:

— Як я опинилася на сайті знайомств? Це сталося зовсім випадково. Я побачила рекламу і вирішила зареєструватися на сайті знайомств і спробувати з кимось познайомитися. Я на цьому сайті недавно. Про нього чула дуже багато, і там можна з кимось познайомитися, зустріти кохання, але як чула там інколи трапляються несприятливі люди з поганими намірами, які бажають обдурити заради задоволення своїх потреб, але я знаю, що завжди потрібно бути обережним. Сайт знайомств — це ще одна можливість у робочий час із кимось познайомитися для стосунків, — усміхнулася, — а ти як там опинився?

Олег:

— Як я вже казав через малу кількість вільного часу. Я нещодавно зареєструвався на сайті знайомств. Все сталося тоді, коли побачив рекламу. Я багато чув про цей сайт знайомств, але в мене перша думка, яка з'явилася, коли я зареєструвався, що на сайті знайомств узагалі не реально з кимось познайомитися, але я не зупинився і почав пошук.

Юля:

— У кожного там по-своєму все складається, і мало хто вірить у чесне й успішне побачення з такого сайту. Я теж не вірила в те, що там можна з кимось познайомитися, але виявилось не все так погано як могло бути.

Олег:

— Можливо, нам пощастило так швидко знайти одне одного на сайті, і ми зараз сидимо і спілкуємося.

Юля:

— Пощастило. Мені здається за моїм аналізом, а досвіду в мене не так багато, і я впевнена, що на сайті в кожного все відбувається по-своєму, і є ті, хто роками шукає і не може знайти, а це я помітила за переглянутими анкетами і датами їх створення. Багато анкет було створено рік і два роки тому, і, судячи з їхньої дати створення, користувач уже тривалий час проводить на сайті і ніяк не може знайти підходящу для себе людину. За проведенням аналізом я зрозуміла, що люди там можуть познайомитися лише за збігом інтересів, і якщо в них різні інтереси, то їм нема про що говорити, а так сайт створений практично і все видно в кращій формі. Не потрібно довгий час гортати сторінки та інформацію про людину.

Олег:

— Коли зайшов на твою сторінку й одразу побачив збіг наших інтересів, а вони були однакові. Одразу вирішив написати і подумав, що раптом пощастить, і я познайомлюся з цією людиною. За інтересами одразу виникла думка, що в нас є багато чого спільного.

Юля:

— Так, так вийшло, що в нас в описі профілю було написано багато спільних тем, і ми одне одним зацікавилися, — Юля опустила голову, — я дуже рідко зустрічала у своєму житті хлопців, які цікавляться психологією. Усі здебільшого цікавляться бізнесом і зароблянням грошей, а от ти цікавишся психологією, і в мене зараз виникає запитання.



Олег:

— Який?

Юля:

— Що ж тебе спонукало до таких інтересів?

Олег:

— Що мене спонукало до таких інтересів? Це внутрішній стан. Я дуже часто на це звертаю увагу. Мені подобається себе добре почувати, а це спокійно і впевнено. Раніше мені не подобався мій стан, і він мене тривожив, а з початком читання книжок він почав ставати кращим, і мені сподобалося читати, а все відбувалося під читання книжок із психології. За допомогою книг розбирався в життєвих обставинах, що виникали, і в книгах знаходив вихід, а це не в зовнішньому просторі, а у внутрішньому. Мені сподобалося і так донині читаю книжки. Можливо, якби не книги з психології я б не опинився на сайті знайомств.

Юля:

— Так, психологія це внутрішній світ людини та її душа про яку мало хто знає. Мало хто хоче цікавитися самим собою. Усе починається з внутрішнього світу людини. Якщо в неї темний світ, то в неї буде таке саме життя. Якщо в неї всередині нічого не складається, то так само відбуватиметься в її житті. Насамперед потрібно розбиратися в тому, що відбувається всередині, а це розуміти свої почуття і себе. Далі вже робити свої належні висновки, щоб налагодити своє життя. Я вважаю, що все і завжди має бути в найкращому вигляді. Завжди потрібно відчувати позитивні почуття, а не негатив.

Олег:

— У мене були такі відчуття, і я довгий час шукав вихід з положення і знайшов. У мене з'явилася така можливість, і я все зробив правильно, то як мені потрібно було. Мені не подобається жити і проживати своє життя.

Юля:

— Так, ніхто не хоче жити з похмурим настроєм і з тими ланцюгами, які перебувають усередині. Їх потрібно розглядати і шукати вихід зі становища, щоб життя не було тягарем, а так відбувається у більшості людей, і тому я вивчаю психологію. За допомогою неї я собі полегшила життя і багато чого зрозуміла.

Олег:

— Я хочу з радістю побачити цей світ з найсвітлішого боку.

Юля:

— Правильно. Потрібно жити в цьому світі з посмішкою, а не з сумом. Ми самі створюємо наше життя і світло в ньому. Буває час від часу відбуваються темні періоди життя і їх потрібно обов'язково вирішувати, а то це може затягнутися на довгий час, і темрява буде присутня багато років. Навіть якщо в житті щось зміниться, то не розібравшись усередині, воно завжди буде всередині, і тому я завжди наполегливо ставлюся до своїх почуттів. Завжди хочу знати, що сталося того, чого я не помітила, і після цього з'явилося неприємне відчуття.

Олег:

— Я так само завжди хочу в них розбиратися, але не маю так багато досвіду, що б я міг усе аналізувати.

Юля:

— Я з радістю допоможу, якщо тобі потрібна допомога. Підкажу в більшості випадках. Найчастіше ми не можемо зрушити з місця через страх, який ховається всередині кожної людини. Як би людина не говорила, стверджувала, що всередині немає страху, але він завжди є, і він же зупиняє в багатьох випадках на шляху до розвитку себе. Над страхами я працювала довгий час, і з багатьма зуміла впоратися.

Олег задумався:

— Не кожна дівчина зможе впоратися зі страхами, потрібно мати прагнення до змін, а воно є не в кожного.

Юля:

— Я завжди хотіла змінити життя на краще і роблю для цього все можливе.

Олег:

— Я розумію, що страх — це найцікавіша тема, але найнебезпечніша. У ній можна заблукати і ще більше створити собі страху.

Юля подивилася на годинник і раптово сказала:

— Олеже, ти вибач мені, що я відходжу від теми розмови, але я тільки зараз згадала, що мені ще потрібно доробити офісну роботу і завтра здати звіти, — опустила голову, — ми так заговорилися, що я про все забула. Вибач, але мені зараз потрібно буде піти.

Олег:

— Я розумію, все добре. Я сам не помітив, як минула година за нашою розмовою. Ми так захопилися психологією і знайомством, що забули про час. Добре, якщо тобі потрібно так раптово піти, то я тебе не затримую, і робота завжди була і буде на першому місці, і я тебе розумію.

Юля:

— Вибач, що все так раптово, і спасибі за розуміння. Я б хотіла перенести нашу розмову на наступну зустріч. Ти мені дуже сильно сподобався і мені сподобалося наше спілкування, — подивилася на годинник, — якщо є бажання, то ми можемо завтра після роботи зустрітися і продовжити нашу розмову на тему страхів.

Олег усміхнувся:

— Я думаю, це буде дуже гарна пропозиція. Мене цікавить тема страхів і є велике бажання зустрітися ще раз якомога швидше.

Юля:

— Мені теж хочеться зустрітися, якнайшвидше, і в нас буде довга й цікава розмова на цю тему.

Олег:

— Завтра ми в такий час зустрічаємося чи пізніше?

Юля:

— У мене завтра робочий день, і ми можемо зустрітися в такий самий час.

Олег усміхнувся:

— Чудово, я радий. Я б хотів уточнити місце зустрічі, де ми зустрінемося?

Юля:

— Я пропоную зустрітися біля лісу і там прогулятися у вечірній час.

Олег усміхнувся і задумався:

— А ти не боїшся піти в ліс із незнайомою людиною?

Юля посміхнулася:

— Ні, я вже в тобі побачила більше, ніж ти думаєш, і ти мені дуже подобаєшся. Я дуже добре розбираюся в людях і в мене така робота, де потрібно бачити людей і керувати ними. Я ж секретар і несу відповідальність за весь колектив і все, що в ньому відбувається. У тобі я бачу доброту і інтерес до мене. Не думаю, що в тебе будуть якісь погані наміри. Я тобі довіряю.

Олег усміхнувся:

— Добре, тоді завтра домовимося зустрітися о дев'ятнадцятій годині біля центрального входу в ліс.

Юля:

— Домовилися. Від кафе до нього йти п'ять хвилин. Я встигну і без запізнь.

Олег:

— Я теж буду без запізнь.

Юля:

— Дякую тобі за каву і за зустріч. Вибач, що так вийшло. Як-не-як робота на першому місці.

Олег:

— Робота завжди має бути на першому місці.

Юля:

— Ще раз дякую тобі за теплу зустріч. Гарного тобі вечора.

Олег:

— І тобі гарного вечора.

Юля встала з-за столу, посміхнулася, розвернулася і швидким кроком пішла на зупинку.

## Глава 6

### Біля входу в ліс

Нічого не змінилося в завтрашньому дні. Усе залишалося за планом. Як мала відбутися зустріч, так вона відбулася. У цьому дні нічого особливого не було передвістя змін. Для Олега це було нове знайомство, яке відкривало якісь інші горизонти пізнання в психології, раніше закриті для усвідомлення. Він ніколи не спілкувався з досвідченим психологом, який знає життя таким, яким воно є. У нього виникали питання про те, як

йому пощастило. Чому ж йому пощастило зустрітися з цією дівчиною Юлею? Невже це збіг, який може бути, або ж можливо доля? У нього були різні думки, а на долю він ніколи не покладався, бо знав, що в житті може бути як завгодно, але і збіги не вірив, а багато читав про них. А може, йому просто пощастило познайомитися з молодою, красивою, чарівною дівчиною на сайті знайомств, якій сподобалися його фотографії, і їй самій стало цікаво поспілкуватися з ним. Це була всього лише симпатія Юлі і без неї не було б ніякої зустрічі.

Олег прийшов у призначений час до місця зустрічі. На годиннику був той самий час для зустрічі. Став біля входу і подивився на всі боки, і нікого не було. Здивувався і почав замислюватися над тим, що, невже дівчина Юля, яка пообіцяла зустрітися з Олегом ще один раз, не прийшла на зустріч, і її вже він не цікавить. Але була думка, що вона, можливо, ще затрималася на роботі й зараз у дорозі до нього, не бажаючи писати повідомлення або ж зробити попереджувальний дзвінок про запізнення. Подивився знову на всі боки, а її не було. Виникла думка зателефонувати і дізнатися про намір зустрітися, та чи нічого не змінилося. Зустріч біля лісу мала відбутися і нічого не було скасовано, і в цей час Юля вийшла на зупинку, а через велику кількість автовок на дорозі рух сповільнився, помітно, і сьогодні дівчина приїхала не так як домовлялися. Запізнення від неї не залежало, і вона ніяк не могла вплинути на обставини і приїхати на зустріч за домовленістю, трохи затрималася.

Юля, стоячи на зупинці, подивилася на годинник, а на годиннику вже було п'ять хвилин восьмого, і вона хотіла зателефонувати або ж написати, повідомивши про запізнення, але цього не зробила, знаючи про запас часу, що при кожній зустрічі виділяється не на непередбачувані обставини, а зараз було саме так.

У цей час Юля, стоячи і виглядаючи автобус, думала про Олега й успішне знайомство. Мало вірилося в те, що відбувається, але все ж це був не сон, а все відбувалося по-справжньому. Не кожен хлопець у свої роки вивчатиме психологію, і багатьом цікаві інші теми, а це жіночі втіхи, і мало хто думає про свій саморозвиток, а таких сміливих хлопців одиниці, і їх не так легко відшукати серед великої кількості анкет з різними запитамі. Олегу мало вірилося про скасування побачення, а Юля вже думала про відхід Олега з домовленого місця. Телефонувати вони одне одному не поспішали. Час минав і кожен чекав.

Юля сів у маршрутне таксі, а воно швидко зрушило з місця і поїхало прямо по дорозі. Юля стоячи всередині трималася однією рукою за поручень, а другою сумку, і думав про швидкий приїзд. Маршрутка їхала швидко і не було охочих виходити на зупинках, і за десять хвилин воно долетіло, об'їжджаючи всіх автомобілів, що повільно їхали, і привезло її на місце. Олег стояв і чекав терплячи вже не мале запізнення, і ще вирішив почекати п'ять хвилин, а після чого одразу зателефонувати їй і все дізнатися, а Юля не поспішала дзвонити Олегу і швидким кроком вийшла з маршрутного таксі та прямо перейшовши через пішохід пішла вперед уздовж лісу дорогою в бік центрального входу до лісу. Уже на другому побаченні Юля не боялася йти гуляти з незнайомцем у ліс. Вона одразу розпізнала в ньому виховану, добру й відповідальну

молоду людину, яка не має жодних прихованих спонукань. Не виникало в ньому жодних сумнівів щодо небезпеки. Усе мало бути в найкращому вигляді й без побоювань на непередбачувану поведінку від нього.

Минуло ще кілька хвилин і Юля вже підходила до місця зустрічі, і вона поспішним кроком прямувала до Олега, який побачив її і дивився на неї, а він побачив на прямій дорозі, як вона впевненим кроком йде до нього. Сьогодні Юля була одягнена в кольоровий сарафан, а він був пристойний, не зухвалий, не привертає увагу, а підкреслює жіночність і спокій дівчини. Юля завжди одягалася, залишаючись дівчиною, і ніколи не привертаючи зайвої уваги чоловіків, зберігаючи жіночність, і знала, що дівчина завжди зобов'язана залишатися скромною і невимушеною.

Олег одразу посміхнувся, а Юля побачила здалеку посмішку Олега і так само посміхнулася. Вони були раді новій зустрічі та бачити одне одного. Усе відбулося, як вони домовлялися, і запізнення ніяк не вплинуло на їхній настрій, бо знали, що в такий час у місті повільно їздить транспорт. У Юлі дорогою так само виникали далекі й тихі думки, що, можливо, молода людина не приїде на зустріч або вже з якихось непередбачуваних обставин сама затриматись, а ще гірше — не дочекається й піде геть, але нічого цього не сталося. Як Олег, так і Юля зуміли знайти один одного в потрібний час для того, щоб продовжити цю розмову, яка була раптово закінчена в кафе з однієї причини, що Юля забула, що їй потрібно закінчити роботу, а робота на першому місці, і затриматися на довше вона не могла. Дівчина завжди відповідально ставилася до кожного завдання і завжди все вчасно, ніколи не спізнювалася з виконанням роботи. Відповідальність завжди була на першому місці і навіть у малих завданнях вона завжди все робила відразу і нічого не залишала на потім.

Олег повільними кроками почав йти на зустріч до Юлі, а дівчина, коли побачила перші кроки хлопця одразу почала посміхатися і їй стало приємно. У неї з'явилося ще більше симпатії, бачачи наполегливість і прагнення побачитися від молодого чоловіка, він їй почав ще більше подобатися. Вони зустрілися не далеко від входу до лісу, і коли Юля підійшла до Олега одразу з посмішкою сказала:

— Привіт. Вибач за запізнення. Це не від мене залежало, на дорогах багато автомобілів і мало хто кудись поспішав, усі їхали дуже повільно.

Олег:

— Нічого страшного в цьому немає. Дорога є дорога і ніхто ніколи не знає, коли він приїде. У місті такий рух, що все йде не за планом. Люди в такий час їдуть з роботи і часто спізнюються через перевантаженість доріг.

Юля:

— Я дуже рада тому, що я запізнився на десять хвилин, а не на більший час, і мене це тішить, що все так добре склалося.

Олег:

— Мене теж тішить, що наша зустріч не відбулася пізніше і в нас зараз набагато більше часу, ніж могло бути. Якби ти приїхала на годину пізніше, то наша розмова була б короткою, а прогулянка тривала б десять хвилин, і ми б не змогли спокійно

поспілкуватися в тихій обстановці на ті теми, які нас турбують.

Юля:

— Так, я повністю згодна, що тема психології дуже велика і для її обговорення потрібен час. Мене теж тішить те, що я не приїхала на годину пізніше.

Олег:

— Так, я хочу сказати, що ми тепер після нашої зустрічі можемо піти прогулятися в ліс і поговорити на тему, яка нас турбує.

Юлія:

— Це добре. Я думав, що ми тут будемо стояти до самого вечора і нікуди не підемо гуляти.

Олег:

— Як ми не підемо гуляти? Ми підемо гуляти так як ми запланували.

Юлія:

— Олеже, не переживай. Це був лише жіночий жарт, щоб розгладити обстановку. Як ми запланували, так ми і підемо. Наша прогулянка не скасовується.

Олег:

— Добре, що нічого не змінилося. Тоді давай підемо прогуляємося лісом, поки ще не стемніло.

Юлія:

— Згодна, що краще вийти в ліс до темряви. Зараз світло і нічого там жахливого немає.

Олег:

— Тоді вперед.

Олег разом із Юлією повільними кроками зайшли до лісу і почали йти вперед. По боках росли високі, низькі дерева і була повна тиша.

Відійшли від входу до лісу, а за спиною його вже не було видно, як Олег вирішив першим заговорити, а Юля мовчала:

— Я ще хотів сказати, що у мене чимало страхів, і психологія допомагає мені в них розібратися. Я теж багато чого боюся.

Юля:

— Усі чогось бояться і мало хто в цьому зізнається.

Олег:

— Я не завжди звертаю увагу на те, що боюся, але страх від таких ситуацій нікуди не зникає, а через завантаженість у роботі такі страхи починають ховатися в підсвідомості, а потім, коли знову виникає страх, я інколи не можу зрозуміти причину його виникнення, і він з'явився тоді, коли я на нього не звернув увагу, і потім мені тривалий час доводиться читати книжки, шукаючи причину появи страху.

Юля:

— Нормальне явище, і тому потрібен аналіз. Ми багато чого не помічаємо і далі продовжуємо жити, і вчасно проживання дня виникають різні моменти, які створюють страхи, і, не звернувши на них увагу, вони починають розвиватися і проникають у

підсвідомість, від чого потім самі не можемо зрозуміти, чому ми чогось боїмося. Знижена увага до таких подій, і я також читала багато книжок, спрямованих на підвищення уваги, а в кожного з нас вона знижена, і на багато речей ми не звертаємо увагу, і так далі живемо, не знаючи, чому з нами відбуваються різні неприємні моменти, а це через згаяне. Усе можна налагодити, користуючись аналізом.

Олег:

— Для такого рівня аналітика мені ще далеко і потрібно приділити не один рік, щоб стати висококласним аналітиком.

Юля:

— Нічого складного в цьому немає, і може потрібно набагато менше часу, ніж ти думаєш. Усе полягає в спостережливості: багато хто не звертає на прості речі увагу і пропускає з уваги те, що так на нас впливає, а потім біжать до терапевта і там годинами сидять, згадуючи певні фрагменти з життя, намагаючись проаналізувати їх і полегшити свої важкі моменти, що не побачили, але які з якоїсь причини так сильно вплинули на внутрішній стан.

Олег:

— Ми самі собі створюємо труднощі через те. Що на багато речей не звертаємо увагу і не беремо до уваги через свою замисленість непотрібними речами.

Юля:

— Так. Люди багато думають не про те, про що потрібно думати, і самі себе зачиняють у домі непотрібних думок, відгороджуючи себе від правди та інших потрібних і приємних речей.

Олег:

— У такому ставленні себе до оточення створюються страхи, страхи, яких доводиться півжиття позбуватися і з ними жити в одному домі, який замкнений на ключ, а ключа нема і його потрібно довгий час шукати.

Юля:

— Так, я вже давно живу в такому будинку з павуками і весь час, побачивши їх, боюся до істерики і криків. У житті, а це в дитячий час, коли я ще була дівчинкою і мало знала про наш світ, деś прогавила момент і донині боюся павуків.

Олег:

— Скажу тобі правду, я довгий час цікавився страхами і намагався знайти вихід зі свого будинку страхів, і ми можемо поговорити на цю тему, вона в мене набагато ширша для розуміння, ніж інші теми психології.

Юля:

— Я згодна поговорити на тему страхів, і в мене є один страх, який переслідує мене довгий час, а це страх павуків.

Олег:

— У мене теж є свої страхи і причину їх виникнення я не розумію, і думав я на цю тему довго і в мене одного нічого не вийшло.

Юля:

— Не завжди все може зробити одна людина, але це можливо, і знову ж таки, для одного потрібно більше часу, ніж якби аналізували цю тему двоє людей. Іноді потрібно з кимось поговорити, щоб швидше знайти відповідь.

Олег:

— Згоден, одному думати доводиться набагато довше, ніж якби над однією темою думали дві людини. Я довгий час цікавився страхами, так і не зрозумів, через що в мене раптово вони виникають.

Юля:

— О, це дуже цікава тема про страхи. Я теж довгий час цікавлюся страхами, і ти знаєш, їх існує дуже велика кількість. Я не у всіх страхах зуміла розібратися, але над цим працюю у вільний час. Дуже цікаво дізнаватися все про страхи, іноді сама дивуюся, як це все може бути, і ніколи б не повірила в таке, якщо б це не була б правда. Ще крім справжніх страхів є вигадані. У всьому потрібне розуміння і розділення між ними, щоб не заплутатися і не стати ще дурнішими, а страхи не стали сильнішими. Павутина павуків, з якої не так легко знайти вихід.

Олег:

— Згоден, що є справжні страхи, які перебувають у зовнішньому середовищі, а є всередині, які не мають жодного стосунку до того, що відбувається навколо. Усі страхи виникають раптово і їх потрібно розрізняти.

Юля:

— Природне явище, коли ми боїмося і не знаємо, чого боїмося.

Олег:

— Під час початку нашого обговорення теми страху в мене виникли думки про його виникнення і мені самому ще більше стало цікаво, якби не було страху, то як ми б реагували на більшість ситуацій?

Юля задумалася:

— Цікаве запитання, і мені самій стало цікаво. По-моєму, думка, що страх нам інколи допомагає зупинитися і не опинитися в ще більшій небезпеці. Страх є рисою, що відгороджує нас від нормального світу і того, що з нами може трапитися, загрози життю. Якби не було страху, і ми б робили все, що нам би хотілося, то, найімовірніше, ми б уже були мертві, і нічого з того, що є в нашому житті, могло б не бути. Страх ще виступає як захисний механізм застерігаючи нас про щось ще небезпечніше, ніж може бути. І судячи з цього можна сказати, що страх і його виникнення не так вже й погано для нас.

Олег:

— Іноді страх зобов'язаний бути в нашому житті, щоб попередити нас про те, що попереду може бути смертельна небезпека, і краще туди не йти.

Юля:

— Я зараз подумала, це добре, що в нас так все складається, але є і страх вигаданий, і іноді ми перебільшуємо наслідки наших дій під час виникнення страху.

Олег:



— Так, і таке теж буває, але іноді потрібно розрізняти реальність і ті обставини, в яких ми перебуваємо, і не вигадувати зайвого, а оцінювати обстановку зі здоровим глуздом. І то як маленький павук може загрожувати життю?

Юля:

— І виникнення страху криється в моєму дитинстві, де я чогось не помітила і була наражена на небезпеку, і не маючи дорослого судження, він опинився в мене в підсвідомості, і я ніяк не можу проаналізувати ті обставини, які тоді були, і зараз донині боюся павуків. Я не знаю, як, але я їх дуже сильно боюся.

Олег:

— У страху є різна природа виникнення. Є страхи дитячі та дорослі, і з дитячими страхами складніше розібратися і їх зрозуміти, ніж дорослі. У такому віці нам набагато легше їх аналізувати й усвідомлювати всі обставини життя та можливу небезпеку, а коли ми були дітьми, то тоді ми всіх і всього боялися, а повернутися в такий вік і знову все пережити не так уже й легко. Живуть вони в нашій підсвідомості і з'являються тоді, коли їм хочеться, а ми контролювати їх не можемо, і вони нам не дають спокійно жити і проживати наше життя. Що сильніший страх був у дитинстві, то більше він нас турбує в дорослому житті, і на роботі іноді заважає працювати, і найкраще потрібно якомога швидше випроводити його з нашої голови, щоб він нам не заважав працювати.

Юля:

— Згодна і в цьому є правда. Але я б не хотіла від усіх страхів відмовлятися, іноді вони мені допомагають уникати небезпеки. А ось страх павуків мене мучить донині, і він мені не подобається, я, коли ходжу гуляти в ліс, мені стає ніяково, і часто я шукаю можливість відволікатися від нього і пишу різні пісні, а минулого разу, коли ми листувалися на сайті знайомств, я ходила гуляти в ліс, і тільки листування мене відволікло від тих павуків, які живуть у лісі й сидять на деревах, і хочуть на мене напасти.

Олег усміхнувся і сказав:

— Чому вони хочуть на тебе напасти? Що ти їм такого зробила, що вони весь час чекають такого нападу на тебе. У них своє життя і в них більше турбот, ніж ти думаєш. Найчастіше їм потрібно думати, як себе прогодувати і сплести павутиння, що б у нього прилетіла якась комаха.

Юля:

— У мене виникає саме такий страх, що коли я заходжу до лісу, то вони сидять десь під листочком і чекають, коли я відвернуся, і нападуть на мене, і я цього найбільше не хочу.

Олег:

— Я думаю, вони не хочуть цього бажати, і в тебе зараз перебільшений страх, і в цьому немає жодної небезпеки, а найбільше ти сама собі вигадала все те, що вони хочуть зробити, ти ж із ними не розмовляла і не знаєш, про що вони можуть подумати і думають, коли тебе бачать. Мені здається, вони бояться тебе не менше. Самі думають, що ти хочеш на них напасти.

Юля:

— Я так не думаю, вони маленькі, і страшні, у них багато лапок, і вони роблять, що їм хочеться, і я боюся їх.

Олег:

— Тоді нам зараз потрібно повернутися назад у твоє дитинство і почати згадувати ту жахливу подію, яка трапилася колись із тобою і не дає донині тобі спокійно дивитися на павуків і ходити до лісу, не боячись павуків.

Юля:

— Я дуже довгий час думала, звідки в мене такий страх, але я не можу згадати того, через що він у мене є. Що ж сталося такого, що донині я боюся павуків.

Олег:

— Тоді нам потрібно з тобою поговорити на цю тему і спробувати розібратися у всьому цьому, не поспішаючи, зрозуміти причину виникнення страху.

Юля:

— Згодна, що в дитинстві сталася така подія, що залишилася в підсвідомій пам'яті, а я її не можу згадати. Я завжди справлялася з різними завданнями як в аналізі, так і в роботі, і завжди здобула перемогу, а тут із таким страхом я впоратися не можу. Через що все це? Я не знаю.

Олег:

— Тоді нам потрібно разом повернутися назад у дитинство і спробувати пригадати той момент, коли з тобою щось сталося, і ти стала так сильно боятися павуків.

Юля:

— Це буде не просто повернутися назад туди, де я нічого не пам'ятаю і багато років, відвідуючи різні групи, не змогла пригадати, а тут під час прогулянок за раз чи два пригадати все те, що мені протягом життя не давало спокою, я думаю, це неможливо.

Олег:

— А, ти постарайся повірити у свої сили. Зараз ми перебуваємо в лісі, в тому самому місці, де найбільше павуків, і страх тут теж є, я по твоїх очах бачу, як ти всього боїшся, але відволікаєшся, і не хочеш його показувати, і нічого жахливого в цьому немає. Я теж боюся різних комах і ховаю свій страх далеко за посмішкою.

Юля:

— Так, я зізнаюся чесно, що боюся ліс, але й люблю його тишу. Тут я можу розслабитися і прогулятися, відволіктися від усього, що не дає мені спокійно спати.

Олег:

— У мене є своя пропозиція, і тобі потрібно на неї погодитися, і я вірю, що у нас буде результат.

Юля:

— Яку пропозицію в тебе є?

Олег:

— Поговорити на тему павуків і того, що тебе турбує.

Юля:

— Розпочати таку розмову буде непросто і мені спершу треба подумати, я так довго не могла з ним нічого зробити, а тут за хвилин ти хочеш почати не просту розмову?

Олег:

— Так, я хочу почати цю розмову в такій місцевості. Обстановка теж має свій вплив і може як допомагати, так і погіршувати становище і розвиток розмови.

Юля:

— Можливо, я не могла розслабитися на тих тренінгах і тому в мене нічого не виходило.

Олег:

— Усе може бути. І нудно пробувати по-різному вирішити твоє питання, і воно тобі не дає спокійно жити. Ти б сама могла ходити в ліс і гуляти ні про що не турбуючись.

Юля:

— Згодна, я найчастіше не відпочиваю в лісі, а ще більше набираюся страху, але коли приходжу додому, одразу лягаю спати і чому в мене все так відбувається, я не знаю.

Олег:

— Із цим усім потрібно розбиратися окремо, але зараз мене найбільше цікавить твій страх павуків, і мені він цікавий. У такому випадку нам потрібно продовжити прогулянку і далі йти, аналізуючи все, пов'язане зі страхом, від меншого до більшого. Чого ти зараз найбільше боїшся?

Юля задумалася:

— У мене присутній той самий страх павуків, але я їх не бачу.

Олег:

— Тоді пропоную піти далі дорогою і вже за цією ситуацією аналізувати все, що відбувається.

Юля:

— Я згодна, але головне, що б ми не повернулися, коли вже буде темно. Мені завтра на роботу і хотілося вже в такий час бути вдома.

Олег:

— Зараз літо і темніє пізно. Ми встигнемо повернутися до того, коли почне темніти. І завжди треба робити те, що ми почали, і навіть якщо страшно не бачачи реальної загрози життю. Павуки бувають різні, але тут вони не несуть загрози нашому життю. Вони можуть бути зовні нам не приємні, а так вони більше нас бояться.

Юля:

— Так, у нас більше можливостей захиститися від них, ніж у них від нас.

Олег:

— Правильно, так воно є. Потрібно раціонально підходити до ситуації, що виникла, з огляду на всі сторони безпеки й небезпеки. У цьому положенні ми більше несемо їм небезпеки, ніж вони нам.

Юля:

— Я це розумію, але все ж таки страх сильний, і я дуже сильно їх боюся, а ось чому, я не знаю.

Олег:

— Раніше в мене був страх переходити дорогу, я завжди боявся автомобілів, що летіли на шаленій швидкості, і навіть на переході мені було страшно перейти на інший бік, а також не на зелене світло. А почав у всьому цьому розбиратися, я зрозумів, усвідомив, що колись у дитинстві перебігав дорогу, і машина, що летіла на швидкості, не помітила мене і почала голосно сигналізувати. Я злякався, і після того випадку дуже сильно боявся дороги. Роблячи свої аналізи того, що відбувається, а про той випадок я швидко забув, він був у дитинстві, і страх переслідував мене довгі роки. З ним було впоратися не так вже й легко, але довгими зусиллями і стараннями мого інтелекту за допомогою читання різних книжок я зумів з ним впоратися, і все налагодилося. У тебе теж є той момент у житті, коли ти злякалася і про нього забула, і він живе в тобі донині, і тобі потрібно його згадати, щоб розібратися з цим усім.

Юля:

— Я хочу, але в мене нічого не виходить.

Олег:

— Я б хотів тобі допомогти і проаналізувати твоє минуле, і тільки з твого дозволу.

Юля:

— Так, я згодна, але я мало, що пам'ятаю з дитинства. Я часто їздила до бабусі в село, а там було дуже багато павуків, і коли я спала вони по мені повзали, а такий період, де саме я так сильно була налякана, я не пам'ятаю.

Олег:

— Тоді нам потрібно відтворити подібну ситуацію і наблизитися до того, що так давно було забуто і неможливо згадати. Зараз тобі потрібно більше зосередитися не на нашій прогулянці і цьому чудовому місці, а на собі, і почати відчувати все всередині зміни та розділяти все, що відбувається всередині і в зовнішньому середовищі.

Юлія:

— Підсвідомість переробляє інформацію набагато швидше, ніж ми її усвідомлюємо, і не так все просто, як здається, а сталося тоді в дитинстві, коли в мене виникла така сильна боязнь.

Олег:

— Тоді давай пропрацюємо все, що відбувається, і всередині тебе переживання. Я нікуди не поспішаю і мені самому цікаво зрозуміти природу страху, і хотілося б тобі допомогти з цим розібратися.

Юля:

— Зараз у мене виникає таке відчуття, що я колись перебуваючи в такому положенні чула вдалині схожий звук, але що за звук був, я не пам'ятаю.

Олег:

— Зараз важлива кожна деталь і в ній може бути відповідь на наше запитання, і після усвідомлення цей страх може раз і назавжди піти.

Юля:

— Я все відразу не згадаю, і мені потрібен час. Я тоді почула якийсь звуки, він мене сильно налякав, а далі я нічого не можу пригадати, ніби якийсь темний сон без початку і кінця.

Олег:

— Це вже гарний початок, що ми почали розмовляти на цю тему, і ти почала згадувати. Могло б бути набагато гірше, ти б навіть не починала думати, і ми б так далі пішли вперед і повернулися з лісу без результату, — Юля уважно подивилася на Олега, — я хочу сказати, що мені б хотілося тобі допомогти, і ти мені дуже сильно подобаєшся, і якщо в нас зайшла тема розмови через твій страх павуків, то він якимось чином присутній із нами й тебе це непокоїть, а за такої нагоди його розв'язати я радо допоможу й не прогавлю такої миті.

Юля:

— Я приймаю допомогу від незнайомця, і від тієї людини, яку я знаю кілька днів і з нею йду на друге побачення, а спонуканням до прийняття допомоги є твоя видима доброта, і мене обдурити практично неможливо. Я хочу розібратися з цією темою, якщо ти не проти Олег?

Олег:

— Я тільки за те, щоб якнайшвидше твій страх павуків пішов із життя, і ми про нього більше ніколи не говорили. Я не думаю, що ти з усіма говориш про страх павуків.

Юля посміхнулася:

— Так, це правда, я дуже рідко про нього розповідаю, а тобі сказала через довіру, що виникла до тебе. Я тобі вірю і в мене відчуття, що ми будемо спілкуватися дуже довго.

Олег усміхнувся:

— Так, у мене так само є таке відчуття того, що наша друга зустріч не буде останньою, і ми довго дружитимемо, а там, можливо, нам вдасться створити стосунки.

Юля:

— Я не проти, але ми зараз віддаляємося від нашої теми.

Олег:

— Вибач, я захопився, і в мене до тебе теплі почуття, а ось від теми нам не потрібно віддалятися, і давай продовжимо нашу розмову. І я хотів тобі поставити запитання.

Юля:

— Уважно тебе слухаю.

Олег подивився навколо:

— Ти зараз бачиш павуків?

Юля подивилася на всі боки і сказала:

— Ні, я не бачу павуків.

Олег:

— То чого ти боїшся, якщо ти не бачиш павуків?

Юля:

— За здоровим глуздом мені нема чого боятися, і я їх не бачу, а може, їх тут узагалі немає, і я сама не знаю, чого боюся, але страх дуже сильний, і, можливо, вони, десь там, чекають на мене, щоб напасти й укусити.

Олег:

— Чекати вони нікого не будуть, у них своїх справ вистачає, а павуки якщо і є, то вони далеко від нас, і нам зараз нема чого боятися. Правильно?

Юля:

— Правильно, але я все одно боюся.

Олег:

— Гаразд, можливо, ти боїшся звуку, і його зараз було чути в лісі, і на нього в тебе така реакція, і після нього у твоєму дитинстві сталося щось небезпечно, що налякало тебе, і ти про це забула?

Юля:

— Може бути й таке, але я нічого не пам'ятаю. Тривалий час хотіла пригадати, але в мене нічого не виходило, і інколи мені хотілося спробувати повернутися назад у спогади під гіпнозом, але я не наважилася, і найкращим результатом та розвитком себе буде, якщо це все станеться в нормальному стані.

Олег:

— Часто ти пробувала згадати сцену з дитинства, коли в тебе виник такий страх?

Юля:

— Так, і ходила до різних терапевтів, але ніякого результату не було. Розмов було багато, і я не мало думала, аналізувала все з дитинства, і тих павуків, які бачила, але так нічого не вийшло. У чому справа, я не знаю.

Олег:

— Можливо, річ у тому звуці, який спіткав тебе в момент переляку, і коли ти його чуєш, у тебе відбуваються різні процеси виникнення страху.

Юля:

— Можливо, в ньому справа, але я не так часто його чую, і тут такого не може бути.

Олег:

— У мене зараз до тебе запитання. Я б хотів зрозуміти, який ти тоді почула звук, який зараз і тривалий час наводить тебе на страх. Він же був звичайним чи ні?

Юля:

— Простий звук скрип здається дерева, і чому з ним у мене виникає такий стан, я не знаю. Ходила до аналітика і теж хотіла розібратися з ним, але окрім тиші і спогадів я нічого не могла згадати. Дивно це все якось, і чому саме зі мною таке сталося, я теж думала. Я ж не особлива, щоб стати жертвою павуків, і за твоїми словами і моїм судженням я розумію, що павуки не страшні, але я все рвано їх боячись як смерті.

Олег:

— Смерті?

Юля:

— Так, смерті. У мене чомусь павук асоціюється зі страхом смерті, і коли я його

бачу, у мене одразу виникає таке відчуття, і я одразу починаю боятися і бігти куди подалі від цього місця.

Олег:

— Давай тоді поговоримо про смерть, якщо ти нічого не можеш сказати про цей звук, то нам потрібно почати з чогось іншого, і, може, там є відповіді.

Юля:

— Давай спробуємо, але все ж боятися смерті і тут нічого страшного немає.

Олег:

— Так, смерті боятися всі, і це нормальне явище, і, можливо, в тебе виникає такий страх смерті, коли ти бачиш павуків, через те, що ти колись у дитинстві зазнала схожого почуття, опинившись у смертельній небезпеці, але пригадати цей епізод не можеш.

Юля:

— Так, я не можу нічого пригадати, але мені здається, я тоді сама гуляла в лісі, а було мені на той період життя сім років, і, можливо, я в лісі зустріла саме цей звук, побачила павука, і він на мене напав, і я впала, а ударилася головою, забула про все.

Олег:

— Ось із цього місця якщо можна детальніше. Ми зараз повертаємося назад у твоє минуле, і я чую той самий момент, коли ти сильно злякалася, і в ньому криється вся правда.

Юля:

— Так, можливо, але спогади ніби стерті з моєї пам'яті, і я нічого не можу згадати.

Олег:

— У нас є час, і ми нікуди не поспішаємо, я зацікавлений у тобі та допомозі, і мені б дуже сильно хотілося почути від тебе відповідь. Може зараз йдемо правильним шляхом, і скоро ми обидва отримаємо відповідь на твоє тривале і невирішене питання.

Юля:

— Давай спробуємо повернутися в минуле. Судячи з ситуацій, що щойно виникли, я в дитинстві була в бабусі, і сама пішла гуляти до лісу, а там ліс високих дерев, і прогулюючись, випадково впала, зламалась гілка дерева, і на мене згори впав павук, а потім я якимось чином ударилась головою, а далі пам'ятаю, як встала на ноги, і коліна були в подряпинах.

Олег:

— Супер відповідь. Ти зараз згадала все, що сталося з тобою колись у дитинстві, і це дуже позитивний результат.

Юля:

— Я сама в це не вірю, і впродовж багатьох років я намагалася все пригадати, і нічого не виходило, а тут якось усе швидко сталося, — уважно подивилася на Олега, — ти, бува, не використовуєш гіпноз?

Олег усміхнувся:

— Ні, я щиро хотіла від тебе дізнатися правду, і, можливо, воно допомогло тобі

розслабитися і згадати, що ж сталося тоді.

Юля:

— Тобі краще піти працювати аналітиком і допомагати людям.

Олег:

— Ні, це збіг, і не всім людям я можу допомогти. Іншій людині в мене б не вийшло допомогти, а з тобою випадково вийшло.

Юля:

— Спасибі тобі за допомогу і підтримку, і те, що у нас вийшло згадати виникнення моєї проблеми, але все ж таки страх ще є.

Олег:

— Головне ми знайшли початок всього, що відбувається, і вже знаємо, що з тобою сталося тоді, а зараз страх можна пережити іншим шляхом. Все по черзі, і тоді у нас все вийде.

Юля:

— Я не думала, що ти такий умілий психолог і так багато знаєш і позитивно впливаєш на людину.

Олег:

— Це випадковість, і збіг, та все ж мені б хотілося далі продовжити розмову про страх, оскільки ми вже знаємо, звідки він з'явився. Мене зараз цікавить те, де його було чути. Вдалині чи поблизу?

Юля:

— Я точно зараз не зможу згадати, найімовірніше, десь посередині. Вдалині я б на нього не звернула увагу, а поблизу вже б заповнила і почала сама аналізувати його вплив на мене і наслідки поведінки.

Олег:

— Він тебе сильно налякав, і виключаємо його появу на середині, десь, а він пролунав зблизка, і так сильно налякав, що від переляку ти все забула, і особливо твоя підсвідомість не змогла його проаналізувати. Тоді давай рухаємося далі і спробуємо розібрати ситуації якомога детальніше, і це нам допоможе швидше прийти до потрібного результату.

Юля:

— Спробуємо, і я буду робити все для того, що згадати і все налагодити. Я дуже сильно хочу перестати боятися павуків. Я розумію, що вони не зовсім небезпечні, але страх жахливий і не дає мені спокійно проживати життя. Я навіть коли перебуваю на роботі думаю, що в кутку на стелі сидить павук і чекає, коли в нього з'явиться можливість для нападу. І з цим нічого не можу вдіяти.

Олег:

— Добре, я розумію, що в тебе настільки перебільшений страх і той переляк був сильним, і він не дає тобі спокійно працювати, я хочу тобі допомогти подолати його. Тепер підемо далі і будемо розбирати наступні події, пов'язані зі звуком. У тебе виникає таке відчуття страху як механізм хибної небезпеки. Так, там є невелика небезпека,



якщо павук стрибне на тебе, він почне плести павутину, і це буде неприємним відчуттям, а так він не забере в тебе життя і нічого смертельного в ньому немає.

Юля:

— Я розумію всю ситуацію, але страх є страх.

Олег:

— Потрібен час подумати і зрозуміти, через що в тебе виникає такий механізм, який тримає в тобі стільки енергії, що не дає спокійно пройтися кімнатою на роботі.

Юля:

— Олеже, іноді буває таке, що в чомусь не вдається розібратися і зрозуміти, і таке питання варто залишити на потім, може, воно саме згодом усе вирішиться і не потрібно витрачати стільки сил.

Олег:

— Ні, варто подумати. і все вирішити, а на потім нічого не залишати.

Юля:

— Тобі видніше, я сьогодні хотіла тільки прогулятися лісом і поговорити на тему психології, не проводячи аналітичного сеансу моїх страхів.

Олег:

— Мені цікаво зрозуміти причину і допомогти тобі. Для мене тут немає нічого складного і самому хочеться зрозуміти, як все сталося і чому так довго в тобі живе цей страх. Може ти просто не хочеш його відпускати, і він тобі подобається? Іноді таке відбувається з людьми, і вони самі того не розуміють, що жахливе і не приємне їм найчастіше подобається, і вони самі за нього тримаються.

Юля задумалася:

— Я ніколи так не думала, і я не думаю, що мені страх подобається, може бути якась подія або фрагмент з тієї ситуації мені сподобається, а все інше ні, і він мене тримає біля себе як приємний механізм захисту, і він повторюється для появи того задоволення.

Олег:

— У цьому може є своя суть і тривала поява страху павуків.

Юля:

— Для мене б було найкраще позбутися його і не жити минулим, а вже знайти щось інше, що приносить мені задоволення.

Олег:

— Тоді повернемося туди, де ти впала. Що з тобою сталося?

Юля:

— Коли я впала, мені стало страшно, а коли знепритомніла, то відчула себе захищеною, і таке відчуття в мене було в дитинстві, коли я лягала спати і чогось боялася, я ховалася під ковдрою і заплющувала очі, думаючи, що мене ніхто не бачить і я можу спокійно спати і ні, ні про що не думати.

Олег:

— Тоді тобі подобається це відчуття, коли ти заплющила очі і знепритомніла, і,

найімовірніше, коли ти спала, чула цей звук, а усвідомити його не можеш, тому що це було давно, і ти була непритомна.

Юля:

— Твоя правда, і не так легко зараз усвідомити, те що було так давно.

Олег:

— Ми вже зрозуміли причину, і далі йдемо.

Юля:

— Так, я далі боюся попри те розуміння того випадку в дитинстві.

Олег:

— Не поспішай. Ми ще встигнемо прийти до твого страху в теперішній час і подолати його.

Юля:

— Я в це мало вірю, але можна спробувати.

Олег:

— Скажи, чого найбільше в житті бояться люди?

Юля задумалася:

— У житті існує дуже велика кількість страхів і більшість із них не виправдані, і вони не мають жодного сенсу. Люди бояться даремно і самі собі багато чого вигадують, і того, що не є небезпекою, і цього не варто боятися, але найосновніші страхи турбують кожную людину, — Юля замислилася, — і все зводиться до страху смерті. Усі бояться померти.

Олег усміхнувся:

— Ти боїшся померти від павука?

Юля:

— Так, я дуже сильно боюся, і в кінцевому підсумку мій страх зводиться до смерті. Я боюся померти від павука.

Олег:

— Не всі ж павуки смертельні і не від усіх можна померти. У даному випадку в лісі і в місті немає таких павуків, від яких можна померти. Можливо, коли він на тебе впаде, тобі буде неприємно. Нічого небезпечного в них немає. У такому разі, якщо вони тобі не приємні, то краще їх обійти стороною, і не чіпати, а вони тебе не чіпатимуть, а в домашніх умовах для їхнього усунення використати підручні засоби і супроводити через вікно. І все буде добре.

Юля:

— Для початку нічого складного немає, коли все звучить у словах, а на ділі в мене буде по-іншому, і я не впевнена, що все станеться як ти скажеш, і для такого подолання страху потрібен час. Ти мені дуже сильно допоміг, і я тепер більше себе розумію, але ще не зовсім готова сама відмовитися від страху павуків, і для цього потрібен час.

Олег:

— Добре, я не поспішаю і не поганяю робити різкі рухи. Усе приходить по черзі.

Добре, що в тебе немає страху кохання, і ти не боїшся кохати.

Юля одразу сором'язливо усміхнулася:

— У мене ще такого страху немає, але я все ж таки обережна з таким почуттями, знаючи, як вони сильно впливають на життя і що після них може бути, і я б не хотіла зустріти невдале і руйнівне кохання, як це трапляється в багатьох випадках. Я хочу закохатися і жити щасливо.

Олег:

— Я тебе розумію і сам за якісні стосунки без обману і травм, що приносять виникнення нового страху кохання. У багатьох він є і мало хто про нього говорить. Наслідки бувають жахливі, а це душевний біль, поява недовіри, самотності і пригніченість у всьому, і іноді не хочеться їсти, а треба. У такому стані я б не хотів опинитися і тому так само обережний з таким чудовим і небезпечним почуттям.

Юля:

— Я дотримуюся такої межі і не поспішаю летіти в небо від щастя, щоб потім не впасти без крил на землю.

Олег:

— Це добре, що ти розумієш, і я теж, і ми можемо спілкуватися розсудливо і говорити один одному відкрито, і нічого не приховувати, і в мене вже виникає довіра.

Юля:

— У мене так само з'явилися теплі почуття і довіра до тебе, я вже перестала боятися павуків, але страх ще залишився.

Олег:

— Ми можемо далі продовжити нашу бесіду з практичним заняттям.

Юля зі здивуванням сказала:

— Це як?

Олег:

— Я зараз усе тобі розповім і покажу. Все зробимо до кінця, і сьогоднішня прогулянка буде з користю і приголомшеним результатом. Хочу звернути твою увагу на наше місцезнаходження і прийняти все навколо, що відбувається. Нічого страшного в цьому немає і у випадку знову виникнення панічного страху я буду з тобою і тобі не потрібно нічого боятися. Зараз ми перебуваємо в лісі. Подивися навколо, і на кожен листочок. Я впевнений, десь під ним знаходиться якийсь павучок. Ти його бачиш?

Юля почала дивитися на листя і задумливо сказала:

— Ні, я його не бачу.

Олег:

— А ти зараз відчуваєш страх павука?

Юля:

— Так, він усередині мене.

Олег:

— Але його поруч немає, і я з тобою. Ти за цей час бачила хоч одного павука?

Юля:

— Ні, але я боюся, що вони на мене полюють і можуть раптово напасти.

Олег:

— Це б уже сталося, якби було правою. А так нічого подібного з твоїх побоювань немає. Все добре, і немає ніякого нападу на тебе, що в тебе виникає таке передвістя.

Юля задумалася:

— Я з тобою повністю згодна, і поруч немає жодного дерева і до них відстань у десять метрів.

Олег:

— Так, вони далеко від нас знаходяться, і дістати до нас їм буде не реально.

Юля:

— Ти правду кажеш, нам нема чого боятися, і варто вже усвідомити реальність усього того, що відбувається і можливого. У мене страх змінює сприйняття, і я думаю, що він зараз з такої відстані нападе на мене, і я буду беззахисною.

Олег:

— Це велика відстань і немає таких павуків, які будуть нападати з десяти метрів. Тобі вже потрібно більш тверезо до всього ставитися і не боятися.

Юля:

— Згодна. Вони ж маленькі, а я у багато разів більша за них, і сильніша, — задумалася, і чому я їх так боюся?

Олег:

— Не знаю. Твій страх виник у дитинстві і його зараз ми аналізуємо, і нічого небезпечного зараз немає і не буде з боку нападу павуків. Уже в такому віці не варто їх боятися, ти вже доросла дівчина і такі речі треба розуміти.

Юля:

— Так, я розумію, але самій завжди було складно усвідомити, і спасибі тобі я вже ближче стаю до межі страху справжнього і вигаданого.

Олег:

— Гарний результату на не довгий період часу спілкування дозволив нам вже повністю відмовитися від страху і задоволення павуків.

Юля:

— У задоволення від них мало, але воно присутнє з дитинства, і я тільки зараз у ньому більше почав розуміти, а раніше не помічала, чому мене так сильно тягнуло в дитинство.

Олег:

— Чудово, ми рухаємося вперед із потрібним нам результатом, — Олег подивився убік, — для кращого результату я зараз пропоную нам піти до дерев і пошукати павука, і ти сама побачиш, що в ньому немає нічого страшного і не варто так сильно боятися таку комаху.

Юля:

— Добре, і не поспішай, мені потрібно зосередитися, щоб у мене раптово не виникла паніка.

Олег:

— Мені самому буде цікаво, яка в тебе буде реакція на нього. Хочу одразу попередити, це буде невеликий павучок, і він нічого поганого тобі не зробить. Коли ти його побачиш, він на тебе не нападе і нічого небезпечного в цьому не буде.

Юля:

— Добре, спробуємо і подивимося, яка в мене буде реакція на павука. Тільки, де ти тут його знайдеш?

Олег:

— Не переживай. Зараз я знайду павука, і ми на нього подивимося.

Олег разом із Юлею відійшли вбік і підійшли до дерева. Олег почав очима на дереві шукати невеликого павучка, і, піднявши листочок, він побачив павука, подивився на нього і сказав:

— Юлю, дивись ось це твоя смерть.

Юля посміхнулася, подивилася на павука і сказала:

— Ні, це не моя смерть. Це всього лише нам всього невелике маленьке створіння, яке сховалося від небажаних гостей і саме битися набагато більше, ніж я.

Олег:

— Правильно. Маленький, павучок який живе і проживає своє життя, і він тебе за жодних обставин не зачепить, але мене зараз турбує інше. Що ти зараз відчуваєш, коли дивишся на павука?

Юля задумалася:

— Я відчуваю, що всередині мене щось змінюється, і я боюся, але не сильно. А зараз минають раптові зміни і відчуття почуття смерті, але її тут немає, воно живе в мені ще з дитинства. Мені нема чого боятися, всі почуття залишилися в мені ще з того моменту, коли зі мною трапився той випадок.

Олег задумався:

— Де ти зараз тут бачиш смерть? Тут крім павучка більше нічого немає. Ти думаєш, що він зараз бризне на тебе життя чимось небезпечним, і ти помреш?

Юля:

— Я думаю, що цього не станеться, але я боюся, що щось станеться раптово і спричинить позбавлення мого життя. У мене виникає таке відчуття, коли я дивлюся на цього павука, то він ще більше боїться смерті, ніж я.

Олег:

— Добре, що в тебе виникає таке відчуття, і ти тепер більше в собі впевнена, ніж раніше, і в тобі є відчутність переваги над ним. Смерті тут ніякої немає.

Юля:

— Зараз може немає тут ніякої смерті. Я починаю замислюватися над тим, що потрібно дослухатися до здорового глузду і розуміти, що і де відбувається. У мене є якась заплутаність розуміння моєї підсвідомості і місця знаходження. Я так припускаю, що в підсвідомості існують невирішені проблеми, які живуть упродовж багато чого часу, і зараз я починаю розуміти набагато більше. Проблема всього лише на всього

притаманна якимись подіями з минулого. Насправді зараз я перебуваю в лісі з талановитою молодою людиною, яка мені допомагає розібратися в моїх страхах. Мені нема чого боятися.

Олег:

— Правильно. Тут нема чого боятися. Боятися ось цього маленького павучка, який зараз втече від нас?

Юля:

— Ні.

Олег:

— Це ж без захисна комаха, яка не заподіє жодної шкоди. Юля:

— Так, воно мені не заподіє жодної шкоди. Я можу йому набагато більше заподіяти шкоди, і сама забрати в нього життя, і набагато швидше, ніж він у мене, але я цього не робитиму.

Олег:

— Правильно мислиш.

Юля:

— У мене притаманна якась протилежність у ставленні до павука. І в мене виникає образ його величі й могутності, створений у підсвідомості та великих його розмірах, і сам павук дуже великий, але в реальному світі він маленький і його не так легко відшукати в лісі.

Олег:

— Дитяча фантазія зуміла його створити ще тоді, коли ти була маленькою дитиною і налякана в лісі, і донині образ жив усередині тебе, і тільки зараз ти сама все побачила на власні очі й те, що тобі так довго не давало жити в спокої.

Юля:

— Так, образ того павука дуже великий, а він був маленький, як зараз, так і тоді однакового розміру. Не думала, яким може бути сильним страх і робити його сильнішим за мене й небезпечнішим, але ж я набагато сильніша за нього. Усе відбувається через те, що я в дитинстві настільки сильно злякалася такого маленького павучка, що віддала йому всю свою силу і протягом багато часу думала, що він набагато сильніший за мене. Самій важко повірити в такий переворот душі.

Олег:

— З цим ми впоралися і знайшли в тобі образ страху, який тривалий час перебував у тобі, а тепер подумаємо, і дуже добре, не поспішаємо. Ти зараз була маленькою дівчинкою, але наразі не тією, яка так сильно була налякана, а зараз ти вже досить доросла і вмієш аналізувати обставини, спогади в потрібному напрямі і поліпшенні самопочуття.

Юля:

— Так, коли я боялася павуків і їх бачила, то одразу і раптово ставала маленькою дівчинкою, а зараз розумію, що страх проти моєї волі повертав мене назад у минуле.

Олег:

— Чудово, ти вже усвідомила свій стан і поведінку, побачивши павука, але на майбутнє тобі потрібно закріпити такий стан, і більше не піддаватися владі страху. Не потрібно більше віддавати перевагу такому маленькому створінню, а необхідно прийняти все як є і зберегти спокій. У майбутньому більше не пускай страх у душу і дивись на павука як на комаху, і не більше. Смерті він тобі не принесе і нічого жахливого не зробить, окрім того, що якщо він буде в тебе вдома в нічний час сплете павутину.

Юля:

— Так, я з тобою згодна. Не потрібно його більше боятися, — посміхнулася, — я ж можу взяти полицку і зараз взяти його і посадити на зовсім інше дерево, а у відповідь він мені нічого не зробить.

Олег усміхнувся:

— Так, і нема чого його боятися. Зроби як ти хочеш і не зупиняйся. Ти ще боїшся павука?

Юля:

— Ні, вже не боюся.

Олег:

— Візьми паличкою павука і посади його на інше дерево. І ти сама побачиш, що нічого жахливого в цьому немає.

Юля підійшла до павучка, відігнула листочок, на якому сидів павук, і взяла суху паличку, що лежала на землі, в руку. Уважно на нього подивилася, взяла паличкою павука і посадила на інше дерева, а Олег уважно спостерігав і мовчав стоячи поруч.

Юля посміхнулася і сказала:

— Так, і він мені нічого не зробив, нічого жахливого і страшного не сталося. А я думала, що він у мене може забрати моє життя.

Олег:

— Ніхто тут у тебе твоє життя не забере. Потрібно уважно і розважливо дивитися на все, що відбувається, і тоді буде менше страхів, а так можна стільки всього придумати, що потім доведеться боятися все життя і всього оточення.

Юля:

— Тепер у мене вже є досвід подолання страху павуків і його можна використовувати в різних напрямках, і я вже сама зможу впоратися з іншими страхами.

Олег:

— Сьогодні ми зробили чудову і практичну роботу над твоїм страхом. Я задоволений результатом і був радий тобі допомогти, — подивився на годинник, зробила глибокий видих, — а зараз мені здається, що вже настав час, коли нам потрібно повертатися назад.

Юля:

— Уже починає темніти. І тобі спасибі. Зараз мені ні крапельки не страшно. Я вже не боюся павуків.

Олег:

— Хороший результат за короткий час. Я пропоную всі питання, що залишилися, залишити на наступну зустріч, якщо ти не проти?

Юля:

— Ні, не проти.

Олег:

— Зараз нам потрібно вже йти до виходу з лісу і їхати додому.

Олег разом із Юлею одночасно розвернулися і вже швидкими кроками пішли до виходу. За проведений разом час вони ще більше пізнали одне одного. Кожному сподобалася прогулянка, а Юля була в захваті від отриманого результату, і вона вже впродовж багатьох років хотіла подолати страх павуків, а тут зовсім випадково познайомившись з хлопцем на сайті знайомств зуміла за один вечір отримати приголомшливий результат. Через десять хвилин вони вийшли з лісу, а під час повернення до виходу вони не розмовляли, мовчали, кожен думав про своє. Зупинилися біля виходу, Олег подивився в очі дівчини і ввічливим кивком голови попрощався з Юлею, а Юля посміхнулася і сказала:

— До нової зустрічі.

Олег розвернувся і пішов у свій бік будинку асфальтовою дорогою вздовж лісу. І Юля з легкою посмішкою на обличчі, щаслива в душі, повільним кроком пішла в бік зупинки, відчуваючи захват від проведеної прогулянки.

*Початок роботи 20.05.2023*

*Завершення роботи 12.10.2024*