

# Sokid laual, suhtes mõrad?

TEKST PILLE MAFFUCCI FOTO CORBIS

Olgu suhe nii ideaalne kui tahes, ikka on midagi, mis partneri juures häirib. Mõnikord võib häiritus vedelevate esemete ja välja viimata prügi pärast viidata aga hoopis sügavamale rahulolematusele suhte endaga.

"Mõnele piisab ühisest kodust, majapidamisest, lastest. Teine vajab kuumat kirglikku suhet ja on mures, kui see jahtuma hakkab. Tähtis on aga, kuidas just konkreetsed kaks inimest koos elatud saavad," rõhutab psühholoog **Marge Vainre**. "Kui suhe on tugev, siis pisiasjad ei häiri. Kui üks saab aru, et teisele miski ei meeldi, siis ta korrigeerib oma käitumist. Igapäevased asjad hakkavad liigselt häirima siis, kui suhte vundamenti on tekkinud mõrad."

14 aastat vabaabielus olnud **Heleni\*** (35) sõnul lõppesid ta esimesed tõsisemad suhted just pisiasjade pärast. "Näiteks ajas mind närvi, kui mees esines enesekindlalt teemadel, millest ta midagi ei teadnud."

Oma praegusele suhtele viidates leiab ta imestunult: "Arvasin, et vedelevad sokid ja WCs prillilaua ülesjätmine, on vaid klišeed. Aga meie peres kipuvad sokid ka laua peale jääma. Ma ei pane neid ise ära, pigem näägutun. Endal on paha ja teistel samuti, aga enam ma sokke laualt eriti ei leia. Kui

mind miski häirib, siis kindlasti räägin sellest." Helen on kuhjanud ka maja peale vedeleva jäänud asjad kokku ja viinud need mehe voodi juurde – las too ise sorteerib! "Mõnikord mõtlen, et äkki on see liiga leebe variant, pole piisavalt kasvatusliku mõjuga?"

Heleni meelest võiks meeski alati öelda, kui miski ei meeldi. "Ilmselt püüab ta kodurahu hoida, teades, et vihastan kergesti, kui tunnen, et mulle on liiga tehtud." Ta on nõus väitega, et kui pisiasjad juba väga häirivad, on probleem milleski sügavamas kui sokkides. "Meie suhe sinna punkti veel jõudnud ei ole!" kinnitab ta.

## MIS SULLE EI MEELDI?

**Marge Vainre:** "Kui sulle ei meeldi teise teod, võib partneriga kokku leppida, et nüüdsest tehakse asju teisiti, ülesanded jagatakse ära. Hoopis teine on lugu siis, kui arvustatakse, milline mees või naine teine on, minnakse isiksuseomaduste kallale. Me ei saa teisele lihtsalt öelda: hakka teistsuguseks! See on ebarealistlik. On tõesti oluline, et

tunnistaksime partneri vastuvõtavaks sellisena, nagu ta on."

**Krista\*** (47) on abielus olnud 22 aastat. Naise sõnul ärritab teda enim abikaasa komme seltskonnas talle vahele segada ja öelda, et naine liialdab või ajab jama. "Algul mõtlesin, et võib-olla ongi tal õigus: ta on minust targem ja tugevama loogikaga. Samas tegid sellised kommentaarid haiget. Mehe seisukoht tundus isegi õige, kuid mind häiris, kui ta ei tahtnud sekkuda. Võtsin kõike väga isiklikult, siis aga märkas, et nii käitub ta ka teistega."

**Marge Vainre:** "Miks me tahame teist muuta? Kuidas saab partnerlus suhte toimida, kui üks dikteerib teisele, mida ta rääkida tohib? Ka suhtes peame jääma iseendaks, kaotamata meie-tunnet. Krista mees saab sellist käitumist jätkata seni, kuni naine annab selleks loa, kuni ta ei ütle, et mehe sekkumine teda häirib, või ei tee seda piisavalt selgelt. Partneri rahulolematuse ignoreerimine saadab välja sõnumi: ma ei võta sind tõsiselt. Siiski pole tähtis otsida süüdlast, vaid aru saada, kuidas meie käitumine teist mõjutab."

\* Nimed on kõnelejate soovil muudetud.



Krista on abi saanud mõttest, et peaks ehk lahutama. "Kummalisel moel teeb see kergemaks ka häirivate asjade talumise." Ta on endale sisen-danud, et nii mitmedki asjad, mis teda teise juures häirivad, on suuresti tõl-gendamise küsimus. "Näiteks ei meel-di mulle, et kui mehega räägin, on te-mal silmad arvutis. Samas ongi ta pi-gem tegutseja kui jutumees. Või tema uhked ja kallid kingitused. Mina olek-sin õnnelikum hoopis sinilillede, mit-te kuldsõrmuse üle. Ent see on tema viis rõõmu väljendada, mida ma ei oska ehk vastu võtta – kink tuli ju südamest."

**Marge Vainre:** "Muutused algavad, kui teadvustad muutuse vajadust, se-da määra, kuivõrd sind teise käitumi-ne tegelikult häirib. Vaikimise taga võib küll olla hirm kaotada suhet, soov näilist kodurahu mitte rikkuda, ent samas: milleks selli-ne rahu, millega sa tegelikult rahul ei ole? Suhe peab ole-ma väga habras, kui kardad olla teisel arvamusel. Terves suhtes ei kardeta ka oma rahulolema-tust väljendada.

Mõnikord on hea endale teadvus-tada: see on minu valik, kas ma jätkan suhet või mitte. See annab teatud kind-lustunde ning võib muuta leplikuk-maks."

## PAAR KOOSNEB KAHEST

Välismaalane **David\*** (54) elab Ees-tis ja on kolmandat aastat abielus eest-lannaga, kel on 10aastane tütar. "Mida aeg edasi, seda rohkem tunnen, kui ime-line on abielus lähedus, seda ei asenda miski. Minust oleks tõeliselt rumal las-ta pisisasjadel seda rikkuda," räägib mees, kes siiski ei varja, et tegelikult te-da ju häirib näiteks naise komme jätta diivanile oma riideid, raamatuid, pas-takaid. "M i n u meelest peaks diivan olema mugav istumise või lamamise koht, mitte asjade hoiupaik. Kui ma riid-ded maha viskaksin, tekitaks see toas segadust, rõivad määduvad, naine ei leia oma asju üles. Võiksin ju lihtsalt heita kõigi asjade peale, mis diivanil on, aga see pole kuigi mugav. Kolmas va-riant on asjad oma kohale ära panna, aga ma ei tea, kus on naise jaoks õige koht!" arutleb David. "Kuid abielus

pole siiski ju ainult "mina", abielu tä-hendab "meid". Isegi kui minu jaoks on diivan ainult lõõgastumise koht, siis nai-sele on see ka asjade hoidmise paik."

Veel ei mõista ta, miks naine ei pa-ne pärast nõude pesemist asju õigele ko-hale. "Ta torkab väiksed lusikad koos nugade-kahvlitega ühte suurde topsi, kust on neid raske kätte saada. Miks ei võiks ta panna neid väiksemasse, tee-lusikatele mõeldud topsi?"

Kas asjad on aja jooksul muutunud? David: "Jah ja ei. Muutunud on meie kolme – minu, mu naise ja kasutütre va-helised suhted. Aeg-ajalt tunnen end kõrvalejätuna. Kuid ma rääkisin sel-lest naisele juba me abielu alguses ja ise-gi kui kõik ei ole veel ideaalne, näen ma, kui palju on ta püüdnud mind ja tüdart lähedasemaks muuta."

Davidi sõnul on aga tähtsaim muu-tus toimunud ta endaga: "Olen aru saa-

nud, et kui naine pa-neks alati kõik asjad korralikult ära, siis ootaks ta sama minult-ki ja see oleks hoopis ebameeldivam. Ka nai-sele ju meeldib, kui

toad on korras, kuid see ei ole tema jaoks tähtsuse järjekorras esimene asi. Seni kui naine hindab seda, mis on mi-nu jaoks olulisim, ja mina väärtustan seda, mis on tema jaoks tähtsaim, suu-dame üle saada tühistest häirivatest as-jadest. Niisiis õpin pidevalt, kuidas loo-buda uhkusest ja lihtsalt nautida me abielu." Diivanilt leitud asjad kuhjab ta juba mõnda aega lihtsalt käetoale kokku.

**Marge Vainre:** "Suhtes on kaks poolt ja ideaalis lahendatakse probleem koos. Kahekesi on lihtsam mõista, kui-das on vastastikku teineteise rahulole-matust toidetud. Esimese sammuna ta-sub rääkida sellest, kuidas mingi käitu-mine mulle mõjub, mitte hakata teist kamandama või süüdistama. Oluline on öelda, mida mina tunnen, kasutada n-ö mina-keelt. Sel juhul räägin ainult enda nimel ja teine ei saa vastu vaielda, sest see on minu tunne. See ei pruugi teisele meeldida, aga ta ei saa kuulnud vaidlustada. Ta võib tunda end halvas-ti seepärast, et ma nii tunnen. Ja siis on teise valida, kas ta tahab midagi teha selleks, et ma tunneksin end paremini. Mida iganes teeb üks teisiti, see muu-dab midagi partneriski."