

OČE NAJ HČERKI POVE, da jo ima rad. TEGA NI NIKOLI PREVEČ.

Napisala: Suzana Golubov • Fotografije: Goran Antley

Strokovni vodja Družinskega inštituta Bližina, zakonski in družinski terapevt, predvsem specializiran za težave v partnerskem odnosu, starševske težave z odraščajočimi otroki in težavami z zasvojenostjo **DRAGO JEREČIĆ** pravi, da oče najbolj zaznamuje hčerkino izbiro partnerja. Pravi tudi, da ji lahko da strukturo, samozavest, samopodobo, prodornost, da lažje razmišlja, si upa, lažje doseže individualnost, razbere, kaj želi in kakšni so njeni cilji.



"Naloga očeta je, da išče stik s hčerko, vedno!"

Kakšne izkušnje imate s področja odnosov med očeti in hčerkami?

Drago: Pri nas izvajamo partnerske in družinske terapije. Če hočemo zakonca, ki prideta na terapije, razumeti, kakor tudi njune konflikte, se bomo vedno nehote dotaknili tudi njunih družin. Recimo, da se žena pritožuje, kakšnega moža ima. Kdo pa je najbolj zaznamoval njeno izbiro partnerja? In že smo pri očetu. Proti koncu šolskega leta imamo tudi zelo veliko družinskih

terapij zaradi šole. Kjer se angažira tudi oče, čustveno, se bodo šolske stvari takoj uredile v tleh, štirih tednih. Včasih celo rečemo, da si naj mama vzame 'dopust', naj kuha, se sprehaja, ata pa naj sedi zraven otroka.

To pomeni, da se bodo stvari uredile, ko bo oče prisoten?

Drago: Po eni strani zaradi njegove prisotnosti, po drugi pa otrok dobi občutek, da je pomemben. Otroku se namreč zdi, da je tako pomemben za očeta, da je ta dal

na stran nogomet, občinske sestanke in je vsak dan od štirih do petih z njim. Tako se otrok počuti pomembnega v njegovem življenju. Če gre otrok v življenje s tem notranjim občutjem, bo težko nesposoben.

Otrok je zaznamovan s tem in se v sebi počuti vrednega, plemenitega, posebnega v zdravem smislu. Ni mu treba prosjčiti ali iskati občutka vrednosti po bližnjih. Vsi starši in zakonci vedo, kaj je prav in kaj ne, ampak ljudje včasih ne razumemo, zakaj si

leva analitična hemisfera želi v levo stran, medtem ko nas desna možganska hemisfera potegne kar nekam. Če smo iskreni, na koncu rečemo: Oprosti, nisem tako mislil. Zaradi tega se dogajajo prepiri, kletvice, prevare, nasilje ...

Lahko hčerko odnos z očetom res tako zaznamuje, da ta vpliva na njen izbor partnerja?

Drago: Če za hčerko oče predstavlja model moškosti, to pomeni, da prek njega nehote ponotranji, koliko moški govori, koliko govori o čustvih, kakšna opravila dela, koliko časa je doma, koliko se ukvarja s partnerico ... Višje ima oče norme do svoje partnerice, žene, hčerkinine mame, bolj bo tej hčerki samoumevno, da bo od vseh svojih partnerjev, moža pričakovala vsaj minimalno toliko. Od tod bo dobila kriterije in normative do svojega partnerja. Če je oče do svoje hčerke spoštljiv, bo lahko potem tudi veliko bolj brezskrben, v kakšna najstniška prijateljstva ali v partnerske odnose se bo ta hčerka pozneje vključevala.

Recimo?

Drago: Oče, ki je recimo odsoten, se trudi za družino, služi denar. Pet- ali 12-letna hčerka bo po eni strani to razumela, po drugi strani pa si bo želela, da bi bil bolj prisoten, da bi se z njo recimo igral in bi ga zanimale stvari, ki so nje pomembne. Oče je tisti, ki ji da strukturo, samozavest, samopodobo, prodornost, da lažje razmišlja, da si upa, lažje doseže individualnost, razbere, kaj želi, kakšni so njeni cilji. Če pa očeta ni, bo hčerka veliko bolj begala, bo zmedena, ne bo si upala zagovarjati svojih mnenj ali pa jih bo zagovarjala agresivno. Če na eni strani mama da čustveno barvitost, oče da klenost in vero vase. Gre za komplementarne stvari. Če očeta ni, si veliko bolj plašljiv, neodločen in negotov. Oče je mentor, patron, spodbujevalec, vzgonski veter.

Kako lahko na hčerko vpliva dominanten oče?

Drago: Dominanten oče ji pusti občutek utesnjenosti, lahko tudi občutek rahle nesposobnosti, kar je podobno kot pri šefu. Če je preveč dominantnosti, te ta utesnjuje, človeka lahko navda tudi s tesnobo in hčerka takega očeta bo lahko samokritična.

Dominanca ali perfekcionizem očetov je povezan z anoreksijo pri hčerkah. Če starši vse kontrolirajo, je edina stvar, ki je ne morejo, hrana.

Kakšne posledice ima na hčerko nezvest oče?

Drago: Nezvest oče pusti na hčerki občutek sramu in nevrednosti. Takšna hčerka ima občutek nespoštljivosti in razmišlja: Kako si to lahko naredil moji mami? Hčerko in tudi sina to boli. V smislu, da ni kot hčerka toliko vredna, da bi že zaradi nje spoštoval mamo. Ko k nam prideta zakonca zaradi nezvestobe, narišemo družinsko deblo za tri generacije. Če je nezvest mož, je bil nezvest gotovo že nekdo iz njegove družine, gre namreč za medgeneracijski prenos. Enako velja za ženske. Potem si bo običajno tudi hčerka iskala 'zvestega' Don Juana. Človek pozneje vedno zasleduje takšne odnose, kot jih pozna in pri katerih bo lahko na oder postavil podobno scenografijo, kot je bila doma. Zato bo hčerka z nekom, ki ima nekaj malo podobnosti z očetom. Ob

tež osebni bo imela podobna občutja, kot jih je imela ob očetu, vendar bo želela drugačen zaključek. V tem primeru je pomembno, da se hčerka in njen mož veliko pogovarjata. V vsakem zakonu pride do trenutkov, ko lahko kdo naredi kakšno neumnost ali se naklonjenost razvodi in je potem zelo težko živeti prijeten odnos. Takrat je največja nevarnost, da se kaj zgodi. Če se v takem primeru partnerja ustavi in o teh stvareh iskreno pogovorita, potem se lahko ponovno zblížata, ponovno se rodi privlačnosti in ta odnos gre dalje. Ne glede na to, iz kakšne družine hčerka izhaja, si potem tako ali drugače izbere neprimerne partnerja, ki je podoben očetu, kar ne pomeni, da ji je usojeno, da bo vse življenje nesrečna. Bo ji pa usojeno, da bo s tem partnerjem morala garati.

Ampak le, če se tega zaveda, malo premislil ...

Drago: In da vključi njega. Gre za kriterije, v smislu, da si to zasluži. Večinoma k

nam najprej pride ženska. Čeprav velikokrat velja, če želi priti eden, prideta oba. Saj tudi moški hodijo k nam, le da tega ne bodo obešali na veliki zvon. Ženska, ki pride k nam sama, možu odločne reče: "Želim, da greš z mano, saj gre navsezadnje za naju." Moški ji kar hitro sledi in če se pogovarjata o dediščini, ki sta jo prinesla v odnos, potem stvari lahko malo spremenijo. Večina konfliktov, ki so v partnerskem odnosu, je zelo neoriginalnih, ker pogrevata stare župe, ki so jih skuhale že prababice. Recimo odvisnosti, prevare, zlorabe, samomori ... To ne pomeni, da so za to krivi starši. Zato je pogosto naša tema tudi živeti zavestno starševstvo ali partnerstvo, kar ne pomeni, da nismo sproščeni. Gre za to, da je dobro, da se tudi človek malo ustavi in reče: Kako pa tole gre? Recimo v službi tim vsake toliko časa malo pogleda stvari za nazaj, pri finančnih je to še najbolj očitno prek bilanc. V zakonskem življenju pa tudi partnerja naredita čustveno bilanco, da vidita, kje sta.

Kako otroci sprejmejo in spremljajo starša, ki hodita k vam na terapijo?

Drago: Za otroke je to super in ko starša preneha hoditi, sta kar doma, se najstniki čudijo, ali je kaj narobe, da več ne hodita. Ker če se mama in ata pogovarjata, potem mama manj teži, manj zaseda hčerko ali predvsem sina, oče pa bo iskal manj potrditev pri hčerki. Tu gre za odnos, ko se oče do hčerke obnaša kot do svoje princeske.

Kaj pomeni biti očetova princeska?

Drago: Oče da hčerki malo več pozornosti kot mami. Oče, ki ne dobi potrditve pri ženi in pozneje pri sodelavki, jo potem začne iskati pri hčerki, kar je incestno. Gre k tisti ženski, ki ga manj kritizira. Peljal bo 12-letnico v trgovino na razprodaje, ji kupil stvari, ki ji morda mama ne bi, v njenih očeh pa bo 'mali boגע', žena pa bo besna. Morda bi jih to tudi ona kupila, ampak oče to malo izrablja, medtem ko takrat, ko bi bilo treba sedeti ob hčerki, ko dela naloge, ne sedi. Če v partnerskem odnosu zaškripa

"Za hčerko je pomembno, da ji oče zna reči: Lepa si. Ta hčerka se bo potem vedno počutila lepo."

in se takrat raje malo bolj posveča hčerki, nastane konflikt med mamo in hčerko, saj je mama ljubosumna, kar je krivično do hčerke, ker ne ve, kaj je naredila narobe, da jo mama grdo gleda. Tako lahko oče hčerko oropa mame ali harmoničnega odnosa z njo. Ko pa hčerka pride v puberteto in začne dobivati ženske obline, se ta oče lahko malo prestraši. Tudi hčerka bo čutila, da vendarle mamo odigrati svojo vlogo med očetom in mamo, se pravi malo poskrbeti za očeta. Te ženske potem nikoli ne bodo mogle biti 100 % zahtevne do moških, ker so morale malo skrbeti že za prvega moškega. Hkrati bodo moške malo prezirale, jih imele malo na rezervi in jih manj spoštovale. Očeta ne moreš spoštovati, saj si neskončno želiš, da v celoti spoštuje tvojo mamo. Sebe lahko spoštuješ toliko, kolikor te spoštujeta starša in kolikor se spoštujeta med seboj. Lahko se tudi spoštuješ, koliko spoštuješ očeta, da je potem pri taki ženski prisotna prikrija ali odkrita jeza.

"Če imaš otroka rad, pomeni, da se zanimaš zanj. Če se zanimaš za hčerko, se boš moral zanimati za to, kar jo zanima v sedmem razredu osnovne šole. Verjetno boš moral poslušati glasbo, ki jo posluša, se pozanimati, kaj ima v šoli, kaj se pogovarja s prijateljico."

Zakaj?

Drago: Ko lahko nekoga spoštuješ, boš lahko spoštoval tudi sebe. To vlogo nadomeščajo kakšni klubi, kjer potrebuješ kapo in dres, ali pa poznaš kakšno znano osebnost ali si del uspešnega podjetja. Oče poruši te razmejivne in začne svoje moške potrebe zadovoljevati ob hčerki, kar je čustveni incest, saj gre k otroku zadovoljevati čustvene potrebe, ki bi jih moral ob svoji ženi. Moški iščemo potrditve, in to pri ženi, ženske si pa bolj želite biti v čustvenem odnosu z nekom, in če partner tega ne ponudi, se obesite na otroka. In imamo maminega 'sineka'. V odrasli dobi je treba o teh stvareh spregovoriti, da te nekdo sliši, šele potem lahko greš počasi naprej. Sicer se vedno znova ciklično zapletaš v podobne odnose.

Kako je s hčerkami zasvojenih očetov?

Drago: Alkoholizma je največ. Kjer je alkohol, bodo otroci vedno čutili sram. Hčerki bo nerodno domov povabiti

prijateljice. Potem pride občutek nevrednosti, kakor tudi sram, potreba skriti, prikriti. Bodisi da gre za obleke ali za lažno identiteto, pretvarjanje, perfekcionizem. To morda bolj velja za prvorojenko, ker je prvi otrok bolj odgovoren, skrben. Če je oče nefunkcionalen alkoholik, potem bo hčerka mami pomagala služiti denar ali kaj pospravljala za očetom. Medtem ko bo drugi otrok lahko bolj grešni kozel in bo imel podobne izbruhe kot oče. Začel bo kaditi travo, hčerka bo lahko imela anoreksijo, zapadla v alkohol, se promiskuitetno vedla. Če bo prvorojenka šla bolj v perfektnost, bo drugorojenka šla bolj v destrukcijo. Oboje pa je škodljivo.

Kakšen naj bo oče, da bo lahko dal hčerki najboljše možno popotnico za življenje?

Drago: S kmečko logiko in zdravo vzgojo, kar pomeni, da ima oče čas za hčerko v realnem smislu. Da si vzame čas in je res z otrokom, da je spoštljiv do hčerke v smislu,

kako jo daje spati, ko je še majhna, in kako se pogovarja s sedmošolko o težavah v šoli ali s prijateljico. Eno je spoštovanje, drugo je, da si vzame čas, da jo ima rad, da je spoštljiv do njene mame, tudi če sta razvezana, če sta skupaj, pa še toliko bolj. Naj jo spodbuja in verjame vanjo. Oče, ki ne verjame svoji hčerki ali ni ponosen nanjo, je v sebi nesrečen. Ni otrokova naloga dajati razloge, da je lahko ponosen na hčerko, to je njegova naloga. Verjamem, da ni ponosen na kakšno hčerkino dejanje, ampak njej pa mora povedati: Imam te rad, super si, ampak tole oceno bomo rešili ... Hčerka bo vedno prišla do očeta in v njegovih očeh videla, ali je še upanja za njo. Bo kaj iz mene? V naši zgodovini je veliko tega, da oče hčerki ali svojemu sinu reče: Iz tebe ne bo nič. Naredil boš točno to, kar bodo starši verjeli, da boš. Zato je zelo pomembno, kakšna sporočila bo oče dajal. Včasih so dali starši otroku, ko je šel, blagoslov, kakšno potrditev, da so nanj ponosni. Ni recepta, je pa ena stvar. Pogosto je kakšnemu očetu to

"Kjer se oče in hčerka lahko pogovarjata, se stvari zelo hitro uredijo."



težko narediti, ker si njegov oče ni vzel zanj časa. Ko si on vzel čas za hčerko, lahko doživlja najgloblje stiske, tesnobo, ker je za njega to nekaj popolnoma nepoznanega. Če bo hotel začutiti hčerko, bo moral začutiti sebe; kako mu je bilo v sedmem razredu, ko ni imel nikogar.

Je očetu v tem primeru nelagodno?

Drago: Pred tem se zavaruje tako, da se takrat malo umakne. Otroku mu prebudi vsa boleča občutja, ki jih je doživljal. Bolj je oče bil prepričan samemu sebi, bolj ga bodo otroci na neki način potrebovali, da oče recimo že v petem razredu malo bolj pogosto preverja domače naloge, ker jih otroci ne delajo. Ko oče te stvari razume, lahko taka družina naslednjih deset let povsem normalno funkcionira. Drugače pa zna biti: Kakšna si, vse ti naredimo, ti pa ne študiraš. Zaradi tega otroci niso gnoj od gnoja, ampak gre za to, kaj v resnici potrebujejo.

Bi se po vašem morala oče in hčerka pogovarjata tudi med puberteto?

Drago: Ko punca postaja žensvena, se kakšen oče počuti malo nelagodno, ker se mu začnejo prebujati kakšne telesne reakcije in se umakne. Prej je bila očetova princeska, potem pa tega očeta sploh ni. Kaj je sporočilo? Da ne sme biti ženska ali da se na moške ne moreš zanesti. Klinična praksa kaže, da pride recimo do borderline – mejnih osebnostnih motenj – ravno zaradi tega, ker je ta hčerka bila enkrat zavržena. Zelo je pomembno, da je ta oče še vedno prisoten, ker preprosto, če želi hčerko obvarovati pred neprijetnimi izkušnjami s fanti, ji lahko marsikaj pove; da je enkrat bil tudi sam pubertetnik in ve, kako se je obnašal do punc, na kar ni ponosen, spoštoval pa je njeno mamo, ki je znala reči: Ti se boš pa lepo obnašal. Zato jo opozori, da je vsak fant do nje toliko spoštljiv, koliko je bil on do mame, ko ima hčerka najdaljši jezik in se on komaj obvlada. To gre naravnost v kri. Naloga očeta je, da išče stik s hčerko, vedno! Tudi ko so otroci odrasli, je dobro, da starši iščejo stik z njimi, saj so starši tisti, ki so se odločili, da imajo otroke. Pomembno je, da oče ni užaljen. V odnosu mož-žena sta se odločila, odnos je razvezljiv, medtem ko v odnosu hčerka-oče hčerka ob rojstvu ni podpisala, da bi bila njegova hčerka. Gre za brezpogojen odnos, ki se ne more nikoli nehati, medtem ko se odnos z njeno mamo lahko. Ko je oče užaljen in se ves teden ne pogovarja s hčerko, je to lahko

največja katastrofa za njo, lahko je še huje kot fizični udarec. Če je hčerka zelo prizadela očeta, ker se ni lepo obnašala, običajno pa se kar lepo obnaša, to pomeni, da kolikor je prizadela očeta, je bilo tudi sama prizadeta in je to prenesla na očeta. S tem je podrla kupček, ampak drugače kot pubertetnica. Ne gre za hrano, ampak za to, da ne more prežvečiti čutenj, ker nima še povsem razvite čustvene razsodnosti. Tu je pomembno, da oče ni užaljen. Ali ko hčerka pobegne od doma. Oče razmišlja, da jih je osramotila, otrok pa želi biti najden, želi, da stoji v njen svet. Lahko živiš ob očetu, pa je svetlobna leta stran. Tu je dobro, da jo oče poskuša objeti s čustvi, z besedami, da ji pride bližje. Mama lahko za to hčerko veliko naredi, če bo od svojega moža terjala, da mora do priti čustveno. Potem bo ta oče znal priti čustveno tudi do hčerke. Če pa mama očeta špara, potem tudi hčerka nasanka, potem izraža veliko bolečin, ki so mamine.

Se pravi, da so očetje še kako pomembni v razvoju hčerke?

Drago: So nenadomestljivi. Kot je mama nenadomestljiva, je tudi oče. V življenju boš vedno želel to, kar ti da oče, se pravi samozaupanje, vero vase, gotovost in stabilnost. Če ti oče tega ne da, boš potem to šel iskat kam drugam. Morda se boš navezal na kako stvar, ki ni najbolj primerna. Kjer ni očeta, ni varnosti, in kjer ni varnosti, so rodovitna tla za zasvojenost. Pri ženskah je to lahko kakšna hrana, nakupovanje, TV-novele ...

Imate kakšen nasvet za očete?

Drago: Naj si vzamejo čas, se zanimajo za hčerko, naj vstopajo v njen svet, vedno naj delajo prvi korak, naj ne odstopajo, čeprav jih bodo hčerke masakrirale. Naj skrbijo, da lahko verjamejo v hčerko, kar pomeni, da jo je treba spremljati. Hkrati naj ima oče razumevanje in sočutje do sebe. Hčerka mu bo lahko prebudila spomine iz obdobja, kot je hčerka zdaj stara. Popravni izpit je lahko za starša in otroka. Nikoli ni prepozno. Tu se dostikrat srečamo tudi z ljudmi, ki so stari 50 let in pripeljejo s sabo starše. Gre le za to, da si ti otroci želijo, da jih starši razumejo, ne za to, kaj je prav in kaj ni. Hčerka želi le to, da jo mama ali oče le sliši. Za nazaj ne moremo popraviti. Na smrtni postelji bo oče hčerki povedal: Rad te imam. Hčerka je to čakala 50 let in ji je zdaj, ko ji je to oče rekel, lažje živeti. Oče naj hčerki pove, da jo ima rad, tega ni nikoli preveč.