ജോലിസ്ഥലത്ത് സമാധാനം തരാത്തവർ

ഡോ. ജസ്റ്റിൻ തോമസ്

ഒരിക്കൽ മലബാറിലെ ഒരു കോളജിൽനിന്ന് ഒരധ്യാപിക ഫോണിൽ വിളിച്ച് സഹപ്രവർത്തകനായ ഒരധ്യാപകൻ കോളജിൽ സൃഷ്ടിക്കുന്ന പ്രശ്നങ്ങളെക്കുറിച്ചു സംസാരിക്കുകയുണ്ടായി. തത്കാലം അയാൾക്ക് ഇവിടെ ജെയ്സൺ എന്ന പേരു കൊടുക്കുന്നു. മകനെ കൗൺസലിങ് നടത്താനെന്ന വ്യാജേന അപ്പനായ ജെയ്സണെ കൗൺസലിങ് നടത്തണം. അതാണ് അധ്യാപികയുടെ ആവശ്യം: "സർ, ജയ്സണെ അങ്ങോട്ടുവിടുന്നത് ജയ്സൺന്റെ മകനുവേണ്ടിയാണെങ്കിലും സാർ കൗൺസലിങ് നടത്തേണ്ടത് ജയ്സണെയാണ്." അതിന്റെ കാരണവും ആ അധ്യാപിക വ്യക്തമാക്കി:

"ഇയാളൊരു 'വിഷ'മാണ് (toxic person). ഒഴുക്കിനൊപ്പം നീന്തും. കോളജിൽ ക്രിയാത്മകമായി കാര്യങ്ങൾ ചെയ്യാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നവരെ ഇയാൾ നിരുത്സാഹപ്പെടുത്തും. ഇയാളെ അംഗീകരിക്കുന്നില്ലെന്നു തോന്നിയാൽ അംഗീകരിക്കാത്ത വ്യക്തിക്കെതിരേ എന്തു നുണയും പറയും. സഹപ്രവർത്തകർ കുട്ടികളുടെ നന്മയ്ക്കായി എന്തെങ്കിലും അധികം ചെയ്താൽ ഇയാൾക്കതു സഹിക്കില്ല. ഇയാൾക്കു പഠിപ്പിക്കുന്നതിലും താത്പര്യം അവധിയെടുത്ത് മറ്റു പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ ഏർപ്പെടുന്നതിനാണ്. പെട്ടെന്ന് അരിശം പ്രകടിപ്പിക്കുന്ന പ്രകൃതം. ഇയാൾ ഡിപ്പാർട്ടുമെന്റിൽ ഒരു ശല്യമാണ്."

ഈ അധ്യാപിക പറഞ്ഞത് പൂർണാർഥത്തിൽ ശരിയാണെന്ന് കൗൺസലിങ്ങിൽ മനസ്സിലായി. മകനിൽ ചില മാറ്റങ്ങൾ വരുത്താൻ അപ്പനിൽ ഉണ്ടാവേണ്ട ചില മാറ്റങ്ങളെക്കുറിച്ചു തന്ത്രപരമായി അവതരിപ്പിച്ചു. തുടർന്ന്, മൂന്നു ദിവസം നീണ്ടുനിൽക്കുന്ന ട്രെയ്നിങ് പ്രോഗ്രാമിലേക്കു ക്ഷണിച്ചു. അതിലൂടെ അയാൾ മാറി.

ഇയാൾ ഒരു മനോരോഗിയാണോയെന്നു സംശയിക്കാമെങ്കിലും ആയിരുന്നില്ല. ഇയാൾമൂലം കോളജിൽ നെഗറ്റീവ് എനർജി പരക്കുകയും മറ്റുള്ളവർക്ക് ഉപദ്രവമായി ഇയാൾ മാറുകയും ചെയ്തിരുന്നുവെന്നതു സത്യമാണ്. എന്നിരുന്നാലും ഇയാളിൽ സഹാനുഭൂതി ഉണ്ടായിരുന്നു. സൈക്കോപാത്തുകൾക്കു സഹാനുഭൂതി വളരെ കുറവായിരിക്കും. ജയ്സൺ അനാഥാലയങ്ങൾ സന്ദർശിക്കുകയും അവരെ സഹായിക്കുകയും ചെയ്തിരുന്നു. അതിന്റെ അർഥം ജയ്സൺ പൂർണമായും ടോക്സിക് വ്യക്തിയായിരുന്നില്ല എന്നതാണ്. ഒരു പൂർണ സൈക്കോപാത്ത് വ്യക്തിയിൽ താഴെപ്പറയുന്ന ലക്ഷണങ്ങൾ പ്രത്യക്ഷമായിരിക്കും:

1. മറ്റുള്ളവരിലേക്കു നിഷേധാത്മകത കുത്തിവയ്ക്കുകയും അതു പ്രകടിപ്പിക്കുകയും ചെയ്യും.
2. ഇവർ നല്ലപിള്ള ചമയുകയും മറ്റുള്ളവരെ ഉപദ്രവിക്കാനായി അനേകരെ കൂടെ നിർത്തുകയും ചെയ്യും.
3. ഇവർ പൊയ്മുഖമുള്ള വ്യക്തികളായിരിക്കും. ഇവരുടെ കപടത മനസ്സിലാക്കുക ബുദ്ധിമുട്ടാണ്. ഓഫീസുകളിൽ മേലധികാരികൾ ഇവരെ പെട്ടെന്നു വിശ്വസിക്കുന്നതായി കണ്ടിട്ടുണ്ട്.
3. സ്വന്തം തെറ്റുകൾക്കു മറ്റുള്ളവരെ ഇവർ ബലിയാടുകളാക്കും.
4. മറ്റുള്ളവരെ കുറ്റം പറയുകയും അവരെ അപമാനിക്കുന്നതിൽ സന്തോഷം കണ്ടെത്തുകയും ചെയ്യും.
5. സ്വന്തം ജോലിയിൽ കഴിവുകുറവും ആത്മാർഥതയില്ലായ്മയും പ്രകടമായിരിക്കും.
6. ഇവർ തങ്ങളുടെ തെറ്റുകൾ സമ്മതിക്കാറില്ല.
7. ഇത്തരക്കാർ പരാതിപ്പെട്ടികളായിരിക്കും. ആരെക്കുറിച്ചെങ്കിലും ഇവർ പരാതി പറഞ്ഞുകൊണ്ടേയിരിക്കും.
8. തുടർച്ചയായി ജോലി ചെയ്യുന്നതിൽ ഇവർ വിമുഖരാണ്.
9. ഇവർ സ്വന്തം ജയത്തിനുവേണ്ടി മറ്റുള്ളവരോട് അമിതമായി മത്സരിക്കും. അതിന് ഏതു വളഞ്ഞവഴിയും സ്വീകരിക്കുകയും ചെയ്യും.
10. സഹാനുഭൂതി വളരെ കുറവായിരിക്കും.
11. ഇയാൾ മനോരോഗലക്ഷണങ്ങൾ കാണിക്കും.

ജയ്സണിൽ, മേൽസൂചിപ്പിച്ച സ്വഭാവ-പെരുമാറ്റരീതികൾ മിക്കതും ചെറിയ അളവിൽ പ്രകടമായിരുന്നെങ്കിലും കൗൺസലിങ് സ്വീകരിക്കുന്നതിനുള്ള ഉൾക്കാഴ്ച ഉണ്ടായിരുന്നു. അതിനാൽത്തന്നെ, എനിക്ക് അദ്ദേഹത്തിന്റെ പ്രശ്നത്തിൽ ഇടപെടാൻ സാധിച്ചു. എന്നാൽ, മിക്ക വ്യക്തികളുടെയും സ്ഥിതി ഇതല്ല. അവർ സൈക്കോപാത്തുകൾ (മനോരോഗികൾ) ആയിത്തന്നെ പെരുമാറും.

അത്തരക്കാരിൽ മേൽസൂചിപ്പിച്ച ലക്ഷണങ്ങൾ ഉയർന്ന അളവിലുണ്ടാകും. പക്ഷേ, മിക്കപ്പോഴും അവർക്ക് ഇതിനെക്കുറിച്ചു ബോധ്യമുണ്ടാവില്ല.

എന്തുകൊണ്ട് വ്യക്തികളിൽ ഇത്തരം സ്വഭാവ-പെരുമാറ്റരീതികൾ ഉടലെടുക്കുന്നു?

പല കാരണങ്ങളും വ്യക്തികളെ ഇത്തരം പെരുമാറ്റരീതികളിലേക്കു നയിക്കാം. അതിൽ പാരമ്പര്യത്തിന് ചെറിയ ഒരളവിൽ പങ്കുണ്ടെങ്കിലും കൂടുതലായി ഈ പ്രശ്നം പ്രകടിപ്പിക്കുന്നവർ താഴെപ്പറയുന്ന അവസ്ഥകളിലൂടെ കടന്നുപോയവരാകാം.

- വളരെ മോശമായ രക്ഷാകർത്തൃത്വം.
- ചെറുപ്പകാലത്തുണ്ടായിട്ടുള്ള പീഡകൾ.
- ചെറുപ്പകാലത്തുണ്ടായ, മറക്കാനാവാത്ത, ക്രൂരവും ദുഃഖകാരണവുമായ അനുഭവങ്ങൾ.
- ചില മാനസികരോഗങ്ങൾ.
- ലഹരിവസ്തുക്കളുടെ ഉപയോഗം.
- പെട്ടെന്നുണ്ടാകുന്ന ചില അനുഭവങ്ങളും സാഹചര്യങ്ങളും.
- ശാരീരികരോഗങ്ങളും അതുമായി ബന്ധപ്പെട്ടുണ്ടാകുന്ന സ്വഭാവ-പെരുമാറ്റരീതികളും.

വ്യക്തികളെ ദുഷിപ്പിക്കുന്നതിൽ അപക്വരക്ഷാകർത്തൃത്വത്തിനു വലിയ പങ്കുണ്ട്. ഇക്കാരണത്താൽത്തന്നെ കുട്ടികളെ പരിപാലിക്കുമ്പോൾ നാം വലിയ ശ്രദ്ധ നൽകേണ്ടതായിട്ടുണ്ട്.

എങ്ങനെ ഇത്തരക്കാരെ സുഖപ്പെടുത്താം?

തങ്ങളുടെ അവസ്ഥയെക്കുറിച്ചറിയില്ല എന്നുള്ളതാണ് ഇത്തരക്കാരുടെ പ്രശ്നം. ഇവരെ ബോധവത്കരിക്കാൻ താഴെപ്പറയുന്ന മാർഗങ്ങൾ ഉപയോഗിക്കാം:

1. മിതമായ വാക്കുകൾകൊണ്ടുള്ള ഏറ്റുമുട്ടൽ.
2. ഒരു കൗൺസലറുടെയോ കോച്ചിന്റെയോ സഹായം തേടുക.
3. ഇയാളുടെ വളരെ അടുത്ത സുഹൃത്തുക്കളുടെയോ കുടുംബാംഗങ്ങളുടെയോ സഹായം തേടുക.
4. ഇത്തരക്കാരുടെ ആവശ്യങ്ങളിൽ എന്തെങ്കിലും സഹായിച്ച് ഇവരുടെ ഇഷ്ടം സമ്പാദിക്കുക.

ജയ്സൺ തന്റെ മകനുവേണ്ടിയാണു വന്നതെങ്കിലും കൗൺസലറായ എന്റെ ശ്രദ്ധ രണ്ടുപേരെയും കൗൺസലിങ് പ്രക്രിയയിലൂടെ കടത്തിവിടുക എന്നതിലായിരുന്നു. ജയ്സണെ തന്റെ പ്രശ്നങ്ങൾ തിരിച്ചറിയാൻ പ്രാപ്തനാക്കിയപ്പോൾ അദ്ദേഹം സൈക്കോത്തെറാപ്പികളോടു സഹകരിച്ചുവെന്നതാണു വസ്തുത. അദ്ദേഹത്തിന്റെ ഭാര്യയുടെ ഇടപെടലും വളരെ ഗുണപ്രദമായിരുന്നു. ജയ്സൺ കോളജിൽ പ്രശ്നങ്ങളിലൂടെ കടന്നുപോകുന്നു എന്ന സൂചനയും വിശദീകരണവും അവർ തന്നപ്പോൾ അതിലേക്കു കടക്കാൻ എളുപ്പമായി. തുടർന്ന് BT, Time line Therapy, Hypnotherapy എന്നിവ ഉപയോഗിക്കുകയും ഫലം കാണുകയും ചെയ്തു.

■