

נאר "וואס מאכסטו?"

מיר ווילן פארגרינגערן זיך צו אינטערעסירן איינער אויף די אנדערע. די פאלגנדע עצות קענען אייך העלפן האבן א ביייהילפיגע געשפרעך.

וויאזוי צו פרעגן: פארשידענע וועגן וויאזוי אנצוהויבן א געשפרעך וועגן גייסטישע געזונטהייט

פרעגט וועגן וואס איז היינט. טראכטן וועגן די אלגעמיינע עמאציאנעלע געזונטהייט קען מאכן זייער איבערגענומען אויב מען מוטשעט זיך. קוקן נאר אויפן עצטיגן מאמענט קען פיל צוהעלפן.

"וויאזוי פילסטו היינט? וויאזוי פילסטו יעצט?"

פרעגט כסדר. אויב איר קלערט אז איינער מוטשעט זיך, מאכט עס א שטענדיגע טייל פונעם געשפרעך צו פרעגן וויאזוי זיי שפירן זיך, אויך אויב זיי ווילן נישט רעדן יענעם טאג.

"איך האב נאר געוואלט פרעגן וויאזוי דו שפירסט זיך היינט. איך טראכט פון דיר."

רעדט אויך צו זיי וועגן זאכן אויסער גייסטישע געזונטהייט. קניפט אן א קשר דורך אנדערע טיילן פון אייער פארבינדונג.

"די ארטיקל האט מיר געמאכט טראכטן פון דיר!"

פרעגט מיט אויפריכטיגקייט. עס זענען נישטא קיין ספעציעלע ווערטער. זיין אמת'דיגא יז וויכטיגער ווי וואס איר

"איך האב נאר געוואלט פרעגן וואס דו מאכסט. וויאזוי גייט עס?"

פרעגט דירעקט. לאזן איינעם וויסן אז איר ווילט הערן וועגן גייסטישע געזונטהייט קען זיי העלפן זיך שפירן באקוועם זיך עפענען צו אייך.

"איך וויל זיך נאר אינטערעסירן. דו זעסט אויס אביסל אומעטיג היינט. וויאזוי שפירסטו?"

ערשט דערציילט וויאזוי איר שפירט זיך. זיין אפן וועגן אייערע שוועריקייטן קען העלפן נארמאלאזירן דאס וואס אנדערע גייען דורך.

"לעצטנס בין איך זייער אנגעצויגן מיט אלעס וואס גייט פאר. וואס איז מיט דיר?"

וויאזוי צו ענטפערן: פארשידענע וועגן וויאזוי צו רעאגירן צו איינער וואס מוטשעט זיך

זייט אפן וועגן אייער אייגענע שוועריקייטן אן פארגלייכן. נארמאלאזירן גייסטישע געזונטהייט שוועריקייטן העלפט אויך.

"איך האב אויך לעצטנס געהאט אסאך אנגסט."

אינטערעסירט זיך רעגלמעסיג. לאזט זיי וויסן אז איר טראכט פון זיי.

"איך האב אסאך געטראכט פון דיר זייט מיר האבן גערעדט. וויאזוי פילסטו היינט?"

טרעפט וועגן צו בלייבן פארבינדן. געזעלשאפט פארבינדונג איז קריטיש וויכטיג פאר גייסטישע געזונטהייט.

"איך טראכט פון האבן א ווירטואלע פארטי פאר אונזער באליבסטע סעריע די וואך. וועלכע נאכט ארבעט זיך אויס די בעסטע פאר דיר?"

בלייבט רואיג. אויב איינער לאזט אייך וויסן אז זיי גייען דורך א שווערע צייט, איז עס ווייל זיי געטרויען אייך זיי אויסצוהערן. איר דארפט נישט קיין שום ספעציעלע פעאיקייטן אויסער זיין זיך אליינס.

"א דאנק פאר'ן דאס מיטטיילן. דערצייל מיר מער וואס גייט פאר."

פרעגט ווייטערדיגע פראגעס. לאזט זיי וויסן אז איר זענט אינטערעסירט דורך בעטן מער אינפארמאציע.

"ווי לאנג שפירסטו שוין אזוי? וועלכע סארט זאכן האבן יא געהאלפן אדער נישט געהאלפן?"

בארעכטיגט זייער געפילן. פארגלייכן זייערע אומשטענדן צו אנדערע מענטשן אדער זיי לאזן וויסן פארוואס זאכן זענען נישט אזוי געפערליך וועט נישט העלפן. באשטעטיגט אז זיי זענען נישט אקעי.

"דאס הערט זיך זייער שווער."