

Kohtumiste paradoksid

Meelike Saarna

psühholoogiline nõustaja

Ilmunud ajakirjas Naised märtsis 2008

Kui me otsime suhet, siis me otsime armastust, kinnitab inglise psühhiaater Robert Skynner ta. Ja mis on armastus? Eksistentsiaalselt võttes meie ellujäämise alus, võimalus kinkida endale igavene elu. Armastamine ja armastuse juurde tegemine (i. k. *make love*) on loov, elu kandev ja edasiviiv tegevus, mille tähendusväli ei piirdu vaid konkreetse armastajapaariga – see on oluline ka maailmale tervikuna.

Emme sülle tagasi

Armastuse definitsioone ja teooriaid selle tunde tekkest (ja ka kadumisest) kahe inimese vahel on väga palju. Oleks riskantne rääkida vaid ühest, kuid kõigist ei jõua. Et midagi valida, piirdun Skynneriga: üks armastuse põhjusi on soov olla kellegagi väga lähedane. Piltlikult väljendudes tahame me ka suureks saades olla ema süles – tunda hoolivust ja lähedust, olla igati mõistetud ja tingimusteta armastatud. (Siit ka üks seletus sellele, miks tajume armastuse lõppemist katastroofina – meid oleks kui ema sülest vägisi välja kistud!) Ent kuna ema süles olemise aeg on etteantud pikkusega, püüame me suureks saades varasemad lapselikud kiindumussuhted is-emaga asendada täiskasvanuliku paarisuhetega.

Vanematega jagatud armastustunded arenevad lapse sirgudes järkjärgult täisnimese soovideks ja ihadeks – on vaja rahuldada uusi vajadusi, teistsuguseid tundeid ja need kantakse üle vastassoost täiskasvanule. Loomulikult (ja enamasti teadvustamatult) püüab igauks sulandada oma lapsena kodust kaasa saadud armastuskogemuse uutesse suhetesse täisealisena. Ja kuna tihti juhtub, et meie vastu üles näidatud hoolivuse ja mõistmise pagas pole nii suur, kui me ehk oleksime vajanud, on meil tihti fantaasia, et meie suhtepartner annab meile selle puuduva osa, mis meil vanematelt omal ajal saamata jäi.

See ongi ühe kokkusaamisteooria alus: kuna paljud inimesed kõnnivad maailmas ringi tundes end ebatäiuslikuna, otsivad nad partneris oma „teist, puuduvat poolt“. Nad valivad endale kaaslase, kelles too puuduv osa tundub olemas olevat – et saada täiuslikuks. Kui lõpuks jõutakse arusaamani, et poolikut olekut ja ebatäiuslikkuse tunnet tekitab paljuski inimese sees olemas olev, kuid tunnustust mitteleidnud, integreerimata pool, ja asutakse lõpuks ometi sellega tegelema, on tegu väga hea arenguga ka paarisuhte jaoks.

Elasid kord kaks vitriini...

Kuid nagu tasakaaluks puuduva poole taganõudmise teooriale otsib inimene oma lähisuhtepartneris tihti ka endale sarnast. Skynner räägib kohtuvatest vitriinidest: kumbki pool näeb tutvuse alguses teisest vaid seda, mis on vaatamiseks ette nähtud, täpselt nagu kaupluse vaateaken, mis on kaunisti dekoreeritud ja kuhu pole välja pandud midagi seesugust, mis ilusat muljet võiks rikkuda. Kuid tõsiasi on see, et nii nagu kaupluse tagaruumides võib olla riknenud kaupa, ämblikuvõrke ja kaste, mille sisse pole ammu vaadatud, on oma varjatud „tagaruum“ ka igal inimesel. Skynneri arvates on just sirmitagune pime ala see, mis kaht inimest teineteise poole tõmbab, ja tõmbuvad need partnerid, kelle sirmide taga rohkesti sarnast leidub.

Mõistagi on võimalik elada ka n-ö vitriinielu – kuid see satub ohtu iga kord, mil mõni kriitiline situatsioon sirmi taga kiivalt peidus hoitud päevavalgele ähvardab tuua. Ning

kuigi eemalt võib tunduda, et on äärmiselt väsitav elada n.-ö vitriinis, pidevalt head nägu tehes, on see siiski võimalik. Tõdegem, et see siis ongi tolle paari kokkusaamise mõte: iga hinna eest mitte tegelda sirmitaguste asjade, oma „sassis tagaruumiga“. Paarid, kes sirmi taga oleva elulise materjali teineteise ette julgevad laotada – olgu see siis näiteks tava mitte näidata oma tundeid, lapsepõlves kogetud vägivald, hirm seotuse ees vm – riskivad suhte purunemisega, kuid just neil on teistest suurem šanss jõuda oma vajadustele igati vastava paarisuhteni. See, kes iseenda ja oma kaaslase „tagahoovi“ vaadata ei söanda, jääb suure tõenäosusega ilma ehedast suhtest iseenda ja partneriga. Mis on sinu sirmi taga – ehk kes sa tegelikult oled, mis sa tegelikult tahad, mõtled? – see küsimus kerkib peagi iga kohtunud paari ellu, ja vastusevariantidest oleneb koospüsimine – selle hind ja kvaliteet.

Sõltuv ja sõltumatu armastus

Tihti otsib inimene paarilises kedagi, kes suudaks kõige paremini tagada tema vajaduste rahuldamise. See on n-ö komplementaarsuse printsiip: üks paarilistest on sõltuv, teine toetust pakkuv pool. Probleemid tekivad, kui üks osalistest või ka kumbki ei jaks enam oma rolli välja kanda.

Armastussuhe võib tihti tähendada suurt sõltuvustunnet, kiindumust sel määral, et elu ilma armastatuta tundub ilmavõimatu. Skynneri arvates ei ole see kuigi terve vaade armastusele. N-ö terveks võiks tema sõnul nimetada sellist armastust, mis sisaldab ühtaegu nii lähedust kui ka distantsi, kus tuntakse tõelist ühendatust ja kiindumust, kuid kus ka kumbki eraldi tunneb end vaba ja kindlana.

Seesugused terved armastajad jätavad endale alles ka maailma, mis jääb suhtest välja ja oskavad sellestki rõõmu tunda. Paradoksaalsel moel suurendab võime nautida elu ja tunda end kindlana ka ilma kaaslaseta, kiindumuse püsimist – muidugi juhul, kui ka teine pool sama tunneb. Liigne emotsionaalne sõltuvus – kui aina on pinge, et äkki läheb midagi viltu, äkki ma ütlen või teen midagi, mis teist riivab, või äkki teeb või ütleb teine midagi, mis mind riivab – võib hakata suhet takistama, lubamata kummalgi olla ta ise. Teineteisesse klammerduvad partnerid satuvad ärevas sõltuvuses olles tihti nõiaringi: kumbki tahab teist oma meelevalda all hoida, kumbki peab teisele pidevalt kinnitama, et ei saa ilma teiseta elada. Et see kõlaks usutavalt, siis ei tohigi muid olukordi nautida, nii loobutakse aina rohkem oma isiklikest huvidest ja sõpradest, ja see murendab tasahaaval suhet.

Psühholoogiaprofessor Mare Pork on öelnud, et ei saa olla väga sõltumatu väga heas suhtes, kuid võimalus olla suhte sees ISE, säilitada oma kese ja ehedus on samuti äärmiselt olulised. Need kõik annavad suhtele püsivuskrediiti – nii loodavatele kui juba kestvatele.