



Orbán-Horváth Éva

Megnyílni a várakozásra

Orbán-Horváth Éva hittanár, mentálhigiénés szakember, pszichodramatista, a Semmelweis Egyetem Mentálhigiéné Intézetének oktatója, gyermekre vágó párok segítője

Szöveg: **Weisz Teodóra**
Fotó: **Földházi Árpád**

VÁRNI A GYEREKRE, AKI NEM ÉRKEZIK MEG, NEHÉZ PRÓBA. HOGYAN ÉLTE MEG A HOSSZÚ VÁRAKOZÁST?

Leginkább a hullámvasúthoz tudnám hasonlítani: időnként nagyon mélyre jutottam, elvesztettem minden hitemet, dühös voltam és tehetetlen. És voltak magasságok is, amelyek a reményről szóltak. Teltek a hónapok, és reménykedtem, hogy most hátha, és közben meg háritottam is magamtól: á, biztos nem... Talán a legnehezebb a magunkra maradottság és az, hogy ehhez az állapothoz társul egyfajta szegény. A hónapok éveknél tünnek, és aztán tényleg évek voltak már mögöttünk. Egészségi akadályt nem találtak nálunk. Egy babát elvesztettünk, a hetedik évben lettem ismét várandós, és most már ötéves a kisfiunk, Miksa.

MI VOLT A FORDULÓPONT?

Mielőtt Miksa megérkezett, már nagyon sok önismereti munkán voltam túl, és tudok is persze állomásokat mondani a fejlődésemben, de nem volt meghatározható, rajtam, rajtunk múló pont. Milyen könnyű is lenne! Milyen sok párnak lehetne segíteni azzal, hogy ha azt mondhatnám: nézzétek, mi ezt csináltuk, és bevált.

ALIGHA MEGLEPŐ, HOGY MENTÁLHIGIÉNÉS SZAKEMBERKÉNT MEGSZÜLETETT A MOTIVÁCIÓ, HOGY MEGPRÓBÁLJA TÁMOGATNI AZOKAT, AKIK HASONLÓ ÚTON JÁRNAK.

Tudtam, hogy olyasmit szeretnék csinálni, ami hozzám kötődik, végül eljutottam oda, hogy azok mellé szeretnék állni, akik a babára várakozással küzdenek. Segíteni azoknak a nőknek, férfiaknak, akik már szinte mindent megpróbáltak, elmentek a falig, és mégsem jön a baba. Először pszichodrámban gondolkodtam, egy kolléganőmmel kidolgoztuk a tematikát, de a csoport elegendő jelentkező hiányában nem indult el. Ez nagy szívfájdalmam volt. Valamivel később egy meddőséggel foglalkozó szakorvossal együtt elkezdtem megpróbálni összehangolt segítséget nyújtani a pároknak. Olyan orvossal, aki nemcsak az elvégzendő beavatkozásokra koncentrálna, hanem holisztikusan szemléli az embert.

HOGYAN ZAJLIK A KÖZÖS MUNKA?

A páciensei, akik nyitottak erre, találkoznak velem a kezeléseik előtt. Megkérjük őket, hogy engedjék meg az átjárhatóságot az orvos és közöttük, hogy minél teljesebb képet tudjunk adni róluk. Az orvossal együtt ők döntenek arról, hogy milyen beavatkozás történjen, én pedig a beszélgetések után jelezni tudom nekik, hogy van-e a lelki folyamatokban elakadás vagy fejlesztésre szoruló, megoldandó terület. Ez az orvosnak is támpontot ad, nem csak azt látja, hogy a munkája valamiért sikertelen. Az én további részem a folyamatban a segítő beszélgetések felajánlása, a kísérés. A meddőség súlyos teher, nehéz beszélni róla, sokszor a közvetlen környezet sem tud arról, hogy a párok mi mindenben mennek keresztül. Biztatom őket, hogy ne adják fel, vegyék igénybe a segítséget, hiszen az önismeretnek nincsen mellékhatása. Persze mindnyájan mások vagyunk, és a gyermek érkezése mindig misztérium. Küzdelmes megérteni, elfogadni, hogy nincsen rá hatásunk, hogy megtörténik vagy sem, és közben mégiscsak beengedni az életünkbe annak a lehetőségét, hogy megajándékozottak lehetünk.