

nevšimli. Ani další dny však kamarádka na její zprávy nereagovala, i když bylo vidět, že je četla. Betty se cítila zklamáná a zrazená. Tento pocit v ní zůstal až do konce domácí izolace.

*Sorry, ale teď bych své vyprávění na moment přerušil... Rád bych totiž věděl, jaké byly tvé zkušenosti během lockdownu.*

*Byl/a jsi rád/a, že nemusíš do školy, nebo ti to lezlo na nervy?*

*Dokážeš si vybavit, kdy tě to přestalo bavit a co ti nejvíc chybělo?*

*Přišel/přišla jsi v důsledku domácí izolace o kámošku nebo kámoše?*

*Přestal/a jsi s nějakou aktivitou, kterou jsi předtím pravidelně dělal/a?*

*Bojíš se, že se plošná opatření, kdy jsme museli zůstat všichni zavření doma, někdy zopakují?*

Betty se do školy vracela s radostí, ale i s nejistotou, jestli její kámošky zůstaly kámoškami, jestli bude stačit na nové předměty a nebudou jí chybět znalosti, které suplovala online výuka, na kterou si po celou dobu nedokázala zvyknout. Bohužel, hodně z jejích obav se potvrdilo. Ještě než se stačila rozkoukat a navázat na stará přátelství, už čelila lavině zkoušení a pocitu, že je pozadu. Její známky šly prudce dolů a vysvědčení z posledního půlroku bylo to nejhorší, jaké v životě dostala. Učitelé chtěli všechno dohnat a na věci, které jí dříve dělaly

radost, nezbyl skoro žádný čas. Ani tancování ji už nebavilo. Její oblíbená trenérka zůstala po covidu na mateřské a spousta holek se do tanečního studia už nevrátila. Rodiče ji do ničeho netlačili. Nevadilo jim ani rozhodnutí vykašlat se na tancování a věnovat se přípravám na přijímačky na gymnázium. Mnohem raději by se však hlásila na uměleckou školu. Často a ráda kreslila postavy z japonských komiksů, kterých měla plnou knihovnu. Svoje výtvary však nikomu neukazovala, protože je nepovažovala za dost kvalitní. Poslední rok na základce jí na koníčky ani tak moc času nezbývalo. Doučování z matematiky a češtiny měla dvakrát týdně a k tomu musela zvládat běžné učivo, aby si zlepšila známky. Poslední pololetní vysvědčení v devítce vytáhla dokonce na vyznamenání. Zbývalo pár měsíců do přijímaček a zdálo se, že všechno „tak nějak jde“. Aspoň to si mysleli rodiče. Nevím, zda si to posledních pár měsíců myslela i ona, každopádně si sáhla na život. Jaký mohl být důvod jejího zoufalého činu, nevěděla ani ona, ani její máma s tátou. A dokud na to nepřišla, v bezpečí určitě nebyla. Po absolvování pobytu na psychiatrii, který po každém sebevražedném pokusu obvykle následuje, mě tedy čekal těžký úkol. Pomocť porozumět tomu, co se odehrává v její duši, a najít naději na život, který by stál za to žít.

*Než budu psát o tom, jak naše společné pátrání vypadalo, trochu její příběh ještě pauznu. Chtěl bych ti říct, že úvahy o smrti a hledání smyslu života jsou v období mezi dětstvím a dospělostí celkem časté. Myslím, že je*

*to tím, že v určitém věku ti přestává stačit to, co dostáváš od rodičů, a potřebuješ najít vlastní důvody k tomu, aby ses dál vyvíjel/a, dokonce i žil/a. Pokud není nic, na co by ses těšil/a, a vůbec nevěříš, že budeš v životě šťastný/á, myšlenky na smrt se mohou stát tvou noční i denní můrou. A tak se není čemu divit, že sebevraždy jsou druhou až třetí nejčastější příčinou smrti kluků a holek ve tvém věku. A ještě mnohem rozšířenější, říká se až stokrát častější, jsou tzv. sebevražedné pokusy. Jako by tvoji vrstevníci – a možná i ty sám/sama – potřebovali jít až na samou hranu, aby si vůbec uvědomili, že chtějí žít. Každá riskantní jízda na motorce, předávkování léky, pořezání se, otrava drogami nebo vyhladovění však může být poslední v životě. Takže není to žádná malicherná blbost. A to mi věř!*

To, že spolykání desítek prášků a upadnutí do kómatu „blbost“ byla, tvrdila nejen Betty, ale i její rodiče. Ti se na ni nějakou dobu dokonce i zlobili. Vinili ji, že si „vynucuje pozornost“, že se nechala zmanipulovat kamarádkami a sociálními sítěmi.

„Já nevím, proč to udělala, vždyť má všechno, co chce. Ale naše dcera není nikdy spokojená,“ stěžoval si otec a matka mu se slzami v očích přikyvovala. Na vysvětlenou, asi abych věděl, že oni za nic nemůžou, ještě dodala: „Víte, Betyňka byla problematická už jako malá holčička, nechtěla si s nikým hrát, a když se jí ve třech letech narodila sestríčka, tak jí strašně ubližovala...“ Máma i táta byli přesvědčeni, že kdyby je Betty

více poslouchala, nemuselo se to stát. „My jsme jí ten instagram zakazovali snad stokrát, ale ona si vždy našla cestu, pak tam sledovala ty divné lidi, víte, ty s těmi pomalovanými obličejí, co se převlíkají do nějakých kostýmů..., ale ona měla vždy vlastní hlavu,“ říkali společně a mně bylo Betty strašně líto. A tak jsem se jich zeptal: „Co myslíte, že Betty teď nejvíc potřebuje?“ Moje otázka rodiče zaskočila.

*Co si ty myslíš, že teď Betty potřebuje?*

*Dokážeš si sama/sám sebe představit na jejím místě?*

*Umíš pojmenovat pocity, které bys měl/a na jejím místě?*

Po pobytu v nemocnici zůstala Betty několik týdnů doma. Odpočinek od školy se jí hodil, ale začala se bát, že se nestačí připravit na přijímačky. Během společných setkání, kterým říkám sezení nebo konzultace, jsme spolu mluvili o neustálém stresu, ve kterém žila, o jejích cílech, představách o sobě, o rodičích i o malé sestře. Byl jsem rád, že konečně o někom a o něčem mluvím. Těšil jsem se, že se jí podařilo překonat počáteční lhostejnost a apatii, kterou cítila nejen vůči naší terapii, ale hlavně vůči sobě. Po pár týdnech se rozmluvila a občas byla i schopná se mi podívat do očí. V jejím pohledu jsem pořád viděl hluboký smutek. Přemýšlel jsem, odkud se tam vzal a kdy se poprvé objevil. Byla smutná z toho, že zůstala sama během covidu, že přestala tancovat, že ji opustily kamarádky a oblíbená trenérka, že se rodiče kvůli ní hádají nebo kvůli tomu,