திருமணத்திற்கு முன்னரான உளவளத்துணை எனும் எண்ணக்கருவும், தற்காலத்தில் அதன் அவசியமும்

M.S.F. Faheema[1], M.A. Dheesan Banu[2] & M.I. Fathima Sheefa[3]

[1]Faculty of Islamic Studies & Arabic Language, South Eastern University of Sri Lanka,
[2]Faculty of Arts & Culture, University of Peradeniya,
3Assistant Lecturer, Faculty of Islamic Studies & Arabic Language, South Eastern University of Sri Lanka
[1]ffaheema98@gmail.com, [2]atheesanbanu@gmail.com, [3]ibraheemsheef@gmail.com

ஆய்வுச்சுருக்கம்

திருமணத்திற்கு முந்தைய உளவளத்துணை என்பது தங்களது திருமண வாழ்வில் இணைந்து கொள்வதற்கு முன்னராக தம்பதியினர் இருவரும் தங்களது எதிர்கால வாழ்வினை எவ்வாறு திட்டமிட்டுக் கொள்வது, திருமண வாழ்வில் காணப்படுகின்ற சவால்களை எவ்வாறு வெற்றிகரமாக எதிர்கொண்டு மகிழ்ச்சிகரமானதும் தருப்திகரமானதும் நிலையானதுமானதோர் குடும்ப வாழ்வினைத் திட்டமிட்டுக் கொள்வது போன்றவை தொடர்பானதோர் சிறந்த வழிகாட்டலினை வழங்குகின்றது. எனவேதான், இத் திருமணத்திற்கு முந்தைய உளவளத்துணை தொடர்பான தெளிவும் புரிதலும் எம் சமூகத்தின் மத்தியில் அதிலும் மிகக் குறிப்பாக திருமண வாழ்விற்குத் தயாராகும் இளைஞர் மற்றும் யுவதிகளிடத்தில் மிகவும் அவசியப்பாடானதோர் விடயமாக நோக்கப்படுகின்றது. அந்தவகையில், இவ்வாய்வானது திருமணத்திற்கு முந்தைய உளவளத்துணை என்றால் என்ன?, திருமணத்திற்கு முந்தைய உளவளத்துணையின் அவசியம் யாது? போன்ற ஆய்வு வினாக்களின் அடிப்படையில், சமூகத்தின் மத்தியில் போதியளவு விழிப்புணர்வு மற்றும் தெளிவின்றிக் காணப்படுகின்ற திருமணத்திற்கு முந்தைய உளவளத்துணை தொடர்பான எண்ணக்கருவினை விளக்குதல், அதன் அவசியத்தினைத் தெளிவுபடுத்துதல் எனும் ஆய்வு நோக்கங்களினையும் கருத்திற் கொண்டு இவ்வாய்வானது பண்புரீதியான ஆய்வாக மேற்கொள்ளப்பட்டுள்ளது. இவ்வாய்விற்கான தரவுகள் மற்றும் தகவல்கள் யாவும் இத் தலைப்புத் தொடர்பாக எழுதப்பட்ட ஆய்வுகள், புத்தகங்கள், கட்டுரைகள் மற்றும் நிகழ்நிலைத் தகவல்கள் போன்ற இரண்டாம் நிலைத் தரவுகளிலிருந்து பெறப்பட்டு இவ்வாய்வானது இலக்கிய மீளாய்வுகளின் அடிப்படையில் மேற்கொள்ளப்பட்டுள்ளது. மேலும், இவ்வாய்வில் திருமணத்திற்கு முந்தைய உளவளத்துணையின் இலக்குகள் மற்றும் அதனூடான தாக்கங்கள் என்பன ஆராயப்பட்டுள்ளதுடன், இத் திருமணத்திற்கு முந்தைய உளவளத்துணை ஏன்?, எதற்காக அவசியப்பாடன ஒன்றாகக் காணப்படுகின்றது என்பதற்கான தெளிவுகளும் வழங்கப்பட்டுள்ளன.

திறவுச் சொற்கள்: *உளவளத்துணை, திருமணம், திருமணத்திற்கு முன்னரான உளவளத்துணை, உளவியல்*

---

1. அறிமுகம்

சமூகத்தின் அடிப்படை அலகாகவும், அத்திவாரமாகவும் குடும்பம் காணப்படுகின்றது. குடும்ப வாழ்விற்கான அடிப்படையாக திருமணம் காணப்படுவதோடு, அது பல்வேறு நோக்குகளையும், இலக்குகளையும் கொண்டமைந்துள்ளது. இவ்வாறு பல் நோக்கங்களை கொண்ட திருமணமானது இன்றைய உலகில் பிரச்சினைகள் சூழ்ந்ததும், நிம்மதியற்றதாகவும்,இலக்கற்றதாகவும்

ISBN: 978-624-5736-55-3

காணப்படுகின்றது. இதன் காரணமாக இன்று குடும்ப கட்டமைப்பு, விழுமியங்கள், இலக்குகள் சீர்குலைந்து, சிதைவடைந்து காணப்படுகிறது. எனவே தான் இன்று சமூக மட்டத்திலும் சரி, குடும்பங்களிலும் சரி ஏற்படுகின்ற பிரச்சினைகளை குறைத்துக் கொள்வதில் உளவளத்துணையின் பங்கு மிகையாகாது. இன்றைய நெருக்கடியான சூழலில் உளவளத்துணையானது பல்வேறுபட்ட பிரச்சினைகளை தீர்த்துக் கொள்கின்ற அதேவேளை திருமணத்திற்கு முன்னரான உளவளத்துணையானது திருமண வாழ்வை ஆரோக்கியமானதாக மாற்றுகிறது. திருமண பந்தத்தில் இணைய தயாராக இருக்கும் தம்பதியினரை அல்லது இளைஞர்களை அல்லது கட்டிளமைப் பருவத்தினரை நோக்காகக் கொண்டு ஓர் வரையறுக்கப்பட்ட காலப்பகுதியினுள் ஆரோக்கியமான குடும்ப வாழ்க்கைக்கு தேவையான மிக முக்கியமான விடயங்கள், இலக்குகள் போன்ற விடயங்களை தெளிவுபடுத்தி அறிவூட்டும் பயிற்சியளிக்கும் செயன்முறை திருமணத்திற்கு முன்னரான உளவளத்துணை எனப்படுகின்றது (Amanda Kepler, 2015).

இன்றைய காலப்பகுதியில் சிறு சிறு விடயங்களுக்கு எல்லாம் முரண்பட்டுக் கொண்டு, நீதிமன்றங்களிலும் குடும்ப மட்டங்களிலும் விவாகரத்து நிலைமைகள் அதிகமாக காணப்படுகின்றன. இவ்வாறான சூழ்நிலைகளில் எவ்வாறான அணுகுமுறைகளைக் கையாண்டு தம்பதிகளுக்குள் ஏற்படும் முரண்பாடுகளை தீர்த்துக் கொள்வது என்ற அறிவினைப் பெற வேண்டும். அப்போதுதான் குடும்ப வாழ்க்கையில் தோன்றும் பல்வேறுபட்ட பிரச்சினைகளையும் சிக்கல்களையும் சுமூகமான முறையில் கையாண்டு குடும்ப வாழ்வை மகிழ்ச்சிகரமாக மாற்றி அமைத்துக் கொள்ள முடியும்.இதன் பின்னனியில் தான், இன்றைய சூழலில் திருமணத்திற்கு முன்னரான உளவளத்துணை மிகவும் அத்தியாவசியமாக காணப்படுகின்றது ஏனெனில் இன்றைய உலகில் விவாகரத்து அல்லது பிரிந்து வாழ்தல் என்பன பேசுபொருளாக மாறியுள்ளது. சமூகத்தின் எதிர்கால நன்மை கருதி திருமணத்திற்கு முந்திய உளவளத்துணையின் அவசியத்தையும் முக்கியத்துவத்தையும் நன்குணர்ந்து ஒரு அவசியமான நிபந்தனையாக சமுதாயத்தில் இது தெளிவுபடுத்தப்பட வேண்டும் (Asuquo Asuquo Udofia. Epiphania Emefa Bonsi & Gladstone Fakor Agbakpe, 2021).

2. ஆய்வுப் பிரச்சினை

தற்கால அவசர வாழ்க்கை, துரித வளர்ச்சிக்கு மத்தியில் மக்கள் ஒவ்வொரு துறையிலும் பல்வேறுபட்ட முன்னேற்றங்களை கண்டுகொண்டுள்ளனர். இது ஒருபக்கம் இருக்க தனிமனித வாழ்வியலில் திருமணம் என்ற கட்டத்திற்கு அடுத்த கட்டமாக விவாகரத்து அல்லது பிரிந்து வாழ்தல் என்பது காணப்படுகின்றது. இது மனித வாழ்வியலில் இயல்பான ஒன்றல்ல. இதனால் பல தனிநபர், குடும்ப, சமூகமட்டங்களில் பல பிரச்சினைகள் உருவாகின்றன. மறுபக்கம் உளவியலில் ஒருபகுதி திருமணத்திற்கு முன்னரான உளவளத்துணை மூலம் திருமண வாழ்வை ஆரோக்கியமாக வடிவமைத்து பிரிவின்றி புரிந்துணர்வோடு வாழ உதவுகின்றது என்கின்றது. ஆனால், இது பற்றிய போதிய அறிவோ தெளிவூட்டலோ மக்கள் மத்தியில் இல்லை. இது ஆய்வுப்பிரச்சினையாக கொள்ளப்பட்டடுள்ளது.

3. ஆய்வு வினாக்கள்

திருமணத்திற்கு முன்னரான உளவளத்துணை என்றால் என்ன?

திருமணத்திற்கு முன்னரான உளவளத்துணையின் அவசியம் யாது?

4. ஆய்வு நோக்கங்கள்

திருமணத்திற்கு முன்னரான உளவளத்துணை எனும் எண்ணக்கருவினை விளக்குதல்.

திருமணத்திற்கு முன்னரான உளவளத்துணையின் அவசியத்தை தெளிவுபடுத்துதல்.

5. ஆய்வு முறையியல்

இந்த ஆய்வானது பண்புரீதியான ஆய்வாகக் காணப்படுகின்றது. இவ்வாய்விற்கான தரவுகள் மற்றும் தகவல்கள் யாவும் இத் தலைப்புத் தொடர்பாக எழுதப்பட்ட ஆய்வுகள், புத்தகங்கள், கட்டுரைகள் மற்றும் நிகழ்நிலைத் தகவல்கள் போன்ற இரண்டாம் நிலைத் தரவுகளிலிருந்து பெறப்பட்டு இவ்வாய்வானது இலக்கிய மீளாய்வுகளின் அடிப்படையில் மேற்கொள்ளப்பட்டுள்ளது.

5. இலக்கிய மீளாய்வுகள்

Asuquo Asuquo Udofia. Epiphania Emefa Bonsi & Gladstone Fakor Agbakpe (2021) ஆகியோர் எழுதிய The Impact of Pre-Marital Counseling and Psychological Variables on Marital Satisfaction Among Married Couples in Laterbiokoshie, Ac-cra, Ghana எனும் ஆய்வானது திருமண வாழ்வின் திருப்தி நிலையிலே திருமணத்திற்கு முன்னரான உளவளத்துணையின் வகிபங்கு யாது? அதேபோன்று திருமண வாழ்வின் திருப்பி நிலையில் இவ் உளவளத்துணையின் நேர்மறையான மற்றும் எதிர்மறையான தாக்கங்கள் எவை? என்பதனை ஆய்வு நோக்கமாகக் கொண்டு இவ் ஆய்வு மேற்கொள்ளப்பட்டுள்ளது. 720 பங்குபற்றுனர்களைக் கொண்டு இவ்வாய்வுக்கான தரவுகள் பெறப்பட்டு இவ்வாய்வின் முடிவுகள் பெறப்பட்டுள்ளன.திருமணத்திற்கு முன்னரான உளவளத் துணையை பெற்றுக்கொண்டோர்; திருமணத்திற்கு முன்னரான உளவளத்துணை பெற்றுக் கொள்ளாதவர்களை விட தங்களது திருமண வாழ்வில் திருப்தி நிலையில் உள்ளதாகவும் அவர்களுக்கிடையிலான உறவில் உறுதித் தன்மை உடையவர்களாகவும் காணப்படுகின்றனர் என்பது இவ் ஆய்வின் முடிவாக பெறப்பட்டுள்ளது.

Sanjana Gupta (2021) What is premarital counseling? எனும் ஆய்வானதும் இவ்வாய்வுக் கட்டுரையில் திருமணத்திற்கு முன்னரான உளவளத்துணை என்றால் என்ன? அதன் வகைகள் எவை? அதில் உளவளத்துணையாளர்கள் பிரயோகிக்கும் சிகிச்சை முறைகளான (Types of Therapy) Gottman Method, EFT (Emotionally Focused Therapy), Psychodynamic Couples Therapy என்பன பற்றிய விளக்கமும் குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது.மேலும் திருமணத்திற்கு முன்னரான உளவளத்துணையின் நுட்பங்கள் பற்றியும் திருமணத்திற்கு முன்னரான உளவளத்துணையானது எவ்வாறான உதவிகளை தம்பதியினருக்கு வழங்குகின்றது என்பதையும் உள்ளடக்கியுள்ளது.“திருமணத்திற்கு முன்னரான உளவளத்துணை அடிப்படை நம்பிக்கைகளை அடையாளம் காணவும், திருமணத்தினூடான யதார்த்தமான எதிர்பார்ப்புகளை அமைக்கவும், எதிர்கால திட்டமிடல் மற்றும் உங்களது வாழ்வை இணைக்கும் வழிகளை தீர்மானிக்கவும் உதவுகின்றது”. Sabrin Ramanoff, PSYD. திருமணத்திற்கு முன்னரான உளவளத்துணையின் நன்மைகளாக : தம்பதியர் ஆக்கபூர்வமான தொடர்பாடலை கற்றுக்கொள்ளல், முரண்பாடுகளைத் தீர்க்கும் திறன்களை வளர்த்துக்கொள்ளல், நேர்மறையான அம்சங்களில் கவனம் செலுத்தல், செயற்திறனற்ற நடத்தைகளை அகற்றுதல், திருமணம் தொடர்பான அச்சத்தைப் போக்கல் போன்றன குறிப்பிடப்பட்டுள்ளன.

Cristine E. Murray and Thomas L. Murray (2004) vOjpa Solution - Focused Premarital counseling; Helping Couples Build a Vision for their Marriage. இவ்வாய்வில் திருமணத்திற்கு முன்னரான உளவளத்துணை என்றால் என்ன?, திருமணத்திற்கு முன்னரான உளவளத்துணையில் தீர்வு மைய அணுகுமுறை எவ்வாறு பயன்படுத்தப்படுகின்றது?, இம் முறையில் உள்ளடங்கும் பிரதான அம்சங்கள் எவை? என்பன பற்றிய விளக்கங்களும், இம் முறையினை திருமணத்திற்கு முன்னரான உளவளத்துணையில் பயன்படுத்துவதில் உள்ள வரையறைகள் மற்றும் அதன் மூலமாக தம்பதியினர் அடையும் அடைவுகள் பற்றியும் விரிவாக கூறப்பட்டுள்ளது.

M.A.F. Shifna Banu எழுதிய விவாகரத்தினை குறைப்பதற்கான முன்மொழிதலும், கலந்துரையாடலும் எனும் ஆய்வானது *(5th International Sysmposium, 2018)* தலாக்கிற்கான காரணங்களைக் கண்டறிந்து தலாக் ஏற்படும் விகிதத்தைக் குறைப்பதற்கான முன்மொழிவுகளை வழங்குவதையே பிரதான நோக்கமாக் கொண்டது.

திருமணத்திற்கு முன் அது பற்றிய அறிவு வழங்கப்படுவதுடன், பிரச்சினைகளை இனங்கண்டு அதனை கையாள்வதற்கான திறனும் வளர்க்கப் பட வேண்டும். அந்த வகையில் திருமணத்தின் நோக்கம், தன்னுடைய வாழ்க்கைத் துணையை எவ்வாறு தேர்வு செய்வது என்பவற்றை அறிவதன் மூலமும் திருமண வாழ்வின் எல்லாச் சூழ்நிலைகளிலும் புரிந்துணர்வோடு, பிரச்சினைகளைத் தீர்ப்பதற்கான சகலவிதமான வழிகாட்டல்களை வழங்குவதன் மூலமும் பிரச்சினைகள் வருவதற்கு முன்பே அவற்றைத் தவிர்க்க முடிவதோடு சந்தேகங்கள், ஐயங்கள் போலியான நம்பிக்கையுடன் வாழ்வை எதிர்கொள்வது தவிர்க்கப் படுவதுடன், மணவாழ்வுக்கு முன்பாகவே போதிய ஆயத்தங்களை மேற்கொண்டு மகிழவான வாழ்வை வாழ வழியமைத்துக் கொடுக்க முடியும்.*(Rauf zain.2014)*

அந்த வகையில் ஒரு பெண் தன் தாயிடமிருந்தும் ஒரு ஆண் தன் தந்தையிடமிருந்தும் திருமணத்திற்கு முன்னரான குடும்ப வாழ்க்கை பற்றிய அறிவைப் பெற்றுக்கொள்கின்றனர். அந்த வகையில் பின்வரும் விடயங்கள் பெற்றொரால் பிள்ளைகளுக்குக் கற்றுக் கொடுக்கப்பட வேண்டிய தேவை உண்டு.

1. தமது நடத்தைகளால் கணவனுக்கும் மனைவிக்குமான முன்மாதிரியாக இருத்தல்.
2. குடும்ப வாழ்வைப் பற்றிய அடிப்படையான அம்சங்களைக் குமரிப் பருவத்தின் ஆரம்பத்திலிருந்து பயிற்றுவித்தல்.

இன்னும் திருமணம் அல்லது குடும்ப வாழ்வு என்பது வெறுமனே ஆணுக்கும் பெண்ணுக்குமிடையிலான சட்ட ரீதியான ஒப்பந்தம் என்ற பொருள் கொண்டாலும் அது ஒரு உள ரீதியான ஒப்பந்தம், மனங்களின் இணைவு என்பதைப் புரிய வைப்பதுவும் குடும்ப வாழ்வின் நோக்கம், பொருப்பு, கடமைகள், செயற்பாடுகள் என்பன குறித்து அறிவூட்டுவதும் இன்றியமையாதது. குறிப்பாக இவ்விடத்தில் திருமணத்தின் நுட்பம், கணவன் மனைவி தெரிவு அவர்களின் கடமைகள் பற்றி அறிவூட்டப்படவதுடன், பயிற்றுவிக்கப்படவும் வேண்டும்.அந்த வகையில் பின்வரும் விடயங்கள் கீழ்வருவன பற்றி நோக்குவது குறிப்பிடத்தக்கது.

1. திருமணத்தின் நோக்கம் பற்றிய விழிப்புணர்வூட்டல்.
2. கணவன், மனைவி தெரிவு பற்றிய அறிவு.
3. கடமைகள், பொறுப்புக்கள் பற்றிய தெளிவூட்டல். *(salah.2014)*

எனவே திருமணத்திற்கு முன் இவ்வாறான வழிகாட்டல்களை புதிதாக வாழ்க்கையை ஆரம்பிக்க இருக்கும் தம்பதியினருக்கு வழங்குவதன் மூலம் திருமண வாழ்வின் உயரிய நோக்கத்தை உணர முடியும். இதனூடாகவும் பிற்காலங்களில் விவாகரத்து நிகழும் விகிதாசாரத்தைக் குறைக்கலாம்.

Marianne McGoldrick (2022) எழுதிய *The 8 Questions premarital counselors always ask* எனும் கட்டுரையானது திருமணத்திற்கு முன்னரான உளவளத்துனை ஆய்வாளர்கள் எப்போதும் கேட்கும் 8 கேள்விகள் பற்றி பேசுகிறது.

1. உங்களுடைய துணையிடம் அல்லது உறவிடம் நீங்கள் பொருந்திக் கொள்ளும் விடயம் என்ன?
2. திருமண உறவின் போது குழந்தை பற்றிய அபிப்பிராயம்
3. உங்களுடைய குடும்பத்திடம் எவ்வாறு உங்கள் உறவை கையாள்வீர்கள்?
4. ஆன்மீகம் பற்றிய கருத்து.
5. உடலுறவு பற்றிய இருவரின் கருத்து.
6. செலவு மற்றும் சேமிப்பு பற்றிய கருத்து
7. வருமானத்தை இருவரும் அல்லது தனியாகவோ மேற்கொள்ள போகின்றீPர்கள்.
8. எவ்வாறு நீங்கள் உங்கள் எதிர்கால முரண்பாடுகளை தீர்த்துக் கொள்வீர்கள்.

திருமணத்திற்கு முன்பதான உளவளத் துணை (2014) எனும் கட்டுரையானது திருமணம் என்பது அழகாகத் திட்டமிட்டு, முடிந்த அளவுக்கு தகுதியுடன் செய்யும் ஒரு கருத்துள்ள நிகழ்வாகும். *“A Practical wedding: creative solutions for planning a beautiful affordable and meaningful celebration”* என்ற அரிய வரைவிலக்கணத்தை அநப மநெந என்ற அறிஞர் வழங்கியுள்ளார். மனிதனானவன் வாழ்க்கையில் அனைத்து பொருட்களையும் வாங்கும் முன் பரீட்சித்துப் பார்க்கின்றான். பலரிடம் அறிவுரையும், ஆலோசனையும் பெற்றுக் கொள்கின்றான். உதாரணமாக: வீடு, தொலைபேசி, வியாபாரம் தொடர்பான விடயங்கள், இலத்திரனியல் உபகரணங்கள். ஆனால் தான் இறுதி வரை வாழ போகின்ற ஒரு துணையை தெரிவு செய்வதில் அக்கறையோ, கவனமோ செலுத்துவதில்லை. ஒரு மனிதன் தனது வாழ்வின் முக்கால் வாசி தனது துணையுடனையே கழிக்கின்றான். எனவே திருமணமானது ஒருவனுடைய வாழ்க்கையில் செல்வாக்கு செலுத்தும் காரணியாக காணப்படுகின்றது.ஒரு திருமணத்தம்பதியினர் தனது தனிப்பட்ட விருப்பு வெறுப்புக்கள், எதிர்கால திட்டங்கள், பொருளாதார பிண்ணனி, குழந்தை தொடர்பான விடயங்கள், திருமணம் தொடர்பான ஆசைகள் போன்ற இன்னோரன்ன விடயங்களில் ஒத்துப்போகின்றனரா? ஏன்பதனை பெற்றோரும் சரி, தம்பதிகளும் சரி நோக்குவது இல்லை. நமது முன்னோர்கள் வாழ்ந்த விதமும், அவர்களுடைய திருமண இலக்கும் தற்போது இருக்கும் மனிதர்களுடைய வாழ்க்கை முறையும், திருமணத்தை பற்றிய எண்ணப்பாடும் வேறுபாடானது.இன்றைய தலைமுறையினர் தனித்தன்மையானவர்களாகவும், தொழில்நுட்ப உலகில் மிதந்து கொண்டிருப்பவர்களாகவும், படிப்பவர்களாவும், திரையுலகில் உறைந்தவர்களாகவும் காணப்படுகின்றனர். இதனால் அவர்களை வாழ்க்கையை எடுத்துக் கொள்ளும் விதமும் வேறு. எனவே முன்னோர்களை விட தற்போது அதிகம் விவாகரத்து இடம் பெறுவதும் மேற்கூறிய காரணங்களிலாகும்.ஆதலால் தற்போதைய திருமணம் தனது இலக்கை நோக்கி பயணிக்கின்றதா என்பது சந்தேகமே.

ISBN: 978-624-5736-55-3

Amanda Kepler (2015) எழுதிய Marital Satisfaction : The Impact of Premarital and couples counseling எனும் ஆய்வானது திருமணத்திற்கு முன்பதான உளவளத்துணை ஏன் அவசியம் என வினாவினால் பல பயன் மிக்க உண்மைகளை நாம் கண்டறிய முடியும். திருமணமான தம்பதியரை நீண்டகாலத்திற்கு இறுக்கமாக இணைத்து வைத்திருப்பது அவர்களது ஒத்துப்போகும் தன்மையே (compatibility) ஆகும். தம்பதியினர் ஒருவர் மிது ஒருவர் கொண்டிருக்கும் நம்பிக்கையே கொருவர் துணையானவர்கள்.அடுத்து முரண்பாடுகளை சமாளித்தல் (conflict management) குடும்ப உறவில் முதன்மை பெறுகின்றது. கூடவே நெருக்கம், பாலியல் சமன்பாடு, நீண்டகால இலக்குகள் என்பன முக்கியம் பெருகின்றன.

வாழ்வுக்குள் நுழைவதற்கு முன்பதாக இவ்வளவு விடயங்களையும் தகுதி வாய்ந்த உளநல மருத்துவர் வாயிலாக அறிந்து கொள்வது அவசியமாகும்.அமெரிக்காவில் "American association for marriage and family therapy" (AAMET) இந்த விடயத்தில் தேவையானோர்க்கு உதவுகிறது. இவர்களது ஆலோசனைகள் சற்று வேறு விதமானவை இந்த நிறுவனத்தின் ஆலோசனைகளில் கீழ்க்காணும் விடயங்கள் முதன்மை பெறுகின்றன.

- பொருளாதார நிலைமை (finances)
- தொடர்பாடல் (communication)
- நம்பிக்கைகளும் பெறுமானங்களும் (beliefs and values)
- பாலியல் கவர்ச்சி (affection and sex)
- குடும்ப உறவுகள் (family relationships)
- தீர்மானம் எடுத்தல் (decision marking)
- கோபம் பற்றிய கருத்து (Dealing with anger)
- இருவரும் ஒன்றாக இருக்கும் நேரம் (time spent together)
- கல்வியும் அனுபவமும் (Education and experience)
- வேலை செய்யும் சூழ்நிலை (office treatment)

ஆனால் நாம் இது பற்றி நோக்காமல் ஜாதகத்தையும், சோதிடத்தையும், சாதியையும்

நோக்குகின்றனர்.

திருமணம் என்பது சாதாரண விடயமே அல்ல. இது சட்டரீதியாக, இருவர் நிரந்தரமாக இணைந்து வாழும் தன்மையைக் குறிப்பிடுகின்றது.திருமணம் செய்பவர்கள் பொதுவாகக் குடும்பமாக வாழ்வதற்கு விரும்புகின்றனர். இதனை பொருளாதார, உளவியற் தேவைகளே திர்மானிக்கின்றன. இவர்களது சொத்துக்கள் இணைக்கப்படுவதும் இதன் மூலமேயாகும். அத்துடன் பாலியல் தேவையும் இதன் மூலமே பூர்த்தியாகின்றது. நான் என்பது நாம் என மாறுகிறது. ஒருவரில் ஒருவர் நம்பிக்கை கொள்ளவைக்கின்றது.கனடிய அமெரிக்கர்கள் இந்தப் பிரச்சினைகளை அறிவியல் ரீதியாகத் திருமணத்திற்கு முன்பதான உளவள ஆலோசனை மூலம் சரிசெய்கின்றனர். இதனை அத்தியவசியமாகவும் கருதுகிறார்கள். விவாகம் செய்து கொள்ளலாம் என நினைப்பவர்கள், மனம் திறந்து தகுதிவாய்ந்த உளவிலாளரை (Qualified psychologist) சந்தித்து ஒரு பரீட்சை எழுதி ஆலோசனை பெறுகிறார்கள் என்கின்றார்.

6. கலந்துரையாடலும் பெறுபேறுகளும்

திருமணத்திற்கு முன்னரான உளவியலில் பலவகையான வகைப்பாடுகள் காணப்படுகின்றது. இருப்பினும் பொதுவாக சந்தோசமான திருமணத்தின் பால் இட்டுச் செல்லக்கூடிய, திருமணத்திற்கு முன்னரான உறவுமுறையை மேம்படுத்துவதும், விவாகரத்துக்கான பல்வேறு காரணங்களை தவிர்க்கும் முறைகளை குறிக்கின்றது. திருமணத்திற்கு முன்னரான உளவளத்துணையாளர் தனியார் அல்லது நம்பிக்கையின் அடிப்படையில் செயற்படுவார்கள், அவர்கள் பல்வேறுபட்ட சூழலிலிருந்து வந்திருந்தாலும் அதே இலக்கை பகிர்ந்து கொள்வார்கள். வருங்காலத்தில் விவாகரத்து ஏற்படாமல் தடுப்பதும், ஒரு நிலையான திருப்திகரமான திருமணத்திற்கு ஒரு சிறந்த தளத்தை வழங்குவது ஆலோசனையாளர்களின் இறுதி உச்சகட்ட இலக்காக காணப்படுகின்றது (Stahman, 2000).

7.1 திருமணத்திற்கு முன்னரான உளவளத்துணையின் வரலாறு

1930களில்இருந்து திருமணத்திற்கு முன்னரான கல்வி நிகழ்வுகள் ஆரம்பிக்கப்பட்டன. முதன்முதலில் திருமணத்திற்கு தயாராகும் நிகழ்வானது 1932ல் நிகழ்த்தப்பட்டது. 1941இல் திருமண குழு திருமண உறவுகளை மேம்படுத்துவதற்கும் சில தேவையற்ற திருமண மன அழுத்தத்தை தவிர்ப்பதற்காக திருமண தம்பதிகளுக்கு உதவுவதற்கான நோக்கத்தோடு ஒரு திட்டத்தை உருவாக்கியது (Ducan, Childsand Larson, 2010).1970 ஆம் ஆண்டு வரை திருமணத்திற்கு முன்னரான உளவளத்துணையானது மிகவும் பொதுவானதாக மாறியது அந்த நேரம்வரை தம்பதிகளுக்கு திருமணத்தை கற்பிப்பதில் இருந்து திருமணத்திற்கு பயனானவை எவை என்பது பற்றி ஆலோசிப்பதாக மாறியது.

கடந்த முப்பது வருடங்களில் அமைச்சுக்கள் அதேபோன்று சிறந்த உளவளத்துணை ஆலோசகர்கள் திருமணத்திற்கு முன்னரான ஆலோசனை நிகழ்வுகளின் ஊடாக திருமணத்திற்கு தம்பதிகளை தயார்படுத்துவதில் அதிக ஆர்வம் காட்டினர். 1970களில் இருந்து திருமணத்திற்கு முன்னரான உளவளத்துணை பரிணாமம் அடைந்தது. இது பல்வேறுபட்ட அமைப்பிலும், மாநாடுகளிலும், திருமண தம்பதிகளுக்கான ஆலோசனைகளிலும், குழு கலந்துரையாடல்கள், பயிலரங்குகள், பாடசாலை மற்றும் பல்கலைக்கழகங்களிலும் தனிப்பட்ட நிகழ்வுகளிலும் இன்னும் புத்தகம், இணையதளங்கள், விவர ஏடுகளிலும் இதைப் பற்றிய தகவல்கள் வெளிவந்தன.

திருமணத்திற்கு முன்னரான ஆலோசனையின் ஆரம்ப குறிக்கோள்களாகதிருமணம், அதிகரித்துவரும் நிலைப்புத் தன்மை மற்றும் திருப்தி, திருமண உறவுகளிடம் தொடர்பு திறனை வளர்த்தல், அதேபோன்று அவர்களுடைய தோழமை மற்றும் உறவுகளை மேம்படுத்துதல், சிக்கல் மற்றும் முரண்பாடுகளின் போது தீர்ப்பதற்கும் முடிவெடுப்பதற்குமான திறன்களை அதிகரித்தல், மற்றும் நடைமுறைப்படுத்துதல், சிக்கல் மற்றும் பொறுப்புக்கள்.தம்பதிகள் தங்களது துணையினை அறிந்து கொள்வதன் மூலம் அவர்களுக்கு ஒவ்வாத நிலைகளில் விழிப்பாக அல்லது எச்சரிகையாக இருக்கமுடியும் முரண்பாடுகளை தீர்த்துக் கொள்ளவும் முடியும்.திருமணத்திற்கு முன்னரான உளவியலானது யதார்த்தமானதும், சாத்தியமானதுமான கருத்தாழமிக்க இலக்குகளையே கவனம் செலுத்துகின்றது. இது மிகவும் திருப்தியானதும் எதிர்காலத்தில் நன்மையானதுமாக அமையும்.

ISBN: 978-624-5736-55-3

7.2 **திருமணத்திற்கு முன்னரான உளவளத்துணையின் இலக்குகள்**

பல வகையான திருமணத்திற்கு முன்னரான உளவளத்துணை மற்றும் கல்வி நிகழ்வு கல்விசார் நிகழ்வுகள் காணப்படுகின்றது உதாரணமாக CMP (Community Marriage Policy), FOCCUS (facilitating Open Couple Communication, Understanding, and Study), PAP (Premarital Assessment Program), PCI (Premarital Communication Inventory), PREP (Prevention and Relationship Enhancement Program), PREPARE (PRE marital Personal AND Relationship Evaluation), and SYMBIS (Saving Your Marriage Before It Starts). குறிப்பாக இவை அனைத்தும் ஒரே மாதிரியான குறிக்கோள்களை பகிர்கின்றனர் அதாவது உறவுமுறையில் தொடர்பாடலை அபிவிருத்தி செய்தல் மேம்படுத்தல் முக்கியமான முக்கியமாக மன அழுத்தத்தை சமாளிக்கவும் மோதல் நீதி திட்டமிடல்களை மேற்கொள்ளுதல் இலக்குகளை உருவாக்குதல் புரிந்துகொள்ளுதல் மற்றும் ஆளுமைகளை ஆளுமை வேறுபாடுகளை மதிப்பிடுவது போன்றனவாகும்.

7.3 **திருமணத்திற்கு முன்னரான உளவளத்துணையின் தாக்கம்**

கரோல், டோஹெர்டி என்பவர்கள் முன்கூட்டிய திருமணம் பாதுகாப்பானது, விரிவானதும் திறனை அடிப்படையாக கொண்டதுமாக காணப்படுவதுடன் அது திருமண தம்பதிகளுக்கு திருமணத்தின் ஊடாக அவர்களது உறவக்கு பங்களிக்க கூடிய நுட்ப முறைகளையும் தகவல்களையும் வழங்குகின்றது (senediok, 1990). ஆய்வாளர்களின் கருத்துப்படி, இவ்வாறு திருமணத்திற்கு முன் இடம் பெறும் நிகழ்வுகளானது நம்பிக்கையை ஊட்டுவதாக காணப்படும்.முக்கியமாக திருமணத்திற்கு முன்னரான உளவளத்துணையில் தம்பதி மற்றும் திருமண உறவுகளுக்கிடையிலான தொடர்பாடல், மோதல் தீர்மானம், அர்ப்பணிப்பு, நடிபங்குகள், மேலாண்மை கடப்பாடுகள் என்பன உள்ளடக்கப்படுகின்றது (கரோல், டொஹேர்ட்டி, 2003).

கரோல் மற்றும் டொஹேர்டியின் ஆய்வறிக்கையின் படி, 06 மாத கால நிகழ்வுகளில் தொடர்பாடல் திறனையும், மோதல் அல்லது பிரச்சினைகளை தீர்க்கும் திறனும் நன்றாக அதிகரித்து காணப்பட்டதாக குறிப்பிடுகின்றனர்.ஒரு சில அறிக்கைகள் கூட, தம்பதிகள் உணர்ச்சி அனுதாபவெளிப்பாடுகளிலும், உறவு மேம்பாட்டிலும், தங்களுக்கு மத்தியில் சுய வெளிப்பாடு கணிசமாக காணப்படுகின்றதாக குறிப்பிடுகின்றனர் (Avery, Ridley, Leslie & Milholland 1980). திருமணத்திற்கு முன்னரான உளவியல் திட்ட நிகழ்வுகள், பொதுவாக தகவல் தொடர்பு செயல் முறைகள், மோதல் மேலாண்மை திறன்கள் மற்றும் பொதுவாக உறவுகளுக்கான மதிப்புப் போன்ற அர்த்தமுள்ள உடனடி முன்னேற்றங்களை உருவாக்குவதில் வெற்றிகரமாக உள்ளன. மேலும் இந்த அடைவுகளானது குறைந்தபட்சம் 06 மாதங்கள் முதல் 03ஆண்டுகள் வரை காணப்படுகின்றது. குறிப்பாக இந்த திட்ட நிகழ்வுகளில் விவாகரத்து பற்றி தீர்மானிக்கப்படலாம்.

அதே போன்று தான், இத்திட்டங்களில் உறவுகளில் சமரசம் செய்யும் திறனைப்பற்றியும் குறிப்பிடத்தக்க நிலைத்தன்மை பற்றியும் குறிப்பிடுகின்றது. குறிப்பாக தம்பதிகளுக்கு மத்தியில் இந்த சமரசம் செய்யும் தன்மை முக்கியம் என அறிஞர்கள் குறிப்பிடுகின்றனர்.சில அறிக்கைகள், ஜோடிகளுக்கிடையே புலனுணர்வு வேறுபாடுகளின் ஒத்துழைப்பு மேலாண்மை என்பது உறவு திருப்திக்கு ஒரு முக்கிய கூறுபாடு என்று கண்டறிந்துள்ளது. அதே போன்று ஓர் ஆய்வில், தம்பதிகளுக்கிடையில் தொடர்பை அதிகரிப்பதும், சிக்கல்களை எதிர்கொள்வதிலும்,

திருமணத்திற்கு முன்னரான உளவியலைப் போன்று வேறு ஒரு நிகழ்ச்சித் திட்டங்களும் இல்லை.இந்த சமரசம் செய்யும் தன்மை முக்கியம் என அறிஞர்கள் குறிப்பிடுகின்றனர். சில அறிக்கைகள், ஜோடிகளுக்கிடையே புலனுணர்வு வேறுபாடுகளின் ஒத்துழைப்பு மேலாண்மை என்பது உறவு திருப்திக்கு ஒரு முக்கிய கூறுபாடு என்று கண்டறிந்துள்ளது அதே போன்று ஓர் ஆய்வில், தம்பதிகளுக்கிடையில் தொடர்பை அதிகரிப்பதும், சிக்கல்களை எதிர்கொளவதிலும் திருமணத்திற்கு முன்னரான உளவியலைப் போன்று வேறு ஒரு நிகழ்ச்சி திட்டங்களும் இல்லை (hahlweg & markman,1988).

அதே போல திருமணத்திற்கு முன்னரான உளவளத்துணையில் கலந்து கொண்ட தம்பதிகள் அதிக திருப்தியை வெளிக்கொண்டுள்ளமை அதே போல இந்த ஆய்விலே திருமணத்திற்க முன்னறான உளவளத்துணையில் கலந்து கொண்ட தம்பதியின்ர் நேரான உறவு அவருக்கிடையில் மேம்படுவதாகவும், திருமண திருப்தி காணப்படுவுதுர்குவும் திருமண நிலை தன்மை காணப்படுவதாகலும். குறிப்பிடுகின்றனர். இன்னும் யார் அந்த நிகழ்வுகளில் கலந்து கொள்வார்களோ, அவர்களுக்கிடையே விவாகரத்திற்கான வீதமம் குறைவாகவே காணப்படுகின்றது.இல்மிஸ் மற்றும் கல்சான் (2010) ஆகியோரின் கருத்துப்படி திருமணத்திற்கு முன்னரான கலந்துரையாடல் ஆனது, திருமண உறவுகளுக்கிடையிலான உறவின் திருப்தியின் அளவை அதிகரித்தது. ஏனெனில் அவர்கள் பிரச்சினைகளின் போது தங்களினது பிரச்சினைகளை தாமாகவே தீர்த்துக் கொள்வர்.

7.4 ***திருமணத்திற்கு முன்னரான உளவளத்துணையின் அவசியம்.***

1. ***திருப்திகரமான திருமணவாழ்விற்கு :***

திருமணத்தின் பின்னரான திருப்திகரமானதோர் வாழ்விற்கு பல்வேறு விடயங்கள் சவாலாக அமையும். இவ்வாறான சவால்களை வெற்றிகரமாக எதிர்கொள்வதன் மூலம் திருமணத்தின் பின்னர் ஒரு திருப்திகரமான வாழ்வை முன்னெடுத்துச் செல்வதற்கு திருமணத்திற்கு முந்தைய உளவளத்துணையினை ஒரு சிறந்த உளவளத்துணையாளரிடம் இருந்து பெற்றுக் கொள்வது திருப்திகரமான வாழ்விற்கான முன்னேற்பாடான ஒரு விடயமாக நோக்கப்படுகிறது.“திருமண வாழ்வின் திருப்தி நிலையை தீர்மானிப்பதில் திருமணத்திற்கு முன்னரான உளவளத்துணை பாரிய பங்கு வகிக்கின்றது. ஏனெனில் திருமணத்திற்கு முன்னரான உளவளத்துணையை பெற்றவர்கள் திருமணத்திற்கு முன்னர் உளவளத்துணை பெற்றுக் கொள்ளாதவர்களை விட தங்களது திருமண வாழ்வில் மிகவும் சிறப்பாக உள்ளதாக குறிப்பிட்டுள்ளனர்”(Amanda Kepler,2015).

2. ***விவாகரத்திற்கான வாய்ப்புக்களை குறைப்பதற்கு :***

இன்றைய எமது சூழலில் திருமணத்தின் பின்னர் பல்வேறுபட்ட பிரச்சினைகளின் காரணமாக விவாகரத்துகள் அதிகரித்து உள்ளது. இவ்வாறான சூழ்நிலையில் எதிர்கால சந்ததியினரிடத்தில் அதிகரித்து வருகின்ற விவாகரத்து கலாச்சாரத்தினை குறைப்பதற்கான ஓர் அறிவூட்டலாக திருமணத்திற்கு முந்தைய உளவளத்துணை காணப்படுகின்றது. ஏனெனில், திருமணத்திற்கு முந்தைய உளவளத்துணையினுடைய அடிப்படை நோக்கமாக காணப்படுவதே திருமணத்திற்குப் பின்னரான விவாகரத்தினைத் தடுப்பதாகும். திருமண வாழ்க்கையில் ஏற்படும் ஒரு பிரச்சினைகளுக்கு முற்றுப்புள்ளி அல்லது தீர்வாக விவாகரத்து அமைகின்றது எனும்

எண்ணப்பாடே இதற்குக் காரணமாகின்றது. இவ்வாறான நிலைப்பாட்டினை தவிர்ப்பதற்கான நடைமுறை ரீதியான ஒரு தீர்வாக திருமணத்திற்கு முந்தைய உளவளத்துணை காணப்படுகின்றது. எனவேதான், திருமணத்திற்கு முந்தைய உளவளத்துணையை தம்பதியினர் தங்களது திருமணத்திற்கு முன்னர் பெற்றுக்கொள்வது அவசியமாகக் காணப்படுகின்றது.

"திருமணத்திற்கு முன்னரான உளவளத்துணையை பெற்றவர்கள் திருமணத்திற்கு முன்னர் உளவளத்துணை பெற்றுக் கொள்ளாதவர்களை விட அவர்களிடம் விவாகரத்திற்கான வாய்ப்பு மிக குறைவாகவே காணப்படுகின்றது" (Amanda Kepler,2015).“திருமணத்துக்கு முந்தைய உளவளத்துணை பல வகைப்பாடுகளை கொண்டதாக இருப்பினும் பொதுவாக இது திருமணத்திற்கு முந்தைய உறவினை மேம்படுத்துவதற்கும், விவாகரத்தை தவிர்க்கும் நோக்குடனான சிறந்த திருமணத்திற்கு வழிவகுக்கும் ஒரு முறையாகும். மேலும் திருமணத்திற்கு முன்னரான உளவளத்துணை பெறுபவர்கள் வெவ்வேறு பின்னணியைச் சேர்ந்தவர்களாக இருந்தாலும் அவர்கள் ஒரே இலக்கினையே தம்மிடையே பகிர்ந்து கொள்கின்றனர். அதாவது; திருமணத்திற்கு முன்னரான உளவளத்துணையின் இறுதி இலக்கானதது எதிர்காலத்தில் விவாகரத்தை தடுக்கும் பொருட்டு தம்பதியினரின் திருப்திகரமான திருமண வாழ்விற்கு நிலையான, சிறந்ததொரு தளத்தினை வழங்குவதாகும்" (Stahmann, 2000).

3. முரண்பாடுகளைத் தீர்க்கும் திறனைக் கற்றுக் கொள்வதற்கு :

திருமணத்திற்கு முன்னர் தனிநபராக வாழ்ந்த இருவர் திருமணத்தின் பின்னர் சேர்ந்து தம்பதியினராக வாழும் போது தங்களுக்கு இடையில் பல்வேறுபட்ட முரண்பாடுகள் ஏற்படுவதற்கான சந்தர்ப்பங்களும் சூழ்நிலைகளும் அதிகமாக காணப்படுகின்றன.ஏனெனில் ஒவ்வொருவரது எதிர்பார்ப்புகளும் தனித்தன்மைகளும் ஒருவருக்கொருவர் வேறுபட்டவைகளாக காணப்படுவதே இதற்கான காரணமாகும். இவ்வாறு ஏற்படுகின்ற முரண்பாடுகளை சுமுகமான முறையில் தீர்த்துக் கொள்வதற்கு திருமணத்திற்கு முந்தைய உளவளத்துணையில் ஆண் - பெண் ஆகிய இருவரது தனிப்பட்ட தன்மைகள், அவர்களுக்கு இடையிலான உடல், உள ரீதியானwவேறுபாடுகள், அவற்றை அனுசரித்து நடக்கும் முறைகள் போன்றன பற்றிய தெளிவு இவர்களுக்கு வழங்கப்படுவதன் மூலம் திருமண வாழ்விலுள்ள முரண்பாடுகளை தீர்ப்பதற்கான திறன்களை அவர்கள் கற்றுக் கொள்கின்றார்கள்.“திருமணத்திற்கு முந்தைய உளவளத்துணையானது திருமண வாழ்வில் ஏற்படக்கூடிய பிரச்சினைகளை உணர்ந்து கொள்ளும் நடைமுறை ரீதியான வழிமுறைகளையும் தங்களுக்கிடையிலான முரண்பாடுகளை கட்டுப்படுத்தல் மற்றும் கையாள்வதற்கான நடைமுறைகளையும் கற்பிக்கின்றது" (Kilmaz & Kalkan, 2010).

4. தம்பதியினரிடையே ஆக்கபூர்வமான தொடர்பாடலை ஏற்படுத்துவதற்கு :

இன்றைய காலத்தில் தம்பதியினருக்கு இடையிலான ஆக்கபூர்வமான தொடர்பாடல் என்பது மிக மிகக் குறைவான நிலையிலேயே காணப்படுகின்றது. இதனால் குடும்பத்தில் பல்வேறுபட்ட பிரச்சினைகளும் சிக்கல்களும் அதன் காரணமான உளநெருக்கீடுகளும் உள சவால்களுக்கும் தம்பதியினர் உட்படுகின்றனர். இவ்வாறானதொரு நிலையை குறைப்பதற்கு கணவன் - மனைவி இருவருக்கும் இடையிலான ஆக்கபூர்வமான தொடர்பாடலும் தகவல் பரிமாற்றமும் உணர்வுப் பரிமாற்றமும் மிக முக்கியமானதாக காணப்படுகின்றது. இதன் மூலம் அவர்களுக்கு இடையிலான

ISBN: 978-624-5736-55-3

தொடர்பு வலுப்பெறுவதன் மூலம் ஒரு சிறந்த திருமண வாழ்வினை முன்னெடுத்துச் செல்ல முடியும்.

இவ்வாறான ஆக்கபூர்வமான தொடர்பாடல்களை எவ்வாறு மேற்கொள்வது? அதற்கான சூழ்நிலைகளை ஏற்படுத்திக் கொள்வது எவ்வாறு? போன்ற விடயங்கள் திருமணத்திற்கு முந்தைய உளவளத்துணையில் பயிற்றுவிக்கப்படுகிறது. "திருமணத்திற்கு முந்தைய உளவளத்துணையின் முதன்மை இலக்குகளாக தனிநபர் என்பதிலிருந்து திருமண வாழ்விற்கு மாறுவதனை எளிதாக்கல், திருமண வாழ்வின் ஸ்திரத் தன்மை, திருப்தி நிலையை அதிகரித்தல், தம்பதியினரின் தகவல் தொடர்பு திறன்கள் மற்றும் தோழமையை மேம்படுத்துதல், தம்பதியினரிடையேயான உறவு மற்றும் நெருக்கத்தை அதிகரித்தல், திருமண வாழ்வின் பொறுப்புகள் மற்றும் நிதி விடயங்களில் சிக்கல் தீர்க்கும் திறன் மற்றும் முடிவெடுக்கும் திறன் என்பவற்றை அறிமுகப்படுத்தலும் செயற்படுத்தலும்"(Pre – marital counseling, 2011).

5.பொருளாதார ரீதியான நிர்வகித்தல் திறன்களை மேம்படுத்துவதற்கு :

குடும்பம் என்று வருகின்ற போது பொருளாதாரம் என்பது மிக முக்கியமான ஒரு விடயமாக காணப்படுகின்றது. பொருளாதாரத்தினை சிறந்த முறையில் நிர்வாகம் செய்யும் போதே ஒரு குடும்பத்தினனுடைய செயற்பாடுகள் திட்டமிட்ட வகையிலும் சீரான முறையிலும் இடம்பெற முடியும். எனவே, கணவன் - மனைவி ஆகிய இருவரும் தங்களது பொருளாதாரத்தினை திட்டமிட்டு அதனை எவ்வாறு செலவு செய்வது? எவற்றிற்காக செலவு செய்வது? தங்களது வருமானத்திற்கு ஏற்ற செலவுகள் உள்ளதா? அல்லது அதைவிட அதிகமாக உள்ளதா? ஏதிர்காலத்திற்கான சேமிப்பினை எவ்வாறு மேற்கொள்வது? போன்ற சில திட்டங்களை வகுத்து தமது பொருளாதாரத்தை திட்டமிட்டுக் கொள்வதன் மூலம் தமது குடும்பத்தில் பொருளாதார ரீதியான சிக்கல்கள் ஏற்படுவதை தடுக்க முடியும். பொருளாதார சிக்கல்கள் ஏற்படாத குடும்பத்தில் ஒரு சுமுகமான நிம்மதியான சந்தோசமான நிலை காணப்படும். இந் நிலையை நோக்கியே திருமணத்தின் முந்தைய உளவளத்துணையானது தம்பதியினருக்கு வழிகாட்டுகின்றது. "திருமணத்திற்கு முந்தைய உளவளத்துணையானது திருமண வாழ்வின் கஷ்டங்கள், தம்பதியரிடையேயான தொடர்பாடல், பொருளாதாரம் மற்றும் முரண்பாடுகளுக்கு தீர்வு போன்றவற்றை சமாளிப்பதற்கு தம்பதிகளுக்கு உதவும் பொருட்டு பல்வேறு வழிமுறைகளைக் கையாள்கிறது"(Amanda Kepler,2015).

6.யதார்த்தமான எதிர்பார்ப்புக்களை அமைப்பதற்கு :

திருமணத்திற்கு முதல் ஆண் - பெண் ஆகிய இருவரும் தங்களது திருமணம் பற்றியும் தங்களது திருமணத்தின் பின்னான குடும்ப வாழ்க்கை பற்றியும் பல்வேறுபட்ட எதிர்பார்ப்புகளுடன் கற்பனைகளுடனும் காணப்படுவார்கள். இவை அனைத்தும் தாங்கள் எதிர்பார்த்த வகையில் நடைபெறாத போது அவர்கள் உளரீதியாக சோர்வடையவும் அல்லது தங்களது வாழ்க்கையில் செயல்திறன் அற்றவர்களாகவும் மாறுகின்றனர். இவ்வாறான நிலையை தவிர்த்து திருமணம் என்றால் என்ன? அதில் உள்ள எதிர்பார்ப்புகள் எவை? அதில் யதார்த்தமான எதிர்பார்ப்புகள் எவை? எவ்வாறான எதிர்பார்ப்புகள் நிறைவேற கூடியவை? மற்றும் நிறைவேறக் கூடிய எதிர்பார்ப்புகள் மட்டுமே சாத்தியமானவை என்பவற்றை அவர்களுக்கு புரிய வைப்பது இத் திருமணத்திற்கு முந்தைய உளவளத்துணையில் மேற்கொள்ளப்படுகின்றது. "திருமணத்திற்கு

முன்னரான உளவளத்துணை அடிப்படை நம்பிக்கைகளை அடையாளம் காணவும், திருமணத்தினூடான யதார்த்தமான எதிர்பார்ப்புகளை அமைக்கவும், எதிர்கால திட்டமிடல் மற்றும் உங்களது வாழ்வை இணைக்கும் வழிகளை தீர்மானிக்கவும் உதவுகின்றது". (Sabrin Ramanoff, PSYD.

7.எதிர்மறையான அணுகுமுறைகளை குறைக்கவும் நேர்மறையான அம்சங்களில் கவனம் செலுத்துவதற்கும் :

இரு வேறுபட்ட தனிநபர்கள் இணையும் திருமண வாழ்வில் ஒவ்வொருவருக்குமிடையில் வெவ்வேறு சந்தர்ப்பங்களில் வெவ்வேறு வகையான அணுகுமுறைகளும் வெவ்வேறு வகையான கருத்துக்களும் காணப்படும். எனவே, இருவரிடத்திலும் நேர்மறையான மற்றும் எதிர்மறையான இரு வேறுபட்ட அணுகுமுறைகள் காணப்படலாம். இதன் போது இருவரும் தங்களது அணுகுமுறைகளில் தங்கள் இருவருக்கும் ஏற்ற வகையில் எதிர்மறையான அணுகு முறைகளை கைவிட்டு நேர்மறையான அணுகு முறைகளை கையாள்வதன் மூலம் ஒரு மகிழ்ச்சிகரமான வாழ்க்கையை எப்படி முன்னெடுத்துச் செல்லலாம் என்பது பற்றிய விளக்கமும் திருமணத்துக்கு முந்தைய உளவளத்துணையில் காணப்படுகின்றது."திருமணத்திற்கு முன்னரான உளவளத்துணையை பெற்றுக்கொண்ட தம்பதிகள் தங்களது திருமணத்தினை யதார்த்தமான அணுகுமுறையில் மதிப்பீடு செய்ய ஆரம்பிக்கின்றனர். மேலும் அவர்கள் இடையேயான தொடர்பாடல் முறைகளை அதிகரிப்பதற்கான திறன்களும் வழங்கப்பட்டுள்ளதுடன் திருமணத்திற்கு முன்னரான உளவளத்துணையானது தம்பதிகளின் மகிழ்ச்சியை பாதிக்கும் எதிர்மறையான அணுகுமுறைகளை குறைக்கவும் கற்றுக் கொடுக்கின்றது"(Odero, 2018).

8.கலந்தாலோசித்தல் மற்றும் முடிவெடுக்கும் செயன்முறையை உருவாக்குவதற்கு :

குடும்ப நிர்வாகத்தில், செயற்திட்டத்தில் அல்லது குடும்ப வாழ்வின் பல்வேறுப்பட்ட சந்தர்ப்பங்களில் பல்வேறுபட்ட விடயங்களுக்காக பொருத்தமான முடிவுகள் எடுக்க வேண்டிய சந்தர்ப்பங்கள் ஏற்படுகின்றது. இவ்வாறான சந்தர்ப்பங்களில் இருவரும் கலந்தாலோசித்து ஒருவரது கருத்து மட்டும் முன்வைக்கப்படாமல் இருவரது கருத்துக்களும் முன்வைக்கப்பட்டு கலந்தாலோசிக்கப்பட்டது சிறந்த முடிவுகளை எடுப்பதன் மூலமும் ஆரோக்கியமான முறையில் தங்களுக்கு இடையில் ஏற்படும் பிரச்சினைகளை கலந்தாலோசிப்பதன் மூலமாக எவ்வாறு தங்களுக்கு இடையிலான உறவினை கட்டியெழுப்பலாம்? தங்களது உறவினை எவ்வாறு நிலைத்திருக்கச் செய்யலாம்? போன்ற விடயங்களும் திருமணத்திற்கு முந்தைய உளவளத்துணையின் மூலம் கற்பிக்கப்படுகின்றது."தம்பதியினர் தங்களது துணையை நன்கு புரிந்து கொண்டு ஆரோக்கியமான முறையில் பிரச்சினைகளை எவ்வாறு கலந்தாலோசிப்பது என்பது பற்றியும் கற்றுக்கொடுக்கின்றது. இத் திறன்கள் உறவின் திருப்தி நிலையை அதிகரிப்பதிலே பங்காற்றுகின்றது" (Kilmaz & Kalkan, 2010).

9.திருமணம் தொடர்பான அச்சத்தைப் போக்குவதற்கு :

திருமணத்திற்கு முன்னர் ஆணுக்கோ பெண்ணுக்கோ இருவருக்கும் திருமணம் தொடர்பாகவும் திருமண வாழ்க்கை எப்படி அமையும்? சிறந்ததாக அமையுமா? போன்ற பல்வேறுபட்ட கேள்விகளின் காரணமாகவும் திருமணம் தொடர்பான ஒரு அச்ச நிலை காணப்படும். இவ்வாறு

திருமணம் தொடர்பாக காணப்படுகின்ற பயத்தினை போக்கி திருமணம் என்பது எப்படிப்பட்டது, எவ்வாறாக நமது வாழ்வை திட்டமிட்டுக் கொள்ளலாம், திருமணத்திற்குப் பின்னரான வாழ்வில் காணப்படும் சந்தோசங்கள், அதிலுள்ள நன்மைகள் அதன் மூலம் நாம் அடைந்து கொள்ளும் நன்மைகள் என்பவற்றை யதார்த்தமான முறையில் விளக்குவதன் மூலம் திருமணம் தொடர்பான அச்சத்தை போக்கி திருமணத்திற்கு பின்னர் அவர்களது வாழ்வு மகிழ்ச்சிகரமானதாக அமைய வழிவகுக்கின்றது. "தம்பதியினர் திருமணம் குறித்து ஏதேனும் கவலையில் அல்லது அச்சத்திலிருந்தால் திருமணத்திற்கு முன்னரான உளவளத்துணையானது அவை தொடர்பாக கலந்தாலோசிப்பதற்கும், தெளிவினை அளிப்பதற்கும் உதவுகின்றது"(Sanjana Gupta, 2021).

10.தம்பதியினரின் எதிர்கால வாழ்விற்கும் ஆரோக்கியமான குடும்பத் திட்டமிடலுக்கும் வழிகாட்டுகின்றது :

எதிர்கால வாழ்வு தொடர்பான பல திட்டமிடல்கள் தம்பதியினரிடத்தில் காணப்படுவது அவசியமாகும். இருந்தபோதிலும் அத் திட்டமிடல்கள் சரியானதாகவும் நிறைவேற்றக் கூடியதாகவும் காணப்படுவதும் அவசியமாகும். எனவே எவ்வாறு சரியாக எதிர்கால வாழ்வினை திட்டமிடுவது? எதிர்கால வாழ்வின் திட்டமிடல்களை எவ்வாறு நடைமுறைப்படுத்துவது? அதற்கான ஏற்பாடுகளை எவ்வாறு செய்வது? போன்ற பல்வேறுபட்ட வாழ்க்கை திட்டமிடல் விடயங்களை திருமணத்திற்கு முந்தைய உளவளத்துணையின் மூலம் பெற்றுக் கொள்ளக்கூடியதாகவுள்ளது.திருமண வாழ்வின் அடுத்த ஒரு முக்கிய நோக்கமாக காணப்படுவது தங்களுக்கான சந்ததிகளை உருவாக்குவதாகும். அந்தவகையில், ஆரோக்கியமானதொரு சந்ததியினை உருவாக்குவதற்கான செயன்முறைகள் எவை? அதேபோன்று ஆண் - பெண் ஆகிய இருவரதும் இனப்பெருக்க சுகாதாரம் மற்றும் உடல், உள ஆரோக்கியம் போன்றவை தொடர்பான தகவல்கள் தம்பதியினருக்கு வழங்கப்படுவதன் மூலம் தங்களது எதிர்கால சந்ததிகளை உருவாக்குவதற்கான தங்களது எதிர்கால திட்டங்களை சிறந்த முறையில் அமைத்துக் கொள்வதற்கு வழிகாட்டப்படுகின்றது. "பல இளம் பெண்கள் மற்றும் ஆண்கள் தங்களது முதல் குழந்தையை பெற்றுக் கொள்வதற்கு முன்னர் இனப்பெருக்க சுகாதாரம் மற்றும் அவை தொடர்பான சேவைகள் பற்றிய மேலதிக தகவல்களை பெற வேண்டியவர்களாகவே உள்ளனர்"(Ibrahim, Asman & Salwa, 2018).

6.முடிவுரை

இன்றைய உலகைப் பொறுத்தவரை உளவளத்துணையானது முக்கிய பேசுபொருளாக காணப்படுகின்றது. அதிலும் திருமணத்திற்கு முந்திய உளவளத்துணையானது எவ்வளவு முக்கியத்துவம் வாய்ந்த ஒன்று என்பதையும், இது சமூக மட்டத்திலும், குடும்பங்களிலும் ஏற்படுகின்ற பல்வேறுபட்ட பிரச்சினைகளை தீர்க்க முயற்சிக்கின்றது என்பதோடு திருமணத்தின் நோக்கத்தினையும் இலக்கையும் மீறிச் சென்று கொண்டிருக்கும் தம்பதிகள் திருமணத்தின் நோக்கத்தை அடைந்து கொள்வதற்கான திறவுகோலாக திருமணத்திற்கு முந்திய உளவளத்துணை காணப்படுகின்றது, என்பதனையும் அது எவ்வளவு அத்தியாவசியப்படுகின்றது என்பதனையும் இவ்வாய்வின் ஊடாக அறிந்து கொள்ளக்கூடியதாக உள்ளது. எனவே தான் இன்றைய சூழலில் திருமணத்திற்கு முந்திய உளவளத்துணை பற்றிய அறிவும் தெளிவும் மக்கள் மத்தியில்

போதியளவு இன்மையினைக் காணமுடிகின்றது. இதனால்தான் இவ் விடயமானது ஆழ்ந்து நோக்கப்பட வேண்டியதும் ஆராயப்பட வேண்டியதுமான ஓர் விடயமாக காணப்படுகின்றது.

6. உசாத்துணைகள்

Asuquo Asuquo Udofia, Epiphania Emefa Bonsi & Gladstone Fakor Agbakpe. (January 2021). The Impact of Pre-Marital Counseling and Psychological Variables on Marital Satisfaction Among Married Couples in Laterbiokoshie, Ac-cra, Ghana. *Journal of Psychological Research*, 03 (01). https://ojs.bilpublishing.com/index.php/jpr

Sanjana Gupta. (June 23, 2021). What is premarital counseling?. https://www.verywellmind.com/premarital-counseling-definition-types-techniques-and-efficacy-5189767

Cristine E. Murray & Thomas L. Murray. (2004 July). Solution - Focused Premarital counseling; Helping Couples Build a Vision for their Marriage. *Journal of Marital and Family Therapy*, 30(3).

Stahmann, R. (2000). Premarital counseling : A focus for family therapy. Family Therapy. (22), 104 – 116.

Odero M.E. (2018). Pre – marital counceling and its influence on marital quality among seventh day Adventist members in Kibra Division of Nairobi County. Kenya (Doctoral dissertation).

Pre-marital Counseling. (2011, January 1). Retrieved from http://www.familysolutioncounseling.org/pre-marital-counseling.php

Ibrahim, A.K., Asmaa, O. A., Salwa, A. A. (2019). Perception of Importance of Premarital Counseling among Medical Students of Tanta University, Egypt. *The Egyptian Journal of Community Medicine*, 2(37). 66 – 75.

Marianne McGoldrick. (2022). The 8 Questions premarital counselors always ask. https://www.brides.com/story/top-premarital-counselor-questions

தாய் வீடு – பத்திரிகை. (செப்டம்பர் 2014). திருமணத்திற்கு முன்பதான உளவளத் துணை. ப.இ.14.

Amanda Kepler. (2015). Marital Satisfaction : The Impact of Premarital and couples counseling. Minnesota : St. Catherine University.

Shifna Banu.M.A.F. (2018). *தலாக்கினைக் குறைப்பதற்கான முன்மொழிதலும், கலந்துரையாடலும் : (சம்மாந்துறைப் பிரதேசத்தை மையப்படுத்திய ஓர் விசேட ஆய்வு).* 5th International Symposium held on 2018 at South Eastern University of Sri Lanka.