



ಡಾ.ವಿನೋದ ಭಟ್

## ಸಂಗಾತಿಗಳು ವ್ಯವಹರಿಸುವಾಗ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಒಂದೇ ರೀತಿ ವರ್ತಿಸುತ್ತಾರಲ್ಲ?

### 24: ದಂಪತಿಯ ಪರಿಭಾಷೆ

**ಗಂ**ಡ ಹೆಂಡಿರ ವಿರಸದಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವ ಕ್ರಿಯೆ- ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಕೆಲವು ವಾರಗಳ ಮುಂಚೆ ಚರ್ಚಿಸಿದ್ದೇವೆ (ನೋಡಿ ಕಂತು 10: ಕಾರಣಚಕ್ರದಲ್ಲಿ ಮನೋಪ್ರಕ್ರಿಯೆ). ಅದರಲ್ಲಿ ದಂಪತಿಗಳು ವಿರಸವಾಡುವಾಗ ವ್ಯವಹರಿಸುವ ನಮೂನೆಗಳನ್ನು (interactional patterns) ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡೆವು. ಈಗ ದಂಪತಿಗಳು ದಿನನಿತ್ಯದ ವ್ಯವಹಾರಗಳಲ್ಲಿ ಪರಸ್ಪರರ ಬಗ್ಗೆ ತೋರಿಸುವ ವರ್ತನೆಯ ಮೇಲೆ ಕಣ್ಣು ಹಾಯಿಸೋಣ. ಗಂಡಹೆಂಡಿರ ದಿನನಿತ್ಯದ ವ್ಯವಹಾರವನ್ನು ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾಗಿ ಗಮನಿಸಿದಾಗ ಅಲ್ಲೊಂದು ವಿಚಿತ್ರ ಕಾಣುತ್ತದೆ. ಪರಸ್ಪರ ಸಂವಹನಿಸುವಾಗ ಒಬ್ಬರು ಇನ್ನೊಬ್ಬರ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಓದುತ್ತಿರುವ ಹಾಗೆ ನಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ- ಇದಕ್ಕೆ ಇಂಗ್ಲಿಷಿನಲ್ಲಿ ಮೈಂಡ್ ಮ್ಯಾಪಿಂಗ್ (mind mapping) ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಇದಕ್ಕೊಂದು ಉದಾಹರಣೆ:

ಹೆಂಡತಿ: ಆಹಾ ಇವೊತ್ತು ಭಾನುವಾರ, ಪಿಕ್ನಿಕ್ ಹೋಗೋಣ.  
ಗಂಡ: ಅದೆಲ್ಲ ಬೇಡ. ಇಡೀ ವಾರ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿ ಸಾಕಾಗಿದೆ. ನಾನು ರಸ್ತೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಹೆಂಡತಿ: ಅಲ್ಲ ಕಣೋ, ಸಿನಿಮಾದಲ್ಲಿ ನಿನಗೇನು ಕೆಲಸ? ಬೇಕಾದರೆ ಅಲ್ಲೂ ಮಲಕ್ಕೊಳ್ಳಬಹುದಲ್ಲ?

ಗಂಡ: ಅಲ್ಲಿಯ ತನಕ ಡ್ರೈವಿಂಗ್ ಮಾಡೋದು ಅಂದರೆ ಸೈಸ್ ಅಲ್ಲವಾ? ಅಲ್ಲಿ ಮಲಕ್ಕೊಂಡ್ರೆ ನೀನು ತಿವಿದು ಎಬ್ಬಿಸಿ ನಿನ್ನ ಹಾಳು ಮಾಡ್ತೀಯಾ.

ಹೆಂಡತಿ: ಆಯಿತು, ನಿನಗೆ ನಿನ್ನ ಎಷ್ಟು ಹೊತ್ತು ಬೇಕು? (ಹೆಂಡತಿ ತನ್ನ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಓದುತ್ತಿದ್ದಾಳೆ. ತಾನು ಮೂರು ಗಂಟೆ ಎಂದರೆ ಅವಳು ಅದಾದ ನಂತರ ಹಾಸಿಗೆಯಿಂದ ಹೊರಡಿಸುತ್ತಾಳೆ)

ಗಂಡ: ಇಡೀ ದಿನ ನಾನು ಮಲಕ್ಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಅಥವಾ ಸುಮ್ಮನೆ ಹಾಸಿಗೆಯ ಮೇಲೆ ಇರಬೇಕು. ಹೊರಗೆ ಕಾಲಿಡಲೇಬಾರದು. ನನ್ನ ಪಾಡಿಗೆ ನಾನಿರಬೇಕು. ಅದರಲ್ಲೂ ನೀನು ನಡುನಡುವೆ ಬಂದು ಡಿಸ್ಟರ್ಬ್ ಮಾಡಬಾರದು.

ಹೆಂಡತಿ: ಸರಿ ಹಾಗಾದರೆ ನಾನು ಪಕ್ಕದ ಮನೆ ವೀಣಾ ಇಬ್ಬರೂ ನಮ್ಮ ಕಾರು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗ್ತೇವೆ. ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಹೋಗಿ ಸಾಯಂಕಾಲವೇ ಬರುವುದು. ಅಲ್ಲಿಯ ತನಕ ನಿನ್ನಷ್ಟು ಬಂದಹಾಗೆ ಇರು.

ಗಂಡ: ಏ ನನ್ನ ಹೊಸ ಕಾರು...  
ಎಂದು ಏನೋ ಹೇಳಲು ಹೋಗಿ ಸುಮ್ಮನಾಗುತ್ತಾನೆ. ಯಾಕೆ? ವೀಣಾ ಇವನಿಗೇ ಪಾಠ ಹೇಳುವಷ್ಟು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕಾರು ನಡೆಸುತ್ತಾಳೆ!

'ನನ್ನ ದೇವರ ಸತ್ಯ ನನಗೆ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲವೆ' ಎನ್ನುವಂತಿರುವ ಈ ಊಹಾಸ್ಪರ್ಧೆಯಲ್ಲಿ ಹೆಂಡತಿ ಗಂಡನ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಅವನಿಗಿಂತ ಒಂದು ಹೆಜ್ಜೆ ಮುಂದಿಟ್ಟು ತಿಳಿದು, ಅವನು ಹೆಜ್ಜೆ ಇಡಲಿರುವ ಜಾಗದಲ್ಲೆಲ್ಲ ಮುಂಚೆಯೇ ಕೆಂಪು ಜಮಖಾನೆ ಹಾಸುತ್ತಿದ್ದಾಳೆ!

ಒಂದು ವಿಶೇಷ ಏನಂದರೆ, ದಂಪತಿಯ ನಡುವೆ ವ್ಯವಹಾರ ಸಂವಹನಿಸುವಾಗ ಒಬ್ಬರು ಬಹುತೇಕ ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ವರ್ತನೆಗೆ ಅಂಟಿಕೊಂಡಿದ್ದರೆ ಇನ್ನೊಬ್ಬರು ಬಹುತೇಕ ಇನ್ನೊಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ವರ್ತನೆಗೆ ಅಂಟಿಕೊಂಡಿರುತ್ತಾರೆ. ಅಂದರೆ ಇಬ್ಬರೂ ಸಂವಹನಿಸುವಾಗ ಅವರ ಪರಸ್ಪರರ ಬಗ್ಗೆ ತೋರುವ ಅವರ ವರ್ತನೆ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಬದಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಈ ವರ್ತನೆಯು ಅವರವರ ಸ್ವಭಾವದಿಂದ ಹುಟ್ಟಿದೆ, ಅವರಿರುವುದೇ ಹೀಗೆ ಎಂದು ನೀವು ತಳ್ಳಿಹಾಕಬಹುದಾದರೆ ಈ ಕೆಳಗಿನ ಉದಾಹರಣೆಗಳನ್ನು ನೋಡಿ:

ಈಶ್ವರ ತನ್ನ ಬಂಧು ಮಿತ್ರರ ಜೊತೆಗೆ ಬಹಳ ತಮಾಷೆ ಮಾತಾಡುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯೆಂದು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಪರಿಚಿತನಾಗಿದ್ದಾನೆ. ಆದರೆ ಅವನ ಹೆಂಡತಿಯನ್ನು ಕೇಳಿದರೆ, ಆಕೆ ಹೇಳುವುದೇ ಬೇರೆ. 'ಈಶ್ವರನಿಗೆ ಮೌನೇಶ್ವರ ಎಂದು

ಹೆಸರಿಡಬೇಕಾಗಿತ್ತು. ಅಬ್ಬಾ, ಇಷ್ಟೊಂದು ಗಂಭೀರ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ನಾನು ಕಂಡೇ ಇಲ್ಲ!' ರೆಜಿನಾ ಯಾವುದೇ ವಿಷಯವನ್ನು ಅತ್ಯಂತ ಹಗುರವಾಗಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾಳೆಂದು ಆಕೆಯ ಗೆಳತಿಯರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಆಕೆ ಪ್ರತಿಯೊಂದರಲ್ಲೂ ತಪ್ಪು ಹುಡುಕುತ್ತಾಳೆ ಎಂದು ಆಕೆಯ ಸ್ನೇಹಿತ ರೋನಾಲ್ಡ್ ನ ತಕರಾರು. ಶಾಂತಮೂರ್ತಿ ಅಭೀಷಿನಲ್ಲಿ ನಿಜಕ್ಕೂ ಶಾಂತ ಮೂರ್ತಿ. ಆದರೆ ಮನೆಗೆ ಬಂದಾಗ ತಾಂಡವಮೂರ್ತಿ ಎಂದು ಹೆಂಡತಿಯು ಅಂಬೋಣ. ಡಾ.ಕಿರಣ್ಣಯಿ ತನ್ನ ರೋಗಿಗಳಿಗೆ ಅಶಾಕಿರಣವಾದವಳು ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಗಂಡನೆದುರು ಮೌನವದನಳಾಗಿರುತ್ತಾಳೆಂದು ಗಂಡನ ಕೊರಗು. ಶಾಹೀನಾ ಹೃದಯಂಗಮ ಕೃತಿಗಳ ರಚನೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಸರುವಾಸಿಯಾದರೂ ತನ್ನನ್ನು ಕಂಡರೆ ಅಷ್ಟಕ್ಕಷ್ಟೆ ಎಂದು ಗಂಡ ಶರೀಫನ ಶಿಕಾಯಿತು. ರಾಘವೇಂದ್ರ ಅತ್ಯಂತ ಉಪಕಾರಿಯೆಂದು ತನ್ನ ಮಠದಲ್ಲಿ ಹೆಸರು ಗಳಿಸಿರಬೇಕಾದರೆ ಅವನ ಹೆಂಡತಿ ಹೇಳುವುದೇನು? 'ಅವರು ಊರಿಗೆ ಉಪಕಾರಿ, ಮನೆಗೆ ಮಾರಿ'

ಅನೇಕರು ಹೊರಗಿನ ಜನರ ಜೊತೆಗಿನ ವ್ಯವಹಾರದಲ್ಲಿ ಸ್ವೀಕಾರಾರ್ಹ ವರ್ತನೆಯನ್ನು ತೋರಿದರೂ ಸಂಗಾತಿಯ ಜೊತೆಗೆ ಭಿನ್ನವರ್ತನೆ ತೋರುತ್ತಾರೆ ಎಂಬುದು ಮೇಲಿನ ಉದಾಹರಣೆಗಳಿಂದ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ. ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ, ಇವರು ತಮ್ಮ ಅಥವಾ ಸಂಗಾತಿಯ ವರ್ತನೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ಕೆಲವು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ತಾತ್ಪರ್ಯದಿಂದ (theme) ಕೂಡಿದ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಆಡುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ಈ ತಾತ್ಪರ್ಯದ ಮಾತುಗಳು ಆಯಾ ಸಂಗಾತಿಗಳ ನಡುವೆ ಪರಿಚಿತ ಪರಿಭಾಷೆಯಾಗಿ ಬಳಸಲ್ಪಡುತ್ತವೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ನಿಮ್ಮಗೊಬ್ಬರು ಸಂಗಾತಿ ಇದ್ದರೆ ಈ ತಾತ್ಪರ್ಯದ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಕೆಲವನ್ನು ನೀವು ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಕೇಳಿದ್ದೀರಿ, ಹಾಗೂ ಆಡಿದ್ದೀರಿ. ಇಂಥ ಕೆಲವು ಮಾತುಗಳ ತಾತ್ಪರ್ಯವನ್ನು ಏಕವಚನದಲ್ಲಿ ಭಾವಾರ್ಥ ಸಹಿತ ಇಲ್ಲಿ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದೇನೆ:

- ▶ ನಿನಗೆ ಎಷ್ಟು ಮಾಡಿದಷ್ಟೂ ಬೇಕೆನ್ನುತ್ತೀಯಾ. ನಿನ್ನನ್ನು ಮೆಚ್ಚಿಸುವುದೇ ಅಸಾಧ್ಯ (ಅತ್ಯಪ್ಪಿ).
- ▶ ನಿನ್ನನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಆಗಲ್ಲ. ಕ್ಷಣ ಚಿತ್ತ ಕ್ಷಣ ಪಿತ್ತ (ಗೊಂದಲ).
- ▶ ನೀನು ಯಾವಾಗಲೂ ಹೀಗೆಯೆ (ಮೊಂಡುತನ).
- ▶ ನನಗೆ ಮುಂಚೆ ಗೊತ್ತಿದ್ದರೆ ನಿನ್ನನ್ನು ಮದುವೆಯಾಗುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ (ನಿರಾಕರಣೆ).
- ▶ ಎಲ್ಲಾ ನನ್ನ ಹಣೇಬರಹ (ಅಂತಿಮ ಸೋಲು).
- ▶ ನೀನು ಸುಮ್ಮನಿದ್ದರೆ ಸಾಕು, ನೀನು ಹೇಳಿದಂತೆ ಕೇಳುತ್ತೇನೆ (ಕೈಂಕರ್ಯ)
- ▶ ಇದು ಇತ್ಯರ್ಥವಾಗುವ ತನಕ ನನಗೆ ನೆಮ್ಮದಿಯಿಲ್ಲ (ಅಶಾಂತಿ).
- ▶ ನನ್ನ ಪ್ರಕಾರ ಇದ್ದರೆ ಸರಿ, ಇಲ್ಲವಾದರೆ ನಾನು ಬೇರೆ, ನೀನು ಬೇರೆ (ವೈಯಕ್ತಿಕತೆ)
- ▶ ನಿನ್ನ ಯಾವ ಗುಣಗಳೂ ನನಗಿಷ್ಟವಿಲ್ಲ (ತಿರಸ್ಕಾರ)
- ▶ ಛೇ, ನಿನ್ನಂಥ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಕಟ್ಟಿಕೊಂಡು ನನ್ನ ಬಾಳು ಹಾಳಾಯಿತು (ಅವಹೇಳನ).
- ▶ ಇದು ಬಗೆಹರಿಯುವ ತನಕ ನೀನು ನನಗೆ ಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ (ದೂರೀಕರಣ).
- ▶ ಒಮ್ಮೆ ಬೇಕೆನ್ನುತ್ತೀಯಾ, ಇನ್ನೊಮ್ಮೆ ಬೇಡವೆನ್ನುತ್ತೀಯಾ (ಇಬ್ಬಂದಿತನ).
- ▶ ನೀನು ಹೇಗೆ ಎನ್ನುವುದು ನನಗೆ ಅರ್ಥವಾಗುವುದೇ ಇಲ್ಲ (ಒಗಟು).

ವರ್ತನಾ ತಾತ್ಪರ್ಯವನ್ನು ಆಧರಿಸಿ ಜನಸಾಮಾನ್ಯರನ್ನು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ನಾಲ್ಕು ಗುಂಪುಗಳಾಗಿ ವಿಭಾಗಿಸಬಹುದು. ಅ) ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಸಂಗಗಳಲ್ಲಿ ಸಂಗಾತಿಯೊಡನೆ ಹೊಂದಾಣಿಕೆ (adaptive) ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಒಲವು ತೋರುವವರು; ಆ) ಕಲಹ ನಿಂತರೆ ಸಾಕೆಂದು ಸಂಗಾತಿ ಕೇಳುವುದಕ್ಕೆಲ್ಲ ಒಪ್ಪುವ ಸಂಘರ್ಷ ವಿಮುಖಿಗಳು (conflict avoidant); ಇ) ತಮ್ಮ ಮಾತು ಗೆಲ್ಲುವ ತನಕ ಎದುರು ಹಾಕಿಕೊಳ್ಳುವವರು (confrontational) ಈ) ಸಂಘರ್ಷದಿಂದ ದೂರವಾಗಲು ಸಂಗಾತಿಯಿಂದಲೇ ದೂರವಾಗುವವರು (distancing).

ವಿಚಿತ್ರವೆಂದರೆ ಒಂದು ರೀತಿಯ ವರ್ತಿಸುವ ಸಂಗಾತಿಯು ತನ್ನ ವರ್ತನಾ ತಾತ್ಪರ್ಯವನ್ನು ಸಹಸಾ ಬದಲಾಯಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ನಿನ್ನನ್ನು ಕಟ್ಟಿಕೊಂಡು ನನ್ನ ಬಾಳು ಹಾಳಾಯಿತು ಎಂದೆನ್ನುವರು ನಿನ್ನಿಂದ ನನ್ನ ಬಾಳು ಅರ್ಥಪೂರ್ಣವಾಯಿತು ಎಂದೆನ್ನ ರಾರರು!

ಇಷ್ಟೊಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟವಾದ ವರ್ತನಾ ತಾತ್ಪರ್ಯದ ಮೂಲ ಎಲ್ಲಿದೆ ಎಂದು ಮುಂದಿನ ಸಲ ನೋಡೋಣ.

ದಾಂಪತ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮ್ಮ ಅನಿಸಿಕೆ, ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಸುಖೀ ದಾಂಪತ್ಯ ವಿಭಾಗ, ನಂ. 75, ಎಂ. ಜಿ. ರಸ್ತೆ, ಬೆಂಗಳೂರು 01 ಇಲ್ಲಿಗೆ ಕಳುಹಿಸಿ. ದಾಂಪತ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಉಚಿತ ಸಹಾಯವಾಣಿ 8494944888 ಗೆ ಪ್ರತಿ ಶುಕ್ರವಾರ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2ರಿಂದ 4ರ ತನಕ ಕರೆಮಾಡಿ. ಲೇಖಕರ ವಿಳಾಸ: .www.medisex.org