በትዳር ግንኙነት ማደግ

በወይዘሮ ውሂብ ዘውዴ

ክፍል 2

የባለቤቶቻችንን የፍቅር ቋንቋ እናውቃለን?

ጋብቻን እንደ ሙጫ የሚያያይዘው አንድ ነገር ቢኖር «ፍቅር» ነው። ነገር ግን የብዙ ባለትዳሮች ጩኸት፣ «ፍቅራችን ከሠርጋችን በኋላ ከመጋባታችን በፊት በጓደኝነት ወይም በእጮኝነት ጊዜ እንደነበረው ሙቀት/ግለት የለውም።» የሚል ነው።

ዛሬ የምነግራችሁ የምሥራች አለኝ! ፍቅራችን ቀንሶ ሳይሆን፥
1ኛ. በትዳር ላይ ስንቆይ ከስሜት በላይ ያደገ ፍቅር ስለሚኖረንና
2ኛ. ምናልባት የባለቤቶቻችን የፍቅር ቋንቋ ሳንረዳ ቀርተን ሊሆን ይችላል።

ሰው ሁሉ ፍቅሩን የሚገልፅበት መንገድ (ቋንቋ) የተለያየ ነው። ስለዚህ ባለትዳሮች የባለቤቶቻችንን የፍቅር ቋንቋ ምን እንደሆነ ለይቶ ለማወቅ ውሳኔ እና ምርጫ ብናደርግ የትዳር ጓደኞቻችንን ተቀዳሚ (primary) የፍቅር መግለጫ ቋንቋ መረዳት እንችላለን። ይህንም ስናደርግ «ባለቤቴ አይወደኝም፥ አትወደኝም» ከሚል የተሳሳተ ግምት እንቆጠባለን።

ሁላችንም ከተወለድን በኋላ አፍ የፈታንበት ካሳደጉን ቤተሰቦቻችን የተማርነው (ያገራችን) ቋንቋ አለ። ያ ዋነኛ/ተቀዳሚ (primary) ቋንቋችን ስለሆነ ያለምንም ችግር እንደልብ ሃሣባችንን እንገልፅበታለን። ከአደግን በኋላ የተማርነው ሌላ ተጨማሪ ቋንቋ ቢኖር ያ ሁለተኛው ቋንቋችን ስለሚሆን በተለይም ብዙ ጊዜ ካልተነጋገርንበት በዚያ ቋንቋ እንደልብ ሃሣባችንን ለመግለፅ እንቸገራለን። ሆኖም ግን ደጋግመን በሁለተኛው ምቋንቋችን መጠቀም ስንጀምር የመጀመሪያውን ቋንቋችንን ያህል ባይሆንም እንኳ ቀስ በቀስ እያሻሻልን እንሄዳለን።

በፍቅር አካባቢም ይህ ተመሳሳይ ሁኔታ አለ። ባል የፍቅር ስሜቱን የሚገልጽበት ቋንቋ «አረብኛ» ቢሆን የሚስት ቋንቋ ደግሞ «ቻይንኛ» ሊሆን ይችላል። አረብኛ ብቻ ለሚረዳ ሰው ምንም ያህል ፍቅር በቻይንኛ ቋንቋ ቢገለፅለት ሊገባው አይችልም። ስለዚህ ለጥሩ ትዳር፣ የትዳር ጓደኞቻችንን ዋነኛ የፍቅር መግለጫ ቋንቋ ምን እንደሆነ ለማወቅና ለመማርም ፈቃደኞች መሆን አለብን።

ባለትዳሮች የባለቤቶቻቸውን የመጀመሪያ (primary) የፍቅር ቋንቋ አውቀው በዚያ ባለቤታቸው በሚገባው ቋንቋ ፍቅራቸውን መግለፅ ሲጀምሩ ትዳራቸው ያማረ አቀጣጫ ይይዛል። አዎን! እንደማንኛውም ሁለተኛ ቋንቋ ለጊዜው ግር ሊያሰኝ፣ ሊከብድ ይችላል፤ ነገር ግን የኛ የፍቅር ቋንቋ ለባለቤታችን ካልገባው/ካልገባት የግድ በባለቤቶቻችን የፍቅር ቋንቋ መነጋገር መቻል አለብን።

Dr. Gary Chapman የተባሉ ሰው በጋብቻ አማካሪነት ለብዙ ዓመታት ያገለገሉ ሲሆኑ በሥራቸው ካገኙት ልምድና ካደረጉት ብዙ ጥናት በኋላ፣ "The Five Love Languages" የሚል መጽሐፍ ጽፈዋል። በዚህ መጽሐፋቸው ውስጥ ባልና ሚስት ፍቅራቸውን የሚገልፁበት የሚከተሉት አምስት ዓይነት መንገዶች (ቋንቋዎች) እንዳሉ ይናገራሉ። አንድን ሰው ሥራዬ ብለን በደንብ ለ24 ሰዓታት ብንከታተለው የዚያ ሰው ተቀዳሚ (Primary) የፍቅር ቋንቋ ምን እንደሆነ መረዳት አያዳግትም።

1) መዳሰስ (touching) አንዳንድ ሰዎች አጋጥመዋችሁ ይሆናል፤ አብረዋችሁ ሲሆኑም ሆነ ሲያነጋግሩአችሁ፣ እጃችሁን መያዝ/መንካት፣ ትከሻችሁን መዳሰስ፣ ማቀፍ (hug) ማድረግ፣ ፍቅራቸውን በመሳም መግለፅ የሚወዱ። እንደነዚህ ዓይነት ሰዎች የመጀመሪያ (primary) የፍቅር ቋንቋቸው መዳሰስ (touching) ነው።

2) ማነጋገር (talking) ስንቶቻችሁ ደግሞ ቡናም ሆነ ሻይ ይዘው ለየት ባለ ቦታ ሆነው ልብ ለልብ መወያየት ዐይን ለዐይን እየተያዩ ማውራት፣ በንግግር ፍቅራቸውን መግለፅ የሚችሉ፣ «እውድሻለሁ»፣«እወድሃለሁ» ለማለት የሚደፍሩ ጓደኞች አሉዋችሁ? የእነዚህ ዓይነት ሰዎች ተቀዳሚ (primary) የፍቅር ቋንቋ ማነጋገር ነው። ጥሩ የንግግር ችሎታም ያላቸው (good communicators) ናቸው። ፍቅራቸውን በቃላት መግለፅ ያውቁበታል።

3) ማገልገል (act of service) ፡- እነዚህ ደግሞ ለሌሎች የተለያየ አገልግሎት መስጠት ደስ የሚላቸው ሰዎች ናቸው። እቤታችሁ ገና ሲመጡ የሚሠራ ሥራ እንዳለ የሚታያቸው ጓደኞች አሉዋችሁ? «እስኪ የጓሮውን ሣር እንጨድ፣ አበባ እንተክል፣ ቤት እናፅዳ ወዘተ» የሚሉ ወይም፣ ግብዣ ቤታችሁ ቢኖር በመጀመሪያ ከሌሎች ሰዎች ቀድመው ወደ ወጥ ቤት ግብተው ሣህን ለማጠብ፣ ምግብና መጠጥ ለማቅረብ፣ ቆሻሻ (garbage) ለማውጣት ወዘተ ... ፈቃደኝነታቸውን የሚያሳዩ። እንደነዚህ ዓይነት ሰዎች ተቀዳሚው (primary) የፍቅር ቋንቋቸው ማገልገል ነው።

4) ስጦታ መስጠት (giving gifts)፣ እቤታችሁ በመጡ ቁጥር ትናንሽ ስጦታዎች ቋጥረው የሚመጡ ሰዎች ታውቃላችሁ? ወይም ባገኙት አጋጣሚ ሁሉ፣ ለልደት በዓልቢሆን፣ ለዓመት በዓላት ሁል ጊዜ ሌላው ሰው የሚያስፈልገውን ነገር መስጠት ደስ የሚያሰኛቸው የእነዚህ ዓይነት ሰዎች ተቀዳሚ የፍቅር ቋንቋ ደግሞ ስጦታን መስጠት ነው። ትርፍ ጊዜያቸውን ለሌላ ሰው ስጦታ ለመግዛት በየገበያው ቦታ ቢዘዋወሩ የማይሰለቻቸው ናቸው።

5) ማበረታታት (encouragement)፥ አበረታችዎች ደግሞ ስለራሳችሁ እንኳን ለይታችሁ የማታውቁትን ማንነት (quality) ከውስጣችሁ ማውጣት የሚችሉ ሰዎች ናቸው። «ይህ አድራጎትህ/አድራጎትሽ ደስ ያሰኛል ይህ ከለር ውበትህን/ውበትሽን ያወጣዋል/ይስማማሻል ... »፣ «አይዞህ/አይዞሽ!» ወዘተ በማለት የሌሎች ሰዎችን ሞራልከፍ፣ ከፍ ማድረግ የሚወዱ ሰዎች ተቀዳሚው (primary) የፍቅር ቋንቋቸው «ማበረታታት» ነው።

የባለቤታችሁ ዋነኛ/ተቀዳሚ (primary) የፍቅር መግለጫ ቋንቋ የትኛው ይሆን?

አንዳንድ ጊዜ ሚስት የፍቅር መግለጫ ቋንቋዋ አገልግሎት (serving) ይሆንና ለባሏ ያላትን ፍቅር የምትገልፀው፣ ቤት በማፅዳት፣ የባሏን ልብስ ላውንድሪ በመስጠት፣ ልጆቹን በደንብ በመያዝ፣ ልጆቹን የቤት ሥራቸውን በማሠራት፣ ምግብ በማብሰል ወይም ውጪም የምትሠራ ቢሆን የሥራዋን ፍሬ ለቤትዋ በማምጣት ይሆናል። ባል ደግሞ ከሚስቱ የሚፈልገው የፍቅር ቋንቋ ማዋራት፣ ለብቻቸው ጊዜ (quality time) እንዲኖራቸው ይሆናል። ይህቺ አገልጋይ ሚስት ግን ጊዜዋ በሙሉ በሥራ የተጠመደ ስለሚሆን ባሏ ከእርስዋ የሚፈልገውን ልዩ ጊዜ ለመስጠት በቂ ጊዜ አይኖራትም። የዚህን ጊዜ ሚስት ፍቅሩአን በራስዋ መንገድ ገልፃለች፣ ባል ግን የርሱ የፍቅር ቋንቋ ይሄ ስለአይደለ የተወደደ አይመስለውም።

በሌላ ጊዜ ደግሞ ባል አገልጋይ ይሆንና ለቤተሰቡ ተጨማሪ ገቢ ለማስገኘት ትርፍ ሥራ መሥራት፣ እቤቱም ውስጥ ሲገባ የሚጠጋገኑ ነገሮች ካሉ መጠጋገንና ማበጀት፣ ሣር ማጨድ፣ መኪና ማጠብ ወዘተ ... ይወዳል። ጊዜው በሙሉ በሥራ የተያዘ ነው። የዚህ ሰው ሚስት ደግሞ የተወደደች የሚመስላት ባሏ ጊዜ ወስዶ አብሮ ቢያወያያት፣ውሎውን ቢያጫውታት፣ ለሻይና ለቡና አብረው ቢወጡ ወዘተ ... ይሆንና ሁለቱም በፍቅር ቋንቋ ሳይግባቡ ይቀራሉ።

አንድ ባል ሲናገር፣ «ባለቤቴ ያደገችው ሁልጊዜ ለትንሹም ለትልቁም ነገር በመታቃቀፍ ደስታቸውን እርስ በእርስ ከሚገላለፁ፣ ከሚሳሳሙ ወዘተ ... ቤተሰብ ውስጥ ነው። ስለዚህ የርስዋ ዋነኛ የፍቅር ቋንቋ «መዳሰስ» (touching)ነው። እኔ ደግሞ ቤተሰቦቼ እንደሚዋደዱ ምንም ጥርጥር የለኝም፤ ግን ፍቅራቸውን በሌላ መንገድ ይግለፁ እንጂ በሰው ፊት፣ ብዙ በመተቃቀፍ አልነበረምና ሌሎች ሰዎችን ጠጋ ብሎ ለማቀፍ እቸገር ነበር።» አለ። ጨምሮም፥ «ታድያ ከትዳር ባለቤቴ ጋር ስንኖር ባለቤቴ ለርስዋ ያለኝን ፍቅር በመዳሰስ በአደባባይ አብረን ስንሄድ እጅ ለእጅ በመያያዝ ታቃቅፎ በመቀመጥ/መሄድ ሥራ ውለን ቤት ስንገባ ተሳስመን ሰላምታ በመለዋወጥ ወዘተ ...) እንድገልጽላት መፈለግዋን ስረዳ ለመጀመሪያ ይህንን ርምጃ

ለመውሰድ ተራራ የመግፋት ያህል ይከብደኝ ነበር። ባለቤቴን ለማስደሰት ቁርጥ ውሳኔ ስለነበረኝ ግን፣ ቀስ በቀስ ከባለቤቴም ርዳታን እያገኘሁ ፍቅሬን እርስዋ በምትፈልገው መንገድ መግለፅ ተማርኩ። ዛሬ በትዳራችን በጣም ደስተኞች ነን» አለ።

ስለዚህ ባለቤቶቻችን ከእኛ የሚፈልጉት የፍቅር ቋንቋ ለእኛ ሁለተኛ ቋንቋ (የባዕድ ቋንቋ) ቢሆንም እንኳ ባለቤቶቻችንን ለማስደሰት ብንወድና ብንወስን ባለቤቶቻችን ሊገባቸው የሚችለውን ቋንቋ ተምረን በሚገባቸው ቋንቋ ፍቅራችንን ልንገልፅላቸው እንችላለን ማለት ነው።

አንዳንድ ባል ደግሞ ፍቅሩን ለሚስቱ የሚገልፀው ዕንክብካቤን በመስጠት (care giving)፣ ሚስቱ ሊደርስባት ከሚችል ክፉ ነገር መጠበቅ (protecting/watching out) ይሆናል። በተቻለው መጠን ሚስቱ በምትወስደው ርምጃ ማስጠንቀቅ፣ መኪናዋ በትክክል መሥራት አለመሥራቱን ማየት፣ የመኪናው ጎማ አየሩ አለመተንፈሱን መቆጣጠር፣ የሥራ ወይም ንግድ ውል ብትዋዋል እንዳትታለል መጠበቅንና የመሳሰሉትን ተቀዳሚ ሥራው ያደርጋል። ምናልባት ሚስት ደግሞ ከዚህ ዓይነት ባል የምትፈልገው ፍቅሩን በቃሉም «እወድሻለሁ» በማለት እንዲገልፅላት ወይም እንዲያበረታታትና የምስጋና ቃል (compliments) እንዲሰጣት ይሆናል።

አንዳንዴ ደግሞ ባል ለሚሰቱ ያለውን ፍቅር የሚገልፀው ልዩ ልዩ ስጦታን (ሽቶ፣ ልብስ፣ ጌጣጌጥን ወዘተ) በመግዛት ይሆናል። ሚስት ደግሞ ከዚህ ባል የምትጠብቀው አብሮአት ጊዜ እንዲያጠፋ ወይም ቤት ውስጥ በሥራ (ቤት በመጥረግ፣ ቆሻሻ ውጪ በማውጣት፣ ልብስ በማጠብ ወዘተ) እንዲረዳት ይሆናል። ወይም አብሮአት ነገሮችን እንዲያደርግ ጓደኝነትን (companionship) ይሆንና በፍቅር ቋንቋ ሳይግባቡ ይቀራሉ። ሌላ አንድ ሰው ሲናገር ደግሞ፥ «ሁለት የምሥጋና ቃል (compliment) ካገኘሁ ለሁለት ወር ያህል ያነቃቃኛል ፣ ያበረታታኛል» አለ። እንግዲህ ይህንን ሰው ለማበረታታት (motivate) ለማድረግ የሚያስፈለገው በዓመት አሥራ «ሁለት የምስጋና ቃሎች ብቻ ነው ማለት ነው!!! አባባሉ ማጋነን ያለበት ቢሆንም ብዙ ባሎች ከሚስቶቻቸው ማግኘትየሚራቡት ነገር ቢኖር የምስጋናና የማበረታቻ ቃልን ነው። ሚስቱ በቤት የምታመሰግነው፣ የምታበረታታው ባል በውጪም አሸናፊ ይሆናል። ሚስቱ «ጎሽ» እያለች ስታበረታታው በሚስቱ መወደዱን የማይረዳ ወንድ የለም።

በዚህም ሆነ በዚያ የዚህ ጹሑፍ ዓለማ ሁላችንም ከልብ ከፈለግን የባለቤቶቻችንን ዋነኛ፣ ሁለተኛ፣ ሦስተኛ ወዘተ... የፍቅር ቋንቋ ለይተን ለማወቅ መቻላችንን ለመጠቆም ነው። ቁም ነገሩ ያለው ከማወቃችን ብቻ ጋር ሳይሆን ያንን ባለቤቶቻችን ከእኛ የሚፈልጉትን የፍቅር ቋንቋ <u>ተምረን</u> በሥራ ላይ ማዋሉ ነው።

ከላይ በተመለከትናቸው 5 የፍቅር መግለጫ ቋንቋዎች መሠረት ባልና ሚስት የሆንን ሁሉ የሚከተለውን አጭር ሙከራ ብንሠራ ከትዳር ጓደኞችን ጋር ስለአለን የፍቅር ሁኔታ ለመወያየት ጥሩ መነሻ ይሆነናል። ብዙ ጊዜ አይወስድብንም፤ መጀመሪያ በተማርነው መሠረት ስለባለቤታችን ያለንን ግንዛቤ፣ «<u>የባለቤቴ የፍቅር መግለጫ ቋንቋ</u>» በሚለው ርዕስ ሥር ወንዶችም ሴቶችም ከ1-5 እንደቅደም ተከተላቸው እናስቀምጣለን።

1ኛ ተራ ቁጥር ላይ የባለቤታችሁን ተቀዳሚ (primary) የፍቅር መግለጫ ቋንቋ ታስቀምጡና ከዚያ ሁለተኛውንና ሦስተኛውን እስከ 5ኛ ድረስ ትዘረዝራላችሁ። ቀጥሎ ደግሞ «<u>እኔ ከባለቤቴ የምፈልገው የፍቅር ቋንቋ</u>» በሚለው ርዕስ ሥር እንደቅደም ተከተላቸው፣ ተቀዳሚውን በ 1ኛ ቁጥር ላይ፣ ከዚያም 2ኛ 3ኛ ... ተራ ቁጥር ላይ እኛ ከባለቤቶቻችን የምንፈልገውን የፍቅር ቋንቋዎች እናስፍራለን።

ሙከራ

የባለቤቴ የፍቅር መግለጫ ቋንቋ፣

1ኛ ________________________________
2ኛ ________________________________
3ኛ ________________________________
4ኛ ________________________________
5ኛ ________________________________

እኔ ከባለቤቴ የምፈልገው/የሚገባኝ የፍቅር ቋንቋ

1ኛ ________________________________
2ኛ ________________________________
3ኛ ________________________________

ሙከራውን ከሠራችሁ በኋላ ባሠፈራችኋቸው ነጥቦች ላይ ከባለቤቶቻችሁ ጋር ተነጋገሩ፤ መሻሻል የሚገባውን ነገር አሻሽሉ። እስከ ዛሬም ከባለቤቶቻችሁ ስለተቀበላ
ችሁት ፍቅር አመስግኑአቸው።

ከትዳር ጓደኞቻችን ጋር ስለግንኙነታችን በግልፅ መነጋገር ከብዙ ችግሮች ይጠብቀናል።