БИНГО

Чужими глазами

Иногда мы смотрим на себя глазами тех, кто видит только диагноз. Отмечай, что узнаёшь. Заметить такой взгляд — значит уже начать с ним спорить.

☐ **Прячу симптомы, даже когда это неудобно**	☐ **Заранее объясняю, что это не заразно**	☐ **Кажется, что меня терпят из вежливости**	☑ **Извиняюсь за то, что болею**
☐ **Думаю, что болезнь — моя вина**	☐ **Скрываю диагноз на работе или учёбе**	☐ **Хвалю себя только «несмотря на болезнь»**	☐ **Отказываюсь от помощи, чтобы не быть обузой**
☐ **Шучу о болезни раньше, чем это сделают другие**	☐ **Снимаю с себя отметки на общих фото**	☐ **Откладываю отношения: «сначала вылечусь»**	☐ **Стесняюсь рассказать врачу всё как есть**
☐ **В каждом взгляде ищу брезгливость**	☐ **Не беру больничный, чтобы не выглядеть слабее других**	☐ **Обидные слова звучат во мне годами**	☐ **Сначала вижу в себе диагноз, потом себя**

Сначала человек, потом диагноз.