

DUŠEVNOST - MOST OD ŽIVLJENJA Z BOLEZNIJO DO ŽIVLJENJA OB BOLEZNI

Dr. Vesna Radonjič - Miholič, spec.klin.psih.

Večinoma živimo na utečen način, vse preveč prepuščeni dogodkom, ki si sledijo in se prepletajo z drugimi, nas obremenjujejo ... in žal se pri tem mnogo premalo zavedamo samih sebe. Dogaja se nam, da pod težo obveznosti, ki smo jih prevzeli ali so nam jih naložili, povsem pozabimo na svoje resnične potrebe in sanje ali pa jih prelagamo na kasnejša obdobja. In nenadoma je videti, da po znanih in utečenih poteh kar nekako drsimo skozi življenje, in le malo je dogodkov ali stvari, ki nas za hip ustavijo in pritegnejo našo pozornost. Naše življenje postopoma postaja vse bolj hitro, srečanja s soljudmi pa prekratka, zaradi česar premnogo pomembnih stvari spregledamo. Šele kasneje se zavemo, da smo nepovratno zamudili priložnost, da bi bili več časa z nam pomembnimi osebami ali da bi bolj pozorno prisluhnili njihovim mislim. In kadar le za hip spoznamo, da nimamo več časa za bližnjega, je prav, da se zavedamo, da tedaj resnično pričnemo izgubljati sami. Z vsakim prijateljem, ki ga zanemarimo, izgubimo tudi košček sebe. In nasprotno: spoznati sočloveka, biti trenutek z njim nas lahko notranje obogati.

Ljudje se med seboj razlikujemo, vsak človek je drugačen in po svoje zanimiv, enkratno. Deliti občutke in izkušnje z drugimi ponuja priložnost videti svet z različnih zornih kotov. Medsebojne povezave z drugimi dajejo našemu življenju podobno značilnost kot brušenje dragega kamna - šele tako ga lahko doživimo v polnem sijaju.

Pri tem je zanimivo, da se lahko prav ob najhujših življenjskih preizkušnjah izoblikujejo najdragocenejše osebnosti: pestre, enkratne, trdne in hkrati sposobne najtankočutnejših zaznav. Največje ljubezni do življenja nas pogosto lahko naučijo prav ljudje, ki so doživeli grožnjo bližajoče se smrti. Z njimi prepoznaš, da nas na življenje ne vežejo dosežki in materialne dobrine, ampak še neuresničene sanje, želje in načrti.

Taki posebni ljudje so tudi ljudje, ki so zaradi poškodbe hrbtenjače omejeni v gibanju in uporabljajo invalidski voziček. Njim se je življenje v hipu ustavilo zaradi težko razumljivih in nepredvidljivih razlogov, usode ali nesrečnega spleta okoliščin. Nič več ni tako kot prej, vse prej samoumevno je sedaj videti oddaljeno in težko dosegljivo. Saj ne moreš razumeti, da imaš noge, roke; da še dobro veš, kako se hodi in giblje, skoraj čutil bi lahko korak - a kljub želji ne moreš premakniti telesa po svoji volji. Čas se ustavlja, minute, ure in dnevi postajajo večnost - v duši pa besnijo viharji težko ukrotljivih in nadzorovanih čustev, ki grozijo, da bodo ušla z vajeti: žalost, bes, upanje, hladna in kruta spoznanja, dvomi, občutki nemoči, opeharjenosti ... in nekje globoko tli misel, ki prerašča v dejavno spopadanje z novimi okoliščinami: bom, jaz lahko.

Postopoma se svet prične znova širiti. Prehod iz bolniške postelje na invalidski voziček je neponovljiva in za večino ljudi povsem nerazumljiva izkušnja. Poleg telesne slabosti, vrtoglavice, ki jo bolnik čuti, ko po dolgem ležanju skuša znova sedeti, se v dušo zajedajo tudi številna skeleča vprašanja: »Ali se tako predajam, zavržem svoja upanja? Ali to pomeni nikoli več hoditi ...«

Skozi najhujše stiske greš vedno sam, ne glede na to, koliko ljudi te obdaja in kakšni so. Čas je resnično naš največji zaveznik pri celjenju duševnih ran.

V rehabilitacijski ustanovi bolnik postopoma spoznava, da ni sam s tovrstnimi težavami. Sprva zadržano, nato vse bolj z zanimanjem opazuje druge, spoznava njihove izkušnje in zgodbe in vse bolj verjame, da bo zmožel. Prvi poskusi gibanja, navezovanja stikov z drugimi, prenašanje pogledov drugih, spoznavanje in urjenje za življenje iz neke druge perspektive postajajo vse bolj večji in zanesljivi.

Potem pride čas, da bolnik neha biti bolnik in se vrne domov in tam ponovno prevzame ali šele oblikuje številne vloge: skrbi zase, se izobražuje, zaposli, najde konjičke, stke trdne vezi s prijatelji, utrdi partnerski odnos, ustvari družino, skrbi za otroke ipd.

Prehod iz rehabilitacijske ustanove domov je izrazito naporen in boleč. V resnici je to obdobje, ko se invalid prvič resnično srečuje s pravo razsežnostjo posledic poškodbe. Vse dogajanje od poškodbe, zdravljenje v bolnišnici in nato rehabilitacija v rehabilitacijski ustanovi potekajo v varovanem okolju. Ljudje so naklonjeni, razumevajoči, razmere karseda prilagojene. To je čas in proces, ki utrjuje in pripravlja bolnika, da bi se lahko čim bolje vključil nazaj v svojem okolju. Torej bi lahko rekli, da se bistveni del procesa rehabilitacije izpelje šele po vrnitvi v domače okolje. Tam šele invalid spozna, kaj zmore, in prične iskati načine in možnosti, kako obvladovati vsak dan nove in nove situacije. Zdi se, kot da stari odgovori ne ustrezajo več ničemur. Življenje z invalidnostjo zahteva veliko poguma in iznajdljivosti.

Doma se porajajo številna vprašanja: »Kam bom še lahko prišel? Kako bom spravil voziček na pločnik? Kako bom prišel do zdravnika, trgovine, pošte, banke? Kako me bodo gledali zunaj? Me bodo pomilovali? Ali je še kdo v mojem kraju, ki je na vozičku?« In še in še je različnih vprašanj, odgovorov pa malo. Podobno se številna vprašanja brez jasnih odgovorov porajajo tudi pri svojcih.

Te trenutke ponovne vrnitve domov, ki so tako burni in težki, pa pomembno olajšajo različne oblike pomoči, ki jo lahko ponudijo ljudje, ki so to izkušnjo že preživeli. Pomembno je, da človek, ki se po poškodbi vrne domov, ali njegovi družinski člani vedo, kje in kdaj lahko srečajo ljudi s podobnimi težavami.

V društvih paraplegikov se združujejo osebe s podobnimi težavami. Organizacija je pomembna tako za člane kot tudi za okolje, kjer delujejo:

- olajšajo vrnitev invalidom v domače okolje tudi tako, da jim svetujejo pri iskanju čisto praktičnih rešitev za vsakodnevne težave v njihovem kraju;
- nekatere posebne potrebe skupine ljudi predstavijo drugim, da te postanejo bolj razumljive in da jih tako prej rešujejo (arhitekturne ovire ipd.);
- ustvarjajo možnosti in priložnosti, da so invalidi lahko dejaven del življenja skupnosti;
- skupno druženje omogoča izmenjavo izkušenj, opogumlja za nova iskanja in hkrati daje priložnost, da s svojo izkušnjo pomagaš drugim.

Človek potrebuje sočloveka, a hkrati potrebuje tudi zavest in občutek, da je potreben drugemu.