

Ojciec – najważniejszy i pierwszy mężczyzna w życiu kobiety

Kobieta w relacji z ojcem, jeszcze będąc dziewczynką, sprawdza, czy może się podobać i być kochaną. Ojciec jest dla córki jak lustro, w którym odbija się jej kobiecość. Jeśli jest to krzywe zwierciadło – milczące, obojętne, krytyczne – to taki zniekształcony obraz siebie kobieta może nosić w sobie przez całe życie. Jako pierwotny model mężczyzny w życiu dziewczynki ojciec oddziałuje na córkę na wielu poziomach: począwszy od tego, jak ona widzi samą siebie, aż po oczekiwania, jakie ma wobec mężczyzn i świata. Niestety mężczyźni często nie uświadamiają sobie powagi znaczenia relacji, którą tworzą z córką, często z braku wiedzy i doświadczenia uciekają przed tą bliskością. Szczególnie w okresie dojrzewania ojcowie dystansują się od swoich córek i często czują się wręcz niezręcznie, widząc zmiany zachodzące w ich ciałach. Trudniejsza staje się komunikacja, a wraz z nią rola ojca. A to czas, kiedy córka potrzebuje ojca szczególnie.

Czego córka uczy się od ojca?

Ojciec odgrywa wiele ról w życiu swojej córki. Dziewczyna od ojca powinna dostać przede wszystkim szacunek. Wzrok ojca to pierwszy refleks jej kobiecości, budujący podstawowe poczucie samoakceptacji lub jej braku. Szacunek dla siebie i poczucie godności budują się na podstawie szacunku otrzymanego w dzieciństwie od bliskich nam osób. To, jak się postrzegamy, jest w dużym stopniu kształtowane przez pierwotne relacje z rodzicami. Krótko mówiąc, dzieci widzą siebie tak, jak myślą, że widzą je inni. A tata to ten bardzo ważny inny. I w dodatku pierwszy mężczyzna poznany w życiu. Ojciec ma być także osobą, której można bezpiecznie okazywać uczucia. Oznacza to, że nie patrzy na wyznającą mu miłość córeczkę jak na obiekt seksualny, tylko jak na człowieka. Córka uczy się wtedy, że można bez konsekwencji okazywać uczucia mężczyznom. Jeśli do tego ojciec uznaje prawo do prywatności swojej córki, dziewczynka rozwija zdrowe poczucie granic i nie będąc za to karana, uczy się, kim jest i co jest dla niej ważne, a potem potrafi tego bronić. To od ojca córka uczy się także, że kobiety i mężczyźni są równi. Kiedy ojcowie wprowadzają władzę absolutną i próbują sprawować pełną kontrolę w domu, córki szybko uczą się buntować, a mężczyźni generalnie stają się w ich oczach wrogami. Ojciec sprawiedliwy, słuchający tego, co córka ma do powiedzenia, pomoże jej zbudować poczucie wartości i wiary w swoje opinie. Kiedy rozmawiając z ojcem, ufa, że jej opinia się dla niego liczy, może rozwinąć poczucie dobrze rozumianej siły i wiary w siebie. Potrzeba tu ojca słuchającego i szanującego cudzy punkt widzenia nawet, jeśli się z nim nie zgadza. To ojciec kształtuje w umyśle córki obraz całego świata męskiego. Jeśli jest tyranem, wszyscy mężczyźni są postrzegani jako tacy. Jeśli jest alkoholikiem czy wykorzystuje córkę, dziewczynka będzie postrzegać mężczyzn jako ludzi, którzy mają prawo tracić kontrolę i ranić. W umyśle dziecka istnieje nie do końca uświadomione przekonanie: „Jeśli tata traktuje mnie dobrze, jestem wartościową osobą. Jeśli tata mnie odrzuca lub krytykuje, nie ma we mnie nic dobrego”. Kluczowym aspektem tej relacji jest wyrażenie przez ojca zgody na to, by córka uczyła się i eksplorowała świat sama.

Akceptacja kobiecości

Zależy to w dużej mierze od tego, jaki był ojciec. Czy słuchał, szanował opinie i zapraszał do udziału w dyskusjach? Jak ogólnie traktował kobiety? Czy szanował swoją żonę i okazywał jej uczucia? Czy żona była równoprawnym partnerem? Czy brał udział w sprawach domowych, czy też najważniejsza

była praca? Czy angażował się w szkolne sprawy swojej córki? Czy dotrzymywał obietnic? Czy bywał agresywny, czy nadużywający w stosunku do kobiet?

Jeśli ojciec dyskredytuje lub jest nieobecny w życiu, kobieta może czuć się niewygodnie w swojej kobiecej skórze i w dorosłym życiu wybiera podobnych do ojca mężczyzn. Można by sądzić, że życie z alkoholikiem czy nadużywającym, nieczułym, emocjonalnie, niedostępnym ojcem powinno uczulić na takich mężczyzn i spowodować, że takich właśnie kobieta będzie unikać. Niestety jest dokładnie odwrotnie. Kobiety mają tendencję do wybierania mężczyzn podobnych do swoich ojców. Nieważne, czy mieli oni pozytywny, czy negatywny wpływ na życie. To przedziwne zjawisko. Bycie traktowaną w sposób nadużywający w dzieciństwie kruszy poczucie własnej wartości i zniekształca tym samym oczekiwania od siebie i od innych. W tym oczekiwaniu, jak powinni traktować nas inni ludzie. Tendencja do akceptowania okoliczności bez względu na to, jak bardzo przekraczają granice okazuje się jednak silniejsza. Większość agresywnych, nadużywających mężczyzn woli kobiety łatwe do zdominowania. Oznacza to, że kruche poczucie wartości czyni idealny cel do nadużyć. Powstaje błędne koło kruchego poczucia wartości i nadużywających relacji. Kruche poczucie wartości przyciąga ludzi, którzy je jeszcze bardziej kruszą. Kobiety poślubiają wtedy mężczyzn takich jak „kochany tatuś” lub żyją z nimi, albo szukają nieświadomie mężczyzny, który nigdy nie jest tak naprawdę obecny czy dostępny emocjonalnie. Kiedy w końcu znajdą odwagę, żeby go zostawić, angażują się zwykle w identyczny związek!

W moim gabinecie pojawia się wiele kobiet, które nieświadomie z partnerem powtarzają relację z ojcem. Tak naprawdę wiążą się z mężczyznami podobnymi do własnego ojca. Przewyciężenie tego wzorca jest kluczowe, jeśli mają kiedykolwiek czerpać radość z relacji z mężczyzną. Najpierw muszą dostrzec problem, następnie pracować nad odbudowaniem poczucia własnej wartości i często porzuceniem roli ofiary.

mgr Małgorzata Remlein
psycholog