Divorce

Dr. Magesh Rajagopal (Psychiatrist), அறம் மனநல மருத்துவமனை, திருச்சி

Tamil Psychiatry Journal, Vol. I, Issue - 2, July - September 2025, Page 7 - 9

உலகத்தில் உள்ள எல்லாச் சமூகத்திலும் கணவன்–மனைவி இருவரும் சேர்ந்துதான் வாழ வேண்டும் என்ற கட்டாயச் சூழ்நிலை ஏற்படுத்தப்பட்டுள்ளதாக, 1972ல் மார்கரட் மெட் என்னும் மானுடவியல் நிபுணர் கூறியுள்ளார். இந்தியாவில் சமீப காலங்களில் கணவன்–மனைவியிடையே பல காரணங்களால் அதிகளவில் பிரிவும், விவாகரத்தும் ஏற்பட்டுக் கொண்டிருப்பதை நாம் காண்கிறோம்.

முன்பெல்லாம் ஆண்களின் கடமை சம்பாதிப்பது என்றும், பெண்களின் கடமை வீட்டிலிருந்து குழந்தைகளைப் பராமரிப்பது என்ற நிலைதான் பெரும்பாலும் இருந்து வந்தது. இதனால் பொருளாதாரத்திற்காகவும் பாதுகாப்பிற்காகவும் ஆண்களைச் சார்ந்திருக்கும் நிலைதான் பெண்களுக்கு இருந்தது. ஆனால் சமீப காலங்களில் கல்வி, வேலைவாய்ப்பு. பொருளாதாரம் என்று அனைத்திலும் ஏற்பட்டிருக்கும் முன்னேற்றங்களின் காரணமாக, பெண்கள் தங்கள் சொந்தக் காலிலேயே நிற்கும் நிலை ஏற்பட்டுள்ளது. இதனால் ஆண், பெண் இருவரும் சமம் என்ற உணர்வு ஏற்பட்டுள்ளதோடு ஏற்றத் தாழ்வில்லாத ஆரோக்கியமான சமூகச் சூழலும் ஏற்பட்டுள்ளது.

இவ்வாறு மாறி வரும் காலச்சூழலில் கணவன் மனைவி உறவில் ஏற்படும் பிரிவினால், அவர்களுக்கு பிறந்திருக்கும் குழந்தைகளின் மனநிலை எப்படியெல்லாம் பாதிக்கின்றது என்பதை இக்கட்டுரையில் காண்போம்.

விவாகரத்தினால் குடும்பங்கள் அதிக பாதிப்புக்குள்ளாவதில்லை என்றும்; இரண்டு மூன்று வருடங்களில் பெற்றோர்களும், குழந்தைகளும் கசப்பான அனுபவங்களிலிருந்து மீண்டு இயல்பு நிலைக்கு திரும்பிவிடுவார்கள் என்றும் இருபது வருடங்களுக்கு முன்னால் பார்க்கப்பட்டது. ஆனால் Waller Stein மற்றும் Blakeslee என்ற ஆய்வாளர்கள் அமெரிக்காவில் விவாகரத்து அடைந்த குடும்பங்களைப் பத்து வருடங்கள் பின்தொடர்ந்து ஆய்வு நடத்தினர். இந்த ஆய்வின் முடிவில் பல திடுக்கிடும் தகவல்கள் கண்டறியப்பட்டன. அதாவது, விவாகரத்திற்கு முன்பாகவே குடும்பச் சூழலில் சிக்கல்கள் ஏற்படத் தொடங்கி, விவாகரத்து நடைபெறும் காலங்களின் கசப்பான அனுபவங்களாக மாறி, பின் மறு திருமணங்களில் ஏற்படும் சவால்கள் என அனைத்துக் கட்டங்களையும் பார்க்கும் போது, ஒரு விவாகரத்தின் காரணமாக கிட்டத்தட்ட பத்து வருடங்களுக்கு இதன் பாதிப்புகள் இருப்பதாக இந்த ஆய்வின் மூலம் தெரிய வருகிறது. இந்தப் பத்து வருட காலங்களில் குழந்தைகளுக்கு ஏற்படும் பாதிப்புகள் என்பது எண்ணற்றவை என்பதை நாம் உணர வேண்டும் (1).

குழந்தைகள் இந்த மண்ணில் பிறக்கும் போது திக்கற்ற நிலையில்தான் இருப்பார்கள். மேலும் இவர்கள், மற்ற விலங்குகளைக் காட்டிலும், நீண்ட நாட்கள் பெற்றோர்களைச் சார்ந்திருக்கக் கூடியவர்கள். ஆகையால், பெற்றோர்களின் விவாகரத்தின் காரணமாக குடும்பச் சூழல் வெகுவாக பாதிப்படைவதினால் குழந்தைப் பராமரிப்பு சீர்குலைவதோடு, இவர்களுடைய நலன்கள் வெகுவாக பாதிப்படைகின்றன. உதாரணத்திற்கு, விவாகரத்து நடைபெறுவதற்கு முன்பாக குடும்பத்தில் கணவன்/மனைவி இடையே ஏற்படும் சண்டைச் சச்சரவுகளை பார்ப்பதினாலும், விவாகரத்திற்கு பின்பு ஒரு பெற்றோர் வீட்டைவிட்டு வெளியேறுவதினாலும் குழந்தைகளுக்கு மனபாதிப்பு ஏற்பட்டு ஒரு வகையான அச்சஉணர்வு ஏற்படுவதோடு, ஒதுக்கப்பட்ட உணர்வும் ஏற்படுகின்றன.

விவாகரத்தினால் ஏற்படும் மனநலப் பாதிப்பானது, நெருங்கிய குடும்ப உறுப்பினர் யாரேனும் இறப்பதினால் ஏற்படும் மனஅழுத்தத்திற்கு நிகரான அதே அளவு பாதிப்பை ஏற்படுத்தும் என்று ஆய்வுகள் தெரிவிக்கின்றன. விவாகரத்து ஏற்பட்ட பிறகு குழந்தைகளுக்கு உளவியல் மாற்றங்கள் ஐந்து நிலைகளாக ஏற்படுகின்றது.

1. முதல் நிலை பாதிப்பு: விவகாரத்திற்கு பின்பு, பெற்றோர்கள் பிரிந்து விட்டார்கள் என்ற உண்மையை குழந்தைகள் மனதளவில் ஆரம்பத்தில் ஏற்றுக்கொள்ள மாட்டார்கள். மேலும் இவர்கள், தம் பெற்றோர்கள் என்றாவது ஒருநாள் மீண்டும் சேர்ந்து விடுவார்கள் என்ற கற்பனையான நம்பிக்கையோடு இருப்பார்கள்.

2. இரண்டாவது நிலை பாதிப்பில், தம் பெற்றோர்கள் பிரிந்ததை நினைத்து அதீத கோபம் அடைவார்கள். பெற்றோர்கள் நினைத்திருந்தால் விவாகரத்தைத் தடுத்திருக்கலாமே என்றும், மேலும் தங்களுடைய வாழ்க்கை பெற்றோர்களால் பாழாகி விட்டதே என்றும் அதீத கோபம் அடைவார்கள்.

3. மூன்றாவது நிலையில், பெற்றோர்கள் பிரிந்ததற்கு தாம்தான் காரணம் என்று குழந்தைகள் தங்களைத் தாங்களே குறைக்கூறிக் கொள்வார்கள். இவர்கள், ''ஒருவேலை தாம் நன்றாக படித்தாலோ, குறும்பு செய்யாமல் இருந்திருந்தாலோ, சிறு சிறு வேலைகள் வீட்டில் செய்து கொடுத்திருந்தாலோ பெற்றோர்கள் பிரிந்து இருக்க மாட்டார்களோ'' என்று கற்பனையாக எண்ணித் தங்களுடைய செயல்பாடுகளைச் சிறிது காலம் மாற்றிக் கொள்வார்கள், உதாரணத்திற்கு நன்றாக படிப்பது, வீட்டில் வேலை செய்து கொடுப்பது போன்ற செயல் மாற்றங்கள் அவர்களிடம் காணப்படும்.

4. நான்காவது நிலை மனமாற்றத்தில், குழந்தைகள் மனச்சோர்வு அடைவார்கள். தொடர் கவலை, எதிர்மறை எண்ணம், தூக்கமின்மை, மனப் பதற்றம், பசியின்மை, உடல் எடை குறைதல், தற்கொலை எண்ணம் போன்ற மனச்சோர்வு அறிகுறிகளும் காணப்படும்.

5. ஐந்தாவது நிலை. Acceptance Stage: இந்நிலையில், தம் பெற்றோர்கள் நிரந்திரமாக ஒருவொருக்கொருவர் பிரிந்துவிட்டார்கள் என்ற உண்மையை உணர்ந்து ஏற்றுக்கொண்டு இயல்பு நிலைக்குத் திரும்புவார்கள். மேலும், பெற்றோர்கள் பிரிந்து வாழ்வதுதான் அவர்களுடைய நன்மைக்கு ஏற்றது என்ற உண்மையை உணர்வார்கள்.

இதே போன்ற ஐந்து வகையான மனநிலை மாற்றங்கள் விவாகரத்து செய்து கொண்ட கணவன்/மனைவி இடையேயும் ஏற்படும் என்றாலும், அவர்களுடைய வயது, மனமுதிர்ச்சி, மற்றும் அனுபவத்தின் காரணமாக மனப்பாதிப்பில் இருந்து விரைவாகவே மீண்டும் இயல்பு நிலைக்குத் திரும்பி விடுவார்கள்.

விவாகரத்து நடந்த முதல் 18 மாதங்கள் வரை பெரும்பாலான குடும்பங்கள் அதிகம் பாதிப்புக்குள்ளாவதாகவும்; மூன்றில் ஒரு குடும்பம் ஐந்து வருடங்கள் கழித்தும் பெரிதும் பாதிப்புக்குள்ளாகி இருப்பதாகவும், Waltersteins தன்னுடைய ஆராய்ச்சியில் கண்டறிந்துள்ளார்(1). சில நேரங்களில் கணவன்–மனைவி பிரிந்த பிறகும் இருவருக்குமிடையே ஓயாமல் சண்டை தொடர்ந்து கொண்டே இருக்கும். பிரிந்த பிறகும் ஒருவரை ஒருவர் குறை சொல்லிக் கொள்வது, தரக்குறைவாகத் திட்டிக்கொள்வது, குழந்தைகள் இதைப் பார்த்து வளர்வதினால் அவர்களின் மனநிலை அதிகம் பாதிப்படையும். இதனால் பெற்றோர்களுக்கு இடையே நடக்கும் சண்டையில் குழந்தைகளை ஈடுபடுத்தாமல் பார்த்துக் கொள்வது நல்லது. மேலும், பெற்றோர்கள் ஒருவருக்கொருவரை பழி வாங்குவதற்காக குழந்தைகளை சிலநேரங்களில் பகடைக்காயாய் பயன்படுத்துவதை நிறுத்திக் கொள்ள வேண்டும்.

குழந்தைகளுக்கு பெற்றோர்கள் இருவருமே முக்கியம் என்பதனை பெற்றோர்கள் இருவரும் உணர வேண்டும். இதனால் குழந்தைகளின் நன்மை கருதி விவாகரத்திற்குப் பிறகும் குழந்தைகளுக்கு ஏற்ற சுமுகமான சூழலை உருவாக்கிக் கொள்ள வேண்டும்.

அதாவது, பெற்றோர்களுக்கிடையே ஏதேனும் கருத்து வேறுபாடுகள் தொடர்ந்து இருந்து வந்தாலும், குழந்தைகளின் முன்பு அதை வெளிக் காண்பித்துக் கொள்ளாமல் பக்குவமாக அணுக வேண்டும்.

விவாகரத்திற்கு பின் பெற்றோர்கள் தனித்து வாழும் சூழ்நிலையில், வார இறுதி நாட்களிலும் விடுமுறை நாட்களிலும் மற்றொரு பெற்றோரை சந்திக்க நேரும் போது, குழந்தைகளிடத்தில் மற்றொரு பெற்றோரைப் பற்றித் தரக்குறைவாக பேசுவதைத் தவிர்த்தல் வேண்டும்.

பெற்றோர்கள் இருவரும் சேர்ந்து, குழந்தைகளின் தேவையறிந்து பூர்த்தி செய்தல்

வேண்டும். சில பெற்றோர்கள் பிரித்து வாழ்வதால் ஏற்படும் குற்ற உணர்ச்சியின் காரணமாக குழந்தைகளுக்குத் தேவைக்கு அதிகமாக கேட்பதையெல்லாம் வாங்கிக் கொடுத்து பாழாக்கி விடுவதும் உண்டு. ஆகையால், பிரிந்து வாழ்ந்து வரும் சூழ்நிலையிலும், பெற்றோர்கள் குழந்தைகளுக்கு எப்படிக் கட்டுப்பாடு விதிப்பது, ஒழுங்கு முறையை கடைபிடிக்கச் செய்வது போன்ற முக்கியமான விஷயங்களை இருவரும் இணைந்து செயல்படுத்துதல் வேண்டும்.

விவாகரத்திற்கு பின்பும் கணவன் மனைவியிடையே கருத்து வேறுபாடு தொடர்ந்து ஏற்பட்டால், நடுநிலை வகிக்கும் நபரை அணுகி சுருத்து வேறுபாட்டினை களைய முற்பட வேண்டும். தேவைப்பட்டால் விவாகரத்திற்கு முன்பாகவே சுவுன்சிலர்களிடம் இருபெற்றோர்களும் இணைந்து ஆலோசனைப் பெற்று குழந்தைகளை பராமரிக்கும் பொறுப்பினை பகிர்வது குறித்து பேசி முடிவெடுத்தல் வேண்டும். விவாகரத்தினால் காயங்கள் ஏற்படுவதைத் தவிர்க்க முடியாது என்ற போதிலும், அதைக் குறைத்துக் கொள்ள தடுப்பு நடவடிக்கைகளை மேற்கொள்ள வேண்டும்.

Reference:

1. Wallerstein JS, Blakeslee S. Second chances: men, women and children a decade after divorce. New York: Ticknor & Fields, 1989.
2. Emery RE, Coiro MJ. Divorce: consequences for children. Pediatr Rev 1995; 16:306-10.
3. Bryner CL Jr. Children of divorce. JAm Board Fam Pract. 2001 May-Jun;14(3):201-10. PMID: 11355053.