

## Слишком любящий отец: хорошо или плохо для дочери?

Помнится недавнее признание семидесятипятилетней Людмилы Гурченко, которая была любимицей отца: «Я так часто вспоминаю своего папу и плачу...» Несмотря на все трудности жизни, любимые отцами дочери считают свое детство счастливым. Когда уже взрослые женщины признаются, что самое счастливое время в их жизни – это детство, в которое они хотели бы вернуться, то непременно оказывается, что у них были любящие друг друга родители, и они были любимицами своих отцов.

Однако же речь сейчас пойдет не просто о любимых отцами дочерях, каких в жизни встречается много, а о «слишком» любимых. Настолько любимых, что чрезмерная любовь и опека отцов делает дочерей эмоционально созависимыми с ними. Это то, что мы называем симбиотическими отношениями. Часто такие симбиотические отношения отцов и дочерей возникают, когда мама оказывается «холодной», не готовой к материнской любви, или девочка оказывается единственным или долгожданным поздним ребенком. Иногда повышенная эмоциональная зависимость от отца развивается у девочек, которые невольно оказываются под опекой отца из-за рождения другого ребенка или болезни матери.

Известно, что вообще большинство женщин, выросших с отцами, интуитивно ищут в мужьях людей, похожих на своих отцов даже внешне. А у созависимых с отцами женщин это постоянное сравнение любимых мужчин с отцом переходит все границы. Такие женщины страдают оттого, что ни один мужчина в их жизни не может стать для них достойным мужем, потому что никто не выдерживает сравнения с их отцами, какими бы хорошими мужья ни были. Отец всегда оказывался лучше всех: он был недосягаем, потому что любовь их отцов была надежна, безусловна и бескорыстна.

В мужьях такие женщины обычно всегда разочаровываются, несмотря на то, что они любимы ими и по жизни вообще избалованы мужским вниманием. Эти женщины могут много раз менять мужей, любовников, пока, наконец, не поймут: таких мужчин, как отец, нет, как бы они внешне и по характеру ни были похожи на любимого и бескорыстно любящего отца.

Когда у девочки такой сверхлюбящий и сверхопекающий отец, то и мама всегда оказывается на втором плане. Любовь отца заслоняет мать настолько, что даже смерть

## Слишком любящий отец: хорошо или плохо для дочери

Автор: admin

25.07.2011 12:22 - Обновлено 31.10.2014 15:00

---

мамы они переносят довольно спокойно. А вот смерть отца для них остается незаживающей раной, сколько бы лет ни прошло. Обычно они и после потери отца постоянно думают о нем, чувствуют его присутствие, сильно тоскуют, думая, что был бы отец – все было бы по-другому, то есть хорошо. Чувствуя себя после смерти отца обиженными, потерянными, брошенными, беззащитными, они могут впасть в депрессию, «уйти» в болезнь или в бесполезных поисках мужа-отца стать агрессивными, стервозными или плаксивыми.

Клиентка, взрослая уже женщина, пришедшая по поводу депрессии, призналась, что не может даже ходить на могилу отца, потому что боится, что не выдержит той боли, которая может охватить ее там, на могиле отца. Она боялась, что сердце ее просто разорвется. А между тем после смерти отца прошло уже 10 лет.

*« Меня так любил, лелеял мой отец, хотя и мама любила, конечно, что я всегда ожидала, что мужа, мои любимые мужчины меня должны так же беречь, нежить, восхищаться, заботиться обо мне. Я настолько полна любовью к отцу, что даже свою единственную дочь я не смогла полюбить. Я просто перестала жить после его смерти. Я ничему не радуюсь, хотя он два года лежал парализованный, я готова была до самой смерти своей ухаживать за ним, лишь бы он жил. Я чувствую себя брошенной и беззащитной без моего папы, несмотря на то, что у меня есть дочь и молодой любящий муж ».*

Когда в результате психотерапии у моей клиентки была преодолена повышенная эмоциональная созависимость с отцом, она перестала ощущать себя брошенной и беззащитной. Женщина начала спокойно вспоминать отца и посещать его могилу. Наконец, она почувствовала, что в ее сердце появилось место для дочери, которая много лет страдала от того, что мама не способна была полюбить свою единственную дочь.

Другая клиентка пришла с жалобой на то, что после смерти отца ее часто преследует один и тот же кошмарный сон. Этот страшный сон, после которого она просыпалась с ужасом, что не сможет вздохнуть, преследовал ее тридцать лет. А последние два года этот сон сопровождался страхом смерти и сердечными аритмиями.

Оказалось, что через год после рождения моей клиентки у нее появилась сестренка, и матери пришлось заниматься только ею. А ее отец, очень внимательный и любящий муж, все заботы по воспитанию, обучению старшей дочери взял на себя. И девочка до его

## Слишком любящий отец: хорошо или плохо для дочери

Автор: admin

25.07.2011 12:22 - Обновлено 31.10.2014 15:00

---

неожиданной смерти (тогда ей было всего 14) была «отцовской» дочерью. Она не отходила от него дома и даже нередко ходила с ним на работу. По сути, он стал главным человеком, главным авторитетом в ее жизни. Хотя отец растил ее как мальчишку, она довольно удачно вышла замуж, найдя мужа, внешне похожего на отца.

Связанная симбиотическими отношениями с отцом, она всю жизнь сокрушалась, что муж был не на высоте по сравнению с отцом, сильным, умелым, «правильным». И постоянное сравнение мужа с отцом чуть было не погубило семью. Тень отца не покидала женщину всю жизнь. Она каждый день вспоминала его со слезами и часто думала: «Если бы папа был жив...»

После психотерапии женщину перестал мучить ее кошмарный сон, и она стала спокойно спать. Увидев меня через какое-то время, она призналась, что перестала каждый день убиваться об отце, спокойно думает о нем и не так часто его вспоминает. *«Сердце мое освободилось от боли потери отца, и я научилась радоваться! Я ведь жила как во сне, как заколдованная отцом, а сейчас проснулась, только жаль, что поздно...»*— поделилась она своими ощущениями.

Когда спокойная, без надрывов, без излишней опеки любовь отца дает силы и возможность обходиться без него во взрослой жизни – это благо для ребенка. А если со смертью горячо любимого родителя теряется смысл и радость жизни (некого радовать!), то такая симбиотическая любовь отнимает у ребенка жизненную энергию. «Слишком» любящий отец не должен заслонять собой весь мир, делая любимую дочь несчастной во взрослой жизни.

Как показывает опыт, дочери, эмоционально созависимые с отцом, обычно нуждаются в психотерапии, поскольку с этой проблемой очень сложно справиться самим. Сложно потому, что они не осознают симбиотические отношения с отцом как проблему.

Автор - **Римма Дюсметова**

[Источник](#)