

Schuster Barbara:

A reziliencia képességének mozgósítása a gerincferdülése kezelése során

Elhangzott: Magyar Ortopéd Társaság és a Magyar Traumatológus Társaság 2015. évi Közös Kongresszusa, Szombathely-Sárvár

A reziliencia szó szerint elaszticitást, rugalmasságot jelent, lelki alkalmazkodási képességnek vagy ellenálló képességnek is nevezik. Ez tesz valakit képessé arra, hogy az élet kríziseivel a személyes erőforrásokra támaszkodva megküzdjön és azokra a személyes fejlődéséhez kínálkozó lehetőségként tekintsen. Alapítványi tevékenységünk ezt a „lelki immunrendszert” igyekszik erősíteni a páciensekben, reményeink szerint hozzásegítve őket ahhoz, hogy a betegséget, a krízist a maguk javára tudják fordítani - így az ne töréspont legyen az életükben, hanem fejlődésüket szolgálja.

SENKI NEM ÉRTI -

hogy nem a scoliról vagy a korzettéről, műtétről szólnak. Mármost a táborok, a programok. Nem nagyon értik, még azok sem, akik a közelünkben vannak. Elnézően mosolyognak, örülnek, biztatnak, de azért magukban biztos furcsállják az egészet.

Szegény scolis gyerekek... nem elég, hogy hordaniuk kell a korzettet, műtetre várnak, de még táborba is küldik őket. Mi történhet ott? Fűzőviselésre agitálás, reggeltől estig „agymosás”, hogy nem is olyan rossz az egész (pedig dehogynem), s mellesleg valami kis bugyuta játék, hogy elviselhetőbb legyen?!

Nem, nem erről szól. Semmiképp sem a gerincferdülésről és nem is a kezelésről. Persze mind fűzőben vannak / műtöttek, műtetre várnak, de egész másról és sokkal többről van szó.

Ilyenkor nem csapkodnak a hullámok, amik szakmai berkekben örökké: kinek kell hordani és miért, hatékony-e, mennyi időt viseljük, miért adják fel/veszik le a fűzőt már és még valakiről, ki lehet-e ezt bírni, legyen-e a műtét és azt túl lehet-e élni. Ezekben a napokban ez nem számít.

Csak az számít, hogy együtt vagyunk. Hogy jó együtt lenni. Hogy cseppet sem bugyuta programokat találunk ki (remélem :-), s hogy pörögnek a napok:

vetélkedővel, játékkal, nevetéssel, ébresztővel-takarodóval, lufiból álló szőlőfürttel, arcra mázolt temperacsíkokkal, fánkevő versennyel, kínai jóslással, Mindent vagy semmit játékkal, filmen elalvással, túrával, felszabadult ismerkedéssel és hógolyóval vagy Balaton vízibiciklizéssel, számháborúval, bátorságpróbával.

Hogy mi is nagyon élvezzük. Tudunk velük örülni.

A végére mindig kiderül, egy világ változik meg bennük. Amikor ugyanis egy gyerek a kérdésre, hogy mit viszel haza a táborból, azt válaszolja, hogy

- ma olyasvalaki megy haza Gántról, aki elkezdett megnyílni az emberek előtt, vagy
- „ELFOGADNI ÖNMAGAM FŰZŐSEN”
vagy
- életem egyik legcsodálatosabb dolga ez a gerincferdülés, de komolyan.
akkor mindig rádöbbenünk, megéri.

Ez sokkal többről szól, mint a gerincferdülés, a korzett vagy a műtét. A gerincferdülés miatt ugyanis nem azok vagyunk, akik lehetnénk, hanem amivé váltunk. Van egy betegségünk, ami látszik, amit látnak mások, ami fáj. De észrevehetünk és megérthetünk és megérezhetünk a

gyerekekkel valami nagyon fontosat: mindig van választásunk. Át lehet, át tudjuk segíteni őket a szomorúságon, frusztráción, sérüléseken, megláttatni a másik, napos oldalt. Ez kötelességünk is megpróbálni. Az a dolgunk, hogy szeressük őket. A szeretet nem érzélem, hanem cselekvés!

És mit gondolnak a szülők?

„Valamit tudtok, amit kevesen mások: élni, mosolyogni, repülni tanítjátok a gyerekeinket.”

Befejezésül – Kálmán Liza verse

Rettegtem, könyörögtem, kérleltem, kérdeztem...

Miért velem?

Miért ez?

Mi ez?

Nem értettem.

Tíz éves voltam, és senki nem válaszolt nekem.

Rám adták a furcsa, kemény, rettentő korzettet,

Nem mondták, mennyi időt kell benne töltenem

Öt percet, öt hetet, vagy éveket?

Fáj a levegővétel, fáj minden mozdulat

Az utcán mindenki rám mutogat.

Néznek rám, mintha nem is ember lennék,

De mit tehetnék? Mi más lehetnék?

Gondolkoztam: velem nem lehet baj, ez csak a fűző miatt lehet!

Hát döntöttem: ő nem kell többet.

Eleget bántott. Úgysem jó semmire.

Eldugom a szekrény mélyére.

Aztán jött egy ember. Magas, csillogó szemű, kedves arcú férfi.

Leültetett, és azt mondta: ő majd kísér engem - ha engedem.

Úgy beszélt hozzám, mint még senki, soha.

Szavak nélkül válaszolt minden kérdésemre.

És értette. Értette, hogy nehéz, hogy fáj.

Mégis arra kért, hogy harcoljak.

Velem marad, de nekem kell küzdenem.

És itt lesz velem. Ha engedem.

És én engedtem.

Újra felvettem.

Még mindig fáj, de már nem annyira.

Minden nap egy kicsivel kevésbé.

Ott voltak a barátaim, tudjátok, a híres-neves táborból,
akik ugyanezen mentek keresztül.

Nekik is fáj, ahogyan nekem is. Ahogyan most nektek is.

De együtt végigcsináltuk. Megcsináltuk!

Igen, nehéz volt. Igen, minden egyes nap meg kellett küzdeni önmagunkkal,

Ahányszor csak reccsent a tépőzár, kattant a csat.

De minden egyes nap egyre erősebbek is lettünk.

Ha pedig úgy éreztük, elhagy az erőnk – segítséget kértünk.

Nekünk is voltak rossz napjaink.
Mi is féltünk.
De most itt vagyunk.
Boldogan, egyenesen, és erősen.
Ma már alig emlékszem a rossz napokra.
Ma már csak azt tudom, mi az, amit a korzett adott.
Nem csak egy egyenes gerincet: de gerincességet, kitartást, és erőt.
Itt vagyok, és erősnek érzem magam.
Nemsokára Ti is itt álltok majd.
Csak ne felejtsetek el küzdeni.
Ne felejtsetek el segítséget kérni.
Ne felejtsetek el, hogy nem vagytok egyedül.