

தொகுப்பு 99 இலக்கம் 905
(Volume 99 Number 905)

செஞ்சிலுவையின்
சர்வதேச

திறனாய்வு

(International Review of the Red Cross)

மனிதாபிமான விவாதம் : சட்டம், கொள்கை, செயல்
(Humanitarian debate: Law, policy, action)

காணாமற்போனோர்
(The Missing)



ICRC

காணாமல் போனவர்களின் குடும்பங்கள்

உளவியல்-சமூக விளைவுகள் மற்றும் சிகிச்சை அணுகுமுறைகள்

போவ்லின் பொஸ் (Pauline Boss)

மின்னசோட்டா பல்கலைக்கழக கல்வி மற்றும் மனிதவளஅபிவிருத்திக் கல்லூரியின் குடும்ப சமூக விஞ்ஞான திணைக்களத்தின் தகைமைசார் ஓய்வுநிலை பேராசிரியரே, போவ்லின் பொஸ்

சுருக்கம்

காணாமல் போனவர்களின் குடும்பங்களுக்கு தமது அன்புக்குரியவர் உயிருடன் இருக்கிறாரா, இறந்து விட்டாரா அல்லது இறந்து விட்டாராயின் அவரது பூதவுடல் எங்கே உள்ளது என்பதைத் தெளிவுபடுத்திக் கொள்ள பெரும்பாலும் தரவுகள் இருப்பதில்லை. இத்தகைய இழப்புக்கள் “தெளிவற்ற இழப்புக்கள்” என்று அழைக்கப்படுகின்றன. இந்த இழப்பை எதிர்கொண்டவர்கள் வழமையாக மாற்றத்தை மறுதலிப்பதுடன், காணாமல் போனவர் திரும்பி வருவார் என்று தொடர்ந்தும் நம்பிக்கையுடன் இருப்பார்கள். இந்தக் கட்டுரையின் மூலம், காணாமல் போனவர்களின் குடும்பங்களுடன் சேர்ந்து பணிபுரியும் தொழில் வல்லுனர்கள் என்ற ரீதியில், தெளிவற்ற இழப்பு நிகழ்ந்திருந்தாலும், அவர்கள் நன்றாக வாழும் வகையில் வேறு வழியில் சிந்திக்கக்கூடிய மாற்றத்தை ஏற்படுத்த உதவுதல் என்ற இலக்கை விபரிக்க முயல்கிறோம். இவ்விடயத்தை செய்வதற்கு, இப்பாதிப்பிற்கு மூலாதாரமாக அமைந்த விடயம் - தெளிவற்ற நிலைமை – குடும்பத்திற்கு வெளியே உள்ளது என்பதை நாம் ஏற்க வேண்டும். இந்தக் கட்டுரை அர்த்தம், தேர்ச்சி, அடையாளம், தெளிவினமை, இணைப்பு மற்றும் புதிய நம்பிக்கையைக் கண்டறிதல் ஆகியவற்றில் கவனம் செலுத்தும் ஆறு வழிகாட்டல்களுடன் உளவியல் மாதிரியை வழங்குகிறது.

:: :: :: :: :: :: :: ::

அறிமுகம்

காணாமல் போனவர்கள் எங்கே இருந்தாலும், அவர்களது குடும்பங்களைப் புரிந்து கொண்டு ஒத்துழைப்பு வழங்குவதற்கு மனிதாபிமானப் பணியாளர்கள் 'தெளிவற்ற இழப்பு' என்ற மாதிரியையும், அதற்குரிய வழிகாட்டல்களையும் பயன்படுத்துகின்றனர். மத மற்றும் கலாசார ரீதியிலான மாறுபாடுகள் செல்வாக்கு செலுத்தி, காணாமல் போனவர்களின் கதி பற்றிய உண்மை தெரியாமல் இருக்கும் பின்புலத்தில், குடும்ப மற்றும் சமூக அடிப்படையிலான இடையீடுகள் மிகவும் செயற்றிறன் வாய்ந்தவையாக இருக்கின்றன¹. சர்வதேச செஞ்சிலுவை குழுவின் (ICRC) முன்னாள் பணியாளரும், ஆய்வாளருமான சைமன் ரொபின்ஸ் எழுதுகிறார்: "சிகிச்சை அணுகுமுறைகள் தெளிவற்ற இழப்பு மாதிரியைப் பயன்படுத்தவும், தொழிற்துறை சேவைகள் மட்டுப்படுத்தப்பட்ட சந்தர்ப்பங்களில் சமூக அடிப்படையிலான முறைமைகள் பொருத்தமானவை என்பதை அங்கீகரிக்கவும் தொடங்கியுள்ளன"². பல விடயங்களில் அறிகுறிகளுக்குரிய காரணி சமூக சூழமைவிற்குள் உருவாவதால், மருத்துவ மாதிரிகளை விடவும் அத்தகைய அணுகுமுறைகளே பெரும்பாலும் பிரயோகிக்கக் கூடியவையாக இருக்கின்றன. மேலும், வெவ்வேறு கலாசாரங்களைச் சேர்ந்த மக்கள் தனித்தனி சிகிச்சை முறைகளுக்கு பழக்கப்படாமல், குடும்ப மற்றும் சமுதாய மட்டங்களில் உறவுமுறையிலான இடையீடுகளை விரும்புகிறார்கள். இதன் விளைவாக, காணாமல் போனவர்களின் குடும்பங்களைப் பொறுத்தவரையில், இத்தகைய கட்டமைவான அணுகுமுறைகள் மென்மேலும் செயற்றிறன் வாய்ந்தவையாக (குறைந்தளவில் ஆட்சேபிக்கப்படுபவையாக) இருக்கின்றன. வியக்கத்தக்க வகையில், பல்வேறு கலாசாரங்களுக்கு மத்தியில் காணாமல் போனவர்களின் குடும்பங்கள், குடும்ப மற்றும் சமூக அல்லது தம்மையொத்த குழு ரீதியிலான அணுகுமுறையை அதிகளவில் நாடுவதை நாம் காண்கிறோம். இருப்பினும், ஆணாதிக்க சமூகங்களில் சக குழுக்கள் பாலினத்தால் பிரிக்கப்பட வேண்டும்.³

¹ Pauline Boss, *Loss, Trauma, and Resilience: Therapeutic Work with Ambiguous Loss*, W. W. Norton, New York, 2006; Pauline Boss, "The Context and Process of Theory Development: The Story of Ambiguous Loss", *Journal of Family Theory & Review*, Vol. 8, No. 3, 2016; Pauline Boss, Lorraine Beaulieu, Elizabeth Wieling, William Turner and Shulaika LaCruz, "Healing Loss, Ambiguity, and Trauma: A Community-Based Intervention with Families of Union Workers Missing after the 9/11 Attack in New York City", *Journal of Marital & Family Therapy*, Vol. 29, No. 4, 2003; Theo Hollander, "Ambiguous Loss and Complicated Grief: Understanding the Grief of Parents of the Disappeared in Northern Uganda", *Journal of Family Theory & Review*, Vol. 8, No. 3, 2016; Simon Robins, "Ambiguous Loss in a Non-Western Context: Families of the Disappeared in Postconflict Nepal", *Family Relations*, Vol. 59, No. 3, 2010; Simon Robins, *Families of the Missing: A Test for Contemporary Approaches to Transitional Justice*, Routledge Glasshouse, New York and London, 2013; Simon Robins, "Constructing Meaning from Disappearance: Local Memorialisation of the Missing in Nepal", *International Journal of Conflict and Violence*, Vol. 8, No. 1, 2014; Simon Robins, "Discursive Approaches to Ambiguous Loss: Theorizing Community-Based Therapy After Enforced Disappearance", *Journal of Family Theory & Review*, Vol. 8, No. 3, 2016.

² S. Robins, "Discursive Approaches to Ambiguous Loss", மேற்குறிப்பு 1, p. 322.

³ P. Boss, *Loss, Trauma and Resilience*, மேற்குறிப்பு 1; P. Boss et al., "Healing Loss, Ambiguity, and Trauma", மேற்குறிப்பு 1; Pauline Boss and Chikako Ishii, "Trauma and Ambiguous Loss: The Lingering Presence of the Physically Absent", in Katie E. Cherry (ed.), *Traumatic Stress and Long-Term Recovery: Coping with Disasters and Other Negative Life Events*, Springer, New York, 2015; Judith Landau and Jack Saul, "Facilitating Family and Community Resilience in Response to Major Disaster", in Froma Walsh and Monica McGoldrick (eds), *Living Beyond Loss*, 2nd ed., W. W. Norton, New York, 2004; T. Hollander, மேற்குறிப்பு 1; S. Robins, "Ambiguous Loss in a Non-Western Context", மேற்குறிப்பு 1; S. Robins, *Families of the Missing*, மேற்குறிப்பு 1; S. Robins, "Discursive Approaches to Ambiguous Loss", மேற்குறிப்பு 1.

அன்புக்குரியவரின் கதி பற்றிய புறவயமான உண்மை அறியக் கிடைக்காததாக இருக்கையில், இடையீடுகளில் பின்-கட்டமைப்புவாத வழியிலான சிந்தனை அவசியப்படும்⁴. காணாமல் போனவர் எங்கிருக்கிறார் என்ற ஆதாரங்கள் இல்லாதவிடத்து, குடும்பங்கள் (மற்றும் குடும்பங்களுடன் வேலை செய்யும் தொழில் துறை சார்ந்தவர்கள்) “எனது கணவர் இறந்து விட்டார் அல்லது உயிருடன் இருக்கிறார், இல்லை அல்லது இருக்கிறார்,” என்பவை போன்ற அறுதியான சிந்தனை சார்ந்த பாதுகாப்பான அறிவில் இருந்து விலக வேண்டும். மாறாக, “எனது கணவர் இருப்பவராகவும், இல்லாதவராகவும் காணப்படுகிறார். அவர் பெரும்பாலும் இறந்திருக்கலாம், ஆனால், அப்படியில்லாமலும் இருக்கலாம்,” என்பது போன்ற முரணுரை சிந்தனை வழியை பயன்படுத்துமாறு நாம் குடும்பங்களை ஊக்குவிக்கிறோம். உளவியல் ரீதியாக ஆராய்கையில், அவர்களது உள்ளத்திலும், சிந்தனையிலும், காணாமல் போன ஒருவர் பௌதீக ரீதியில் போய் விட்டவராக ஆனாலும் இருப்பவராக காணப்படுகிறார். இந்நிலையில், ஒரு தீர்வைக் காண்பதற்கு மாறாக புதிதான நிலையையுடன் வாழ்வதற்கு மீண்டெழும் தன்மையைத் தேடிக் கண்டுபிடித்தல் என்பதாக இடையீட்டின் இலக்கு மாறுகிறது⁵.

ஒட்டுமொத்தமாக நோக்குமிடத்து, தெளிவற்ற இழப்பின் சட்டகமானது புறவய உண்மையை விடவும் கருத்து நிலைப்பாடுகள் மீதும், நோய்க் குணங்குறியியலை விடவும் மீண்டெழும் திறன் மீதும், தனிநபர் அறிகுறியியலை விடவும் குடும்ப இயக்கம் மற்றும் சமூக உதவி மீதும் கூடுதலாக கவனம் செலுத்துகிறது. குடும்பத்தின் இழப்பை சூழவுள்ள தெளிவற்ற நிலையே அழுத்தம் மற்றும் அதிர்ச்சியின் காரணமாகும். இருப்பினும், இதன் விளைவாக அது போர் அல்லது பயங்கரவாத சூழ்நிலையாக சித்தரிக்கப்படுகிறது. இதற்கு தனிநபர் அல்லது குடும்ப ரீதியான பற்றாக்குறைகள் காரணமாகக் கூறப்படுவதில்லை. இத்தகைய கண்ணோட்டத்தில் ஆராய்ந்தால், தாம் பதற்றமாகவும், பதகளிப்பாகவும் உணர்வதற்கு குடும்பத்தவர்கள் தம்மைத் தாமே குறை கூறிக் கொள்வது மிகவும் குறைவு. இது அவர்களின் தவறு அல்ல என்பதை அறிந்து, இடையீடுகளையும், அந்தக் குடும்பத்தை மீண்டும் இயங்க வைக்கத் தேவையான மாற்றங்களையும் குறைவாகவே ஆட்சேபிக்கிறார்கள்.⁶

⁴ S. Robins, “Discursive Approaches to Ambiguous Loss”, மேற்குறிப்பு 1

⁵ DNA சான்றுகள் இறுதியில் தெளிவற்ற இழப்புகளை தெளிவுபடுத்த உதவுவதாயினும், பல குடும்பங்கள் அத்தகைய சரிபார்ப்பு இல்லாமல் உள்ளன. உதாரணத்திற்கு, 2001 ஆம் ஆண்டு நியூயோர்க்கின் உலக வர்த்தக மையத்தில் செப்டம்பர் 11 தாக்குதலுக்குப் பிறகு, காணாமல் போனவர்களில் பாதி பேர் இன்னும் காணவில்லை. அவர்களது குடும்பங்களுக்கு இதுவரை DNA சான்றுகள் இல்லை. மேம்பட்ட தொழில்நுட்பத்துடனான, காணாமல் போன பல குடும்பங்களுக்கு இதுதான் நிலை. இந்த காரணத்திற்காக, எழுத்தாளரின் கவனம் இன்னும் காணாமல் போனவர்களின் குடும்பங்களின் பின்னடைவை அதிகரிப்பதில் தொடர்கிறது. ஏனென்றால் அவர்கள் தங்கள் அன்புக்குரியவர்களின் விதியை ஒருபோதும் அறியமாட்டார்கள்.

⁶ P. Boss, Loss, Trauma and Resilience, மேற்குறிப்பு 1; P. Boss, “The Context and Process of Theory Development”, மேற்குறிப்பு1; P. Boss et al., “Healing Loss, Ambiguity, and Trauma”, மேற்குறிப்பு 1; T. Hollander, மேற்குறிப்பு 1; S. Robins, Families of the Missing, மேற்குறிப்பு1; S. Robins, “Discursive Approaches to Ambiguous Loss”, மேற்குறிப்பு 1.

தெளிவற்ற இழப்பின் வரைவிலக்கணம்

தெளிவற்ற இழப்பு என்பது ஒருவர் உயிருடன் இருக்கிறாரா அல்லது இறந்து விட்டாரா என்பதை உத்தியோகபூர்வமாக அத்தாட்சிப்படுத்தாமலும், அதன் காரணமாக முடிவுறுத்தப்படாததுமான ஐயப்பாடான இழப்பாகும். ஒருவர் இருக்கிறாரா இல்லையா என்ற தெளிவில்லாமல் அவர் காணாமல் போகும் சந்தர்ப்பத்தில் இது நிகழ்கிறது.⁷ இறுதிநிலை பற்றிய ஆதாரம் இல்லாதிருப்பதால் தெளிவற்ற இழப்பு என்பது மிகவும் மன அழுத்தம் தரும் இழப்பாகும்.⁸

தெளிவற்ற இழப்பின் இரு வகைகள் உள்ளன. முதல் வகை பௌதீக ரீதியிலான தெளிவற்ற இழப்பு. இது பற்றி இந்த ஆய்வுக் கட்டுரை ஆராய்கிறது. இந்நிலையில், ஒருவர் இறந்து விட்டாரா அல்லது உயிருடன் இருக்கிறாரா என்பது தெளிவில்லாமல் இருப்பதால், அவர் பௌதீக ரீதியாக இல்லாதவராக, ஆனால், உளவியல் ரீதியாக உள்ளவராக கருதப்படுகிறார். மரணமடைந்தமை பற்றிய ஆதாரங்கள் இல்லாமல், எஞ்சிய குடும்ப அங்கத்தவர்கள் காணாமல் போன தமது அன்புக்குரியவரின் நிலை தொடர்பில் குழப்பமான நிலையில் இருப்பதை புரிந்து கொள்ளக் கூடியதாகவும், அவருக்கு நேர்ந்த கதி தொடர்பில் முரண்படுவதை எதிர்வுகூரக் கூடியதாகவும் இருக்கும். அவர் திரும்பி வருவார் என சிலர் தொடர்ந்து நம்புவார்கள். காணாமல் போனவர் தெளிவாக இறந்து விட்டார் என்ற கண்ணோட்டம் மற்றவர்களுக்கு இருக்கும். போர், பயங்கரவாதம் அல்லது சுனாமி, வெள்ளப்பெருக்கு, பூமியதிர்ச்சிகள் போன்ற இயற்கை பேரணர்த்தங்கள் காரணமாக கடத்தப்பட்ட அல்லது காணாமல் போன ஆண்கள், பெண்கள், பிள்ளைகள் போன்றவர்களை உதாரணமாகக் கருதலாம். மரபணு (DNA) ஆதாரங்கள் அல்லது நல்லடக்கம் செய்ய பூதவுடல் முதலான சில பௌதீக ஆதாரங்கள் இல்லாதவிடத்து, ஒரு குடும்பத்தின் இழப்பானது முடிவில்லா கதையாக மாறுகிறது.

இரண்டாவது தெளிவற்ற இழப்பு *உளவியல் ரீதியானது*. இதில் ஒருவர் பௌதீக ரீதியாக பிரசன்னமாக இருந்தாலும், அறிவார்ந்த அல்லது உணர்வார்ந்த குறைபாடு ஏற்பட்டு உளவியல் ரீதியில் இல்லாதவர் போன்று காணப்படுவார். உளவியல் ரீதியான தெளிவற்ற இழப்பிற்கு நோய் அல்லது முளையில் காயம் காரணமாக ஏற்படும் டிமென்ஷியா மறதிநோய், சில விடயங்களுக்கு அடிமையாதல், தீவிர மனநோய்கள், உறைந்த துயரம் போன்றவை உதாரணங்களாகும். இங்கு உறைந்த துயரம் என்பது காணாமல் போகின்றவர் குடும்பத்தவர்களுக்கும் நண்பர்களுக்கும் (அறிவுபூர்வமாகவும் உணர்வுபூர்வமாகவும்)

⁷ Pauline Boss, *Ambiguous Loss: Learning to Live with Unresolved Grief*, Harvard University Press, Cambridge, MA, 1999; P. Boss, *Loss, Trauma and Resilience*, மேற்குறிப்பு 1; P. Boss, "The Context and Process of Theory Development", மேற்குறிப்பு 1

⁸ தெளிவற்ற இழப்பைப் பற்றிய தத்துவமானது, எழுத்தாளரின் குடும்ப அழுத்தத்தின் ஆரம்ப ஆர்வத்திலிருந்து வளர்ந்தது. பார்க்கவும் Pauline Boss, "Family Stress: Perception and Context", in Marvin Sussman and Suzanne Steinmetz (eds), *Handbook of Marriage and the Family*, Plenum, New York, 1987; Pauline Boss, *Family Stress Management*, 2nd ed., Sage, Thousand Oaks, CA, 2002; Pauline Boss, "Family Stress", in Alex C. Michalos (ed.), *Encyclopedia of Quality of Life and Well-Being Research*, Springer, Dordrecht, 2014, pp. 2202–2208; Pauline Boss, Chalandra Bryant and Jay Mancini, *Family Stress Management*, 3rd ed., Sage, Thousand Oaks, CA, 2016.

இனிமேல் இல்லை என்பதால் வலுவடையக் கூடியதாக இருக்கும் காணாமல் போனவருடனான ஈடுபாட்டு அனுபவம் (Preoccupation) சார்ந்ததாகும்.⁹

தெளிவற்ற இழப்புக்களின் இரண்டு வகைகளுக்குரிய உதாரணங்கள் வரைபடம் 1 இல் காட்டப்பட்டுள்ளன.¹⁰ உடல்ரீதியான மற்றும் உளரீதியான இருவகை தெளிவற்ற இழப்புக்களும் ஒரே நேரத்தில் ஒரு தனிநபருக்கு அல்லது குடும்பத்திற்கு ஏற்படலாம் என்பதை கவனத்தில் கொள்க. உதாரணமாக, 2001ஆம் ஆண்டு நிவ்யோர்க் நகர உலக வர்த்தக நிலையக் கட்டடத்தின் மீதான செப்டெம்பர் 11 தாக்குதலைத் தொடர்ந்து நாம் பல குடும்பங்களுடன் வேலை செய்தோம். கட்டடச் சிதைவுக்குள் சிக்கியதால், சில குடும்பங்களின் தாய் தந்தையர் பௌதீக ரீதியில் காணாமல் போயிருந்தார்கள். அதேசமயம், அல்சைமர்ஸ் நோய் காரணமாக உளவியல் ரீதியாக காணாமல் போன நிலையில் இருந்த முதியவர்கள் உள்ள குடும்பங்களும் இருந்தன.¹¹ இதே சமயத்தில், பௌதீக மற்றும் உளவியல் ரீதியான தெளிவற்ற இழப்புக்களை அனுபவித்தல் என்பது தெளிவற்ற இரட்டை இழப்புக்களை ஏற்படுத்துவதுடன், மென்மேலும் மன அழுத்தத்தை விளைவிக்கிறது. உளவியல் ரீதியான மதிப்பீடுகள், இத்தகைய குவியக்கூடிய அழுத்தங்களை மென்மேலும் எளிதாக வெளிப்படுத்துகின்றன.

தெளிவற்ற இழப்பிற்கும், மரணத்திற்கும் இடையிலான வேறுபாடு

ஒரு மரணமென்றால், சட்ட ரீதியான மற்றும் சமூக ரீதியான தெளிவு இருக்கிறது. இதற்கு இறப்புச் சான்றிதழ், மற்றவர்களுடன் துயரத்தைப் பகிர்ந்து கொள்ளும் மரணச் சடங்குகள், இறந்தவரை கௌரவப்படுத்தி, இறந்தவரின் பூதவுடலை தமக்குரிய விதத்தில் அப்புறப்படுத்துவதற்குரிய வாய்ப்பு போன்றவை காரணமாக இருக்கலாம். தெளிவற்ற இழப்பில் மரணத்திற்குரிய ஆதாரம் இல்லை. இதன் காரணமாக, இழந்த நபரின் தலைவிதியை நிச்சயப்படுத்திக் கூறுவதற்கு எதுவும் இல்லை.

இந்த அதிர்ச்சியுடன் சேர்ந்ததாக, குடும்பத்தின் துயரம் பெரும்பாலும் உரிமை இழக்கப்பட்டதொன்றாக¹² மாறி விடுகிறது. அதாவது சட்டம், மத நிறுவனங்கள், பெரும் சமூகம் ஆகியவற்றின் பார்வையில், நிச்சயப்படுத்தப்பட்ட மரணத்தில் நிகழ்வதைப் போன்று, குடும்பத்தின் இழப்பு பெரும்பாலும் 'மெய்யானதாக' கருதப்படுவதில்லை. அவர்கள் தமது நிலைமையை தனியாக சமாளிக்க வேண்டிய நிலைக்கு தள்ளப்படுகிறார்கள். மரணத்திற்குரிய ஆதாரம் இல்லாத நிலையில், தமது இழப்பிற்கு தாமே முடிவைக் கற்பனை செய்து கொள்ளும் நிர்ப்பந்தம் குடும்பங்களுக்கு ஏற்படுகிறது. இந்த நிலைமை மிகவும்

⁹ உளவியல் சார்ந்த தெளிவற்ற இழப்பு பற்றிய கூடுதல் தகவலுக்கு, பார்க்கவும் P. Boss, Loss, Trauma and Resilience, மேற்குறிப்பு 1; Pauline Boss, Loving Someone Who Has Dementia: How to Find Hope while Coping with Stress and Grief, Jossey-Bass, San Francisco, CA, 2011.

¹⁰ மேலும் பார்க்கவும் Pauline Boss, Ambiguous Loss, மேற்குறிப்பு 7; Pauline Boss, "Ambiguous Loss Research, Theory, and Practice: Reflections after 9/11", Journal of Marriage & Family, Vol. 66, No. 3, 2004; P. Boss, Loss, Trauma and Resilience, மேற்குறிப்பு 1; P. Boss, "The Context and Process of Theory Development", மேற்குறிப்பு 1; P. Boss, C. Bryant and J. Mancini, மேற்குறிப்பு 8.

¹¹ P. Boss et al., "Healing Loss, Ambiguity, and Trauma", மேற்குறிப்பு 1.

¹² Kenneth J. Doka, Disenfranchised Grief: Recognizing Hidden Sorrow, Lexington Press, Lexington, MA, 1989.

சவால் மிக்கதாகும். இது மரணத்திற்கு ஆதாரம் இருக்கும் சந்தர்ப்பத்தில் ஏற்படுவது இல்லை.

அன்புக்குரிய ஒருவர் மரணத்திற்குரிய ஆதாரம் இல்லாமல் அல்லது அடக்கம் செய்வதற்கு பூதவுடலும் இல்லாமல் பௌதீக ரீதியாக இழக்கப்படுகையில், அது 'சிக்கலான இழப்பாக' மாறுவதுடன், அதன் காரணமாக, சிக்கலான துயரத்தை அனுபவிப்பவர்களின் இரத்த உறவுகளில் சமமான உணர்வலை அறிகுறிகளைத் தோற்றுவிக்கிறது.¹³ தெளிவற்ற இழப்பில் குடும்பத்தவர்களின் தவறு இல்லாவிட்டாலும், அது புரிந்து கொள்ளத்தக்கதாக எல்லைகள் இல்லாத, நீண்டகால துயரத்தை விளைவிக்கிறது. இது துயருற்றதைப் போல பாசாங்கு செய்வதை ஒத்திருக்கலாம். எனினும், தீர்வு அல்லது முடிவு காண்பதற்குரிய சாத்தியம் இல்லாத காரணத்தால், தீவிர துயரம் மற்றும் நீடிக்கும் அவலத்திற்குரிய காரணமானது துயரை அனுபவிக்கும் தனிநபர்கள் மற்றும் குடும்பங்களின் நோய்க் குணங்குறிகளை அறிதலில் அன்றி, அனுபவிக்கும் இழப்பின் வகைமையில் தங்கியிருக்கிறது.¹⁴

பௌதீக ரீதியில் காணாமல் போதல்	உளவியல் ரீதியில் காணாமல் போதல்
கடத்தப்படுதல், தொலைதல்	அல்லைமர்ஸ் நோய் மற்றும் ஏனைய மறதி நோய்கள்
கடலில் அல்லது காணாமல் போன விமானத்தில் மறைதல்	அதிர்ச்சிக்குரிய மூளைக் காயங்கள்
குண்டுகள் அல்லது வெடிப்புகள் காரணமாக உடல் எச்சங்கள் இல்லாமற்போதல்	சில விடயங்களுக்கு அடிமையாதல், அதீத பற்றினைக் கொள்ளுதல்
(சுனாமி, மண்சரிவு, பூகம்பம் போன்ற) இயற்கைப் பேரிடர்களில் சிக்கி உடல் எச்சங்கள் இல்லாமற்போதல்	மன அழுத்தம், தீவிர மனநோய்கள்
பிரிதல், கைவிட்டுச் செல்லுதல்	வீட்டு ஏக்கம், உறைந்த துயர்

வரைபடம் 1. இரு வகையான தெளிவற்ற இழப்புக்களுக்கான உதாரணம்

தெளிவற்ற (ambiguous) இழப்பிற்கும், இருமுக உணர்ச்சிப் போக்கிற்கும் (ambivalence) இடையிலான வித்தியாசம்

'தெளிவற்ற (ambiguous)' என்பதும், 'இருமுக உணர்ச்சிப் போக்கு (ambivalence)' என்பதும் ஒத்த கருத்துடைய சொற்கள் அல்ல என்பதை தெளிவுபடுத்த வேண்டும். தெளிவற்ற இழப்பு என்ற கோட்பாட்டில் நாம் பயன்படுத்துவதைப் போன்று 'தெளிவற்ற' என்பது தெளிவு இல்லாத என்று அர்த்தப்படுவதுடன், இருமுக உணர்ச்சிப் போக்கு என்பது நெருக்கடியானது என்று அர்த்தத்தைத் தரும். உறவுகள் காணாமல் போன குடும்பங்களைப் பொறுத்தவரையில், இவர்களது இழப்பை சூழ்ந்திருக்கும் தெளிவற்ற நிலையானது, இவர்களின் இருமுக உணர்ச்சிப் போக்கிற்கான காரணமாக அமைந்திருக்கிறது என்று

¹³ M. Katherine Shear, Naomi Simon, Melanie Wall et al., "Complicated Grief and Related Bereavement Issues for DSM-5", Depression and Anxiety, Vol. 28, No. 2, 2011.

¹⁴ P. Boss, Ambiguous Loss, மேற்குறிப்பு 7; Pauline Boss, "Reflections after 9/11", மேற்குறிப்பு 10; P. Boss, Loss, Trauma and Resilience, மேற்குறிப்பு 1.

அர்த்தப்படும். இது மனவியாதி சார்ந்த பிரச்சனை அல்ல. 1963 இல் மெர்ட்டன், பார்பர் (Merton and Barber)¹⁵ ஆகிய சமூகவியலாளர்கள் சேர்ந்து உருவாக்கிய 'சமூகவியல் இருமுக உணர்ச்சிப் போக்கு' என்ற பதம், உறவுகள் காணாமல் போன குடும்பங்கள் அனுபவிக்கும் குழப்பமான மற்றும் முரண்பட்ட உணர்வலைகளைத் தணிப்பதற்கு பொருத்தமானது.

தெளிவற்ற இழப்பின் விளைவுகள்

மருத்துவ மாதிரியில் பயிற்றுவிக்கப்பட்ட தொழிற்துறை சார்ந்தவர்கள், நேர்ச்சிந்தனையை ஏற்படுத்தலில் (positivism) பயிற்றுவிக்கப்பட்ட ஆய்வாளர்கள் ஆகியோரைப் பொறுத்தவரை, தெளிவற்ற இழப்பு தொடர்பான அணுகுமுறையில் விடையளிக்கப்படாத கேள்விகளுக்கு சகிப்புத்தன்மையை அதிகரிக்கக்கூடிய புதிய சிந்தனை அவசியம்.¹⁶ குடும்ப மற்றும் சமூக அங்கத்தவர்கள் மத்தியில் மாறுபட்ட கருத்துக் கண்ணோட்டங்கள் உள்ளதையும், வலுவூட்டல்களில் வேறுபாடுகள் இருப்பதையும் அங்கீகரிப்பதன் ஊடாக உளவியல்-சமூகவியல் என்ற கண்ணோட்டத்தின் ஊடாக தெளிவற்ற இழப்பின் விளைவுகளை அவதானிக்க முடியும்.

உளவியல் ரீதியில், தகவல்கள் இல்லாத, தெளிவற்ற நிலையின் மூலம் அறிவாற்றல் (cognition) முடக்கப்படுகிறது. இந்த நிலையில் தீர்மானங்கள் பின்போடப்படுகின்றன. துயரை சமாளித்து, நினைவுகூரும் நடைமுறைகள் உறைந்து போகின்றன.¹⁷ தெளிவற்ற இழப்பானது பின்னர், துயர் நினைவுகூருதலை சிக்கலாக்குகிறது.¹⁸ தெளிவற்ற நிலையானது, இழப்பிற்குத் தீர்வுகாண மிகவும் அத்தியாவசியமான அர்த்தத்தின் தேடலைத் தவிர்க்கிறது. இதற்கு அப்பால், மனிதரின் மீண்டெழும் தன்மைக்குத் தேவையானவையாக இருக்கின்ற அனுசரித்தல் மற்றும் தழுவிக்கொள்ளல் நடைமுறைகளை முடக்குகிறது.¹⁹

சமூகவியல் ரீதியில், தெளிவற்ற இழப்பு குடும்பத்தின் கட்டமைப்பிலும், செயற்பாட்டிலும் கீறல் விழிச் செய்கிறது. ஒருவர் காணாமல் போகும்போது, யார் உள்ளே வருகிறார் அல்லது வெளியேறுகிறார், நாளாந்த வாழ்க்கையில் குடும்பத்தை செயற்பட வைக்க யார் என்ன செய்கிறார் என்பது பற்றி குடும்பத்தவர்கள் குழப்பம் அடைகிறார்கள். சுனாமி பேரலையில் தாய் அடித்துச் செல்லப்பட்டால் பிள்ளைகளைப் பார்த்துக் கொள்வது யார்? தந்தையார் கடத்தப்பட்டால் வருமானம் ஈட்டுவது யார்? எனது திருமண பந்தம் இன்னமும் இருக்கிறதா? எனது வாழ்க்கைத் துணையை நீண்டகாலமாக காணாமல் இருப்பதால் நான் விதவையா

¹⁵ Robert K. Merton and Elinor Barber, "Sociological Ambivalence", in Edward Tiryakian (ed.), *Sociological Theory: Values and Sociocultural Change*, Free Press, New York, 1963.

¹⁶ P. Boss, *Ambiguous Loss*, மேற்குறிப்பு 7; P. Boss, "Reflections after 9/11", மேற்குறிப்பு 10; P. Boss, *Loss, Trauma and Resilience*, மேற்குறிப்பு 1; P. Boss, "The Context and Process of Theory Development", மேற்குறிப்பு 1; T. Hollander, மேற்குறிப்பு 1, S. Robins, "Constructing Meaning from Disappearance", மேற்குறிப்பு 1; S. Robins, "Discursive Approaches to Ambiguous Loss", மேற்குறிப்பு 1

¹⁷ P. Boss, *Ambiguous Loss*, மேற்குறிப்பு 7; P. Boss, C. Bryant and J. Mancini, மேற்குறிப்பு 8; P. Boss, "Reflections after 9/11", மேற்குறிப்பு 10.

¹⁸ P. Boss, "The Trauma and Complicated Grief of Ambiguous Loss", *Pastoral Psychology*, Vol. 59, No. 2, 2010; T. Hollander, மேற்குறிப்பு 1

¹⁹ P. Boss, *Ambiguous Loss*, மேற்குறிப்பு 7; P. Boss, *Loss, Trauma and Resilience*, மேற்குறிப்பு 1; P. Boss, C. Bryant and J. Mancini, மேற்குறிப்பு 8.

அல்லது தபுதாரரா? நாளாந்த வேலைகள் முடிக்கப்படாமல் உள்ளன. வகிபாகங்கள் குழம்பிக் கிடக்கின்றன. துணைகளும், பிள்ளைகளும் புறக்கணிக்கப்பட்டுள்ளனர். பாரம்பரிய குடும்பச் சடங்குகளும், வைபவங்களும் ஆறுதல் தரக்கூடியவையாக இருந்தாலும், அவை ரத்துச் செய்யப்பட்டுள்ளன. தெளிவற்ற இழப்பானது, தனிநபரும், குடும்பமும் நிலைமையை சமாளித்து, தழுவிக் கொண்டு, அதனை மாற்றுவதற்குத் தேவையான நடைமுறைகளை அசைவற்றதாக மாற்றி விடுவதால், தெளிவற்ற இழப்பின் நீண்டகால அழுத்தத்தை சமாளிக்கக்கூடிய வகையிலான மீண்டெழும் தன்மை இல்லாமல், குடும்பங்கள் தகர்ந்து விடும் நிலை ஏற்படுகிறது.

பெரும்பாலான சந்தர்ப்பங்களில், உளவியல் மற்றும் சமூகவியல் விளைவுகள் ஒன்றிணைகின்றமையைக் குறிப்பிடுதல் முக்கியமாகின்றது. உதாரணமாக, நல்லடக்கம் செய்வதற்கு பூதவுடல் இல்லாத சந்தர்ப்பத்தில், அது உலகளாவிய ரீதியில் அதிர்ச்சியை ஏற்படுத்தும் விளைவைத் தருகிறது. இதற்கு உளவியல் மற்றும் சமூகவியல் ஆகிய இரு மூலகாரணிகளும் உண்டு. முதலாவதாக, தமது அன்புக்குரியவரின் பூதவுடலில் விளைகின்ற பெளதீக நிலைமாற்றத்தை தமது கண்களால் மக்கள் நேரில் காண முடியாதபோது, அவர்கள் இழப்பை நிரந்தரமானதாகக் கருதி ஏற்றுக் கொள்ளும் சாத்தியம் குறைகிறது. இரண்டாவதாக, இறந்தவரின் உடலை அல்லது எச்சங்களை காணாத நிலையில், அவரை நினைவுகூருதல் பற்றிய குற்றவுணர்ச்சியை குடும்பங்கள் எதிர்கொள்வதால், இது அசைவற்ற விளைவை ஏற்படுத்துகிறது. மூன்றாவதாக, தமது கலாசாரத்திற்கு அமைய பூதவுடலை கௌரவித்து, அதனை அப்புறப்படுத்துவதற்கு நாட்டம் சார்ந்த அதிகாரத்தை பயன்படுத்த முடியாமல் இருப்பதால், தாம் நிராதரவானவர்களாக, ஏமாற்றப்பட்டவர்களாக அவர்கள் உணர்கிறார்கள்.²⁰ கடைசியாக, நல்லடக்கத்திற்கு பூதவுடல் இல்லாமல், அந்த இழப்பை சமூகம் ஏற்றுக் கொள்வது கிடையாது. இதன் காரணமாக, ஆட்கள் காணாமல் போன குடும்பங்களுக்கு ஆறுதல் சொல்லக்கூடிய சமூகக் கட்டமைப்புகள் இல்லை. வழமையான சமய, கலாசார சடங்குகளை செய்யவும் முடியாது. ஒரு தெளிவற்ற இழப்பைக் கையாள்கையில், பல்வகை ஒழுக்கங்களை இணைக்க வேண்டியதன் அவசியத்தைக் காட்டும் ஒரு உதாரணம் இதுவாகும்.

தெளிவற்ற இழப்பால் ஏற்படும் விளைவுகளின் பல்வகை மட்டங்கள்

தெளிவற்ற இழப்பு என்பது, தனிநபர்கள், குடும்பங்கள், அவர்களின் சமூகங்கள் ஆகியவற்றைப் பாதிக்கும் அழுத்தக் காரணியாகும். தெளிவற்ற இழப்பின் விளைவுகளை நாம் மதிப்பிடுகையில், இந்த மட்டங்களையும் ஒவ்வொன்றாக நாம் மதிப்பிடுகிறோம்.

தனிப்பட்ட மட்டம்

தனிப்பட்ட ரீதியில், பெருந்துயர் உறைந்த நிலையில் உள்ளதுடன், அதன் காரணமாக சிக்கலானதாகவும் காணப்படுகிறது.²¹ அறிவாற்றல் குழப்பம் அடைகிறது. எனவே,

²⁰ P. Boss, "Ambiguous Loss: Working with Families of the Missing", Family Process, Vol. 41, 2002; P. Boss, Loss, Trauma and Resilience, மேற்குறிப்பு 1

²¹ P. Boss, Ambiguous Loss, மேற்குறிப்பு 7; P. Boss, Loss, Trauma and Resilience, மேற்குறிப்பு 1..

சமாளித்தல் மற்றும் தீர்மானங்களை எடுக்கும் நடைமுறை முடக்கப்படுகிறது. தொடர்ந்து நீடிக்கும் தெளிவற்ற நிலையும், போதிய தகவல்கள் இன்மையும் மிகவும் தீவிரமான சுயவிழிப்பு நிலை, துயரம், பதகளிப்பு அல்லது மன அழுத்த அறிகுறிகளுக்கு வழிவகுக்கும்.²² தொழிற்றுறை சிகிச்சை அவசியப்படும் - உதாரணமாக பெரும் மன அழுத்தம், தற்கொலை நாட்டம், ஒரு விடயத்திற்கு அடிமையாதல் அல்லது துஷ்பிரயோகத்திற்கு உள்ளாதல் போன்ற - அறிகுறிகள் தனிநபர்களுக்கு ஏற்படக்கூடும். எனினும், தனிநபரை கஷ்டப்படுத்தும் மாறாததொரு தெளிவற்ற நிலையின் காரணமாகவே அத்தகைய நோய்க் குணங்குறிகள் விளைகின்றன.²³ முழுவீச்சிலான மன அழுத்தத்திற்கு மருத்துவப் பராமரிப்பு தேவையாக இருக்கையில், தெளிவற்ற இழப்பால் ஏற்படும் ஒருவகையான துயரம் சிறப்பாக தணியக் கூடியது, மனித தொடர்புகளால் தான். இவற்றுக்கு சம இயல்புக் குழுக்கள், சமூக செயற்பாடுகள் போன்றவற்றை உதாரணமாகக் காட்டலாம்.

குடும்ப மட்டம்

ஒரு தொகுதியென்ற ரீதியில் குடும்பத்தை நோக்கினால், தெளிவற்ற இழப்பு உறவுகளை சிதையச் செய்து விடுவதுடன், அதன் காரணமாக, குடும்பத்தின் முறையான நடைமுறைகள், அதேபோன்று குடும்பத்தின் நாளாந்த வாழ்க்கையின் துடிப்பிற்கு முட்டுக்கட்டை ஏற்படுத்துகின்றன. தெளிவற்ற நிலைமை குடும்ப அங்கத்துவத்திலும், எல்லைகளிலும் குழப்பநிலையை ஏற்படுத்துகிறது. இதன் விளைவாக, எல்லைகள் தெளிவற்றுப் போகின்றன.²⁴ ஒரு குடும்பத்தின் இழப்பைச் சுற்றிய தெளிவற்ற நிலையானது, குடும்ப சிக்கல்களைத் தூண்டக்கூடியதாக மாறுகிறது. இந்த இடத்தில் இடையீடுகள் இல்லாதபட்சத்தில் நிரந்தர பிளவுகளும் ஏற்படலாம். இந்த விடயம் நிகழும் பட்சத்தில் தெளிவற்ற இழப்பு குடும்ப உறவுகள் பிரிந்து சிதைந்து போகவும் வழியேற்படும்.²⁵

இதற்கு அப்பால், இத்தகைய குடும்பங்கள் விடுமுறை சடங்குகள், ஒன்றுகூடல்கள், வைபவங்கள் போன்றவற்றை ரத்துச் செய்வது தான் நல்லதென நினைத்து, பெரும்பாலும் அவ்வாறே செய்கின்றன. இது குடும்பங்கள் மென்மேலும் தனிமைப்பட்டு, தமது மீண்டெழக்கூடிய தன்மைக்கு முக்கியமானதாக அமையக்கூடிய மனிதத் தொடர்புகள் இல்லாமல் போக காரணமாகின்றது.

சமூக மட்டம்

மதம், கலாசாரம் ஆகியவற்றில் தங்கியிருந்து, சமூகத்தின் அதிகாரக் கட்டமைப்பையும் அதேபோன்று, பெறுமானங்களையும், நம்பிக்கைகளையும் சமூகம் நிர்ணயிக்கிறது. ஒரு

²² Pauline Boss, Susan Roos and Darcy L. Harris, "Grief in the Midst of Uncertainty and Ambiguity", in Robert A. Neimeyer, Darcy L. Harris, Howard R. Winokuer and Gordon F. Thornton (eds), Grief and Bereavement in Contemporary Society: Bridging Research and Practice, Taylor and Francis, New York, 2011.

²³ மேலதிக தகவலுக்கு, பார்க்கவும் P. Boss, Loss, Trauma and Resilience, மேற்குறிப்பு 1; P. Boss, C. Bryant and J. Mancini, மேற்குறிப்பு 8; T. Hollander, மேற்குறிப்பு 1.

²⁴ எல்லை சார்ந்த தெளிவின்மை பற்றிய கூடுதல் தகவலுக்கு, பார்க்கவும் Pauline Boss, "Ambiguous Loss Theory: Challenges for Scholars and Practitioners", Family Relations, Vol. 56, No. 2, 2007; P. Boss et al., "Healing Loss, Ambiguity, and Trauma", மேற்குறிப்பு 1.

²⁵ P. Boss, Loss, Trauma and Resilience, மேற்குறிப்பு 1

குடும்பத்தில் நிகழும் மரணத்தை உலகளாவிய ரீதியில் அழுத்தம் தரும் விடயமாக சமூகங்கள் அங்கீகரிக்கின்றன. தெளிவற்ற இழப்பில் இந்த அங்கீகாரம் கிடைக்காமல் போகலாம். இதனை உண்மையான இழப்பாக சமூகங்கள் பார்க்காமலும் போகக்கூடும். நண்பர்க்கும், அயலவர்க்கும் ஆறுதல் கூற முன்னதாக அறிந்த வார்த்தைகள் இல்லாமலோ அல்லது அவர்கள் தொடரும் துயரத்தை புரிந்து கொள்ளாமலோ இருக்கலாம். என்ன சொல்வது என்ன செய்வது என்பதை அறியாமல், அவர்கள் பின்வாங்கி, உறவுகள் காணாமல் போனதால் பாதிக்கப்பட்ட குடும்பங்களை மென்மேலும் தனிமைப்படுத்துவதுடன், அதன் காரணமாக அவர்களின் வலியும் அதிகரிக்கலாம்.

இடையீடு

தெளிவற்ற இழப்பிற்கான இடையீடுகள் பற்றிய எடுகோள்கள்

தெளிவற்ற இழப்பு நிகழ்கையில், தனிநபர்கள், குடும்பங்கள் ஆகிய இரு தரப்புகளுக்கும், மேற்கொள்ளப்படும் இடையீடுகளின் நோக்கம், தெளிவற்ற நிலை மீதான சகிப்புத் தன்மையை வலுப்படுத்துவதன் மூலம் மீண்டெழக்கூடிய தன்மையைக் கட்டியெழுப்புவதாகும். பெரும்பாலும் தீர்வில்லாத, இத்தகைய பிரத்தியேக வகையைச் சேர்ந்த இழப்பைப் பொறுத்தவரையில், மரணத்தால் விளையும் இழப்புக்களுக்கு பாரம்பரியமாக துயரை நினைவுகூருதல் அல்லது அதிர்ச்சியில் இருந்து மீள்வதற்கான சிகிச்சை முறைகளை நாம் பரிந்துரைக்க மாட்டோம். மாறாக, நீண்டகாலம் தீர்க்கப்படாத இழப்பில் இருந்து மீண்டெழும் ஆற்றலைக் கட்டியெழுப்புவதற்கு நாம் 'தாமே தமது வாழ்க்கையின் நிபுணராக மாற உதவும்' கதைகூறல் வடிவிலான (Narrative therapy) சிகிச்சை முறையை பயன்படுத்துகிறோம். இது கதையை மீண்டும் கட்டமைத்தல் (Re-storying), குற்றச்சாட்டை வெளிப்படுத்தாமல்²⁶ - அதாவது, தாம் அனுபவித்த பிரச்சனையை அனுபவித்துப் பார்த்தவர்களாகிய சம-இயல்புடையவர்களுக்கு தமது கதையை விரும்பிச் சொல்லுதல் ஆகியவற்றுக்காக செய்யப்படுகிறது. அத்துடன், உளவியல்-கல்வி முறைகளுடன், உண்டு அல்லது இல்லையென்ற இருமை சிந்தனையை (உயிருடன் இருக்கிறார் அல்லது இறந்து விட்டார்) வலியுறுத்தாமல், அதற்கு மாறாக 'இரண்டும்-மற்றதும்' என்ற சிந்தனையை நாம் ஊக்குவிக்கின்றோம்.²⁷

²⁶ Michael White and David Epston, Narrative Means to Therapeutic Ends, W. W. Norton, New York, 1990.

²⁷ எழுத்தாளரின் குறிப்பு: ஸ்டான்போர்ட் பல்கலைக்கழகத்தில் பௌதிகவியல் படிக்கும் என் பேத்தி என்னிடம் சொன்னாள், அத்தகைய "இரட்டை" சிந்தனையானது Schrödinger ரின் பூனை எனப்படும் சிந்தனைப் பரிசோதனையை ஞாபகப்படுத்துகிறது. அதே நேரத்தில், ஒரு பூனை, செயலிழக்கக்கூடிய அல்லது செயல்படாத ஒரு ஆபத்தான பொருளைக் கொண்ட மூடிய பெட்டியில் வைக்கப்படுகிறது. மூடி திறக்கும் வரை, பூனை உயிருடன் இருக்கிறதா அல்லது இறந்துவிட்டதா என்பது யாருக்கும் தெரியாது; அதாவது, பார்வையாளர்கள் பூனையைப் பார்க்கும் வரை, பூனையானது உயிருடனும் மற்றும் இறந்தும் இருக்கலாம். (பார்க்கவும் John Gribbin, In Search of Schrödinger's Cat: Quantum Physics and Reality, Bantam, Toronto, 1984). என் பேத்தி சொல்வது சரிதான், வாழ்க்கை மற்றும் இறப்பு இரண்டின் ஒரே நேரத்தில் சாத்தியக்கூறுகளுக்கு இடையில் இதேபோன்ற முரண்பாடு உள்ளது. ஆனால் இந்த சிந்தனை பரிசோதனைக்கு எதிரான தெளிவற்ற இழப்பின் உண்மையான யதார்த்தத்தைத் தவிர, இங்கே ஒரு பெரிய வித்தியாசம் உள்ளது: காணாமல் போனவர்களின் குடும்பங்களுக்கு, "பெட்டி" எப்பொழுதும் மூடப்பட்டிருப்பது போன்ற உணர்வினை கொடுக்கும். இதனால் பதில் ஒருபோதும் வெளிப்படுத்தப்படாமல் தெளிவின்மை தொடர்கிறது. பார்க்கவும் P. Boss, "The Context and Process of Theory Development", மேற்குறிப்பு 1, p. 273.

தெளிவற்ற நிலை சார்ந்த இடையீடுகளுக்குத் தயார் செய்வதற்கு, விடயங்களை அறிவதற்கும், புரிந்து கொள்வதற்கும் மூன்று எடுகோள்கள் அவசியப்படுகின்றன. அவை (1) உளவியல் குடும்பம் பற்றிய எடுகோள்கள், (2) 'இரண்டும்-மற்றும்' என்ற சிந்தனை, (3) சிகிச்சை நடைமுறையாக குடும்ப/சமூக சந்திப்புக்களின் தேவை.²⁸

உளவியல் குடும்பம்

தெளிவற்ற இழப்பு என்ற கோட்பாடு கட்டியெழுப்பப்பட்டுள்ள முதலாவது முக்கியமான எடுகோளாக அமைவது, மனித மனதில் உளவியல் குடும்பமென்ற ஒன்று இருக்க முடியும் என்பதாகும். உளவியல் குடும்பம் பற்றி கருத்துநிலைக் கண்ணோட்டமானது குடும்பங்களுக்கு மத்தியிலும், குடும்பங்களுக்கு உள்ளேயும் மாறுபடலாம். நாம் மேற்கொள்ளக்கூடிய இடையீடுகளை வடிவமைத்துக் கொள்வதில் இது முக்கியமானது. ஏனெனில், ஒருவரது உளவியல் குடும்பத்தில் இருந்தே பெரும்பாலும் உதவி பெறப்படுகிறது. ஒருவரது உளவியல் குடும்பத்தின் ஒருபாகமாக அமையக் கூடியவர் யார் (அல்லது எந்த தெய்வம்) என்பதன் மீது செல்வாக்கு செலுத்தக்கூடிய பல்வேறு காரணிகளுக்குள் பால்நிலை, வயது, கலாசாரம், ஆன்மீக நம்பிக்கைகள், பெறுமானங்கள் போன்றவையும் அடங்கி உள்ளன.²⁹

எனவே, குடும்பங்கள் என்பவை பௌதீக மற்றும் உளவியல் ஆகிய இரு அமைப்புகளாகவும் இருக்கலாம் எனவும், இவையிரண்டும் மீண்டெழும் திறனுக்கான தோற்றுவாய்களாக இருக்கலாம் எனவும் நாம் கருதுகிறோம். ஒரு குடும்பமான கஷ்டமான நேரத்தில் அல்லது கொண்டாட்டத்தில் பௌதீக அல்லது குறியீட்டு ரீதியாக நாம் தங்கிருக்கும் ஆட்களை உள்ளடக்கியதாகும். உதாரணமாக, ஒரு திருமண வைபவத்தின்போது, இல்லாத குடும்ப அங்கத்தவரின் பிரசன்னத்தைக் குறிப்பதற்காக மணமகனும், மணமகனும் மெழுகுவார்த்தியை ஒளிரவிடலாம். தாயை இழந்த பிள்ளையொன்றை பாட்டி அன்பு காட்டி பராமரித்தாலும், பிள்ளையின் மனதில் தாயின் நினைவுகள் இருக்கும். தமது கணவன் காணாமல் போன மனைவியொருவர், இதற்கு முன்னர் தாம் ஏற்றிராத குடும்பத் தலைவி என்ற வகிபாகத்திற்கு அமைய குடும்பத்தை வழிநடத்துவதற்காக, உளவியல் ரீதியாக முதற்கொண்டு குறியீட்டு ரீதியாக வரையில் கணவரை பிரசன்னமாக வைத்திருக்கலாம்.³⁰ கணவர் என்ன செய்தார் என்பதைக் கற்பனை செய்து, அவரும் அதைச் செய்யலாம். வேறு சந்தர்ப்பங்களில், தமது அவலங்களை எதிர்கொள்ள இறைவனிடம் இருந்து மக்கள் வலுவைப் பெறுகிறார்கள். மக்களின் மீண்டெழும் திறனை வலுப்படுத்தக் கூடிய விடயங்கள், எமது சொந்த கலாசார பின்னணிகளில் இருந்து தொழிற்புற சார்ந்தவர்களாகிய நாம் எதிர்பார்க்கக் கூடியவற்றைப் போலல்லாமல், பெரும்பாலும் அதிசயிக்கத் தக்கவையாக இருக்கின்றன. ஜப்பானில், 1,614

²⁸ மேலதிகமான விவாதங்களுக்கு, பார்க்கவும் P. Boss, "Reflections after 9/11", மேற்குறிப்பு 10; P. Boss, Loss, Trauma and Resilience, மேற்குறிப்பு 1; P. Boss, "The Context and Process of Theory Development", மேற்குறிப்பு 1; P. Boss et al., "Healing Loss, Ambiguity, and Trauma", மேற்குறிப்பு 1.

²⁹ முழுமையான விவாதத்திற்கு, பார்க்கவும் P. Boss, Ambiguous Loss, மேற்குறிப்பு 7; P. Boss, Loss, Trauma and Resilience, மேற்குறிப்பு 1; P. Boss, "The Context and Process of Theory Development", மேற்குறிப்பு 1, pp. 272-273.

³⁰ P. Boss, Ambiguous Loss, மேற்குறிப்பு 7; P. Boss, Loss, Trauma and Resilience, மேற்குறிப்பு 1.

பேரை³¹ சுனாமி பலிகொண்ட ஃபுக்குஷிமா என்ற இடத்தைச் சேர்ந்த பல குடும்பங்கள், காணாமற்போன தமது அன்புக்குரியவர்களை தமது மூதாதையர்கள் பராமரிக்கிறார்கள் என்று நம்புவதை நான் சமீபத்தில் அறிந்து கொண்டேன்.³² இத்தகைய ரீதியில் உளவியல் குடும்பத்தை அமைதிப்படுத்துதலும், இந்தத் தனிநபர்களை ஆறுதற்படுத்தலும், தமது வாழ்க்கையில் முன்னேறிச் செல்வதற்குரிய வலுவிற்கும், மீண்டெழும் திறனுக்கும் முக்கியமானவை. இத்தகைய உளவியல் ரீதியிலான ஒத்துழைப்பின் மூலம், ஒத்த சிந்தனையுள்ள ஆட்களைக் கொண்ட சமூகங்கள், பெருமளவிலான தெளிவற்ற இழப்புகளுக்கு அப்பாலும் ஸ்திரத்தன்மையை அடைய முடியும்.³³

‘இரண்டும்-மற்றதும்’ சிந்தனை

தெளிவற்ற இழப்பிற்குரிய இடையீடுகளில் இரண்டாவது பொதுவான முன் தேவையாக அமைவது ‘இரண்டும்-மற்றதும்’ சிந்தனையாகும். இது ஒரே நேரத்தில் ஒன்றுக்கொன்று எதிரான கருதுகோள்களை சிந்தனையில் கொண்டிருந்தல் என்று அர்த்தப்படும். உதாரணமாக, “எமது காணாமற்போன மகன் இறந்திருக்கலாம் மற்றும் இறவாமலும் இருக்கலாம்” அல்லது “எமது தந்தை போய்ச் சேர்ந்திருக்கலாம் மற்றும் இன்னமும் இங்கேயே இருக்கலாம்.” இவர்களுடன் வேலை செய்யும் நாமும் இம்மாதிரியாக செயற்பட முடிந்தால், குடும்ப அங்கத்தவர்கள், தனிப்பட்ட ரீதியிலும், கூட்டாகவும், இத்தகைய ரீதியில் சிந்திப்பதற்கு இலகுவாக கற்றுக் கொள்ள முடியும். இதனை தொழிற்புற சார்ந்தவர்கள் வாதப் பொருத்தமுடைய சிந்தனை சார்ந்து நிறுவ வேண்டிய கோட்பாடாக மற்றும் எதிர்க்கோட்பாடாக – அல்லது கவிஞர் ஜோன் கீற்றஸ் கூறியதைப் போன்று ‘எதிர்மறை ஆற்றல்’ என்பதாகப் பார்க்கிறார்கள். ‘தரவுகள் அல்லது தர்க்கங்களில் எரிச்சல் தரக்கூடிய வகையில் அதிக நாட்டம் கொள்ளாமல், நிச்சயமற்ற, மர்மமான, சந்தேகத்திற்கு இடமான சூழ்நிலைகளில் இருக்கக்கூடிய ஆற்றல்’ படைத்தவர்களாக மக்கள் இருக்கிறார்கள் என கவிஞர் கீற் நம்பினார்.³⁴ தொழிற்புற சார்ந்தவர்களைப் பொறுத்தவரையில், எதிர்மறை ஆற்றல் என்பது உறவுகள் காணாமல் போன குடும்பங்களுக்கு முழுமையானதொரு தீர்வை நாம் காண முடியாது என்பதைப் புரிந்து கொள்வதாகும். நாம் குற்றவுணர்ச்சியோ, தொழில்முறை இயலாமை என்ற சிந்தனையோ இல்லாமல், இதனுடன் சமரசம் செய்து கொள்ள வேண்டும்.³⁵ இங்கு ஒவ்வொரு கேள்விக்கும் பதில் கிடையாது. ஒவ்வொரு பிரச்சினைகளுக்கு தீர்வும் இல்லை. இதுவும் எமது சவால் தான்.

இந்த விடயத்தில் கூடுதலான ஆய்வு தேவையென்றாலும், ‘இரண்டும்-மற்றதும்’ என்ற சிந்தனை, தெளிவற்ற இழப்புடன் வாழும் நிர்ப்பந்தத்துடன் கூடிய தனிநபர்களிலும்,

³¹ National Police Agency of Japan, “Damage Situation and Police Countermeasures Associated with 2011 Tohoku District”, available at: www.npa.go.jp/news/other/earthquake2011/pdf/higaijokyo_e.pdf (accessed in May 2018). 9 மார்ச் 2018 ஜப்பானின் தேசிய காவல் நிறுவனத்தின் நிலவரப்படி, பேரழிவுகளான ஜப்பானிய நிலநடுக்கம் மற்றும் சுனாமி நிகழ்ந்து ஏழு ஆண்டுகளுக்குப் பிறகு, 15,895 இறப்புகளும், 6,156 பேர் காயமடைந்தும் மற்றும் 2,539 பேர் காணாமல் போயும் உள்ளனர்.

³² P. Boss and C. Ishii, மேற்குறிப்பு 3

³³ P. Boss, Loss, Trauma and Resilience, மேற்குறிப்பு 1.

³⁴ Maurice Buxton Forman (ed.), The Letters of John Keats, 2nd ed., Oxford University Press, New York, 1935, p. 72.

³⁵ P. Boss, Loss, Trauma and Resilience, மேற்குறிப்பு 1.

குடும்பங்களிலும் நிலவும் மன அழுத்தத்தை ஓரளவு குறைக்கக்கூடியதாகத் தெரிகிறது. அறுதியானவற்றில் தங்கியிருப்பதை விடவும், ஒன்றுக்கொன்று எதிரானவையான இரு கருதுகோள்களை வைத்திருத்தல் மனதை அமைதிப்படுத்துகிறது. மாறாக, ‘அவர் பெரும்பாலும் இறந்திருக்கலாம், ஆனால், இறவாமலும் இருக்கக்கூடும்’ என்ற முரண்பாடான சிந்தனைகளை தழுவிக் கொள்ளுமாறு மக்களை ஊக்குவித்தல் என்பது, உறவுகள் காணாமல் போன குடும்பங்களுடன் ஒட்டியிருக்கும் தெளிவற்ற நிலையின் யதார்த்தத்தை அங்கீகரிக்கக்கூடும்.³⁶

³⁶ P. Boss, Ambiguous Loss, மேற்குறிப்பு 7; P. Boss, “Reflections after 9/11”, மேற்குறிப்பு 10; P. Boss, Loss, Trauma and Resilience, மேற்குறிப்பு 1; P. Boss, Loving Someone Who Has Dementia, மேற்குறிப்பு 9.

குடும்ப/சமூக சந்திப்புக்கள்³⁷

இடையீடுகளுக்கான முதலாவது பொதுத் தேவைப்பாடாக அமைவது, குடும்ப மற்றும் சமூக ரீதியிலான அணுகுமுறைகளைப் பயன்படுத்தலாகும். தெளிவற்ற இழப்பிற்கான இடையீட்டுக்காக, குடும்ப சந்திப்புக்கள் பரிந்துரைக்கப்படுகின்றன. அடிப்படைத் தேவைகள் பூர்த்தி செய்யப்பட்டவுடன், அத்தகைய சந்திப்புக்களை ஒழுங்குபடுத்தலாம். ஒரு குடும்பத்தைச் சேர்ந்த பல்வேறு அங்கத்தவர்களாக அல்லது ஒரு சமூகத்தைச் சேர்ந்த பல குடும்பத்தவர்களாக சந்திப்புகள் அமையலாம். இந்த சந்திப்புகளில் உளவியல் குடும்பத்தவர்களாக நண்பர்களை உள்ளடக்கலாம். பால்நிலை அல்லது வயதின் அடிப்படையில் ஏற்பாடு செய்யவும் முடியும். இந்த சந்திப்புக்கள், ஒரு பாடசாலை, சனசமூக நிலையம் அல்லது வணக்கஸ்தலம் போன்ற சமூகத்தில் பாதுகாப்பான அல்லது பரிச்சயமான பொது இடமொன்றில் இடம்பெற வேண்டும். முதலில் சந்திப்பிற்கு உதவி செய்து, அடுத்து சுயமாக சந்திப்பை வழிநடத்தக்கூடிய தொழிற்புற சார்ந்தவர்களாக நடுநிலையான சமூகத் தலைவர்களை உள்ளடக்கும் வகையில் சந்திப்புகள் ஏற்பாடு செய்ய வேண்டும். பால்நிலை மற்றும் வயதை அடிப்படையாகக் கொண்ட குழுக்கள் மத்தியில் கலாசாரம், மத நம்பிக்கைகள், அதிகார வேறுபாடுகள் சார்ந்ததாக பன்முகத்தன்மையைப் பேணும் வகையிலான சரிகட்டல்கள் அவசியப்படுவதுடன், குடும்ப சந்திப்புக்களை ஒழுங்கு செய்து நடைமுறைப்படுத்துவதற்கு உதவியாக கீழ்வருமாறு விதந்துரைக்கப்படுகிறது:

- இந்தப் பிரச்சினைக்கு தெளிவற்ற இழப்பு என பெயரிடுங்கள்: “நீங்கள் அனுபவிப்பது தெளிவற்ற இழப்பென அழைக்கப்படுகிறது. இதற்கு தீர்வோ, முடிவோ இல்லையென்பதால் இது மிகவும் மன அழுத்தம் தரும் இழப்பாகும். நீங்கள் அனுபவித்துக் கொண்டிருப்பது உங்கள் தவறு அல்ல.”
- கருத்து வேறுபாடுகளையும், முரண்பாடுகளையும் எதிர்பாருங்கள். ஒவ்வொரு குடும்பமும் மற்றைய குடும்பத்தின் கருத்துநிலைக் கண்ணோட்டத்தை அறிய உதவுங்கள். மாறுபட்ட கருத்துநிலைக் கண்ணோட்டங்கள் மத்தியில் சமூகநிலையை ஏற்படுத்துங்கள். குடும்ப பிளவுகளைத் தவிர்ப்பதற்காக பின்வரும் வாக்கியத்தை முடிந்தவரை திரும்பத் திரும்ப சொல்லுங்கள்: “இந்த விடயத்தை இப்போது நீங்கள் ஒரே மாதிரியாக பார்க்காவிட்டால் அது பரவாயில்லை.”
- சடங்குகளையும், வைபவங்களையும் பற்றிப் பேசி, அவற்றை மீண்டும் ஏற்பாடு செய்ய குடும்பங்களுக்கு உதவுவதன் மூலம், அவற்றை இரத்துச் செய்யும் போக்கை தவிருங்கள்.
- உறவுகள் காணாமல் போன குடும்பங்களிடம் ‘முடிவடைதல்’ என்ற வார்த்தையைப் பயன்படுத்த வேண்டாம்; தமது இழப்பின் கதைக்கு தெளிவான முடிவொன்று இல்லாமலும் முன்னோக்கிச் செல்லக்கூடிய வழிகளை உருவாக்க அவர்களுக்கு

³⁷ தற்போதைய எழுத்தாசிரியர், அல்சைமர் நோயால் பாதிக்கப்பட்ட குடும்பங்களில் ஏற்படும் உளவியல் தெளிவற்ற இழப்பின் அடிப்படையில் குடும்ப சந்திப்புகளுக்கான உண்மையான வழிகாட்டுதல்களை வகுத்துள்ளார் (P. Boss, Ambiguous Loss, மேற்குறிப்பு 7, pp. 109–132). 2001 ஆம் ஆண்டில், 9/11 க்குப் பிறகு உடல் சார்ந்த தெளிவற்ற இழப்பின் நிலைமைக்கு இந்த குடும்ப சந்திப்பு வழிகாட்டுதல்களை அவர் மாற்றியமைத்தார்.

உதவி செய்யுங்கள். குடும்ப வகிபாகங்கள், விதிமுறைகள், சடங்குகள் போன்றவற்றை மீளவும் அமைத்துக் கொள்ள உதவும்போது, அவர்கள் தெளிவற்ற நிலைக்கு மத்தியிலும் இயங்கிச் செல்லக்கூடியதாக இருக்கும்.

- குடும்ப இரகசியங்கள் உள்ளனவா என்பதை அறிந்து கொள்ள முனையுங்கள். தமது சின்னம்மாவே இனிமேல் புதிய தாயாக இருப்பார் அல்லது தந்தை ஏன் மௌனமாக இருக்கிறார் என்பது பிள்ளைகளுக்கு சொல்லிக் கொடுக்கப்பட்டுள்ளதா? ஒரு குடும்பத்தின் கலாசாரத்தில் பகிரங்கமாக ஒன்றுகூடி துயரை நினைவுகூர்தல் முன்னர் நடந்திருக்குமாயின் அவ்வாறு செய்ய முடியுமா?

முதலாவது கூட்டம் மெதுவாக நகரலாம். எனினும், குடும்ப அங்கத்தவர்கள் நடந்தவை பற்றிய தமது பார்வைகளை பகிர்ந்து கொள்ளத் தொடங்குவார்கள். சிலர் கதைகளை சொல்வார்கள்; மற்றவர்கள் கேட்பார்கள். இரண்டுமே பெறுமதி வாய்ந்தவை. காணாமல் போன அன்புக்குரியவர் எங்கோ உயிருடன் இருக்கிறார் என்றோ, சனநெரிசல் மிக்க வீதியொன்றில் அவரைக் கண்டேன் என்றோ சிலர் நினைக்கலாம். மரபணு (DNA) ஆதாரங்கள் போன்ற தகவல்கள் இல்லாமல், நாம் அத்தகைய கருத்துக்களின் உண்மையை அறிய ஆய்வு செய்யமாட்டோம். காணாமல் போனவர் உயிருடன் இருக்கிறாரா, இறந்து விட்டாரா என்பது பற்றி குடும்பத்தவர்கள் விவாதிக்கும் சமயத்தில், நாம் பின்வருமாறு சொல்வோம் “இந்த விடயத்தை இப்போதைக்கு நீங்கள் ஒரே மாதிரியாக பார்க்காவிட்டால், அது பரவாயில்லை.”

முடிந்தவரை, ஆர்வம் இருக்கும் வரையில் குடும்ப சந்திப்புக்கள் தொடர்ந்து நடைபெற வேண்டும். 2001 செப்டெம்பர் 11ஆம் திகதி நடத்தப்பட்ட தாக்குதலை அடுத்து நிவ்யோர்க் நகரில், குடும்ப சந்திப்புக்களை நடத்துமாறு ஆட்கள் காணாமல் போன குடும்பங்கள் கோரிக்கை விடுத்தன (அதிசயத்தக்க வகையில், இலவச உளவியல் ஆலோசனைகளுக்கு பதிலாக) ; ஆரம்பத்தில் மாதாந்த ரீதியில், முதலாம் ஆண்டு நிறைவில் முனைப்பதானதாகவும், அடுத்ததாக, இரு மாதங்களுக்கு ஒரு தடவை என்ற ரீதியில் இரண்டாவது ஆண்டு நிறைவின்போது, வெளியிடத்திற்கான சுற்றுலா செல்லும் வகையில். அப்போதைய சந்தர்ப்பத்தில், அந்தக் குடும்பங்கள் பரஸ்பரம் தமக்குத் தாமே உதவி செய்து கொள்ளக்கூடிய முறைமையொன்றை ஏற்படுத்திக் கொண்டிருந்தன. எமது உதவி தேவைப்படவில்லை. அந்தக் குடும்பத்தவர்களே ஏற்பாடு செய்த சுற்றுலாவின்போது, எமக்கு வைபவரீதியாக நன்றி தெரிவித்ததுடன், இனிமேலும் எமது உதவி தேவையில்லையெனக் கூறினார்கள். அந்தந்த சமூகத்தைச் சேர்ந்த துணை தொழிற்றுறை சார்ந்தவர்கள் நாம் இல்லாமலே சந்திப்புக்களை நடத்தினார்கள். பெரும்பாலும், இந்த ஒன்றுகூடல்கள் பொழுதுபோக்கு சார்ந்தவையாக இருந்தன. அதற்குப் பின்னரும் கூட்டங்களில் தெளிவற்ற இழப்பு பற்றி கவனம் செலுத்த வேண்டியிருக்கவில்லை.

இந்தக் குடும்பங்கள் முன்னோக்கிச் சென்று, தமக்காகவும், தமது பிள்ளைகளுக்காகவும் புதிய திட்டங்களுடன் முன்னேற தமது சமூகங்களில் இருந்து தேவையான ஒத்துழைப்பையும் வலுவையும் பெற்றுக் கொண்டதால், அதற்குப் பின்னரும் தொழிற்றுறை சார்ந்தோரின் உதவிகள் தேவைப்படவில்லை. இதுவே எமது இலக்காக இருந்தது. இந்த சமூகமானது உலக வர்த்தக நிலையத்தில் வேலை செய்த தொழிற்சங்க அமைப்பொன்றின்

தொழிலாளர்கள் மற்றும் ஆகவும் உயர்ந்த மாடியில் இருந்த உணவகத்தில் வேலை செய்தவர்கள் அடங்கிய சமூகமாகும். இவர்கள், ஒவ்வொருவர் குழந்தைகளை பரஸ்பரம் மற்றவர்கள் பராமரித்ததால், தமது துணையை இழந்து தனியானவர்கள் பாடசாலை சென்று கற்கவோ, ஆங்கில மொழியை விருத்தி செய்யவோ, அதன் பின்னர், வேலை வாய்ப்புக்கு வழிவகுக்கக்கூடிய பட்டத்தையோ, பயிற்சியையோ பெறவும் முடிந்தது. தமது குடும்பத்திற்காக வருமானம் தேடுபவர் என்ற புதிய வகிபாகத்திற்காக தம்மைத் தயார்ப்படுத்திக் கொண்டு அவர்கள் ஆக்கபூர்வமாக முன்னோக்கிச் சென்றார்கள். பரஸ்பரம் உதவி செய்து கொள்வதில் அவர்களுக்கு இருந்த நேர்மையானது. அதிசயத்தக்க வழிவகைகள் மூலம் மீண்டெழும் ஆற்றல் கிடைக்க முடியும் என்பதை தொழிறுறை சார்ந்தவர்களாகிய எமக்கும் கற்றுத்தந்தது.³⁸ தெளிவற்ற இழப்பு என்ற பனிமூட்டத்திற்குள் முன்னேறிச் செல்வதில் இந்தக் குடும்பங்கள் கொண்டிருந்த ஆற்றல், 'மீட்சித் திறனின் எளிமையான மாயாஜாலம்' என்றழைக்கப்படும் விடயத்தை நாம் முதற்தடவையாக அவதானிக்க வழிவகுத்தது.³⁹

காணாமல் போனவர்களின் குடும்பங்கள் தொடர்பான இடையீடுகளுக்கான ஆறு வழிகாட்டல்கள்⁴⁰

கீழ்வரும் பகுதியானது காணாமல் போனவர்களின் குடும்பங்கள் மற்றும் தெளிவற்ற இழப்பை அனுபவிக்கும் குடும்பங்கள் தொடர்பான இடையீடுகளுக்குரிய ஆறு வழிகாட்டல்களை விபரிக்கிறது. முதலாவதாக, சில விடயங்களைத் தெளிவுபடுத்துவது அவசியமாகிறது. இவை ஆறும் *வழிகாட்டல்களே*. இப்படித் தான் செய்ய வேண்டும் என நிர்ணயிக்கப்பட்ட மூலோபாயங்களோ, நேர்கோட்டு வடிவ மாதிரிகளோ, திட்டவட்டமான படிமுறைகளோ அல்ல. வேண்டுமென்று இவை 'வழிகாட்டல்கள்'⁴¹ என்று பெயரிடப்படுகின்றன. இவை மாற்றப்படக்கூடியவை. பரந்தளவு பன்முகத்தன்மை வாய்ந்த குடும்பங்களுக்காகவும், அதே போன்று, மனிதநேய இடையீடுகளில் தேவையான நடுநிலைமைக்கும் இடமளிக்கும் நோக்கம் கொண்டவை.

இரண்டாவதாக, இந்த வழிகாட்டல்கள் பயன்படுத்தப்படும் ஒழுங்குமுறையானது, குறிப்பிட்டதொரு இடையீட்டின் நேரத்திற்கும், ஸ்தானத்திற்கும், இதனுடன் சம்பந்தப்பட்ட சனத்தொகைக்கும் பொருந்தக்கூடிய வகையில் உருவாக்கப்பட்டது. **வரைபடம் 2** இல் நாம் 'அர்த்தத்தைக் கண்டுபிடித்தல்' என்பதை சுற்றுவட்டத்தின் மூலம் 'புதிய நம்பிக்கையைக் கண்டறிதல்' என்பதுடன் தொடர்புபடுத்துகிறோம். இது விக்டர் .பிராங்க்ளினின்

³⁸ P. Boss, Loss, Trauma and Resilience, மேற்குறிப்பு 1

³⁹ Ann Masten, "Ordinary Magic: Resilience Processes in Development", American Psychologist, Vol. 56, 2001; Ann Masten, "Resilience in the Context of Ambiguous Loss: A Commentary", Journal of Family Theory & Review, Vol. 8, No. 3, 2016.

⁴⁰ பின்வரும் வழிகாட்டுதல்கள் காணாமல் போனவர்களின் குடும்பங்களுடனான நான்கு தசாப்தகால பணியை அடிப்படையாகக் கொண்டுள்ளது (பார்க்கவும் www.ambiguousloss.com) மற்றும் இருந்து தழுவி P. Boss, Ambiguous Loss, மேற்குறிப்பு 7; P. Boss, Loss, Trauma and Resilience, மேற்குறிப்பு 1; P. Boss et al., "Healing Loss, Ambiguity, and Trauma", மேற்குறிப்பு 1; P. Boss and C. Ishii, மேற்குறிப்பு3; Pauline Boss and Carla M. Dahl, "Family Therapy for the Unresolved Grief of Ambiguous Loss", in David W. Kissane and Francine Parnes (eds), Bereavement Care for Families, Routledge, New York, 2014.

⁴¹ P. Boss, Loss, Trauma and Resilience, மேற்குறிப்பு 1

கண்டுபிடிப்பான நம்பிக்கையின்றி அர்த்தம் இல்லை என்பதுடன், அர்த்தம் இன்றி நம்பிக்கையும் இல்லை என்பதை பிரதிபலிக்கிறது.⁴² தெளிவற்ற இழப்புடன் கூடிய வாழ்க்கையில் மீட்சித்திறனைக் கட்டியெழுப்பும் நடைமுறை நேர்கோடாக அல்லது சக்கரமாக அல்லாமல், எளிதான முறையில் வட்டமாக உள்ளதை வளைந்த அம்புக்குறிகள் குறிக்கின்றன. இருந்தபோதிலும், இந்த சட்டகத்திற்குள், இதனுடன் சம்பந்தப்பட்ட மக்கள் சார்ந்த கலாசாரத்தினதும், அதிகாரக் கட்டமைப்பினதும் அடிப்படையில், மாறக்கூடியதான மற்றும் நெகிழ்ச்சித்தன்மை மிக்க இடையீட்டு நடைமுறைக்காக வழிகாட்டல்களை எந்தவொரு ஒழுங்கிலும் பயன்படுத்த முடியும்.

கடைசியாக, ஒவ்வொரு வழிகாட்டலும் கீழே சாராம்சப்படுத்தப்பட்டுள்ளதுடன், ஒவ்வொரு வழிகாட்டலும் சார்ந்த முழு விளக்கத்தையும் வாசிக்குமாறு தொழிற்துறை சார்ந்தவர்களை நான் வலியுறுத்துகிறேன். இதே ஆசிரியர் எழுதிய *Loss, Trauma, and Resilience*⁴³ (இழப்பு, மன-அதிர்ச்சி, மீட்சித்திறன்) என்ற நூலில் அல்லது அதன் ஜெர்மனிய⁴⁴, ஜப்பானிய⁴⁵, ஜோர்ஜிய⁴⁶ மொழிபெயர்ப்புகளில் உள்ள வெவ்வேறு அத்தியாயங்களில் இவை இருக்கின்றன.

அர்த்தத்தைக் கண்டுபிடித்தல்

தெளிவற்ற இழப்பு சார்ந்த அனுபவத்தின் அர்த்தத்தைக் கண்டுபிடித்தல் என்பது அதனை புரிந்து கொள்வதற்குரிய இயலுமையைப் பெறுதல் ஆகும். இதனைச் செய்வதற்கு நாம் பிரச்சினைக்கு பெயரொன்றை சூட்ட வேண்டும். நாம் தனித்தனியாகவும், அதே போன்று குழுக்களாகவும் குடும்பங்களுக்கு பின்வருமாறு சொல்வோம்: “நீங்கள் தெளிவற்ற இழப்பை அனுபவிக்கிறீர்கள். இதற்கு முடிவொன்று இல்லை என்பதால், இது மிகவும் கஷ்டமான வகையைச் சேர்ந்த இழப்புக்களில் ஒன்றாகும். இது உங்கள் தவறு அல்ல.” பிரச்சனைக்கு பெயரொன்றை (தெளிவற்ற இழப்பு) சூட்டுதல் மூலம் உயிர் வாழ்பவர்கள் நிலைமையை சிறப்பாக புரிந்து கொள்வதுடன், அதன் மூலம் தாம் நிர்க்கதியான மற்றும் (தம்மீதோ மற்றவர்கள் மீதோ) பழிபோடத் தோன்றுவதுமான உணர்வுகளைத் தணித்துக் கொள்ள வழியேற்படுகிறது. அழுத்தம் தரும் காரணியைப் பெயரிடுதல் என்பது அனுசரித்தல் நடைமுறை ஆரம்பமாவதற்கு உதவுகிறது. இதே மாதிரியான இழப்பை அனுபவித்த மற்றவர்களுடன் பேசுவது, ‘இரண்டும்-மற்றதும்’ என்ற சிந்தனையைப் புரிந்து கொள்ள உதவுகிறது. ஒரே வகையான இழப்பின் துயரத்தை அனுபவிக்கும் மற்றவர்களுடன் பேசுதலானது, இரண்டும்-மற்றதும் என்ற சிந்தனையின் வாதப் பொருத்தத்தை புரிந்து கொள்ள உதவுகிறது. அது யாதெனில், அவர்கள் தெளிவற்ற இழப்பு தொடர்பான முரண்பாட்டு நிலையை மெதுவாக தழுவிக்கொள்வார்கள்; “எனது பிள்ளை பெரும்பாலும்

⁴² Viktor Frankl, *Man's Search for Meaning*, Beacon Press, Boston, MA, 1963; மேலும் பார்க்கவும் P. Boss, C. Bryant and J. Mancini, மேற்குறிப்பு 8.

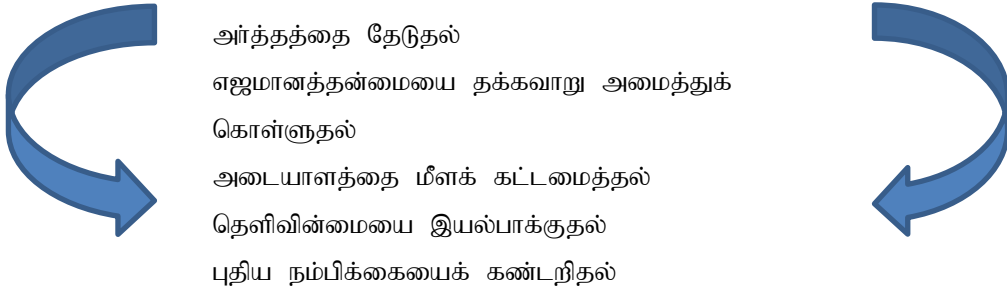
⁴³ P. Boss, *Loss, Trauma and Resilience*, மேற்குறிப்பு 1

⁴⁴ P. Boss, *Verlust, Trauma und Resilienz*, Klett-Cotta, Stuttgart, Germany, 2008

⁴⁵ P. Boss, *Aimaina soshitsu to torauma karano kaifuku: Kazoku to komyuniti no rejiriensu (Recovering From Ambiguous Loss and Trauma: Resilience of Family and Community)*, Seishin Shobo, Tokyo, 2015.

⁴⁶ ICRC, Tbilisi, forthcoming

இறந்தும், அவ்வாறு இல்லாமலும் இரண்டு நிலையாகவும் இருக்கலாம்”; “அவன் எம்மை விட்டு சென்றும், இன்னமும் எமது நினைவுகளிலும் கனவுகளிலும் வாழ்வதாகிய இரண்டு நிலையாகவும் இருக்கலாம்”. அர்த்தமில்லாத நிலையொன்றின் அர்த்தத்தையும், தெளிவற்ற இழப்பின் அபத்தத்தையும், பகுத்தறிவுக்கு மாறான நிலையையும் சிறிது அளவிடுவதற்காக நாம் அறுதியான சிந்தனையை கைவிட்டு, அர்த்தமற்றதிலும் சிறிது அர்த்தமிருக்கும் என்ற முரண்பாட்டு நிலையை ஏற்றுக் கொள்ள வேண்டும். இதனை ஆன்மீக மூலங்களிலும், குடும்ப சடங்குகள் மற்றும் ஒன்றுகூடல் பழக்கவழக்கங்களிலும் கண்டு கொள்ளலாம். தனிமையும், ரகசியம் பேணுதலும், தம்மைத் தாமே குற்றஞ்சாட்டுதலும் அர்த்தத்தைக் கண்டுபிடிப்பதற்கு தடைபோடுகின்றன. குடும்ப மற்றும் சமூக அடிப்படையிலான சிகிச்சைகள் இவற்றிற்கு பரிகாரமாக அமைகின்றன. காரணியைப் பெயரிட்டு, அதனைப் புறஞ்சார்ந்ததாக மாற்றுவதன் மூலம், அதன் விளைவுகளை நாம் சமனப்படுத்துகிறோம். அதன்மூலம், இது தங்கள் தவறு அல்ல என்பதை குடும்பங்கள் புரிந்து கொள்கின்றன. இத்தகைய புதிய அர்த்தத்துடன், அவர்கள் மாற்றமும், ஏற்புத்திறனும் சார்ந்த அத்தியாவசிய நடைமுறையை சிறப்பாக ஆரம்பிக்க இயலும்.⁴⁷



வரைபடம் 2. முடித்து விடுதல் இல்லாமல் வாழ்வதற்காக மீண்டெழும் திறனை மேம்படுத்துவதற்கு ஆறு வழிகாட்டல்கள். மூலாதாரம்: P. Boss, *Loss, Trauma and Resilience*, above note 1.

எஜமானத்தன்மையை தக்கவாறு அமைத்துக் கொள்ளுதல்

ஒருவரது வாழ்க்கையை கட்டுப்பாட்டில் வைத்திருக்கக்கூடிய ஆற்றல் எஜமானத்தன்மை என வரைவிலக்கணம் செய்யப்படும். எஜமானத்தன்மையின் தீவிரமான முனைவாக்கத்தில் ஒருபுறத்தில் (ஒருவருக்கு சகலவற்றையும் கட்டுப்படுத்தலாமென நம்புதலான) முழுமைத்தன்மையும், மறுபுறத்தில் (ஒருவருக்கு கட்டுப்படுத்த முடியாதென நம்புதலான) எதிர்ப்புக் காட்டாமல் அடங்கிப் போகின்ற தன்மையும் இருக்கும். இரண்டு தீவிர தன்மையும் அன்றாட வாழ்வில் பரிந்துரைக்கப்படுவதில்லை முக்கியமாக தெளிவற்ற இழப்பில் பரிந்துரைக்கப்படுவதில்லை.

இருந்தபோதிலும், ஒட்டுமொத்த எடுகோளாக இருப்பது, எஜமானிய சார்புநிலை, அதாவது உங்களால் பிரச்சனையைத் தீர்க்க முடியும் என்ற உணர்வு, மன அழுத்தத்தையும்,

⁴⁷ பார்க்கவும் P. Boss, *Loss, Trauma and Resilience*, மேற்குறிப்பு 1, Ch. 4.

என்பதாக இருப்பதுடன், இதனை எழுதிய ரொபின்,⁴⁸ நேபாளத்தில் உறவுகள் காணாமற்போன குடும்பங்கள் பற்றிய தமது ஆராய்ச்சியில், ஒரு குடும்ப அங்கத்தவரின் எஜமானத்தன்மை சார்ந்த உறவு அதிகரிக்கப்பட வேண்டுமே தவிர, மிதமாக்கப்படக் கூடாதெனக் கண்டறிந்துள்ளார். உதாரணமாக, நேபாளத்தின் ஆணாதிக்கம் சார்ந்த கலாசாரத்தில், கணவன் காணாமற்போனால், அவரது மனைவிக்கு எதுவித வகிபாகமோ, அதிகார மாற்றமோ இல்லாமல், அவரது குடும்பத்தால் மனைவி பெரும்பாலும் நிராகரிக்கப்படுகிறார் அல்லது துஷ்பிரயோகத்திற்கு உள்ளாகிறார். தமது சொந்த வாழ்க்கையைத் தீர்மானிக்கக்கூடிய எஜமானியாக தாம் இல்லாதிருக்கும் மனைவியோ, விதவையோ, அவருக்கு குறைந்தளவு அல்லாமல் கூடுதலான வலுவூட்டல் அவசியப்படுகிறது.⁴⁹ இந்தக் காரியத்தை நிறைவேற்ற, ஒரு சர்வதேச செஞ்சிலுவை குழு (ICRC) முகவர் இத்தகைய பாக்கியமிழந்த பெண்களை கிரமமாக சந்திக்கக்கூடிய குழுவாகக் கூட்டினார். இந்தப் பெண்கள் ஒன்றுகூடிய சந்தர்ப்பத்தில் கணவன்மார் காணாமல் போயிருந்தாலும், சிறப்பாக வாழும் வலுவைப் பெற்றார்கள். இவர்கள் காணாமற்போன கணவனின் குடும்பத்துடன் இன்னமும் சேர்ந்து வாழ்ந்த போதிலும், இப்போது இவர்களுக்கு சம-இயல்புடைய உளவியல் குடும்பமொன்று உள்ளது. இந்தக் குடும்பம் எஜமான உணர்வை வலுவூட்டி, அதன் மூலம் வாழ்க்கையை சிறப்பாக்கும்.

ரொபினின் கண்டுபிடிப்பு காரணமாக, இந்த வழிகாட்டலில் திருத்தம் சேர்ந்து, 'எஜமானத் தன்மையை தக்கவாறு அமைத்துக் கொள்ளல்' (மேலே அல்லது கீழே) என்பதாக தலைப்பு மாறுகிறது. காணாமல் போனவர்களின் குடும்பங்கள் ஏற்கெனவே அதிகாரம் கொண்டதாக, எஜமானத்தன்மை சார்ந்ததாக, பிரச்சினைகளைத் தீர்க்கப் பழக்கப்பட்டதாக இருக்கும்பட்சத்தில், அந்தக் குடும்பம் எஜமானத்தன்மையை பெற வேண்டிய தேவையை நாம் தணிக்க வேண்டியிருக்கும். மாறாக, தம் வாழ்க்கையை தமது கட்டுப்பாட்டுக்குள் வைத்திருக்கப் பழக்கப்படாதவர்களாக அல்லது ஏதோவொரு காரணத்திற்காக கலாசார ரீதியாக அவ்வாறு பழக்கப்பட அனுமதிக்கப்படாதவர்களாக ஆட்கள் இருக்கும் பட்சத்தில், நாம் அவர்களை வலுவூட்டுவோம். தம்மை நிர்க்கதியானவர்களாக, நம்பிக்கை இழந்தவர்களாக உயிர் வாழ்ந்திருப்பவர்கள் உணரும் பட்சத்தில், தத்தமது கலாசாரம் மற்றும் நம்பிக்கையின் அடிப்படையில், தியானம், பிரார்த்தனை, சுயபிரக்ஞை, உடல் ரீதியான செயற்பாடுகள், இசை, கலை, நடனம் போன்றவற்றின் ஊடாக தமது உள் ஆத்மாவிடம் எஜமானராக இருக்கத் தொடங்குமாறு நாம் ஊக்கமளிப்போம். ஒரு இசைக்கருவியில் விற்பன்னம் பெறுதல், வரைதல் அல்லது பிரார்த்தனைகளில் ஈடுபடுதல் போன்றவை, பலர் தமக்கிருந்த நிர்க்கதியானமை போன்றதொரு உணர்வைக் குறைத்துக் கொண்டு, அதன் மூலம் ஆளுந்திறனையும் மீட்சித்திறனையும் பெறக்கூடியதாக இருந்த வழிகளாகும்.

கலாசார காரணிகளுக்கு அப்பால், பாரபட்சம், வறுமை, இழுக்கு, சிறை வைக்கப்படுதல், நோய், அங்கவீனம் அல்லது வயது (ஆகவும் இளவயது அல்லது வயது முப்பு) போன்றவை காரணமாகவும், தமது வாழ்க்கையை தாம் கட்டுப்படுத்திக் கொள்ள முடியாத அல்லது

⁴⁸ S. Robins, "Ambiguous Loss in a Non-Western Context", மேற்குறிப்பு 1.

⁴⁹ Ibid.; S. Robins, Families of the Missing, மேற்குறிப்பு 1.

எஜமானத்தன்மை இல்லாத பல மனிதர்கள் இருக்கிறார்கள். மீண்டும் சொல்வதாயின், இந்த மனிதர்களின் எஜமானத்தன்மையை மிதமாக்காமல், அதனை மேம்படுத்துவதற்கு கவனமான மதிப்பீடும் இடையீடும் அவசியப்படும்.

அடையாளத்தை மீள நிர்மாணித்தல்

இந்த வழிகாட்டலானது, ஒருவர் காணாமல் போனதால் வெற்றிடமாக்கப்பட்ட வகிபாகங்களை பூர்த்தி செய்வதற்காக ஒருவரது அடையாளத்தை மீள நிர்மாணிக்கும் தேவை மீது கவனம் செலுத்துகிறது. தமது வாழ்க்கைத்துணை, பிள்ளை அல்லது உடன்பிறப்பு காணாமல் போனதால் நீங்கள் யாராக இருக்கிறீர்கள் என்பதைக் கூறுமாறு நாம் குடும்ப அங்கத்தவர்களை ஊக்குவிப்போம்: “எனது அன்புக்குரியர் காணாமல் போனதால் இப்போது நான் யாராக இருக்கிறேன்? எனது கணவரை ஆண்டாண்டு காலம் காணாவிட்டால் நான் மனைவியா அல்லது விதவையா? எனது ஒரே பிள்ளை கடத்தப்பட்டிருந்தால், நான் இன்னமும் தாய் தானா? எனது அன்புக்குரியவர் இல்லாத நிலையில், அவருக்காக நான் எந்தவொரு புதிய வகிபாகத்தை ஏற்க வேண்டும்?” குடும்ப அங்கத்துவம் பற்றிய கருத்துக்களை பிரதிபலிக்குமாறும் நாம் ஊக்குவிப்போம்: “நீங்கள் உங்கள் குடும்பமாக இப்போது எதனைக் காண்கிறீர்கள்? யார் உள்ளடங்குகிறீர்கள்? யார் வெளியேறி இருக்கிறீர்கள்? அதாவது, திருமண மற்றும் குடும்ப எல்லைகள் மாறி இருக்கின்றனவா? குடும்ப அங்கத்தவர்கள் உதவாமல் இருப்பார்களாயின், மற்றவர்கள் குடும்பத்தவர்கள் போல மாறியிருக்கிறார்களா?” கலாசாரம், சூழ்நிலை ஆகியவற்றின் அடிப்படையில், ஒன்றாகவும், தனித்தனியாகவும், இந்தக் கேள்விகளுக்கு பதிலளிக்குமாறு நாம் ஊக்குவிப்போம். ஒருவர் இருக்கும் நிலையில் இருந்து, ஒருவர் செய்யும் வேலையில் இருந்து, இப்போதும், குடும்பத்தின் ஆயுட்கால சக்கரம் முழுவதிலும், மாறக்கூடியதாக இருப்பது மீண்டெழும் திறனுக்கு அத்தியாவசியமானது. தெளிவற்ற இழப்பிற்கு அப்பாலுங்கூட, ஆளடையாளமும், செயலாற்றுகையும் காலத்துடன் சூழ்நிலைக்கு ஏற்ப மாறக்கூடியவை.⁵⁰

இருவகை உணர்ச்சிகளை சமூகமாக்குதல்

ஒருவரைப் பற்றி கலவையான உணர்ச்சிகளை அல்லது உணர்வுகளை - உதாரணமாக அன்பு/வெறுப்பு, கோபம்/துயரம் போன்றவற்றைக் - கொண்டிருத்தல் இருவகை உணர்ச்சிகள் எனப்படும். ஆட்கள் காணாமற்போன குடும்பங்களில், அத்தகைய முரண்பட்ட உணர்வுகள் தோன்றி, குற்ற உணர்ச்சியையும், பதகளிப்பையும் ஸ்தம்பிதம் அடையச் செய்கின்றன. எனவே, யாருடனாவது, முடிந்தால் தொழிற்றுறை சார்ந்தவரோடு, பேசுவதன் மூலம் இருவகை உணர்ச்சிகளை அங்கீகரித்து, அதன் எதிர்மறைப் பக்கத்தை நிர்வகித்தல் அவசியம். தெளிவற்ற இழப்பு தொடர்பில் மேற்கொள்ளப்படும் இத்தகைய பதிலளிப்பை உளவியல் ரீதியாக இயல்புக்கு மாறுபட்டதாகக் கருதுவதைத் தவிர்ப்பதற்காக, நாம் உளவியல் மற்றும் சமூகவியல் சார்ந்த இருவகை உணர்ச்சிகளுக்கு இடையிலான வேறுபாட்டை அறிவது அவசியம்.⁵¹ தெளிவற்ற இழப்பில், புறச் சமூக பிளவுகள் மூலம் இருவகை உணர்ச்சி தோன்றுகிறது. இது உளவியல் பிரச்சனை அல்ல. குடும்பத்தின் சமூக சூழலில் இருந்தே

⁵⁰ பார்க்கவும் P. Boss, Loss, Trauma and Resilience, மேற்குறிப்பு 1, Ch. 6.

⁵¹ மேற்குறிப்பு 15; Merton மற்றும் Barber விவாதத்தை பார்க்கவும்

வியாதியையும், அதற்குரிய காரணங்களையும் கண்டறிதல் தொடங்குகிறது. அது தெளிவற்ற இழப்பிற்கு வகைமாதிரியான பதிலளிப்பாக அமையும். எனவே, இதன்மூலம் விளையக்கூடிய இருவகை உணர்ச்சிகள் சுமுகமாக்கப்படுகிறது. ஆகக்கூடுதலாக குற்றவுணர்ச்சியை ஏற்படுத்தக்கூடியதாக இருக்கின்ற பின்வரும் விடயங்களையும் நாம் சுமுகமாக்குகிறோம்: இது முடிந்து விடுவதை விரும்புதல், காணாமற்போனவரின் உடல் கிடைத்து விடுமென எண்ணுதல், காணாமல் போனவர் இறந்து போவது வேதனைக்கு முடிவு கட்டும் என்பதால், இறந்து விடுவதை நாடுதல்.

இருவகை உணர்ச்சி என்பது மனோவியாதி சார்ந்தது அல்லாமல் சமூகவியல் சார்ந்தது என்பதை கண்டறிந்தால், குற்ற உணர்ச்சியையும், பதற்றத்தையும் மென்மேலும் இலகுவாக நிர்வகிக்கலாம். எனினும், கோபத்தையும், குற்ற உணர்ச்சியையும் நாம் சுமுகமாக்கியபோதும், தம்மைத் தாமே அல்லது மற்றவர்களை மனரீதியாக காயப்படுத்துவது போன்ற தீய செயல்களை நாம் சுமுகமாக்க மாட்டோம் என்பதைக் கருத்திற்கொள்ள வேண்டும்.

சமூக ரீதியான இருவகை உணர்ச்சி என்பது பரிச்சயமில்லாத கருதுகோளாக இருக்கலாம். ஏனெனில், ஆரம்பகால துயர்-கோட்பாட்டு அறிஞர்கள் அது பற்றி குறிப்பிட்டிருக்கவில்லை. இது சமகாலத்தில் அரிதாகவே கற்றுக் கொடுக்கப்படுகிறது. அன்புக்குரியவரை இழப்பதன் தீவிர வலியையும், இத்தகைய பதகளிப்பைத் தணிப்பதற்காக விட்டு விடுதலை ஊக்குவிக்க உதவும் இழப்பின் பின்னரான இருவகை உணர்ச்சியின் மன அழுத்தத்தையும் பற்றி பொவ்ல்பி⁵² எழுதியபோதிலும், சமூக ரீதியில் தெளிவற்றதாக இருக்கக்கூடிய இழப்புக்களை அவர் குறிப்பிடவில்லை: அதனைப் ப்ரொயிடும் எழுதவில்லை.⁵³

மனப்பற்றினைத் திருத்தியமைத்தல்

தொலைந்து போனவரை இனிமேலும் எவ்வாறு தொடர்புபடுத்துவது என்பதை அறியாதிருப்பதால், காணாமல் போனவரின் குடும்ப அங்கத்தவர்கள் குழப்பமான மனப்பற்று தொடர்பில் முறையிடுவார்கள். அவர்கள் இன்னமும் பிணைக்கப்பட்டுள்ளார்களா? இல்லையா? தமக்கு கைம்மாறு இல்லாமல், உணர்வுபூர்வமாகவும், சமூகரீதியிலும், அறிவுபூர்வமாகவும் தாம் கொண்டிருந்த உறவு, தமக்கு இனிமேலும் கிடையாது என காணாமல் போனவரின் வாழ்க்கைத் துணையும், பெற்றோரும், உடன்பிறப்புக்களும் கூறுகிறார்கள். இதன் காரணமாக, முன்னர் இருந்த மனப்பற்று, இப்போது இல்லாமல் போகிறது. காணாமல் போனவருடனான உறவைப் புரிந்து கொள்வதற்கு, ஒருவர் “இரண்டும்-மற்றையதும்” என்ற முரண்பாட்டு நிலையை தழுவிக்கொள்ள வேண்டும்: “எனது அன்புக்குரியவர் பிரிந்து சென்று விட்டார். அவர் இங்கே இருக்கிறார். இரண்டும் உண்டு”

மனப்பற்றைத் திருத்தியமைத்தல் என்பது முடித்து விடுவதை நாடுவது அல்ல. மாறாக, தொலைந்து போனவருடன் இருக்கக்கூடிய உள்ளார்ந்த உறவைப் பேணுவதுடன், புதிய உறவுகளையும் தொடர்புகளையும் கண்டறிவதில் உணர்வுபூர்வமான ஆற்றலில் முதலீடு

⁵² John Bowlby, Loss: Sadness and Depression, Vol. 3, Attachment and Loss Series, Basic Books, New York, 1980.

⁵³ பார்க்கவும் P. Boss, Loss, Trauma and Resilience, மேற்குறிப்பு 1, Ch. 7

செய்தல் என்று அர்த்தப்படும்.⁵⁴ இதன் அர்த்தம், நாம் இழந்த உறவை நினைவுகூருதலும், போகவிடுதலும் ஆகிய இரண்டுமாகும். அதாவது, நாம் இழந்ததையிட்டு கவலையடைவோம், எனினும், அவர் தொடர்பில் உங்களிடம் எஞ்சியிருக்கும் விடயங்களைக் கொண்டாடுவோம் என்பதாகும். எந்தவொரு குடும்ப அங்கத்தவரும் எல்லா நேரமும் இருக்க மாட்டார். காணாமல்போனாலும், மரணித்து விட்டாலும் அவர் முற்றுமுழுதாக போய்விடவும் மாட்டார். காணாமல் போனவருடன் நீங்கள் கொண்டுள்ள மனப்பற்றைத் துண்டித்து விட்டு, முடித்து விடுதல் என்ற கருதுகோளை புறந்தள்ளி, அதற்கு மாறாக, புதிய வழியிலும், புதிய பற்றுதல்களுடனும் வாழ்க்கையில் முன்னேறிச் செல்வதுடன், அவர்களை நினைவுகூர்ந்து, கௌரவிக்க வேண்டும்.

புதிய நம்பிக்கையைக் கண்டறிதல்

தெளிவற்ற இழப்பின் சமகால இயல்பு காரணமாக, காணாமல் போனவர்களின் குடும்பங்கள் புதிய நம்பிக்கையை - காணாமல் போனவர் மீது கவனத்தை மையப்படுத்தாத நம்பிக்கையை - கண்டறிதல் அத்தியாவசியமானது. இந்த இடத்திலும் “இரண்டும்-மற்றதும்” என்ற சிந்தனை உதவியாக அமையலாம்: “எனது அன்புக்குரியவர் திரும்பி வருவார் என்ற நம்பிக்கையுடன் இருப்பதுடன், நான் புதிய நம்பிக்கைகளுடனும், கனவுகளுடனும் முன்னோக்கி நகர்கிறேன்”. உறவுகள் காணாமல் போன குடும்பங்கள் பெரும்பாலும் சட்டத்தில் அல்லது அரசு கொள்கைகளில் மாற்றங்களை ஏற்படுத்துவதன் மூலம் இனிமேலும் கடத்தல்களும், காணாமற்போதல்களும் நிகழ்வதைத் தவிர்ப்பதற்கு உதவி செய்ய எதிர்பார்க்கின்றார்கள் அல்லது தமது பிள்ளைகளை நல்லபடியாக வளர்ப்பதில் புதிய நம்பிக்கையை கண்டறிந்து கொள்கிறார்கள். ஏனெனில், காணாமல் போனவரும் அதைத் தான் விரும்பியிருப்பார். அத்துடன், அடுத்த தலைமுறை வாழ்க்கையை சிறப்பாக்கிக் கொள்ளும். உயிர்வாழும் குடும்பங்கள் தமது வாழ்க்கை பாதுகாப்பாக இருக்கக்கூடிய புதிய இடத்திற்கு நகரலாம். நீதிக்காக பாடுபடுதலில் நம்பிக்கையும் உள்ளடங்கிருக்கிறது என்பதை சிலர் கண்டறிகிறார்கள். தமது ஆன்மீக மூலங்களைப் புதுப்பித்து, அவற்றை ஆழமாக பின்பற்றுதல் கற்பனைத் திறனுக்கும், அதன் பின்னர் புதிய நம்பிக்கைகளை நடைமுறைப்படுத்தவும் உதவுகிறது என்பதை சிலர் கண்டறிகிறார்கள். அந்த நம்பிக்கை துயருக்கு முடிவு கட்டாவிட்டாலும், தெளிவற்ற நிலையின் இழப்பிற்கு மத்தியில் முன்னோக்கிச் செல்ல வழிவகுக்கிறது என்பதைப் புரிந்து கொள்வது பெறுமதியான குடும்ப மூலவளமாக மாறுகிறது. புதியதொரு நம்பிக்கை கிடைக்கையில், துயரில் இருந்தும் நல்ல விஷயங்கள் கிடைக்கலாம்.

இங்கு சுருக்கமாக மீள்பரிசீலனைக்கு உட்படுத்தப்பட்ட ஆறு வழிகாட்டல்களும், ஆட்கள் காணாமற்போன குடும்பங்களில் அர்த்தத்தையும் நம்பிக்கையையும் மீள நிலைப்படுத்தத் தேவையான முக்கியமான பிணித்தீர்வையும் உள்ளடக்கியிருக்கின்றன. அவை மீட்சித்திறனைக் கட்டியெழுப்புவதற்கான வரைபடமாகின்றன.⁵⁵ வழிகாட்டும் வரைபடமென்ற ரீதியிலான தெளிவற்ற இழப்புக் கோட்பாட்டுடன், தீர்வு காணாத துயரும், இருவகை

⁵⁴ Ibid., Ch. 8.

⁵⁵ பார்க்கவும் ibid. மேலதிகமான விவாதங்களுக்கு

உணர்ச்சிகளும் இயல்புக்கு மாறான தீவிரத்தன்மை உடையவை என்ற கருதுகோளை சவாலுக்கு உட்படுத்தலாம். காணாமல் போனவர்களின் குடும்பங்கள் இந்த வழிகாட்டல்கள் பற்றி கலந்துரையாட ஒன்றுகூடி, தெளிவற்ற இழப்பை அனுபவிக்கும் மற்றவர்களின் கதைகளைக் கேட்கையில், தாம் தனியானவர்கள் அல்ல என்பதை உணர்ந்து கொள்வார்கள். தமது கருத்துநிலைப்பாடுகளை மாற்றி, மீண்டெழும் ஆற்றலைக் கட்டியெழுப்புவதன் மூலம் தமது துயர்களை இலகுவாகத் தணிக்க முடியும் என்பதை அவர்கள் கண்டு கொள்வார்கள். எங்கு நிகழ்ந்தாலும், தெளிவற்ற இழப்பிற்கான மாதிரியை இடையீட்டு வழிகாட்டல் வரைபடமாக நாம் வலுவாகப் பரிந்துரைக்கிறோம்.

மனிதநேய பணியாளர்களுக்கான பொருத்தப்பாடு: தொழிற்றுறை சார்ந்த சுயபிரதிபலிப்பின் அவசியம்

தெளிவற்ற நிலையை சகித்துக் கொள்வதில் நாம் எந்தளவு தூரம் செல்ல முடியுமோ அதற்கு அப்பால் நாம் வேலை செய்யும் குடும்பங்களைக் கொண்டு செல்ல முடியாது என்பதை தெளிவற்ற இழப்பை கையாளும் வகையில் வேலை செய்பவர்கள் புரிந்து கொள்ள வேண்டும். மேலே சமர்ப்பிக்கப்பட்ட ஆறு வழிகாட்டல்களை பற்றிக் கொள்ள வேண்டியவர்கள், உயிர்வாழும் குடும்பங்கள் மாத்திரம் அல்ல. மாறாக, அவர்களுடன் சேர்ந்து வேலை செய்பவர்களும் தான். ஒருவருக்கு எவ்வாறு பராமரிப்பை வழங்குவது, நீண்டகால மன அழுத்தத்தால் விளையும் சோர்வு மற்றும் அயர்ச்சியையும் எவ்வாறு தவிர்ப்பது என்பது பற்றி நான் வேறு இடங்களில் எழுதியுள்ளேன்.⁵⁶ மனிதநேயம் மிக்கவர்கள் என்ற ரீதியில், ஆட்கள் காணாமற்போன குடும்பங்களுடனான எமது இந்த கஷ்டமானதும், சில சந்தர்ப்பங்களில் ஆபத்தானதுமான வேலை பற்றி நாம் எவ்வாறு உணர்கிறோம் என்பது பற்றி நாமெல்லாம் விழிப்புணர்வுடன் இருக்க வேண்டும். இந்த வேலையைச் செய்கின்ற நான் யார்? தெளிவற்ற நிலை பற்றிய எனது சகிப்புத்தன்மை மட்டம் யாது? நான் உதவி வழங்கும் ஆட்களுக்கு என்னால் தீர்வு தர முடியாவிட்டால் தொழிற்றுறை சார் தோல்வியாக நான் எவ்வாறு உணர்வேன்? பாதிக்கப்பட்ட குடும்பங்களுக்கும், சமூகங்களுக்கும் என்னால் தீர்வு காண முடியாவிட்டால் எனது உணர்வு எவ்வாறு இருக்கும்?

மற்றவர்களின் இழப்பை நாம் புரிந்து கொள்ள வேண்டுமாயின், எமக்கு ஏற்பட்ட இழப்புக்களை நாம் பிரதிபலிக்க வேண்டியதாக இருக்கும். நாமும் கூட, வாழ்க்கையின் வழி முன்னேறுகையில், எமது இழப்புக்களின் அர்த்தத்தைக் கண்டறிதல், தனிப்பட்ட மற்றும் தொழிற்றுறை சார்ந்த ரீதியில் எமது வாழ்க்கையில் எஜமானத்தன்மையை தக்கவாறு அமைத்துக் கொள்ளுதல், எமது ஆளடையாளங்களை மீளக் கட்டியெழுப்புதல், தவிர்க்க முடியாத இருவகை உணர்ச்சிகளை சுமுகமாக்குதல், எமது மனப்பற்றுக்களை திருத்தியமைத்தல், புதிய நம்பிக்கைகளையும் கனவுகளையும் கண்டுபிடித்தல் ஆகிய ஆறு வழிகாட்டல்களை சிந்தையில் வைத்திருப்பது அவசியம். தெளிவற்ற இழப்பால் அல்லலுறும் குடும்பங்களுக்கு உதவுவதில் நாம் பயனுறுதி வாய்ந்தவர்களாக இருக்க வேண்டுமாயின், முதலில் எமது சொந்த விடயங்களை அங்கீகரித்து, அவற்றின் அடிப்படையில் பிரதிபலிப்பது கட்டாயமானது. இங்கு கலந்துரையாடப்பட்டவற்றைப் போன்று தீவிரமான சந்தர்ப்பங்கள்

⁵⁶ சிகிச்சையாளர் பற்றிய மேலதிக தகவலுக்கு, பார்க்கவும் *ibid.*, pp. 197–210

அபூர்வமானவையாக இருந்தாலும், நாம் அனைவரும் ஏதோவொரு தெளிவற்ற இழப்புக்களைக் கொண்டிருக்கிறோம். எமது சொந்தத் தேவைகளையும், பாதிக்கப்படக்கூடிய தன்மைகளையும் அங்கீகரிப்பதன் மூலமே எமது மனிதநேயப் பணிகளில் நாம் மென்மேலும் மீட்சித்திறன் கொண்டவர்களாக, பயனுறுதி வாய்ந்தவர்களாக மாறுவோம். விடை தேடி, வலியைக் குணப்படுத்தி, பிரச்சினை தீர்த்து, உடைந்ததை சரி செய்வதற்கு நாம் தொழில்முறை ரீதியாக பயிற்றப்பட்டிருந்தாலும், காணாமல் போனவர்களின் குடும்பங்களுடன் வேலை செய்வது உண்மையிலேயே பிரத்தியேகமான சவாலாகும்.

