

Claudia Breitsprecher

MATKI i CÓRKI

WZAJEMNE RELACJE

*Rady
dla kobiet*



Tytuł oryginału:
Das hab ich von dir

Przekład:
Joanna Marek

Projekt okładki:
Oskar Głodowski

© 2002 Kreuz Verlag GmbH&Co.KG Stuttgart, Zurich
Wydanie polskie „ABA’

ISBN 83-88872-45-1

4 000210316

Łamanie:
„TYRSA” Sp. z o.o.
ul. Kościeliska 7, 03-614 Warszawa
tel. 679-95-47

Oficyna Wydawnicza „ABA”
ul. Hoża 29/31 lok. 75, 00-521 Warszawa
tel. (0 22) 626 94 62, 626 94 63
tel./fax (0 22) 628 85 06
e-mail: aba@wydawnictwo.neostrada.pl
Biuro handlowe: „Grupa A5” Sp. z o.o.
ul. Kilińskiego 169a, 90-353 Łódź
tel./fax (0 42) 674 37 95, 679 49 29
e-mail: handlowy@grupaA5.com.pl
www.grupaA5.com.pl

Druk i oprawa:
Wojskowa Drukarnia w Łodzi
90-530 Łódź, ul. Gdańska 130
Tel.:0(x)42 637 76 77
Fax:0(x)42 637 77 73

Wstęp

Och, jak to dobrze, że matka już nie żyje. Tak się cieszę, że ona nie żyje i o niczym nie wie. Zawsze chciałam być taka jak ona, taka kochana i cicha, a teraz, teraz stałam się taka okropna!", wyznaje głosem trzylatki skąpana w łzach Scarlett przystojnemu Rettowi Butlerowi. Całe pokolenia kobiet siedząc w kinowych fotelach czuły to co ona i kiwały potakująco głowami. Często zadawałam sobie pytanie czy *Przeminęło z Wiatrem* jest rzeczywiście dramatyczną epopeją miłosną, za jaką się je powszechnie uważa, czy też raczej wczesną dyskusją na temat roli kobiet, roli równie sztywnej jak ów gorset, którym „Mammy”, jako instancja moralna w zastępstwie matki, codziennie sznurowała Scarlett aż do utraty tchu.

Warto pamiętać jednak, że Scarlett nie ma trzech lat, gdy opowiada o swych troskach związanych z nieumiejętnością przystosowywania się do otaczających warunków. Scarlett jest doświadczoną kobietą, która przeżyła wojnę domową, przejęła odpowiedzialność za majątek rodziców i dzięki swym praktycznym umiejętnościom uratowała życie wielu ludziom. Zmarła matka ma jednak potężny wpływ na jej sumienie i to jej nakazy i zakazy wpędzają Scarlett w zwątpienie. Musi ona podjąć decyzję: w jej obecnym środowisku wartości wyznawane przez matkę, a uosabiane w filmie przez wrażliwą na piękno i bezbronną Melanię, przyczyniłyby się do jej zagłady. Jeśli chce żyć, musi zerwać z regułami, co też w końcu czyni, lecz prześladowające ją poczucie winy nie pozwala jej zaznać szczęścia.

Margaret Michell napisała *Przeminęło z Wiatrem* w 1936 roku, ale przedstawiony tam dylemat jest do dziś dla wielu kobiet bardzo aktualny. Zrywają one z tradycyjnymi wzorcami kobiecej egzystencji, które zostały obnażone w wielu książkach jako nie przystające

do wyzwolonego życia. Doświadczają korzyści samodzielności zarówno w życiu prywatnym jak i zawodowym. I choć w praktyce przekonują się, że dokonały słusznego wyboru, dręczą je wątpliwości, które potrafią mocno przyćmić radość życia i odnoszonych sukcesów. Do tego dołącza się uczucie przeciążenia, ponieważ wraz ze zniknięciem starych ról, znikają również dawne pewniki. Nie istnieje już żadna właściwa droga, która mogłaby pomóc w orientacji.

Kobiety chcą podejmować nowe wyzwania, ale w oparciu o jaki fundament? Wiele matek straciło dziś pewność, jak powinny wychowywać swoje córki. Ich własne życzenia i oczekiwania, lęki i doświadczenia kształtują stosunek do dorastających dziewczynek. Niejednokrotnie poczucie własnej wartości nosi rysę: spojrzenie na córkę staje się wówczas jakby spojrzeniem w lustro i służy refleksji nad własnymi czynami - nie sposób już jednak odróżnić kim w rzeczywistości jest widziana osoba.

A córki? Należy tu rozróżnić, o kim mówimy. Najpierw jest mała dziewczynka, która widzi i słyszy to co się wokoło niej dzieje i próbuje stworzyć sobie własny obraz świata. Potem jest dorastająca nastolatka, która - wyrastając z własnej zależności - kwestionuje wszystko co otoczenie jej podsuwa. I jest także dorosła już kobieta, która niezależnie od wieku, w kontakcie z matką szuka różnic i podobieństw - z rozmaitym dla obu rezultatem. Wydaje się, że tak jak osoby po amputacji kończyn odczuwają często bóle fantomowe, tak w cudowny sposób nadal istnieje przecięta po narodzinach pępowina łącząca matkę i córkę.

W przypadku kobiet nieprzerwane koncentrowanie się na sprawach rodziny, potrzeba kontaktu ze środowiskiem i siła macierzyństwa zawiązują mocną nić, którą matka i córka zajmują się przez całe życie. Czasami jedna lub druga strona silnie za nią pociąga, nić rzadko się zrywa, często natomiast jest bardzo zapętłona i poplątana. Nigdy jednak nie jest bez znaczenia dla życia obu kobiet. Wydaje się, że związki między matką a córką są stabilne, choć niestety często bardzo obciążone i obciążające.

Chciałabym w tej książce zachęcić do rozplątywania mocno zamatwanych relacji pomiędzy matkami a córkami. Opiszę i przed-

stawię na przykładach różne schematy typowe dla wielu związków. Pragnę najpierw skupić się na wiodących myślach, które matki niejednokrotnie przekazują córkom, i jednocześnie wyjaśnić w jaki sposób są one przekazywane i jakie mogą być tego konsekwencje. Następnie zajmę się typowymi schematami myślowymi, które córki w różny sposób artykułują w stosunku do matek - często jako zarzut (lub nie artykułują wcale, co może się okazać dla obu stron 0 wiele gorsze). Są to części składowe konfliktów pojawiających się zazwyczaj dopiero wówczas, gdy córka dorasta lub jest już dorosła. Opiszę też mechanizmy, które powodują, że stosunki pomiędzy matką a córką są tak trudne i wskażę sposoby umożliwiające nieskrępowany i zadowalający dla obu stron kontakt.

Każdy kto zastanawia się nad wzajemnymi relacjami matek i córek, może to uczynić z różnej perspektywy. Niejednokrotnie zwraca się uwagę na podłoże psychologiczne i konsekwencje takich stosunków, często mocniej akcentuje się uwarunkowania społeczne wpływające na kontakt matka - córka. Moim zdaniem jednak obu tych podejść nie można traktować oddzielnie. Czy w przeciwnym przypadku kobiety opowiadałyby podczas terapii o kłopotach, których, gdyby były mężczyznami, wcale by nie miały?

Z drugiej strony powstaje pytanie, dlaczego kobiety są ciągle narażone na tak wiele społecznych niesprawiedliwości, choć ruch feministyczny w ciągu wielu lat bezustannie obnażał i potępiał krzywdy spotykające kobiety. Chodzi tu oczywiście o władzę. Mężczyźni nadal uprawiają swoje gierki. Ale dlaczego kobiety biorą w nich udział? I jak wpływa to na stosunki pomiędzy matkami i córkami? W każdej grze ważne jest, by grający znali jej reguły - lub by je zmieniali - gdy nie pasują do dobrej gry.

Ta książka nie zlikwiduje konfliktów i nie zmieni uczuć. Jej zadaniem jest wydobyć na powierzchnię i odsłonić często rozproszone mechanizmy, które kształtują życie bardzo wielu kobiet w ich rolach matek lub córek. Dzięki obserwacji istniejących zjawisk, z którymi wiele osób boryka się indywidualnie, a które jednocześnie wywierają długotrwały wpływ na społeczeństwo, powstaje szansa, by odkryć nowe drogi i pozbyć się starych obciążeń. Następne strony tej książki to pierwszy krok w tym kierunku.

Matka

„ W pewnym momencie życia Romy nie będzie mogła uniknąć zbierania własnych doświadczeń i przeżywania rozczarowań. (...) Mogę tylko próbować, ostrzegać Romy, gdy zobaczę przepaść, w którą mogłaby po omacku wpaść. Jest to naiwne mój obowiązek. Mogę się starać rozmawiać z nią, kiedy przypuszczam, że na końcu drogi będą tylko łzy.”

Magda Schneider o córce Romy

Już przed narodzinami dziecka rodzice zaczynają przedstawiać sobie w rozmaity sposób przyszłość powstającego człowieka. Zazwyczaj wyobrażają sobie również, jak ta mała istotka będzie kształtowała własne życie. W związku z tym już na samym początku dziecko może mieć bardzo różny start. Czy jest ono wymarzonym potomkiem czy wynikiem przypadku? Czy czas jego przyjścia na świat jest korzystny dla planów rodziców? Jakie są układy w rodzinie, w której dziecko się urodzi?

Nie tylko w ostatnich latach, gdy znacznie zwiększyła się różnorodność sposobów życia, warunki startu nowonarodzonych dzieci stają się prawie tak indywidualne jak ich kod genetyczny. Często wspomniany „normalny przypadek” jest tak samo zjawiskowy jak Jan Kowalski”, statystyczna osoba, nie mająca żadnego odpowiednika w rzeczywistości. Dzieci dorastają wśród różnej liczby rodzeństwa, u rodziców znajdujących się w rozmaitych okresach życia, z dziadkami lub innymi bliskimi osobami albo bez nich, w dużych aglomeracjach lub małych miasteczkach, w dostatku lub biedzie, wśród ludzi pracujących w administracji, właścicieli firm, bezrobotnych, rzemieślników, interesujących się sztuką, rozmarzonych, ambitnych, zdrowych, chorych, aktywnych sportowo, optymistycznych, depresyjnych, agresywnych, miłych lub okrutnych. Ludzie ci

dotatkowo różnią się między sobą pod względem kulturowym, religijnym i etnicznym. Tę listę można dowolnie rozszerzać.

W dzisiejszych czasach ojcowie są zawsze, nigdy lub czasami zaangażowani w opiekę nad dziećmi. Gdy biologiczni ojcowie odchodzą, często na ich miejscu pojawiają się inni. Ale nie jest to nowe zjawisko - jedynie powody takiego stanu rzeczy częściowo się zmieniły. W przeszłości to służba wojskowa, wojna, praca za granicą lub po prostu ucieczka przed rodzinnymi obowiązkami były przyczynami tego, że matki wychowywały dzieci samotnie. Dzisiaj te powody nadal istnieją. Jednocześnie kobiety częściej decydują się na zakończenie niezadowolających i obciążających związków i - czasami na rozpoczęcie nowych, co przyczyniło się do powstania zjawiska określanego jako „rodzina patchwork owa”.

Niezmienna pozostała jednak społeczna norma mówiąca, że to przede wszystkim kobiety - matki powinny troszczyć się o dobro dzieci, czy tego chcą czy nie. Oczywiście istnieją dzisiaj również samotni ojcowie, ale stanowią wyjątek i ich egzystencji towarzyszą oskarżycielskie komentarze pod adresem „wyrodnej matki”, która opuściła swoje dziecko. Nie ma sensu powtarzać znanej prawdy: zmiany wymagają czasu. Podczas gdy kobiety walczą uporczywie o każdą cząsteczkę wolności i pewności siebie, nadal pozostają matkami swych córek. Wpływają na życie dziewczynek i są dla nich głównym punktem odniesienia. W miarę jak dziewczynki uwalniają się spod zależności ich opieki, matki zadają sobie niepokojące pytanie o to, jak będzie się rozwijał kontakt z córką. O odpowiedzi na to pytanie często w znacznym stopniu decyduje ich własne poczucie spełnienia w życiu. Warto zatem przyjrzeć się jakimi świadomymi i nieświadomymi założeniami matki kształtują swoje relacje z córkami.

Nadzieje i życzenia

*Nie można prowadzić dziewczynki ku szczęściu,
nie pokazując jej jak się je osiąga.*

Powinnaś mieć lepiej!

To zdanie to pobożne życzenie, które tkwi w głowach wielu matek, gdy wyobrażają sobie życie swoich córek. Czasami jest artykułowane, często pobrzmiewa pośrednio w innych wypowiedziach. Zdanie to opowiada o ograniczeniach, które matka widzi we własnym życiu. Kto je słyszy, wyciąga automatycznie przeciwny wniosek: jeśli ja mam mieć lepiej, to znaczy, że jej nie jest dobrze. Ona, czyli matka, przekazuje w ten sposób komunikat o tym, że nie jest szczęśliwa. Ojcowie życzą sobie zazwyczaj, by synowie kontynuowali dzieło ich życia. „To co mi się udało, powinno także jemu się udać” - tak brzmi tradycyjny przekaz. Jedynie ojcowie wywodzący się z najniższych warstw społecznych mówią o „lepszem” życiu dla synów. Zawarte jest w tym przyznanie się do własnego niepowodzenia.

Nadzieja na to, że córki będą miały lepsze życie niż ich matki opiera się na dobrych intencjach i jest wynikiem rzeczywistych doświadczeń. Matki często napotykają na granice we własnym rozwoju. Wiele z nich nie potrafiło zrealizować swych życzeń dotyczących wykształcenia lub pracy w stosunku do rodziców, od których były zależne finansowo. W przypadku innych cięża pojawiła się w momencie, gdy właśnie świetnie radziły sobie zawodowo. Niemało matek doświadczyło fizycznej i seksualnej przemocy. Duża liczba kobiet żyje w materialnym ubóstwie lub jest nim zagrożona. Pamiętając o tym nietrudno zrozumieć, że matki życzą swym córkom łatwiejszego, bardziej beztroskiego, po prostu „lepszego” życia.

Niestety większość matek nie potrafi odpowiedzieć na pytanie, jak tego dokonać. Skąd ma nadejść to nagłe szczęście? To co matka daje jako wyraz miłości, łatwo staje się brzemieniem dla córki. „Poświęciłam się dla ciebie” - to zdanie, które może wyrażać subiektywne odczucia matki, ale dla córki nie stanie się raczej przykła-

dem do naśladowania na drodze do szczęścia. Burger i Seidenspinner, badaczki zajmujące się sprawami młodzieży, stwierdziły już w latach 80-tych, że córki pewnych siebie matek, spełnionych zarówno w życiu rodzinnym jak i zawodowym, miały większą szansę, by zrealizować swoje własne wyobrażenia o szczęściu. Przykład matki był tu decydującym czynnikiem. Dziewczynce łatwiej jest uwierzyć w swoje umiejętności, gdy zna udane przykłady samodzielnego życia.

Matczyne życzenie lepszego życia może stać się dla dziewczynki, a później kobiety dużym ciężarem. W połączeniu jednakże z sugestią „ofiary” ze strony matki staje się bez wątpienia kamieniem u szyi. W ten sposób przerzucana jest odpowiedzialność rozstrzygająca o przyszłym losie - nagle to decyzje córki przesadzają o tym, czy matka interpretuje swoje życie jako udane. Córka rzuci szkołę w wieku 15 lat? Zajdzie w ciążę jako siedemnastolatka? Będzie uzależniona od alkoholu, gdy skończy 20-kę? Dla dziewczyn, którym „miało być lepiej” takie problemy staną się przeszkodą nie do pokonania. Zamiast zająć się ich rozwiązaniem, ich uczucia krążyć będą wokół tego, co właśnie zrobiły swojej matce. Powstaje w ten sposób fatalne nieporozumienie: matki reagują na trudności córek rozczarowaniem, współczuciem lub przerażeniem, ale z reguły dalej szukają z nimi kontaktu, często nawet intensywniej niż poprzednio. W solidnie wyuczony kobiecy sposób czują się odpowiedzialne i winne z powodu tego, co się nie udało. Córka z kolei, sama targana poczuciem winy i wstydem, szuka dystansu, żeby „nie przynosić matce wstydu.” To nie brak miłości, lecz zbyt wiele symbiotycznych komplikacji może w rezultacie obciążać stosunki między matką a córką.

Również w bardziej sprzyjających okolicznościach przykazanie „lepszego życia” nie jest dobrą gwiazdą przewodnią dla matki i córki. W dzisiejszych czasach matki nie mówią już z reguły, jak to życie ich zdaniem powinno wyglądać. W epoce indywidualizmu oznacza to zazwyczaj, że dziewczyna może podążać własną drogą. Zawód, styl życia, partnerstwo, decyzja o dzieciach - wszystko jedno. Oficjalnie. W grę wchodzi jednak wartości matki, wartości środowiska. To z nich, niczym z fusów, dziewczyna będzie odczytywać szczęśliwą przyszłość.

Niestety ani pełna poświęcenia matka ani codzienna rzeczywistość nie są właściwymi drogowskazami do spełnionego życia. Na ekranie telewizora młodzieńczo wyglądająca pani po czterdziestce z promiennym uśmiechem glansuje podłogę. Ale bolą ją plecy, ma za sobą ciężki dzień w biurze, a jej kolega dostaje awans, bo ona nigdy nie ma czasu na nadgodziny. Małe dziewczynki widzą jednak tylko jej beztroski uśmiech i podejrzewają, że to właśnie taka rola przyniesie im szczęśliwą przyszłość. Kiedy już są na tyle duże, by się o wszystko dopytywać, jest już za późno. Obraz pani z mopem w ręku siedzi już głęboko w podświadomości. Kobieta ma w takim wypadku dwie możliwości: albo samej chwycić za szczotkę i pozostać w roli tej, która usługuje albo rzucić mopa w ką - i mieć wyrzuty sumienia.

Jak wygląda to szczęście, którego matki życzą sobie dla swych córek? Oprócz różnych indywidualnych wyobrażeń, większość ludzi uważa, że są pewne warunki, niezbędne części składowe szczęścia: bezpieczeństwo, miłość, sukces i zdrowie. Nie wszystkie muszą pojawić się zawsze i jednocześnie, żeby człowiek uważał się za szczęśliwego, ale są to ważne wyznaczniki spełnionego życia. Dlatego warto przyjrzeć się każdemu z tych czynników osobno pod kątem życzeń matek w stosunku do ich córek.

Bezpieczeństwo

Poczucie bezpieczeństwa jest jedną z podstawowych potrzeb ludzkich. To czy ono występuje czy też nie, zależy przede wszystkim od przekonania danej osoby o tym, czy potrafi ona przewidzieć i kontrolować wydarzenia. Subiektywna ocena sytuacji jest tu ważniejsza niż obiektywne okoliczności. Wiara we własne umiejętności działania, połączona z zaufaniem do środowiska, odgrywa w tym przypadku decydującą rolę. Przewidywalność zmniejsza strach. Z coraz radośniejszą miną małe dzieci powtarzają dopiero co zdobyte doświadczenie, które początkowo napełniało je wahaniem, ponieważ przy każdej nowej próbie są coraz pewniejsze wyniku. Na początku ostrożnie wrzucają kamień do wody i obserwują, co się dzieje. Za drugim razem robią to trochę bardziej

zuchwale, a po jakimś czasie rozlega się ich zadowolone gaworzenie, gdy woda się rozpryskuje.

Wszyscy znamy nieprzyjemne uczucie przed spotkaniem, gdy nie wiemy, co nas na nim spotka. „Strach to stan, w którym nieznanne przeważa nad znanym”, napisali psycholodzy Amy Bjork i Thomas A. Harris. Tu znajduje się jeden z istotnych powodów dlaczego wytrzymujemy długo w sytuacjach, które nas unieszczęśliwiają, są bolesne lub niszczące. Zarówno w sprawach dużych jak i małych staramy się unikać sytuacji wywołujących strach. To tragiczne, ale często właśnie w zmianie znajdziemy drogę do większego osobistego bezpieczeństwa. Aby jednak się odważyć, musimy być przekonani, że w zasadniczych kwestiach sami potrafimy wpływać na nasz los. To czy takie przekonanie jest integralną częścią naszej osoby zależy od doświadczeń z dzieciństwa.

Niemowlęta przychodzą na świat w stanie całkowitej zależności, z której w trakcie swojego rozwoju stopniowo się wyzwalają. Płacz, podnoszenie główki, raczkowanie, chodzenie - każdego dnia dzieci zdobywają coraz większą kontrolę nad swymi potrzebami i uzyskują coraz większą sprawność. Niestety różne badania dotyczące procesu socjalizacji dzieci w zależności od ich płci wykazały, że chłopcy łatwiej niż dziewczynki zdobywają te ważne doświadczenia. I tutaj na scenie pojawia się matka. Matki dają chłopcom więcej swobody w odkrywaniu świata. Z kolei dziewczynki są często nadmiernie chronione i otaczane trwożną troską. Te procesy są opisywane od lat 70-tych. Odbывают się nieświadomie i z tego powodu wielu nowoczesnych i otwartych rodziców odrzuca je, wierząc, że to wrodzone cechy decydują o tym, że ich synowie czy córki już w wieku 3 lat wykazują zachowania odpowiadające klasycznym rolom płci.

Matki, które same wyrosły w takich warunkach, nie dysponują wewnętrznym poczuciem bezpieczeństwa, by przekazać córkom najważniejsze wskazówki, które wspierają terażniejsze i przyszłe zdrowie psychiczne dziewczynek. Te wskazówki to:

1. Potrafisz rozwiązywać problemy.
2. Potrafisz myśleć.
3. Potrafisz działać.

Jeśli tego przekazu zabraknie, szansa na to, że dziewczynki będą miały w przyszłości lepiej nie wygląda najkorzystniej. W ich świadomości bowiem umacnia się przekonanie, które psycholog Martin Seligman scharakteryzował już w latach 60-tych jako wyuczoną bezradność. Seligman definiuje to zjawisko jako „stan psychologiczny, który często pojawia się, gdy nie można kontrolować zdarzeń” i nazywa zdarzenie „niekontrolowanym”, „gdy nie możemy nic w tej sprawie zmienić, gdy wszystko co czynimy nie ma żadnego wpływu.” Tego rodzaju samoocena prowadzi nie tylko do pasywności i rezygnacji, lecz sprzyja także powstawaniu depresji i innym kłopotom zdrowotnym. Osobiste poczucie bezpieczeństwa zostaje podkopane. Bez kontroli nie można już przewidywać własnego życia, a niebezpieczeństw nie sposób pokonać. Takie nastawienie ze strony matki powoduje, że będzie zachęcała córkę do szukania bezpieczeństwa przede wszystkim w rzekomo ochronnych ramach związków.

Miłość

Matka jest z reguły pierwszą osobą, z którą nowy człowiek nawiązuje związek miłosny. Inaczej niż w przypadku późniejszych związków, ta wczesna symbioza we dwoje nie jest wolnym wyborem obojga. Dla matki miłość do dziecka to najwyższy nakaz moralny, bez względu na to na jakim etapie życia się właśnie znajduje i jakie mogą być jej prawdziwe uczucia. Niemowlę kocha matkę, ponieważ w pierwszych miesiącach życia nie potrafi jeszcze postrzegać siebie jako odrębnej od niej istoty i ponieważ to przede wszystkim matka zaspokaja jego potrzeby. Ten bliski związek staje się jeszcze intensywniejszy w przypadku dziewczynki. Matki traktują córki częściej niż synów jako istoty z własnej „krwi i kości”, podkreślają podobieństwa i nie dostrzegają różnic, które między nimi istnieją. Aby jednak utrzymać iluzję jednolitości, harmonia staje się ważną częścią związku.

I tak córki przeżywają swą pierwszą miłość jako absolutną zgodność uczuć. Jako małe dziewczynki naśladują zachowanie matki i są za to nagradzane. W ten sposób potwierdzają założenie jed-

nolitości. W ich podświadomość głęboko wdrukowuje się związek między zgodnością i dobrym samopoczuciem. Dorastając córki rozwijają własne zainteresowania, poglądy i pomysły. Dla rozwoju ich osobowości bardzo ważną kwestią jest coraz większe oddzielanie się od matki w miarę dorastania.

Chłopcy również przeżywają ten proces, ale z powodu choćby biologicznej odmienności od matki oddzielenie przychodzi im łatwiej. Matki szybciej je akceptują, a nawet wspierają. W pierwszym okresie dzieciństwa chłopcy również nigdy nie kodują przekazu, że są kochani, ponieważ są tacy sami jak ich matki. U większości dziewcząt natomiast to przekonanie jest głęboko zakorzenione. Dlatego ich procesowi odcinania się stale towarzyszą niemiłe uczucia. Dziewczynki czują, że zdradzają matkę, jeśli są inne i przy tej inności się upierają. Jednocześnie własne oddzielenie się napełnia je niepewnością z powodu przekonania, że są kochane. Rodzi się konflikt, z którym matki i córki nierzadko borykają się przez całe życie.

I to, jest koniec stabilnego związku, który opierał się na iluzji jednolitości. Matka i córka czują się nadal sobie bliskie, ale teraz muszą sobie tę bliskość udowadniać. Od zdania „Kochasz mnie tylko, kiedy ...” rozpoczyna się seria wzajemnych pretensji, które kształtują spotkania. Obie strony przygotowują w głowach sekretną listę i na jej podstawie stale sprawdzają stan wzajemnych stosunków. Kwiaty na dzień matki, dwa telefony na tydzień, wspólne pieczenie ciastek przed Bożym Narodzeniem. Wszystko, co w różnych związkach jest traktowane jako wskaźnik miłości musi zostać „odfajkowane.” Wzajemne kontakty stają się zatem bardzo sztywne. Wszystko co nie figuruje w spisie jest pomijane. Miejsce prawdziwej wymiany myśli i uczuć zajmuje zrytualizowane bycie ze sobą, które ma gwarantować trwałość.

Jeśli córka zakodowała doświadczenie, że miłość i harmonia są ze sobą nierozłącznie związane, to w dorosłym życiu nie tylko związek z matką stanie się dla niej problemem. Podczas gdy mężczyźni uczą się, że można iść własnymi drogami i mimo to, albo raczej właśnie dlatego, być kochanym, kobiety stają często przed decyzją „albo - albo.” Albo przeforsować swoje racje i być samemu albo schować je do kieszeni i być kochaną. Albo kariera albo rodzi-

na. Albo połączenie kariery i rodziny, a co za tym idzie wyrzuty sumienia albo poświęcenie dla rodziny życia zawodowego i własnej samodzielności.

Kobiety akceptują, że w życiu są wielokrotnie wzywane do rezygnacji ze swojego szczęścia dla innych. Książki, gazety, filmy i dyskusje krążą bez końca wokół jednego pytania: w jaki sposób kobiety mogą rozwijać osobowość i mimo to być kochane? Wydaje się, że odpowiedź jest prosta: muszą się przy tym upierać. Ale właśnie to im się nie udaje.

Oczywiście istnieje społeczny opór, ale oprócz wszystkich rozgrywek o władzę, pieniądze i poważanie, to przede wszystkim niezachwiane przekonanie kobiet, że miłość i harmonia zawsze idą w parze zwiększa ich gotowość do rezygnowania i zapominania o własnych potrzebach. Słowo „konflikt” brzmi w kobiecych uszach znacznie groźniej niż w męskich. Kobiety rzadko idą do sądu, by tam dochodzić swoich praw, sprzątają pokoje dzieci „dla świętego spokoju” i siedzą w kinie obok małżonka na filmie, który je wcale nie interesuje. Ich kalendarz jest zapisany zgodnie z wymaganiami kochanych osób. Są matkami, a ich córki to widzą. I z tego się uczą, stając przed wyborem: albo powtórzyć formy związku matki albo zrezygnować z pełnej niesmaku jednolitości.

Sukces

Matki życzą córkom sukcesu. Osoba odnosi sukces, gdy kształtuje ważne dla siebie sprawy tak jak tego pragnie. Żeby odnieść sukces trzeba przede wszystkim wiedzieć czego się chce. Poza tym należy także wiedzieć, jak to osiągnąć. Jeśli nie uda się szybko osiągnąć sukcesu, trzeba dysponować wytrwałością i uporem, by starać się dalej, a w razie potrzeby wypróbować inne wersje postępowania. Często niezbędne jest wsparcie i otwartość środowiska. Jeśli te warunki są spełnione, osiągnięcie sukcesu jest prawdopodobne.

Jeśli przyjrzymy się poszczególnym waainkom, stanie się widoczne, że kobiety nie znajdują się w najkorzystniejszych pozycjach na starcie do sukcesu. Rozdarte między życzeniami rodziców, etykietkami przyklejonymi przez rodzeństwo, oczekiwaniami mężów i potrzebami własnych dzieci, kobiety straciły zainteresowanie

własnymi sprawami. Odnoszą sukcesy - ale często w obszarach, które dla nich osobiście nic nie znaczą. Jeśli są świadome własnych celów, to często brakuje im umiejętności właściwego działania.

Matki chcą, żeby ich córki miały lepiej i w imię tego są gotowe z wielu spraw zrezygnować. I to właśnie jest sedno problemu. Zamiast pokazać żeńskiemu potomstwu, jak się działa, pokazują córkom, jak sobie „odpuścić.” Nie idą do pracy „z powodu dzieci”, nie wyrażają własnego zdania, żeby uniknąć kłótni, nie siedzą za kółkiem, nie chodzą samodzielnie do banku i nie kupią same nowego telewizora. Dziecko uczy się zachowań tylko wówczas, gdy widzi przykład do naśladowania. Wiele młodych matek załatwia dzisiaj swoje sprawy samodzielnie. Ich dzieci to widzą i obraz kompetentnej kobiety stanie się dla nich stopniowo bardziej oczywisty. Dziewczęta zaś z większym prawdopodobieństwem będą uczyły się przynoszących sukces strategii działania.

Mimo to kobiety muszą się liczyć z tym, że nie od razu osiągną sukces. Tak jak w przeszłości napotkają opór ze strony otoczenia, a także częściowo blokady we własnym sposobie myślenia. Zatrzymajmy się w tym miejscu na zewnętrznych uwarunkowaniach: jeśli kobieta chce coś osiągnąć w dziedzinach do tej pory zarezerwowanych dla mężczyzn, to jest ona dla nich konkurencją i spotka się z tego powodu z odrzuceniem. Jednocześnie inne kobiety czują się z jej strony zagrożone, ponieważ chwycie ona ich wygodnymi przekonaniami w stylu: „I tak to nie ma większego sensu.” Każda kobieta, która udowodni, że jest wprost przeciwnie, staje się dla nich problemem. Podczas gdy odnoszący sukces mężczyźni poaiszają się na płaszczyźnie zawodowej w ramach normalnego wizerunku zdrowej męskości, takie samo zachowanie w przypadku kobiet jest anormalnym postępowaniem, przez co jest podejrzane. A ponieważ zachowania zgodne z rolą są nagradzane, zaś na te, które od roli odbiegają - spogląda się podejrzliwie, kobiety dążące do sukcesu w dziedzinach zdominowanych przez mężczyzn, znajdują się w pułapce.

Dużo się dyskutuje i pisze o trudnościach, z którymi borykają się kobiety odnoszące zawodowe sukcesy. Mechanizmy są ogólnie znane. Także matki wiedzą o tym i pomagają córkom na różne

sposoby. Finansują wykształcenie, opiekują się wnuczętami, pokazują, że są z nich dumne. Ta postawa szybko się zmienia, gdy to nie ich własna córka wspina się po drabinie zawodowej. Mężczyźni osiągnęli i mogą utrzymać swoje pozycje tylko dzięki wzajemnemu wsparciu i solidarności. Któż nie spotkał mentora młodego studenta, starszego ojcowskiego przyjaciela w pracy czy rozlicznych grup dzielących wspólne interesy męskiego świata. Nawet w knajpie na rogu nawiązują się znajomości.

Kobiety nie chodzą do knajp na rogu. O sobie i innych kobietach mówią „baby.” Ponieważ nauczyły się widzieć w innych przedstawicielkach swojej płci jedynie konkurencję w walce o męskie względy, rzadko sobie nawzajem ufają. Często brakuje im pewności, by nawiązywać niezbędne kontakty. Jeśli korzystają z usług, zakładają, że mężczyźni są bardziej kompetentni. Zwracają się do lekarza, prawnika czy fachowca, zapominając o tym, że lekarki, prawniczki i kobiety - fachowcy to także czyjeś córki, które potrzebują pacjentów i pacjentek, klientów i klientek, by też „mieć lepiej”. One również potrzebują kredytu zaufania, którego kobiety tak lekko (myślnie) udzielają mężczyznom. Córkom przyda się przykład dorosłej kobiety rozwiązującej problemy, sprawnie naprawiającej telewizory, kafelkującej łazienki i wygrywającej sprawy na sali sądowej. Córki potrzebują widoku rodziców, przede wszystkim matki, która potrafi zaufać innej kobiecie.

Jeśli matki życzą córkom sukcesu, powinny stworzyć klimat, pomagający im uwierzyć we własne wszechstronne możliwości. Tylko w oparciu o konkretne doświadczenia dziewczynki mogą nauczyć się, że ich sukces jest pożądanym. Tylko w ten sposób nie popadną w konflikt „albo-albo”, lecz zaczną nareszcie pragnąć obu rzeczy: miłości i sukcesu. Niestety dzisiaj wiele dzieli nas od takiego stanu rzeczy. I tak Joannę K. Rowling, autorka bestsellera *Harry Potter* (przeznaczonego głównie dla młodych czytelników, a w którym tymczasem rozczytują się czytelnicy z wszystkich grup wiekowych), pozwala powiedzieć jednemu z głównych bohaterów o inteligentnej i ambitnej Hermionie: „Nic dziwnego, że nikt jej nie może znieść (...) szczerze mówiąc, jest okropna. (...) musiała już sama zauważyć, że nią ma przyjaciół.” Hermiona przez przypadek

słyszysz te słowa. Jest przestraszona. Płacze. Kilka godzin później pozwoli się zganić nauczycielce za przewinienie, którego nie popełniła, by w ten sposób wyciągnąć kolegę z tarapatów. Od tego momentu ma przyjaciół. Szkoda, bo pod innymi względami jest to ciekawa i pełna fantazji książka.

Zdrowie

„Zdrowie to nie wszystko, ale bez zdrowia nie ma nic” tak brzmi popularne powiedzenie. Rzeczywiście dobre samopoczucie jest ważnym warunkiem udanego życia, ale przede wszystkim jest także delikatnym dobrem. Ciało i dusza, ściśle ze sobą połączone, odpłacają nam się w ten czy inny sposób za to jak je traktujemy. Kobiety często nie osiągają duchowego zadowolenia - z powodu opisanych wcześniej okoliczności życiowych takich jak ograniczone poczucie bezpieczeństwa, niedostateczna niezależność, męczące związki miłosne i rozmaite zewnętrzne przeszkody na drodze do sukcesu. A kiedy coś się w życiu nie układa, obwiniają same siebie, co jedynie zwiększa wewnętrzne zamieszanie.

Depresja, zwątpienie w samą siebie, poczucie winy i obawa przed niepowodzeniem to stali towarzysze kobiecego życia. Wszystkie zaburzają równowagę zdrowotną. Gdy dochodzi do dolegliwości ciała, przejawiają się one często w postaci niejasnego obrazu choroby. „Wszystko na tle psychicznym” brzmi diagnoza, która może w wielu przypadkach być słuszna, ale w fatalny sposób przypisuje na nowo winę kobiecie. Nikt nie zastanawia się nad zasadniczą kwestią: zaleca się trzy tygodnie domowej kuracji, a potem życie jak poprzednio. Gdy kobieta dostanie w swojej kartotece etykietkę rzekomo psychicznie labilnej pacjentki, nikt nie będzie na serio traktował jej dolegliwości, a poważne choroby zostaną przeoczone.

A kobiecemu ciału naprawdę nie jest lekko. Już przez naturę „napiętnowane” jako słabe, pozostaje przez całe życie problemem. Proszę sobie wyobrazić, że wasze ciało to wasz chłopak: jak długo z wami wytrzyma, jeśli będziecie go nieustannie krytykowały? Kobietom wmawia się, że muszą być piękne. Dla wartego miliarda dolarów przemysłu kosmetycznego nie jest ważne, czy kobiety są

rzeczywiście „piękne”, lecz to że przez całe życie naśladowały nieosiągalny ideał. To z powodu rzekomo dobrego wyglądu kobiety goła sobie nogi i pachy, wyskubują brwi, szminkują twarz, farbują włosy, dają sobie odsysać tłuszcz, wygładzać zmarszczki, powiększają usta i biusty, stosują jedną dietę po daigiej, chodzą do solarium, malują paznokcie i noszą ubrania, które pozwalają jedynie na ograniczoną swobodę poruszania. Ale to wszystko na nic, bo nawet kiedy kobieta w końcu widzi w lustrze idealną Barbie, to też nie jest zadowolona, bo przecież oszukiwała. Nie ma już w niej nic prawdziwego.

Dziewczynki to widzą. Doświadczają sprzeczności, gdy ich matki podają się za dwudziestodwuletnie. Towarzyszą matkom w zakupach i zauważają każdą nową modę. „Mamo, czy są takie małe panie?” usłyszałam jakiś czas temu z ust sześciolatki, która na widok krótkiego i bardzo dopasowanego damskiego sweterka tak właśnie zapytała swoją matkę. Dziewczynka była faktycznie zdumiona i zatroskana. Zirytowana matka wymigiwała się od odpowiedzi. To czy ta dziewczynka „wrośnie” w przyszłości w ten mikroskopijny kawałek odzieży, bardzo zależy od tego, co zobaczy u swojej matki.

Jestem przekonana, że mimo ogromnej społecznej presji, córki mogą zostać uodpornione na przekaz reklam, żądających by nieustannie coś w sobie poprawiać, aby być dostatecznie dobrą i kochaną, jeśli mają matki, które potrafiły zaakceptować własne ciało, takim jakie ono jest. Wierzę, że taka akceptacja jest podstawowym warunkiem zdrowia. Tylko ci, którzy kochają swoje ciało, zwrócą uwagę na jego potrzeby, uświadomią sobie jego zdolności, będą je chronić przed przeciążeniem i poświęcą uwagę jego drobnym dolegliwościom, zanim te przekształcą się w poważne choroby. Również autodestrukcyjne zachowania będą mniej prawdopodobne.

Mimo wszystko to nie wyłącznie potężny przemysł kosmetyczny i moda sprawiły, że kobiety często mają skomplikowany stosunek do własnego ciała. Jest za to w ogromnym stopniu odpowiedzialna codzienna rzeczywistość, w której mężczyźni dopuszczają się cielesnych i seksualnych nadużyć wobec dziewcząt i kobiet. Doświadczenia związane z przemocą są zawsze traumatyczne i znacznie zmniejszają szansę na fizyczne i duchowe zdrowie, zwłaszcza

cza gdy dotknięte nimi kobiety nie mają dostępu do odpowiedniej profesjonalnej pomocy. Dzięki działaniom ruchu feministycznego usunięto tabu w tej dziedzinie i istnieją ośrodki dla ofiar przemocy. Niestety rozmiary nadużyć wobec kobiet, zwłaszcza tych popełnianych w rodzinie, zostały ponownie wyparte ze zbiorowej świadomości. W ten sposób dotknięte nią kobiety są znowu spychane w izolację. Matki córek muszą w tej sytuacji poradzić sobie z trudną kwestią, w jaki sposób mogą skutecznie chronić dziewczynki przed cielesnymi nadużyciami i nieszczęściem, nie zakłócając radykalnie ich poczucia bezpieczeństwa i zaufania do świata.

Lęki i ograniczenia

Lęk powoduje, że matki doradzają córkom, by unikały życia

Strach przed przemocą

Matki obawiają się, że ich dzieci spotka przemoc. Ów lęk rośnie, gdy dzieci to dziewczynki, ponieważ matki uważają, że w ich przypadku ryzyko stania się ofiarą seksualnej przemocy jest znacznie większe. Tu znajduje się jeden z powodów, dlaczego matkom trudniej jest pozwolić dziewczynkom na stawianie własnych kroków - poza zasięg ich opiekuńczych i uważnych spojrzeń.

To że matki chcą ochronić córki przed przemocą jest aż nadto zrozumiałe. Niestety prowadzi często do powstania błędnego koła w życiu dziewczynek. Otrzymują one takie przekazy jak: „zostań w domu!”, „nie odchodź za daleko!”, „wracaj punktualnie do domu, żebym nie musiała się martwić!”, „nie pozwól się zagadywać obcym!”, „pamiętaj, żeby wrócić do domu zanim się ściemni!”, „nie oddalaj się od przyjaciółki!”, „daj się odwiedzić do domu!” Dziewczynki dowiadują się, że świat jest niebezpiecznym miejscem. Ich poczucie bezpieczeństwa jest podkopywane.

Aby chronić córki matki doradzają im, by były niewidoczne. Jeśli nie będą się pokazywały, nikt nie uczyni im nic złego. Kolejne zalecenie, które ma zapewnić bezpieczeństwo brzmi: „nigdy nie bądź sama!” Dziewczynki, a potem kobiety, stają się w ten sposób zależne - zazwyczaj od męskich obrońców. Do wynikających z obu tych przekazów ograniczeń swobodnego i nieskrępowanego kształtowania własnego życia i rozwoju osobowości dziewcząt dołącza się często publicznie dementowany fakt, że zwłaszcza w miejscach, które uważa się za rzekomo pewne czai się niebezpieczeństwo, i że właśnie rzekomi obrońcy stanowią największe zagrożenie. Potwierdzają to wszystkie statystyki.

W USA jeszcze w latach 80-tych głównym powodem obrażeń kobiet było znęcanie się nad nimi ich małżonków. W Niemczech domy dla samotnych kobiet są notorycznie przepełnione. Ale oficjalnie rodzina uchodzi za ostoję harmonii i szczęścia. Wiele córek musi codziennie żyć w sprzeczności pomiędzy rzeczywistością w domu a publiczną świadomością. Dopóki istnieje ta sprzeczność, nie będą miały one żadnej szansy, by skutecznie chronić się przed przemocą, gdziekolwiek się ona wydarzy.

W miejscach publicznych przekaz „nie pozwól się zagadywać obcym!” jest zgubny. To zdanie spycha dziewczęta w pasywną rolę i jednocześnie domaga się od nich, aby unikały czegoś, czego uniknąć się nie da. Dziewczynka nie ma żadnego wpływu na to czy zostanie zagadnięta czy nie, bez względu z jakiego powodu się to stanie. Jeśli przydarzy jej się taki „pech” (którego powinna była uniknąć), reaguje przestraszona, ma poczucie winy i z reguły nie ma żadnego pomysłu, jak mogłaby sama zareagować, by obronić się przed możliwym niebezpieczeństwem. Która matka powie córce „odezwij się do kogoś”, „odezwij się do kogoś, kiedy czujesz się zagrożona, kiedy ktoś staje się natarczywy i potrzebujesz ochrony lub pomocy”?

Wiele mówi się o tym, że ludzie reagują obojętnością na przemoc w miejscach publicznych. Jednak w dużym tłumie łatwo uniknąć odpowiedzialności. Dlatego ważne jest, żeby już dzieci uczyły się prosić o pomoc. Jest to szczególnie trudne dla dziewczynek, ponieważ krytyczna sytuacja zdarza się w czasie, gdy odebrały już

inne przekazy, takie jak: „nie sprawiaj nikomu kłopotu!”, „nie rób ceregieli!”, „cicho bądź!”

Jeśli matka chce ochronić córkę przed przemocą, musi być gotowa do obserwacji. Dziewczynki wysyłają bowiem sygnały. Nie chcą odwiedzać dziadka. Rysują same siebie w szponach nauczyciela. Zaczynają się nagle zupełnie inaczej zachowywać. Nie zawsze za takim postępowaniem kryje się traumatyczne doświadczenie, ale jest to możliwe. Może mała po prostu nie lubi zupy z makaronem u dziadka. Może zataiła dwóję z klasówki. Może widziała tylko smutny film. O takich wydarzeniach również warto porozmawiać. Tylko w taki sposób powstaje klimat otwartości, który pomaga chronić przed przemocą. Dziecko rośnie z codziennymi doświadczeniami. Kiedy w przyszłości córka zostanie na wizytę u dziadka zaopatrzona w kanapki, kiedy mimo złej oceny z klasówki zachowa poczucie, że jest w porządku, i kiedy może opowiedzieć co takiego strasznego wydarzyło się w filmie, rośnie jej świadomość prawa do nienaruszalności. Ta świadomość to podstawowy warunek, by bronić się przed zagrożeniami lub by w przypadku przemocy uzyskać pomoc.

Nie zrób sobie krzywdy!

Matki często wydają zakazy, by chronić swe dzieci. W wielu sytuacjach ma to sens i jest absolutnie konieczne. Nikt nie zakwestionuje takich pouczeń jak „nie wbiegaj tak po prosfti na ulicę!” czy „nie dotykaj gorącego piekarnika!” Jednak oprócz całkowicie niezbędnych wskazówek dotyczących sytuacji, których koniecznie trzeba unikać, matki wydają szereg zakazów, które wynikają bezpośrednio z ich subiektywnej oceny sytuacji. Ważne jest przy tym to, w co dana matka wierzy, że może się zdarzyć, jak prawdopodobne jest to, że się ta sytuacja wydarzy i jakie będzie miała skutki, jeśli rzeczywiście się wydarzy. Doświadczenie matki i jej wiedza o dziecku decydują w takiej sytuacji o tym, czy wyda zakaz czy nie. Na podstawie przykładu chciałabym wyjaśnić jaki rezultat może przynieść subiektywna ocena.

Ośmioletnie dziecko próbuje wspiąć się na drzewo. Istnieje przy

tym ryzyko, że spadnie. Ale na ile to jest prawdopodobne? I jakie miałyby to konsekwencje? Na ile bólu można pozwolić, gdyby to się stało? Zastanawiając się nad tymi pytaniami, matka ma różne możliwości. Może zapobiec już zdobyciu pierwszej gałęzi znajdującej się 30 cm nad ziemią. Może wyznaczyć granicę, do której nie będzie przeszkadzała dziecku. Może do tej granicy nie martwić się, ponieważ uważa swoje dziecko za zwinne i poza tym pokazała mu już jak się wspinać na drzewa, by nie spaść. Jeśli dziecko chce koniecznie wejść na sam czubek, matka może go zabezpieczyć liną i tak zapobiec możliwemu upadkowi. Może pójdzie z dzieckiem na specjalną ściankę do ćwiczenia wspinaczek, gdzie mały alpinista będzie mógł wypróbować pokonywanie skałek. Istnieje cały zestaw możliwych reakcji na tak drobny problem.

Rzeczywistość wygląda tak, że matka powstrzymuje córkę zazwyczaj już przy pierwszej gałęzi. Sama nigdy nie wspinała się na żadne drzewo, a więc nie nauczyła się, jak utrzymać się na górze. Nie oczekuje, że dziewczynka będzie potrafiła poradzić sobie z sytuacją. Nie oczekuje, że takie doświadczenie jak zdobywanie drzewa jest dla dziewczynki ważne i z tego powodu nie zada sobie też trudu, by poszukać w okolicy miejsca gdzie można nauczyć się wspinaczki. I tak nie miałyby czasu, by z córką tam pojechać. I nie wie też jak zabezpieczyć małą w czasie wspinaczki.

Nawet jeśli matka zastanawia się nad tym, by pozwolić córce wspiąć się trochę wyżej, często jest przeciwna temu pomysłowi, ponieważ ona też podlega kontroli. Na placu zabaw, w rodzinie, na ulicy. Wokół niej są inni ludzie, którzy oczekują, że powstrzyma córkę. Kiedy przez pewien czas pracowałam w pozaszkolnym ośrodku dla dziewcząt, gdzie pracownicy postanowili wzmacniać w swoich podopiecznych ich poczucie zaufania do samych siebie, wystarczająco często czułam presję, wywoływaną przez pełne dezaprobaty spojrzenia innych dorosłych. I poczułam własną niepewność na co mogę jednej z dziewczynek pozwolić, kiedy ta zaczynała szaleć. Nierzadko zмагаłam się z pokusą, by ją zatrzymać, także wówczas gdy nie było po temu żadnego obiektywnego powodu. Takie uczucia wpływają także na matki, gdy te sprawują opiekę nad córkami.

Na pewnym seminarium dla matek córek jedna z kobiet powiedziała mi, że była narażona na wrogość otoczenia, kiedy pozwalała córce „robić swoje”. A ponieważ to doświadczenie wielokrotnie się powtarzało, nie była już pewna własnych racji. Ta matka sprawiła na mnie wrażenie pewnej siebie kobiety, która odnosiła sukcesy zawodowe i potrafiła dać sobie radę z przeciwnościami losu. Mimo to odczuła w widoczny sposób ulgę, że na moim seminarium - jak wierzę po raz pierwszy - otrzymała pozytywną reakcję na swoje starania, by dać córce jak najwięcej przestrzeni. Jednym słowem: matka również naraża się na ryzyko, gdy pozwala na nie córce. Czy dziewczynka może wspinać się po drzewach? Czy może obsługiwać wiertarkę lub jeździć na traktorze? Czy może sama nocować u przyjaciela?

Gdy dziewczynka zbyt często otrzymuje zakazy, nie może zebrać własnych doświadczeń. Nie wie jak to jest spaść z wysokości dwóch metrów z drzewa, rozciąć sobie kolano - i przeżyć. Nigdy nie będzie - pękając z dumy - machać z czubka drzewa do stojącej na dole, promieniejącej i bijącej brawo mamy. Gdyby jednak okazało się, że wolno jej wejść na drzewo, prawdopodobieństwo upadku jest relatywnie duże, jeśli wcześniej dostatecznie często doświadczyła, że nigdy w nią nie wierzono. W takim przypadku myśl „nie potrafię!” została już wdrukowana i dziewczynka będzie potrzebowała całej swojej energii i uwagi, by tę myśl od siebie odpędzić. I może zdarzyć się, że nie będzie uważała i stanie na chwiejnej gałęzi. Psycholog Ute Erhardt pisze: Jeśli rozwinę oczekiwania dotyczące przyszłego zdarzenia, zwiększy się prawdopodobieństwo, że w ten sposób przygotowuję się na konkretną sytuację w przyszłości."

Kto unika podejmowania ryzyka, nie może się nauczyć, jak je oszacować, jak rozwiązywać problemy i nie ma szansy, by zebrać doświadczenia na temat swoich umiejętności. W ten sposób umacnia się w końcu przekonanie o własnej bezsilności. „Ludzie reagują bezsilnością, ponieważ *wierzą*, że sytuacja czy układ w życiu ich przerasta. I decydujące znaczenie ma tu nie rzeczywistość, tylko własna ocena - tak trafnie Ute Erhardt podsumowała wyniki różnych psychologicznych badań.

Nie daj się skrzywdzić!

Matki wiedzą, że dzieci mogą zostać skrzywdzone w różny sposób przez inne osoby, i to w każdym wieku. I nie chodzi wyłącznie o omówiony już poprzednio strach przed bezpośrednią przemocą, który może stać się problemem dla potomstwa. Większość dzieci doświadcza w pewnym momencie życia jak to jest zostać wyśmianym, odrzuconym czy wykluczonym. Jeśli pomyślimy o pierwszej nieszczęśliwej miłości czternastolatka, jest od razu jasne, że chodzi o prawdziwy, głęboko odczuwany ból, który jest dla osoby zaangażowanej bardzo poważnym przeżyciem.

Osobiste przykrości zdarzają się i są nie do uniknięcia. Jednocześnie ludzie różnią się od siebie sposobem radzenia sobie z takimi doświadczeniami. I tutaj ważna jest rola matek, tak długo jak długo grają one pierwsze skrzypce w wychowaniu dzieci. To *ich* wartości i *ich* sposoby wyjaśniania chłopcy i dziewczynki zapamiętują, kiedy tłumaczą sobie doznaną niesprawiedliwość. Psycholog Seligman dowiódł, że wyjaśnienia matek są przejmowane zarówno przez córki jak i synów, podczas gdy objaśnienia ojców nie mają praktycznie żadnego wpływu na dzieci. I choć Seligman w swoich badaniach odnosi się to do stosunków w USA, można założyć, że podobne zależności występują we wszystkich społeczeństwach, w których dzieci mają na co dzień kontakt przede wszystkim z matką.

Jednakże sposób, w jaki matka tłumaczy wydarzenia ma odmienne konsekwencje dla córek i dla synów. Podczas gdy matki sugerują synom (z powodu ich przynależności do odmiennej niż one same płci) inne możliwości zachowań, to od córek oczekują często powtarzania własnych doświadczeń. Córki stale stykają się z opiniami ze strony otoczenia i mediów, o tym że dziewczynki i kobiety same ponoszą winę za doznane nieszczęścia i krzywdy, podczas gdy chłopcy i mężczyźni w podobnych przypadkach pozostają „niewinnymi” pechowcami.

Jeśli czternastolatka nieszczęśliwie się zakocha, oznacza to że nie jest dostatecznie ładna lub inteligentna, albo że jest niezgrabna, zbyt pasywna, zbyt aktywna, za głośna lub za cicha przy flirtowa-

niu. Jeśli podobna katastrofa spotka brata dziewczynki, jej rówieśnika, to jego wybranka po prostu nie była w stanie poznać się na nim. Dziewczynka za złą odpowiedź jest wyśmiewana przez inne dzieci, ponieważ jest głupia; chłopiec jedynie dlatego, ponieważ inni nie pojęli w pełni genialności jego rozumowania.

Takie wzorce wyjaśnień nie tylko wywierają wpływ na wiarę w samego siebie osoby, do której są kierowane, lecz także na jej umiejętności radzenia sobie ze zmartwieniami. Matki, których córki wierzą, że są winne, gdy przydarza im się coś niedobrego, często nie dowiadują się nawet o tym, że coś takiego się wydarzyło w życiu ich córek. Na temat tych zależności toczyło się w latach 70-tych i 80-tych wiele dyskusji w kontekście gwałtów na kobietach. Częściowo dzięki temu nastąpiły zmiany w świadomości.

W ten sposób światło dzienne ujrzał jednak tylko czubek góry lodowej. Zasadniczy problem polega na tym, że kobiety w każdej sytuacji, w której ktoś je rani, szukają winy w sobie. Mają wobec tego nikłą szansę, by bronić się przed niesprawiedliwością. W przypadku chłopców porównywalny przekaz brzmi: „Nie daj sobie w kaszę dmuchać!” Już w samym sformułowaniu wyraźnie widać, kto ponosi winę za niesprawiedliwość. Synowie są zachęcani do obrony i w procesie wychowawczym są do niej fizycznie i psychicznie przygotowywani. Dziewczynki nie mają takiej szansy. Trudno bronić się przed zranieniem, uważając jednocześnie, że samemu ponosi się winę za tę sytuację.

Dodatkowa trudność, to fakt, że dziewczynki bardzo często uważają, że ich mamy same nie stosują się do przekazu „nie daj się skrzywdzić!”. Córki są świadkami tego, jak ich matki są oszukiwane, obrażane i pomijane, że pozwalają się wykorzystywać i poniżać i nie bronią się. Córki otrzymują sprzeczny komunikat. Jeśli chcą tą sprzeczność wyjaśnić, muszą zbadać, w co matka wierzy. Zawartość systemu przekonań matki staje się zatem dla córek życiowym fundamentem.

Im wyżej polecisz ...

„Im wyżej polecisz, tym niżej spadniesz!” - to przekonanie przekazywane przez pokolenia matek swoim córkom. Uwzględniając

poprzednie wyjaśnienia łatwo zrozumieć to ostrzeżenie. Kiedy matki nie chcą by córki zrobiły sobie krzywdę, ani by ktoś je skrzywdził, a jednocześnie gdy kobiety są przekonane, że nie mają wpływu na ważne sprawy w swym życiu, pozostaje tylko rada, by nie rzucać się w oczy i być bezczynnym.

To przekonanie przekazywane przez matki wynika z ich własnych doświadczeń. Chciałabym w tym miejscu jeszcze raz podkreślić, że kobiety nie wymyślają sobie zewnętrznych przeszkód, na jakie napotykają, gdy chcą przekraczać istniejące granice. Mechanizmy samosprawdzających się przepowiedni, wybiórczego postrzegania i typowo kobiecego braku zaufania we własne siły mogą być potężne i skuteczne, ale same nie tworzą trudności, na które napotykają kobiety, chcące osiągnąć ambitne cele i usunąć ograniczenia.

Również niektórzy mężczyźni mają destrukcyjne wzory myślenia i pesymistyczne przekonania. Również oni zachowują się bezradnie i pasywnie. Jednak nie żyją w środowisku, które ich w takim zachowaniu umacnia. Mimo to zostają kierownikami wydziałów, właścicielami domów i prezesami związków hodowców gołębi. Decydujące jest to, że z góry zakłada się, że są kompetentni, bez względu na to czy tak jest naprawdę czy nie. Ludzie w ich otoczeniu także postrzegają ich wybiórczo. Nie dostrzegają u mężczyzn nawet widocznych niedoskonałości. Jak często narzeka się na urzędniczkę lub sprzedawczynię, gdy nie potrafią odpowiedzieć na pytanie. Kto myśli przy tym o ich przełożonym, który nie umożliwia im szkoleń?

Kiedy ludzie widzą to, czego oczekują i stale powtarzają to doświadczenie, łatwo jest zrozumieć radę udzielaną dziewczynkom, by nie „latały” zbyt wysoko. Łatwiej jest poruszać się zawsze po tym samym torze. Wioślarka zmierzająca do celu siedzi w łodzi zwrócona plecami do tyłu. Nie widzi zatem celu, jedynie brzeg, z którego wystartowała. Jeśli zostanie w łodzi zawsze pod tym samym kątem w stosunku do punktu orientacyjnego, dotrze do celu prostą drogą. To, skąd wystartowała określa bezpośrednio miejsce do którego zmierza. Jeśli chce zmienić cel, musi najpierw gwałtownie zawrócić ster, a to wymaga siły. Musi poszukać sobie też nowego punktu orientacji - w ten sposób zmienia się też jej kąt widzenia.

Ruch feministyczny z ogromnym wysiłkiem przepchnął ów ster i zniósł predestynację kobiecych życiorysów. Od tej pory kobiety próbują przestawić się na nowe tory. Również matki to czynią. Jednocześnie wiele matek dorastało jeszcze w świecie dawnych wartości. Jakie wartości mogą więc przekazać córkom na podstawie własnych doświadczeń? Nawet jeśli zdecydowały się odrzucić dawne role płci, ich podświadomością w dużej mierze rządzi ich własny dziewczęcy pamiętniczek z wpisem: „Bądź grzeczna i skromna ...”

Nawet gdy zdałyśmy sobie sprawę z tego, jak śmieszne jest to zdanie, większość z nas ciągle czuje się nieswojo domagając się czegoś. Jaka szkoda, że historia zapisała przede wszystkim tylko wielkie czyny mężczyzn”, powiedziała pewna pani historyk oprowadzając turystów po mieście, ale szybko dodała przestraszona: „Ale nie jestem żadną feministką!” Podobną sytuację przeżyłam niedługo potem ponownie, kiedy kierowniczką działu na pewnej wyższej uczelni, z którą telefonicznie uzgadniałam szczegóły mojego seminarium poświęconego relacjom matka-córka, ostrzegła mnie: „Ale nie może to być za feministyczne!” Za takimi przekazami ukrywa się stwierdzenia: „Zrozumiałam o co chodzi, ale tak się nie zachowuję. A jeśli już, to tylko troszeczkę!”

Gdy matki podzielają podobne przekonania, obawiają się budzić w córkach za duże oczekiwania. Nie będą chciały córkom „zaśmiecać głowy bzdurami”. Przy pomocy ostrzeżeń z góry usuwają rozczarowania i wyhamowują dziewczynki: „Możesz zostać pilotką, ale to będzie bardzo trudne!” „Tak, są profesorki, ale to wyjątki. Wiele próbowało i nic z tego nie wyszło.” Zwłaszcza matki, które same zostały mocno ograniczone w rozwijaniu swych możliwości, bardzo sobie życzą, by córki niejako w zastępstwie wykorzystały straconą przez nie szansę. I właśnie takie matki jednocześnie doradzają swoim córkom, by nie żądały zbyt wiele.

Córka doświadcza tej sprzeczności. Powinna do czegoś dojść, przeforsować swe potrzeby, przedstawić życzenia - i nie wie jak. Gdy dorasta, zaczyna świadomie rozliczać się z tym, czego jej matka od niej oczekuje. Ale jakie dokładnie są informacje, które otrzymuje pytając czego matka sobie życzy? I skąd się te życzenia biorą?

Oczekiwania

*Wymagania ograniczają, zaś etykietowanie
zniekształca spojrzenie na rzeczywistość.*

Jesteś taka jak ja!

Jak już wcześniej wspomniano wiele matek wielzi w swych córkach bardziej niż w synach przedłużenie własnej tożsamości na następne pokolenie. Przynależność do tej samej płci i genetyczna spuścizna utrudniają zauważenie różnic i postrzeganie nowonarodzonej istoty jako odrębnej osobowości. Tę tendencję wzmacniają także przybierające obecnie na sile naukowe próby wyjaśniania nie tylko fizycznych, lecz także charakterologicznych cech człowieka przy pomocy biologii.

Już pierwsze spojrzenie krewnych do kołyski wyznacza kierunek, w którym dziecko zostanie poprowadzone. Krzykliwa istotka ma nos mamy, myślące czoło dziadka i wdzięk cioci Łodzi. Jest silna i da sobie radę w życiu, albo jest delikatna i z pewnością będzie wrażliwą osobą. Bez żadnej szansy na sprzeciw, mały chłopczyk lub mała dziewczynka zostaje opatrzona etykietką, która będzie dziecku wiernie towarzyszyła przez pierwsze lata życia i z którą musi się ono ciągle zmagać. Rodzicielskie etykietki są ważnym elementem tworzącej się dziecięcej osobowości.

Matki mają z różnych powodów skłonność do tego, by przypisywać dziewczynkom dużą część własnych cech. Może dzieć się tak, ponieważ pragną mieć w córce sojusznika, zaufaną osobę, która będzie zgadzała się z nimi w wielu kwestiach. Czasami jednak owa hipoteza podobieństwa wynika z faktu, że to nadal przede wszystkim matki wychowują dzieci. Zwłaszcza w okresie, gdy potomstwo nie potrafi jeszcze jasno wyrazić swych potrzeb i nie umie objaśnić swego zachowania, matka musi zgadywać znaczenie zachowania dziecka, aby móc odpowiednio na nie zareagować.

Fakt że matka nie zawsze potrafi w pełni zrozumieć zachowa-

nia syna, ona sama i jej otoczenie potrafią je zaakceptować. Nie rozumieć własnej córki i przyznać się do tego staje się zaś moralną niemożnością. W ten sposób matka interpretuje zachowanie córki bardziej niż syna na podstawie wspomnień z własnego dzieciństwa. Czego pragnęła, kiedy była małą dziewczynką? Co chciała wyrazić, kiedy ze wściekłością uderzyła w stół lub rzuciła się z płaczem na podłogę? Jakie uczucie ma jako matka, gdy jej córka robi rzeczy, za które ona sama w dzieciństwie była karana lub nagradzana? Niejednokrotnie matka powtarza reakcje swoich rodziców z nostalgicznych powodów. Tak miło było kąpać się razem z mamą. Moja córka też to polubi! Matka pamiętając własne frustracje z dzieciństwa może również chcieć córce „zastępczo” zrekompensować utracone radości.

Jednak, aby te mechanizmy mogły działać, musi ulec rozmyciu granica pomiędzy matką i córką. „Bądź taka jak ja!” stanie się dla dziewczynki najważniejszym przykazaniem. Prognozy na temat jej rozwoju zamienią się w samo spełniające przepowiednie, jej zachowanie będzie - zgodnie z matczynymi oczekiwaniami - selektywnie postrzegane i zapamiętywane. Ute Erhardt pisze: „Rzeczy, których się oczekuje, są łatwiej i wyraźniej postrzegane. To co przeczy własnym wyobrażeniom, jest mniej oczekiwane i szybciej zapomniane.” Córka, która szuka uwagi matki tak samo silnie jak oklasków z jej strony, szybko zauważy, że jest nagradzana wówczas, gdy jest taka, jaką widzi ją jej mama. Z czasem nauczy się wdrukowywać wyobrażenie matki na temat swojej osoby. Etykieta współtworzy jej własny obraz siebie.

„Kiedy jednak ustalili się poglądy na życie, wszystkie doświadczenia są wybierane zgodnie z punktem widzenia, tak by umacniały ten pogląd i w taki sposób są też interpretowane”, pisze psycholog Thomas A. Harris o mechanizmach, których ludzie używają, żeby stworzyć swój obraz świata. Jednoznaczne ustalenie punktu odniesienia zapewnia stabilność i bezpieczeństwo i co za tym idzie jest podstawowym warunkiem spełnionego życia.

Córki nie są takie same jak ich matki. Niektóre trwające całe życie konflikty między matką a córką krążą wokół tego faktu.

W trakcie rozwoju dziewczynka nie może wyprzeć się własnych - często sprzecznych z oczekiwaniami matki - zainteresowań, talentów i potrzeb. Nierzadko konflikt z matką zaostrza się w okresie dojrzewania, czyli w tej fazie życia, w której i bez tego charakterystyczne jest to, że dzieci zaczynają krytycznie kwestionować wartości rodziców. Jednak dziewczynka nie umie z reguły wyznaczyć granicy bez poczucia winy. Matki, inaczej niż w przypadku chłopców, nie akceptują procesu uwalniania się córek. Czują się zdradzone, a ich wartości zakwestionowane i odrzucone. Harmonijny i bliski do tej pory związek staje się dla obu stron fatalny, ponieważ w miejscu zainteresowanego spojrzenia i poznawania na nowo pojawia się wzajemne ranienie. Rzadko artykułowane są rzeczywiste przyczyny takiego stanu rzeczy. „Nie jesteś taka jak ja!” to zdanie wisi jako zarzut w powietrzu, nie jest jednak uszczegółowiane, gdy rozmowy toczą się na temat wyboru zawodu, związków czy politycznych przekonań córki.

Ponieważ pragnienie zgodności często istnieje nie tylko po stronie matki, wiele córek podporządkowuje się matczynemu nakazowi jednolitości. W tego rodzaju układach nie dochodzi do buntu, nie wpominając już o kłótniach. Matka pozostaje najważniejszą osobą w życiu córki i na odwrót. To co opisuje się jako symbiotyczny związek między dorosłymi, jest tego całkowitym przeciwieństwem. Podczas gdy symbioza to relacja między dwoma organizmami, nawiązywana dla obustronnych korzyści, to w takiej sytuacji matka i córka tylko wzajemnie się ograniczają.

Wzajemne wymagania są wysokie, na zewnątrz stosunek uchodzi zazwyczaj za bezkonfliktowy. Ponieważ obie strony z założenia są równe, z konieczności konkurują ze sobą we wszystkim co robią. Obie chcą być sierotką lub gwiazdą przyjęcia. Na rodzinnych spotkaniach prześcigają się w dogadzaniu gościom lub opowiadaniu anegdot. Współzawodnictwo zmienia się w rywalizację, a nastawienie do drugiej osoby staje się ambiwalentne. Obie kobiety chcą być sobie bliskie, chcą się spotykać - jednak każde spotkanie rodzi frustrację. Ponieważ nie wolno okazać dezaprobaty, konflikt narasta pod powierzchnią.

Żyj moimi marzeniami!

Problem matczynych oczekiwań, że córka powinna być taka jak ona, zaostriża się w dramatyczny sposób, kiedy matka świadomie lub podświadomie marzy, by córka poszła jej własną niezrealizowaną drogą. Wiele matek nie mogło do końca spełnić swych marzeń o szczęściu lub musiało z nich zrezygnować. Przenoszą wszystkie swoje oczekiwania na następne pokolenie. W naszym społeczeństwie aktywność zawodowa kobiet i macierzyństwo często stoją w sprzeczności do siebie. Niewystarczające możliwości opieki nad dziećmi, utrzymująca się wciąż niechęć mężczyzn do konsekwentnego przejęcia odpowiedzialności za wychowanie potomstwa i istniejące nadal wymaganie, żeby matki ponosiły główny ciężar zadań w rodzinie i domu, powodują, że kobiety często mają taki obraz samych siebie: „poświęciłam swoje marzenia dla przyszłości moich dzieci.”

Kobiety są ambitne. Przykładają wagę do wykształcenia, studiów, mają twórcze zainteresowania, dbają o sprawność fizyczną i angażują się w działalność wielu organizacji - o ile wierzą, że to możliwe. Tę wiarę tworzy rzeczywistość w ich otoczeniu i ich własne przekonania. Oba te czynniki wzajemnie się warunkują. Ponieważ socjalizacja kobiet wymaga od nich pasywności, wątpliwości co do własnej osoby oraz gotowości do przystosowania się, dziewczęta dorastając tracą wiarę we własne możliwości, a społeczeństwo je w tym umacnia. Nie dziwi zatem, że niemało z nich poddaje się z rezygnacją i wycofuje się w sferę prywatnego życia, wierne motto: Jak się nie ma tego co się lubi, to się lubi co się ma.”

To powiedzenie w szczególny sposób pasuje do sytuacji wielu młodych kobiet. Bowiem podczas gdy mężczyźni muszą walczyć z większym lub mniejszym powodzeniem o zawodową tożsamość, ponieważ oczekuje się od nich koniecznie finansowej niezależności, kobiety mają zawsze jeszcze alternatywę. Kusząca oferta dla tych wszystkich pań, które wcześniej wiele razy przeżyły odmowę starając się o stypendium, szukając miejsca do zdobycia zawodu czy sponsora finansującego przygotowania do olimpiady. Dla tych wszystkich kobiet, które spotykają się z niezrozumieniem ze strony

rodziny i nieufnymi spojrzeniami przyjaciół, kiedy walczą o własną karierę. W takiej sytuacji musi to być dla kobiety ulgą, że może powiedzieć: To by było na tyle! Z biegiem czasu nada ona swojej rezygnacji inne znaczenie, bowiem nikt nie może na dłuższą metę żyć ze świadomością, że został zatrzymany w rozwoju - i zachować w takiej sytuacji zdrowie.

Nie twierdzę, że nie ma kobiet, które z całym sercem i głębokim przekonaniem realizują się jako gospodynie domowe i matki, i które nigdy niczego innego nie pragnęły. Jednak to nie one są matkami, które swe marzenia, stracone szanse i niespełnione tęsknoty przenoszą na następne pokolenie. Robią to matki, które same nie mogły osiągnąć czegoś, czego bardzo pożałowały, i to właśnie one stosują mechanizm projekcji, by okrężnymi drogami mimo wszystko dotrzeć do celu. „Im bardziej kobieta jest rozczarowana, im energiczniej przeszkadzano jej w odkryciu, rozwinięciu i wykorzystaniu własnych talentów, tym bardziej precyzyjne i pilnie będą jej ambitne życzenia w stosunku do córki”, pisze literaturoznawca Heidi Gidion, która na podstawie literackiej analizy przyjrzała się bliżej stosunkom matka - córka.

W ten sposób matka ustawia dorastającej córce wysoką poprzeczkę. Zdanie: Jesteś taka jak ja" staje się przymusem, bowiem tylko w taki sposób dziecko może zrozumieć i udoskonalić talenty matki. Jednocześnie istnieje ryzyko, że zostaną przeoczone lub zignorowane inne, a dla córki czasami znacznie ważniejsze, umiejętności i talenty. W zależności od tęsknot matki, córka konfrontowana jest z za wysokimi lub za niskimi wymaganiami w stosunku do swojej osoby i swych zdolności. Wiele matek uzasadnia w takim przypadku swe zachowanie dobrymi zamiarami - wykluczając w ten sposób jakąkolwiek korygującą krytykę. Ze swojego punktu widzenia chcą tylko tego co dla dziecka najlepsze. Ale w rzeczywistości byłoby to najlepsze rozwiązanie dla nich samych, niekoniecznie zaś dla ich córek.

Oprócz obciążenia, jakim dla córki są tego rodzaju oczekiwania ze strony matki, istnieje także dodatkowa sprzeczność. W jaki sposób dziewczynka ma nauczyć się robić rzeczy, których kobieta od której ma się ich uczyć sama nigdy nie zrealizowała. W jaki sposób

ma się nagle stać tak inna od swej matki, do której przecież ma być tak podobna?

Nie opuszczaj mnie!

Żądanie „Nie opuszczaj mnie!” to więcej niż tylko strach matki przed tym, że córka mogłaby się od niej fizycznie oddalić. Wyprowadzenie się z rodzinnego domu lub przenosiny do innego miasta stanowią tylko poboczny aspekt. W tym zdaniu chodzi o utratę emocjonalnej bliskości. Kobiety, które w swym życiu koncentrowały się głównie na pomyślności rodziny, popadają w sytuację kryzysową, gdy dzieci dorastają i opuszczają dom. Czują się niepotrzebne i muszą się uporać z własną pozycją w życiu.

Zmiany wywołują lęk. W tej sytuacji wiele matek zaczyna obronę swojego zwyczajowego terenu. Mąż i przede wszystkim dorosłe już dzieci stają się niejako emocjonalnym ubezpieczeniem na starość. Przyjaźnie zostały zaniedbane w przeszłości na rzecz rodziny i nie są teraz dostępne, by poradzić sobie z nagłą ciszą w domu. Wszystkie plany, które matka snuła na czas po odchowaniu dzieci stają się nagle nieinteresujące. Ponieważ rodzina stanowiła centrum jej życia, czuje się teraz zupełnie pozbawiona gruntu pod nogami. W roli matki miała odpowiedzialne zadania i wpływ. Jej wskazówki stawały się prawem, rozmowy z sąsiadami i odległymi krewnymi toczyły się na temat rozwoju dzieci. Wszystko to się teraz skończyło. Co prawda dzieci czują się z nią tak jak poprzednio związane, ale są teraz niezależne i już jej nie potrzebują.

Dla wielu matek otwierają się teraz nowe obszary życia; podejmują ponownie pracę, angażują się w politykę lub działalność społeczną, wyruszają w podróże, tam gdzie już zawsze chciały pojechać i poznają nowych ludzi. Jednak pod względem uczuciowym niemało z nich skupia się tylko na dzieciach. Kiedy syn nie zadzwoni albo córka nie wpadnie w odwiedzinę, wszystko inne nie ma znaczenia. Teraz to matka staje się zależną osobą i tęskni za zainteresowaniem ze strony dzieci, przy czym nieobecność syna łatwiej jest jej zaakceptować niż córki. Chłopak musi przecież troszczyć się o karierę i po prostu mieć swoje życie. Jest zajęty, to zrozumiałe.

Ignorując własne długoletnie doświadczenia życiowe matka zakłada, że córka ma więcej czasu niż jej syn. Od córki oczekuje się jako od kobiety, która podobnie jak matka została wychowana tak, by dbać o kontakty - zwłaszcza rodzinne, że będzie stale do dyspozycji matki. Uwaga córki jest zrozumiała sama przez się, podczas gdy syn jest w porządku, gdy jedynie krótko zadzwoni lub wyśle kwiaty na Dzień Matki. Jeśli córka obstaje przy własnych zainteresowaniach i nie ma czasu na kontakty, konflikt jest nieunikniony.

W tej sytuacji zdarza się coś, co może być fatalne dla stosunków pomiędzy obiema kobietami: ponieważ myśli i uczucia matki dorosłych dzieci, które uważa ona za jedyny i niekwestionowany środek rodziny, krążą prawie wyłącznie wokół osób, które są przez większość czasu fizycznie nieobecne, matka ulega pokusie, by żyć przeszłością. To pragnienie jest zrozumiałe. Przeszłość jest znana i nie napawa lękiem, inaczej niż wymagane w przeciwnym razie rozmyślanie nad własnym życiem. Jednocześnie świadomość jest ciągle mocno związana z dziećmi. Jednak ceną za taką postawę jest rozstanie z rzeczywistością. Nie postrzega się już dzieci takimi jakimi teraz są. „Nasza najmłodsza, malutka, przed kilkoma miesiącami wyszła za mąż za znanego aktora teatralnego i filmowego to wypowiedź pojawiająca się w wywiadzie, który dziennikarka Zenith Henkin Gross przeprowadziła z matkami dorosłych córek. Nie sposób lepiej opisać problemu.

Ponieważ synom od dawien dawna pozwala się stać na własnych nogach i podbijać świat, ich wchodzenie w dorosłość ma jeszcze relatywnie dobre szanse, by zostać dostrzeżonym. Samodzielność syna jest życzliwie komentowana przez otoczenie. „Maminsynek” nie jest pożądanym. Córka zostaje zaś często „małą dziewczynką mamusi”. Może wygrywać trudne procesy jako adwokat, może siedzieć przy kasie osiem godzin dziennie i czasami nawet sama mieć dzieci, ale rozmowy z matką krążą zawsze wokół „A pamiętasz jeszcze?”. Córka nie jest przy tym postrzegana jako dorosła kobieta, którą się już stała. I często doświadcza, że nie jest nawet widziana jako dziewczynka, którą rzeczywiście była. Wspomnienia matki, jej sposób interpretacji minionych wydarzeń, nie odpowiadają odczuciom córki.

Dla dziewczynki prawdopodobnie nie było to wcale zabawne, kiedy dostała aparat na zęby lub gdy w hotelu na wakacjach zginął jej ukochany miś. Matki mają jednak skłonność wspomniania „starych dobrych czasów” w romantyczny sposób. Dla nich - często z perspektywy czasu - wszystko było lepsze i ładniejsze, ponieważ cała rodzina była w domu w komplecie, a one same w centrum domowego życia.

Takie traktowanie przeszłości może być dla córki jedynie ciężarem. Nie dostrzega się jej obecnego życia. Może pragnie rady matki w jakiejś aktualnej sprawie, ale zauważa, że w rozmowie nie może przedyskutować swych teraźniejszych zmartwień. Córka zmieniała się, ale matka nie jest gotowa, by to dostrzec. Zamiast tego robi jej kakao „jak dawniej” i przechodząc obok automatycznie wygładza bluzkę córki. Stary nawyk troszczenia się siedzi bardzo głęboko. Wiele córek czuje się po wizycie u matki jak małe dziewczynki. Matka nie dostrzega, że stały się kompetentnymi osobami. Unie-możliwia to powstanie prawdziwego związku, którego córka sobie życzy. Kiedy matka oczekuje, że wszystko zostanie „po staremu”, kontakt może tym bardziej się kruszyć, im bardziej dorosła córka się zmienia.

Stare formy postępowania mają gwarantować zażyłość. Obawa matki, że córka zostawi ją samą, odnosi się zazwyczaj do kwestii uczuć. Zmiany zachodzące w młodej kobiecie matka odbiera jako zagrożenie. Czuje się opuszczona i zdradzona. Jednak córka musi się zmieniać, by dorosnąć do wymagań życia. Mając świadomość dziesięciolatki nie będzie przecież mogła prowadzić biznesowych pertraktacji, zaciągać kredytów czy cieszyć się erotycznymi przygodami. Jest dumna z samodzielnego życia, sukcesów i nowego mężczyzny. Zwłaszcza gdy czuje się blisko związana z matką, pokaże jej owoce samodzielności i będzie liczyć na uznanie.

Jednak wiele matek nie jest do tego zdolnych. Radość z rozwoju córki jest ambiwalentna. Na wyartykułowaną dumę nakłada się okazywana melancholia z powodu niezależności „małej dziewczynki”. Zmiany zachodzące w córce budzą strach. Dlatego każdy symptom wyrwania się z ustalonych ram wywołuje reakcje obronne. Według teorii rozwiniętej przez Murraya Browna o wzorcach sto-

sunków rodzinnych, we wszystkich rodzinach dochodzi do potężnych sprzeciwów, „gdy jeden z członków rodziny staje się bardziej niezależny i mocniej się odgranicza.”

Jednocześnie matki obserwują rozwój córek w odniesieniu do opisanych już wcześniej oczekiwań pt. Jesteś taka jak ja!" i „Żyj moimi marzeniami!". Jeśli córka nie sprostą obu tym wymaganiom, to nawet szczęśliwy, ale niezależny rozwój może wywołać napięcia między nią a matką. W takim przypadku pomocą może być szczerą rozmowa. Nie dochodzi do niej jednak, gdyż obie strony pragną uniknąć kłótni. Z powodu emocjonalnej bliskości otwarta waśń wydaje się zbyt niebezpieczna. Gdy jednak smutek, ból i wściekłość są zabronione, jakie skutki ma to dla relacji matka - córka?

Nie sprawiaj mi kłopotów!

W stwierdzeniu „Nie sprawiaj mi kłopotów!" ukrywa się przesłanie, że córka musi robić wszystko we właściwy sposób. Swym postępowaniem odpowiada za samopoczucie matki. W tym matczynym oczekiwaniu upatruję jedną z poważniejszych przyczyn tego, że kobiety mają mocniej niż mężczyźni wykształconą skłonność do perfekcjonizmu. Już jako dziewczynki uczą się kontrolować swe zachowanie, żeby mama się nie „gniewała”. Są posłuszne i skore do pomocy, nie tylko dlatego, że są za to nagradzane, lecz także dlatego, że matka dobrze się wtedy czuje.

Już trzylatki doświadczają tego, że nie tylko one same lecz także ich matka jest chwalona przez krewnych, przyjaciół i sąsiadów, kiedy słodkie maleństwo wszystko dobrze robi. Błędy dziewczynki spadają na matkę jako osobę odpowiedzialną za wychowanie. To kobiety obserwują podejrzliwie inne kobiety, inne matki. Rządzi wśród nich współzawodnictwo o to, kto robi to najlepiej. Dzieci stają się miarką, przy czym u dziewczynek to dostosowanie się do życzeń innych, a u chłopców raczej opór i naginanie reguł uznawane są za sukces wychowawczy. Synowi szybciej przyznaje się prawo do własnej woli, podczas gdy dziewczynka musi zjeść zupe u sąsiadów, nie wolno jej bezczelnie odpowiadać nauczycielce,

a na wakacjach pod namiotem powinna na ochotnika podjąć się zmywania. Jeśli zastosuje się do tych nakazów, jest dumą mamy. Jeśli nie, często nie jest bezpośrednio karana, musi jednak doświadczyć dezaprobaty matki poprzez otoczenie. Dziewczynce o wiele trudniej jest przeciw temu zaprotestować niż wypaść z roli i zaryzykować osobiście karę.

Dlatego musi ona stale uważać na to, „co inni powiedzą”. Matkę może dałoby się przekonać, że będzie nocować u koleżanki, ale co pomyśli sobie sąsiadka, kiedy wróci dopiero nad ranem do domu? I to nie o córce, ale o matce! W przeszłości to strach przed przedmażeńską ciążą decydował o różnych rodzicielskich zakazach, ale teraz gdy oświata, antykoncepcja i transformacja społecznych wartości zmieniły w ostatnich dekadach warunki życia dorastającej młodzieży, wiele osób ciągle obawia się „hańby”, którą może na rodzinę sprowadzić córka swym „nieprzyzwoitym zachowaniem”. To przede wszystkim matka przekazuje dziewczynce wynikające z tego faktu regulacje. Dlatego pełne zaufania relacje pomiędzy matką i córką często ulegają zakłóceniu w okresie dorastania tej ostatniej.

Jednocześnie dla wielu kobiet wejście w rolę matki oznacza trochę społecznej władzy. Pomyślny rozwój latorośli traktują jako dzieło własnych rąk, pomijając wpływy szkoły, kręgu przyjaciół i mediów. W wychowaniu mogą wywierać wpływ, dla swych dzieci są środkiem świata. Tej pozycji domagają się także wtedy, gdy dzieci już dawno dorosły. Matki, z którymi dziennikarka Gross przeprowadziła wywiady, widzą się głównie jako matczyna stacja „ziemia”, wokół której dzieci krążą jak satelity. Jednocześnie ten symbol jest w romantyczny sposób wyjaśniany. Kontrolują czy dzieci są „na właściwym kursie” i odczuwają ulgę, gdy tak się dzieje. Ponieważ: „Cała ciężka praca i nieustanny wysiłek opłacił się! (...) Kiedy dzieci są 'na właściwym kursie', tam gdzie powinny w życiu być, to dowód, że matka zdała egzamin i zastosowała właściwą metodę.”

Fantazje o wszechmocy łatwiej zrozumieć, gdy kobiety rezygnują z każdego innego społecznego wpływu na rzecz rodziny i macierzyństwa. I choć dzieci obu płci muszą poradzić sobie z matczynym-

mi fantazjami, to synom łatwiej zezwala się na rozwój własnej osobowości. Jednak dziewczynkom, od których bardziej oczekuje się kierowania się życzeniami innych, nie pozostaje w tych warunkach praktycznie żadna przestrzeń do samodzielnego rozwoju. Z reguły robią to jednak, ponieważ w przeciwieństwie do matczynych wyobrażeń, córka ma nie tylko własne pragnienia i marzenia, ale otrzymuje także liczne inspiracje ze strony przyjaciół, wzorów do naśladowania i wszechobecnych mediów.

W interesie córki nie leży to, by przez całe życie orbitować wokół planety matki. Chce ona - i słusznie - wyrwać się na zewnątrz - w kosmos. Pozostając przy tym porównaniu, następuje w takiej sytuacji cisza na łączach matka - córka. Obie nie odbierają już na tej samej długości fal. Burger i Seidenspinner piszą: „To co czyni relacje matka - córka tak trudnymi, to wzajemne wysokie oczekiwania obu stron, które tak łatwo zawieść.”

Zazwyczaj to córki przestają opowiadać matkom o ważnych zmianach w swym życiu, o których wiedzą, że matce się one nie spodobają. Córki chcą prowadzić własne życie, „nie sprawiając kłopotu” matkom. W milczeniu upatrują więc jedynej możliwości, by zaspokajać własne potrzeby i nie ryzykować zniszczenia szczęścia matki. Chcą uniknąć kłótni. Obie strony odczuwają przymus harmonii, ponieważ jak już wcześniej wspomniałam, obie przeżywają zgodę jako stan bezpieczeństwa. Dysonanse są niepożądane i tłumione. A to wymaga siły. Powstaje przepaść pomiędzy roszczeniami i rzeczywistością, która uwidacznia się szczególnie w czasie rodzinnych przyjęć, które mają być z zasady harmonijne.

Dziennikarka Gross stwierdziła: „Wiele kobiet cierpi na emocjonalne i cielesne wyczerpanie w czasie rodzinnych spotkań.” W takiej trudnej sytuacji córce jest trudno otrzymać od matki radę, pomoc i wsparcie. Gdy nie chce lub nie wolno jej „sprawiać kłopotu”, nie może także opowiedzieć o własnych troskach. Gdy rozmowy stają się powierzchowne, wiele matek obraża się, ponieważ czują się wyłączone z życia córek. Nieporozumienia narastają po obu stronach. Często milcząca frustracja staje się nieodłącznym towarzyszem wzajemnych kontaktów. Wydaje się, że nie istnieje droga wyjścia.

Własny przykład

*Czyny mówią więcej niż słowa.
Dziewczynki więcej uczą się z tego
co widzą niż z każdej dobrej rady.*

Cielesność

W wielu badaniach udowodniono, że mowa ciała, mimika i gesty wywierają bardziej długotrwały wpływ na komunikację między ludźmi niż słowa. Amy Bjork i Thomas A. Harris podkreślają, powołując się na psychologa Carla Rogersa, że uczucia, myśli i mowa ciała mają skłonności do kongruencji, tzn. do zgody. Każdy z nas może to z łatwością wypróbować. Kto przyjmie określoną postawę, zmienia jednocześnie swe emocjonalne samopoczucie. Proszę się zgarbić albo wyprostować i obserwować, co się stanie. Także gesty partnera w rozmowie łatwiej zrozumieć, kiedy się ten gest naśladuje. Każdy człowiek ma indywidualny wyraz mowy ciała. Sposób chodzenia, postawa i ruchliwość, ale także głos i jego ton bardzo się indywidualnie od siebie różnią i tak są przez innych postrzegane.

Dzieci dokładnie rejestrują takie właściwości. Im są mniejsze, tym bardziej zdane są na komunikację bez słów. I tak zauważają także ruchy matki i na tej podstawie tworzą sobie jej obraz. Dla dziewczynek jest to z reguły pierwszy obraz kobiecości, pierwszy kobiecie przykład do naśladowania.

A jak Panie siebie same widzą? Jakie przekonania na temat wartości własnej osobowości i ciała są dla kobiet typowe? Współczesne kobiety dowiedziały się lub doświadczyły z niezliczonych czasopism, książek i seminariów, jak wielkie znaczenie ma zewnętrżność ich ciała. Uczyły się chodzić pewnymi krokami, mówić w akcentowany sposób i zamasyście gestykulować. Jednakże niewiele zmieniło się w ich fundamentalnym podejściu do siebie samych. Czasopisma kobiece kładące główny nacisk na diety, modę

i kosmetyki nadal osiągają ogromne zyski. Wpływ mediów staje się z roku na rok coraz większy - od rana do wieczora atakują one naszą pewność siebie. Z wielu rzeczy oferowanych naszym zmysłom, nie zdajemy sobie nawet sprawy, ponieważ tak bardzo się do nich przyzwyczailiśmy.

Na przykład moda. Ciągłe jeszcze ubrania dla kobiet są ozdabiane falbankami, serduszkami, słodkimi zwierzątkami, koronkami i innymi ozdóbkami. Ubrania kobiece i dziecięce można często odróżnić jedynie dzięki różnicy w rozmiarach. Ale ubranie jest symbolem. Tym co nosimy opowiadamy innym, kim jesteśmy i jak chcemy być przez innych traktowani. Bardzo kobieco ubrana pani często otrzyma uznanie i komplementy zarówno ze strony kobiet jak i mężczyzn. Jest to przyjmowane z aprobatą, ponieważ kobieta wyraża swym wyglądem: jestem grzeczna i nikomu nie sprawiam przykrości. Czy jednak będzie traktowana poważnie i może performansować swoje prawa, to już zupełnie inna historia.

To jaką część garderoby wybieramy, wiąże się z poczuciem samoświadomości. Według amerykańskich badań tylko bardzo młode, bardzo towarzyskie i bardzo niepewne kobiety naśladową każdą modę. Są to osoby, u których poczucie wartości zależy od tego jak inni je widzą. Jaka jest siła symbolu w przypadku ubrań można się najlepiej przekonać przypominając scenę z uwielbianego przez dzieci filmowego klasyku „E.T.” Mała dziewczynka ubiera guzowatego kosmitę w kobiece ubrania i ozdabia biżuterią, na co jej brat ostrzega ją: „Nie powinnaś odbierać mu godności.” I to wyraża wszystko.

W naszym społeczeństwie męskie ciało uznawane jest za normę. Nawet medyczne badania dotyczące zdrowia i nowych leków przeprowadzane są często tylko na grupach testowych mężczyzn - z dotychczas fatalnymi skutkami dla kobiet. Na zawodach sportowych mężczyźni otrzymują numery od 1 do 1000, zaś kobiety biegną z oznaczeniem FI do F1000. Są przypadkiem szczególnym, gdy chodzi o aktywność sportową. Istnieje piłka nożna i piłka nożna kobiet, tenis i tenis kobiecy. Jest to coś co odbiega od normy i co za tym idzie jest deficytowe.

Również istniejąca w przeszłości jak i teraz seksualna przemoc wobec kobiet i dziewczynek przyczynia się do ambiwalencji, z jaką

kobiety traktują swoje ciało, a którą matki przekazują córkom. Ciągłe jeszcze obowiązuje ukrywanie kobiecości. Nie ma automatów sprzedających podpaski i tampony w miejscach publicznych, ich reklama ciągle jeszcze nacechowana jest wstydem, a kąpiele bez „góry” znowu stały się niemodne. Żeńskie biusty w czasopismach i na billboardach są jednym z najbardziej widocznych znaków męskiej władzy nad kobietami, ale rozwiązłość we własnym, kobiecym interesie nie jest pożądana.

Większość matek, wychowanych do rywalizacji o męskie względy, widzi w innych kobietach przede wszystkim konkurentki a nie sojuszniczki. Jest to prawdą zwłaszcza w odniesieniu do cielesności. Spojrzenie heteroseksualnej kobiety na ciało innej ma na celu przede wszystkim porównanie. Jeśli ta druga, jej zdaniem, odpowiada w mniejszym stopniu ideałowi piękna niż ona sama, oceniająca kobieta odczuwa ulgę i umniejsza wartość ciała tej drugiej. Nie rzadko pozwala sobie na różnego rodzaju szarmanckie uwagi typu; „gruba krowa”, „brzydki tłuścioch”. Tego rodzaju określenia wracają do niej, jeśli nie wyjdzie z porównania obronną ręką. Teraz sama nie jest „dostatecznie dobra” - i cierpi.

Córki widzą swoje matki i zauważają, że te nie czują się dobrze we własnej skórze. Tylko w wyjątkowych przypadkach, gdy wszystko jest idealne, a spojrzenie do lustra nie zdradza żadnych braków, głos spoza kadru pozwala na żądanie „Chcę zostać taką jaką jestem!” odpowiedzieć potakująco „Masz do tego prawo!” Kiedy jednak kobiety nie są zadowolone ze swego wyglądu zewnętrznego - co jest regułą - w ich mowie ciała nie ma pewności. Ltak dziewczynki nie mogą nauczyć się od matek, jak żyć w zgodzie z samą sobą. A czy widzieli Państwo kiedykolwiek kobietę w koszulce z napisem: „Pиво uformowało ten wspaniały brzuch”?

Do tematu cielesności należy także zdrowotna świadomość kobiet. Pozornie wydaje się, że kobiety bardzo się troszczą o swoje zdrowie. W przypadku problemów wcześniej niż mężczyźni idą do lekarza i bardziej uważają na sposób odżywiania się. Jednocześnie jednak zaniedbują inne potrzeby ciała, zwłaszcza jeśli chodzi o ruch. Kobiety opuszczają kluby sportowe po okresie dojrzewania. Gdy kończą się zajęcia sportowe w szkole, kończą się też dla

wielu regularne ćwiczenia mięśni i układu krążenia. Jednocześnie kobiety pracują dzisiaj w zazwyczaj mniej męczących fizycznie zawodach. Ruch dla kobiet po 20-ce to bardzo często jedynie gimnastyka przygotowująca do porodu lub ćwiczenia skierowane na poprawienie „kłopotliwych stref. Mięśnie wiotczeją, a przez to szkielet kostny ulega przeciążeniom, powstają bóle stawów i dolegliwości pleców. Teraz ruch sprawia ból i unika się go za wszelką cenę. Sport wchodzi w grę jedynie, gdy przepisany jest przez lekarza.

Matki i babcie nie potrafią już dotrzymać kroku córkom. Kiedy trzymają dziewczynkę za rękę, musi ona również zwolnić kroku. Do problemów ze zdrowiem kobiet dołączają się nierzadko schorzenia psychosomatyczne, których przyczyna nie jest dla dziewczynki oczywista. Córki doświadczają więc przez lata, że ich matki są fizycznie słabsze. Kiedy mają podobne doświadczenia także w związku z innymi kobietami, dochodzą do wniosku, że kobiecość i niedostateczna fizyczna wytrzymałość są od siebie nierozłączne. I tak dziewczynki uczą się, by nie oczekiwać wiele od własnego ciała. Koło się zamyka.

Związki

Ludzi łączą różne formy związków. Miłość, pokrewieństwo, przyjaźń, zawód, hobby i innego rodzaju zaangażowanie społeczne tworzą sieć, w której się poaiszamy. Różnimy się jednak tym, komu przyznajemy jaką pozycję i miejsce w naszym życiu, jakie role przy tym odgrywamy i jakie formy zachowania pielęgnujemy.

Dla większości matek rodzina znajduje się na pierwszym miejscu. Małżeństwa i związki nie są dzisiaj już tak przymusowo trwale jak we wcześniejszych pokoleniach, ale dzieci mają dla matki zazwyczaj znaczenie przez całe życie, bez względu na to, jak układają się z nimi kontakty. Oprócz tego dla kobiet ważne są także obecne związki miłosne i rodzina, z której się wywodzą, czyli rodzice i rodzeństwo, czasami także „najlepsza przyjaciółka”. Od tych bliskich osób kobiety oczekują przede wszystkim emocjonalnego wsparcia.

Miłość i bezpieczeństwo są ważne dla wszystkich ludzi, ale wiele kobiet mocno i głęboko wierzy, że muszą zapłacić wysoką cenę za szczęśliwy związek. W ich postępowaniu z innymi, dawanie i branie jest tylko mniej więcej równomiernie rozdzielone. Nie jest to niczym nowym. Od co najmniej trzydziestu lat trwa dyskusja kobiet na temat sprawiedliwego podziału obowiązków domowych, szacunku dla własnych potrzeb i prawa do większej ilości czasu dla siebie. Teoretycznie. Wiele osób nie chce już dłużej wiele słuchać na ten temat. Co nie znaczy, że jest to nieaktualna sprawa. Gdy pewien sposób zachowania utrwalił się, nie jest już tak łatwo go zmienić. Przyzwyczajenie ma ogromną moc. Jeśli kobieta po trzyletnim urlopie wychowawczym zaczyna rano ponownie wyjeżdżać do biura, to po powrocie nie może swemu ukochanemu wetknąć szczotki do ręki i odpocząć z nogami do góry. Partner nie przyjmie tego bez oporów, a w kwestii zwalczania oporu to zazwyczaj on jest lepszym specjalistą. Problem polega na tym, że nie chodzi tu tylko o niesprawiedliwy podział pracy, lecz także - i to jest moim zdaniem ważniejsze - o niesprawiedliwy podział szacunku i poważania, które ludzie wobec siebie nawzajem odczuwają.

Po pewnym czasie większość kobiet nie odczuwa już tej nierównowagi. „Ponieważ wkładamy tyle wysiłku w wyjaśnienie reakcji innych i zabezpieczenie, by nic nie popadło w nieporządek, coraz bardziej zmniejsza się nasza zdolność do rozpoznawania własnych myśli, uczuć i potrzeb”, pisze psycholog Harriet Goldhor Lerner. To jak bardzo ma rację, unaocznia mała gra słów: większość kobiet wierzy, że są kochane, ponieważ zawsze ścielą łóżka, gotują jedzenie, cierpliwie wysłuchują innych i nie mają żadnych wymagań. Czy nie powinno się raczej postawić odwrotnego pytania: jak kobiety mogą wierzyć, że są kochane, gdy to one każdego dnia ścielą łóżka, gotują jedzenie, cierpliwie słuchają i nie stawiają żadnych wymagań? Czy nie powinno się założyć, że ktoś kto kocha drugą osobę, powinien żywić naturalną niechęć do tego, by ją lub jego wykorzystywać?

Wydaje się jednak, że kobiety nie zadają sobie tego pytania. W swoim nastawieniu na innych, bez skarg troszczą się nie tylko o partnera, lecz także o dziadka, teściową, dorosłe dzieci i chorą sąsiadkę. Córki nie tylko widzą takie zachowanie u swoich matek,

są również przyzwyczajane do rezygnacji z własnych interesów, by służyć innym. Pracując w pozaszkolnym centrum dla dziewcząt wielokrotnie widziałam, jak córki były przez matki odrywane od zajęć, które dla nich wiele znaczyły i zabierane do prac domowych.

Dziewczynki widzą więc u swoich matek, że kobiety w związkach są pożyteczne dla innych. Z tym faktem muszą się same uporać. Wpadają przy tym w pułapkę, którą psychologowie opisują jako double-bind-situation: nie można właściwie nic zrobić. Jeśli dostosują się do żądania podporządkowania, często nie są w stanie wyrwać się ze służebnej roli przez całe życie. Gdy się zbuntują, napotykają na odrzucenie ze strony własnego środowiska, od którego uznania są uzależnione. Ich zachowanie stoi w sprzeczności do społecznej normy i dlatego jest negatywnie oceniane.

Pedagog Wolfgang Keckeisen wskazał na to, że odejście od normy nigdy nie opisuje stanu czy cechy jednostki, lecz „raczej społeczną kategorię, która [określa] szczególną jakość społecznego związku.” Innymi słowy, kiedy dwie osoby robią to samo, to wcale nie jest to samo. Wymagania matek, by w związkach rezygnować z siebie, czy to przez służebne czynności, czy przez przemilczanie własnych poglądów, nie istnieją w takiej formie wobec synów.

Kobiety pielęgnują związki, będąc pożytecznymi. Inaczej niż mężczyźni, kobiety rzadko mają kontakty, które są pożyteczne dla nich. Sieci powiązań, obojętnie jakiego rodzaju, czy to w pracy czy w życiu prywatnym, są kobietom obce. Osiągnięcie czegoś przy pomocy innych jest dla nich nawet nieprzyjemne. I tak córki nie uczą się od matek, jak prosić innych o pomoc z partnerskiej pozycji. To co córka widzi to w najgorszym wypadku poddańcza żebrania, ponieważ matka czegoś sama nie potrafi zrobić lub myśli, że nie potrafi. Podczas gdy to pierwsze oznacza postrzeganie samej siebie jako osoby wartej wspierania w realizacji własnych planów, to ostatnie jest przyznaniem się do własnej niedoskonałości i umniejszaniem się. Powstaje przy tym uczucie zależności, co z kolei wpływa na to, że kobiety zazwyczaj płacą za taką formę pomocy schlebując swemu „zbawcy”, chwając go i jego niezwykle umiejętności i zapewniając go o swej nieopisanej wdzięczności. I to wszystko za małą gwóźdź w ścianie. W ten sposób rzadko uczą się, jak prosić o pomoc z pozycji partnerskiej.

Często powstają konflikty pomiędzy matką a córką, które tak naprawdę krążą wokół tego tematu, jak w poniższym przykładzie. Matka nie mówi do córki: „Wyjeżdżam na tydzień, czy mogłabyś podlewać kwiaty raz lub dwa razy w tygodniu, kiedy mnie nie będzie?” Zamiast tego mówi: „Wyjeżdżam jutro na tydzień. Jeśli nie będzie za gorąco, nie musisz przychodzić podlewać kwiaty.” Córka słyszy: „Jeśli będzie za gorąco, musisz podlewać moje kwiaty!” i jest zła, ponieważ matka dysponuje jej czasem.

W czasie tego tygodnia średnia temperatura to 28,7° C. Ponieważ córka się pogniewała, stwierdza, że „za gorąco” zacznie się przy 30,2° C. Oczywiście po tygodniu z kwiatów zostają tylko uschnięte badyle. Matka się wścieka, cóż to za niewdzięczne dziecko! Przecież nawet poszła jej na rękę, żeby jej nie przemęczać! Nie dochodzi do szczerzej rozmowy. Zamiast tego po upływie kolejnego tygodnia matka obwieszcza córce, że nie może z nią pójść do kina. Nie ma na to bowiem pieniędzy, ponieważ musiała kupić nowe kwiaty. Teraz obie mają problem.

Osiągnięcia

Kobiety wiele osiągają, ale tego nie zauważają. Od co najmniej trzydziestu lat niezliczone debaty krążą wokół tematów podwójnego obciążenia matek, nieadekwatnego wynagradzania pracy kobiet i niedostatecznego poważania kreatywności, jednak wątpliwości co do własnej wiedzy i umiejętności są głęboko zakorzenione. W czasie kursów reorientacji zawodowej prosiłam uczestniczki, aby w ramach przygotowań do rozmów kwalifikacyjnych i podnoszenia poczucia własnej wartości, wygłosiły mowę pochwalną na własną cześć przed innymi kobietami biorącymi udział w spotkaniu. Wynik był zawsze opłakany: zbiorowy sprzeciw wobec ćwiczenia, zawstydzone, niedowierzające uśmiechy i mowa ciała zdradzająca gwałtowny wewnętrzny sprzeciw. Nawet gdy prosiłam którąś z uczestniczek o pochwalenie umiejętności siedzącej obok niej koleżanki, widać było, że jest to dla niej niezręczna sytuacja.

Inne doświadczenie uświadomiło mi, że kobiety mają niskie mniemanie nie tylko o własnych umiejętnościach, ale także ogół-

nie o zdolnościach i kreatywności całego kobiecego świata. Edytorka zbioru opowiadań pisarek szczerze starała się wprowadzić książkę na rynek, chwając zbiorek zarówno w przedmowie jak i w czasie wieczorów autorskich. Jednak dobór słów zdradzał jej własne wątpliwości. Była przepełniona głęboką wdzięcznością, że w ogóle udało się znaleźć wydawnictwo chętne do publikacji; i uważała, że wszystko w tych opowiadaniach było „zduńiewające” i „niespodziewane”. Zduńiewająco twórcze, zduńiewająco profesjonalne, niespodziewanie różnorodne, krótko mówiąc: zduńiewająco dobre. Kiedy jednak podkreślamy, jak bardzo zduńiewa i zaskakuje nas wartość jakiejś pracy, to nie mówimy nic innego niż to, że nie oczekiwaliśmy takiego wyniku. Nie jest zatem zduńiewające, że książka nie odniosła sukcesu na rynku i wydawca wkrótce wycofał się ze współpracy.

Także matki córek nie wierzą w jakość własnych osiągnięć, także wówczas gdy twierdzą, że jest przeciwnie. Ponieważ uważają, że sukces ich i ich córek jest wynikiem szczęśliwego zrządzenia losu lub czystego przypadku, nie zachęcają dziewczynek do aktywnego działania. Przez to zaniedbują również motywowanie córek, by nabywały umiejętności ułatwiające osiągnięcie sukcesu. Burger i Siedenspinner stwierdziły w czasie badań empirycznych, że kobiety odnoszące sukcesy zawodowe i te, które uzyskały awans społeczny, wzorują się bardziej na ojcach. Wynika z tego, że dla wiary w osobiste możliwości wciąż jeszcze brakuje kobiecych przykładów do naśladowania. Obie autorki stwierdziły jednocześnie, że córkom pomaga, „gdy matki są w stanie cieszyć się z nimi, kiedy istnieją po temu powody, np. z praktyki zawodowej, z dobrej oceny i udanego przyjęcia

Jednak wydaje się, że matki przenoszą na córki niską ocenę własnych dokonań. Chwalone machają zawstydzoną ręką i podkreślają pomoc otrzymaną ze strony innych. Wyjaśnienia jakie dają córkom na temat swych oczywistych umiejętności, umniejszają z reguły osiągnięcia. I tak traktują z łatwością osiągnięte sukcesy jako wynik talentu danego przez boga lub jako czyste szczęście, podczas gdy mężczyźni w podobnej sytuacji uważają to za oczywisty dowód własnej genialności. Myślenie warunkuje działanie, i jak

to zostało już wcześniej wyjaśnione, matki czasami dlatego reagują z rezerwą, ponieważ chcą chronić córki. Chcą im oszczędzić rozczarowań i wolą by „stały nogami na ziemi” i nie żywiły wygórowanych oczekiwań. Oceniają przy tym zdarzenia w życiu córek na podstawie własnych doświadczeń.

Jednocześnie matki sądzą, że ich zadaniem jest wychowanie córek do kobiecości. A ten najwyższy nakaz stoi w sprzeczności z wolą osiągnąć. „Kobiety rzadko mogą sobie pozwolić na zawodowe ambicje i uczucie spełnienia w pracy, nie narażając się na to, że inni będą postrzegali je jako 'niekobiece'”, napisały socjolożki Gipsler i Stein-Hilbers w latach 80-tych. Od tego czasu stosunki niewiele się zmieniły. W życiu kobiet ciągle istnieją te sprzeczności, które uważane są za przyczynę problemów matek, które pragną określić własną pozycję.

Sprzeczności

W tym rozdziale zajmiemy się przykładem dawanych córkom przez matki. Uczynimy to z perspektywy małej dziewczynki, która spędza większość dnia z matką i owych przykładów doświadcza.

Rano matka zawozi córkę samochodem do przedszkola. Ulice są zatłoczone, ruch gorączkowy, ale mama świetnie sobie radzi, nucąc przy tym w takt muzyki w radio, jest spokojna i skupiona. Odprawia dziewczynkę do drzwi, pewnym tonem przypomina jej, żeby zjadła drugie śniadanie i nie szalała z Piotrkim. Matka jest pewna siebie i silna. W tym momencie na rogu pojawia się ojciec Piotra. Matka uśmiecha się do niego przymilnie. On miło z nią rozmawia. Ona bez przerwy kiwa głową, od czasu do czasu chichocze i spogląda w górę na niego. Teraz matka sama sprawia wrażenie małej. Ojciec Piotra żegna się i odchodzi. W tym momencie nadchodzi starszy chłopiec z przedszkola i przechodząc popycha córkę. Matka zbiera się w sobie. Krzyczy za chłopcem, żeby się tak po chamsku nie zachowywał i nie denerwował jej córki - inaczej będzie z nią miał do czynienia. Teraz znowu jest silną obrończynią. Wychowawca podchodzi do matki i wyjaśnia, że ten chłopiec akurat przechodzi ciężki okres w życiu, powinna więc wykazać zrozumienie. Mat-

ka ponownie zaczyna się uśmiechać. Przeszępuje z nogi na nogę, potakuje i w końcu przeprasza, że podniosła głos.

Ta scenka, w może nieco przerysowanej wersji, to ilustracja jak córka postrzega matkę w codziennym życiu - w sferze prywatnej i społecznej. Ciągła zmiana ról irytuje dziecko. Doświadcza matki jako osoby potężnej i bezsilnej, pewnej i niepewnej, kompetentnej i bezradnej. W miarę dorastania zda sobie sprawę, że te cechy bezpośrednio zależą od roli, którą matka w danej chwili odgrywa. Jednocześnie rola zależy od tego, z kim matka w danym momencie ma do czynienia.

Wymagania stawiane kobietom zmuszają je do takiego nieustannego szpagatu. Kobiety powinny się przystosować, zachowywać się z rezerwą, być przyjazne, gotowe do pomocy i skromne. Jeśli jednak chcą sobie poradzić w codziennym życiu, to właśnie te cechy im przeszkadzają, ponieważ potrzebują kompetencji, umiejętności przeforsowywania własnych życzeń i zdrowej dozy upor.

Kobiety muszą nie tylko nieustannie skakać pomiędzy tymi sposobami zachowania, ale mają przy tym z reguły wyrzuty sumienia. Ponieważ jeden sposób działania stoi stale w sprzeczności z drugim, kobiety odczuwają prawie każde działanie jako „jakoś niewłaściwe”. Mają wyrzuty sumienia, gdy okazują słabość, ponieważ chcą wszystko opanować same, i mają wyrzuty sumienia, kiedy wszystko opanują same, ponieważ powinny być przecież „stuprocentową kobietą”, czyli być zależne.

W tej nieustannej zmianie perspektywy niemało kobiet traci poczucie własnej tożsamości. Psycholog Roswitha Burgard pisze: „Starając się beznadziejnie urzeczywistnić przepisane nam przez społeczeństwo Ja, jesteśmy stale narażone na sprzeczne żądania. Jesteśmy np. rozdarte między staraniami, by być ładnymi i godnymi pożądaniami, a mimo to niewinnymi i powściągliwymi; by okazać wzruszającą kobiecą słabość, a mimo to być twardą i odporną na obciążenia; i tak dalej i tak dalej.” Z tej niejasności własnego miejsca w świecie matki mają pomóc córkom zbudować stabilną tożsamość. To zadanie jest prawie niemożliwe do wykonania. Wydaje się, że opinie matek na temat tego, co dziewczynka powinna robić i jaką kobietą powinna się stać, stoją obecnie w jeszcze bar-

dziej oczywistej sprzeczności niż przed laty do tego, co córki widzą u swoich matek i jakie modele kobiecości są im przekazywane.

Większość, przede wszystkim młodsze kobiety, zdaje sobie sprawę z tego, jakie społeczne nierówności pomiędzy płciami istniały i istnieją. Przeczytały wiele książek, w których wyjaśniono, co powinny robić, by coś w tej kwestii zmienić. Jednak zazwyczaj ich uczucia mówią innym językiem, zmiana bowiem napawa obawą. I tak matki, które chcą coś córkom przekazać nie mogą odwołać się do własnych doświadczeń. Jak powiedzieć przekonująco dziewczynce, że powinna bez lęku podbijać świat, gdy samemu nie odważa się pójść samodzielnie na żadną imprezę kulturalną?

Wiele matek rozwiązuje ten problem odwołując się do tradycyjnych wartości. Wzmacnia się ponownie tendencja do wychowywania córek zgodnie ze specyfiką płci. Matki kupują dziewczynkom małą kuchnię i mówią, że mogą też zostać kosmonautką. Nazywają córkę „małą baleriną” i pozwalają oglądać w telewizji podnoszenie ciężarów kobiet. Zachęcają do intelektualnych osiągnięć i jednocześnie idą na bożonarodzeniowe spotkanie kobiet, robić ozdoby świąteczne. A potem pokazują rodzinie wszystkie kolorowe gwiazdki, pomalowane świece i słodkie serwetki. Dziennikarka i pisarka Signe Hammer opisała to obrazowo: „Powstało błędne koło, w którym kobiety, które nie miały dorosnąć, wychowują córki, które także nie są nakłaniane, by dorosły.” Taka była sytuacja w latach 70-tych. Dzisiaj zmienił się punkt wyjścia: kobiety, które nie miały dorosnąć wychowują córki, które mają dorosnąć, nie widząc dorosłego przykładu ze strony matki. W związku z tym mamy „girlies”, które doprowadzają rozdwojenie do absurdu, pisząc maturę ze smoczkiem w ustach. W tragiczny sposób świadomie próbują być słodkie.

Nie tylko sprzeczności w kobiecym życiu obciążają stosunki matka - córka. Rzadko dyskutuje się także o niepewności własnej tożsamości, można ją jedynie wyczytać między linijkami i w zachowaniu, które córki spozostzegają u matek. Wszystko co córka widzi, kształtuje stopniowo jej własną postawę w stosunku do matki i jej życia. To nastawienie określa w decydujący sposób jakość wzajemnych relacji.

Córka

Już w wieku trzech lat wiedziałam, że nie mam zwyczajnej matki, lecz należą do królowej. Po tym jak to pojęłam, byłam ze swego losu całkiem zadowolona. Dopiero wiele lat później zatęskniłam za prawdziwą matką, taką matką jaką miały inne dzieci."

Maria Riva o .swej matce, Marlenie Dietrich

Związek z matką odgrywa ogromną rolę w życiu dziewczynek i kobiet. I ulega silnym zmianom w miarę upływu czasu. W stopniu, w jakim córki rozwijają się ze stanu całkowitej zależności wieku niemowlęcego przez wszystkie stadia dzieciństwa i młodości do stanu dorosłej kobiety, zmienia się też nastawienie do matki i sposób wzajemnego traktowania się. Z jednej strony dorastające dziewczynki muszą się uporać z przekazami otrzymywanymi od swoich matek, które krążą wokoło znanych już tematów. Muszą znaleźć własne stanowisko w stosunku do wartości, faktu/rzeczywistości bycia kobietą, nadziei, życzeń, lęków i osobowości matki. Z drugiej strony, córki mają też własne wyobrażenie o tym jak powinny kształtować swoje relacje z matką. Ono także podlega zmianom. Jeśli mała dziewczynka życzy sobie przede wszystkim bliskości, bezpieczeństwa i wsparcia, to z upływem lat wymaga coraz więcej własnej przestrzeni, nie chcąc jednocześnie wyrzec się starych i znanych sposobów postępowania.

Z początkiem okresu dojrzewania córki zaczynają zazwyczaj kwestionować poglądy i styl życia matek. Często są przy tym nietolerancyjne, gdy żądając akceptacji dla wybranej przez siebie drogi i własnych poglądów, nie są w stanie pozwolić matce na to samo. Ogólnie w miarę dorastania nastawienie córek do matek staje się coraz bardziej sprzeczne. Jeśli przez wiele lat dzieciństwa wzorowały się na matce, to teraz chcą same wyznaczać kierunek. To

teraz matka powinna być osobą, która dopasuje się do ich wyobrażeń. Nierzadko konfrontują matki z ich własnymi życzeniami, żądaniami i sprzecznościami w momencie, w którym te po wyprowadzeniu się dorosłej już córki z domu muszą się na nowo odnaleźć. W takich okolicznościach dochodzi do konfliktów, które są bardzo bolesne dla obu stron.

Także wówczas gdy dorastając córki coraz bardziej chcą demonstrować własną niezależność, nadal niezmiennie odczuwają starą matczyną moc. To matka ukształtowała wiele ich wartości, to z nią były przez lata bardzo ściśle związane i to jej miłość pozwoliła im rosnąć i rozkwitać. Nie ma znaczenia czy córka nadal jest w harmonijnej relacji z matką czy też ten stosunek naznaczony jest walkami i konfrontacją, związek między nimi nigdy nie jest bez znaczenia. Słowo matki jest ciągle jeszcze najwyższym prawem - co oznacza, że córka albo się nim kieruje albo - przy zaangażowaniu ogromnej energii - przed nim broni.

Wydaje się, że nie można pogodzić dawnej tęsknoty za bliskością z nowym pragnieniem decydowania o sobie. Dlatego po stronie córki powstaje cała masa sprzecznych nadziei, oczekiwań i żądań skierowanych pod adresem matki. Jeśli nie zostaną one zaspokojone w wymagany sposób, córki reagują wyrzutami, rozczarowaniem i sprzeciwem. Albo podporządkowują się i dostosowują do matczynych ideałów, żeby nie zaburzać harmonii. Nawet ta druga decyzja tworzy wiele możliwości do rozmaitych napięć.

Dziewczynki i młode kobiety nie żyją w próżni. Postawa, jaką przyjmują wobec matki, kształtowana jest przez ich otoczenie, tak jak to się dzieje w przypadku matek. I chociaż dzisiaj większość córek odrzuca ideał poświęcającej się matki, to duża część ich własnych żądań w stosunku do matki opiera się na założeniu, że stanowią centrum jej życia. Potwierdzenie tej opinii znajdują w czytanych książkach, reklamie telewizyjnej lub filmach. Dorosła córka wszędzie widzi, a często także pamięta matkę, która natychmiast spieszy z pomocą, gdy coś się nie udaje, do której można zadzwonić o każdej porze dnia i nocy, i która swój kalendarz układa zgodnie z życzeniami dzieci.

Kobiety rozmawiają z partnerami, przyjaciółmi i kolegami na temat tego, jak układają się ich stosunki z matką. Pieką ciasto według jej przepisu, nie cierpią geranii, ponieważ matka zawsze je kupowała lub uważają, że to nie w porządku, że matka nigdy nie ma czasu na pilnowanie dziecka (a w końcu przecież sama chciała wnuki!). Kobiety rzadko przyznają się przy tym do własnej zależności.

Kiedy prowadziłam seminarium dla matek, które chciały wyjaśnić relacje ze swoimi córkami, szybko okazało się, że większość z nich siedziała przede mną w roli córek. Ciągłe odwoływały się do relacji z własnymi matkami, uskarżały na ich brak serca lub wychwalały ich troskliwość. Często słyszałam, że w wychowaniu chciały zrobić wszystko inaczej niż ich matki. Ciekawe było to, że nie miało żadnego znaczenia, jak matka się zachowywała; zawsze czegoś brakowało, zawsze coś było nie tak. Kobiety odczuwały, że ich matki albo nie były dostatecznie kochające albo były zbyt dominujące, zbyt bezmyślne lub zbyt troskliwe, były za bardzo kurami domowymi lub za bardzo samodzielne. Stosunek tych kobiet do swoich matek miał dużo wspólnego z tym, jak postępowały wobec swoich córek.

Ta forma krytyki matki jest częścią procesu oddzielania się, który córka przechodzi. Córki czują się przy tym winne i dlatego rzadko bezpośrednio krytykują matki. Ambiwalentny stosunek pomiędzy miłością i frustracją dodatkowo obciąża związki w takich momentach. Jednocześnie stare role się nie zmieniają. Dorosłe córki czują się w obecności matki znowu małymi dziewczynkami. Chcąc walczyć ze starym uczuciem bezsilności albo się buntują albo wycofują. Żadne z tych zachowań nie jest sposobem postępowania ani oznaką niezależności. Często to właśnie demonstracyjne odrzucanie starych układów je podtrzymuje. W zadziwiający sposób symbiotyczny związek utrzymuje się. Dziewczynki są wierne swym matkom. Aby znaleźć jednak satysfakcjonującą dla obu stron formę kontaktu, zaspokajającego pragnienie przestrzeni i nie prowadzącego jednocześnie do wyobcowania, należy najpierw dokładnie przyjrzeć się mechanizmom, które grają rolę u córek.

Nadzieje i życzenia

*Wraz z rosnącą niezależnością
córka wnosi do kontaktów
z matką cały zestaw potrzeb.*

Kochaj mnie!

Córki chciałyby być przez matki kochane. Dla niemowląt i małych dziewczynek kochające wsparcie matki jest podstawowym warunkiem dla duchowej pomyślności i zdrowego rozwoju, w każdym razie w sytuacji gdy matka jest najważniejszą osobą w życiu dziecka. Dyktat matczynej miłości ma co prawda zapewnić nowonarodzonej istocie bezwarunkową akceptację, jednak w rzeczywistości dzieci szybko uczą się, że na uwagę/ wsparcie lub też odrzucenie można wpłynąć własnym zachowaniem. Zasadniczo początkowo wszystkie dzieci dostosowują się do nakazów matek, żeby otrzymać niezbędną do życia ilość „głasków”.

Z wiekiem i z rosnącą proporcjonalnie do niego niezależnością dzieci, a zwłaszcza nastolatki, zaczynają odcinać się od matczynych nakazów. Jednak tęsknota za matczyną miłością pozostaje. Matka rzadko postrzegana jest przez dziecko jako samodzielna kobieta z indywidualną historią i jedyną w swoim rodzaju osobowością, lecz przede wszystkim widziana w roli matki. I tak jak dziecko rzeczywiście nie pojmuje, że matka już istniała zanim ono przyszło na świat, tak samo broni się przed jej własnym życiem, gdy chce zdobyć jej matczyną uwagę. Zarówno synowie jak i córki przejawiają takie narcystyczne zachowanie.

Dziewczynkom trudno jest w naszym społeczeństwie nie dostosować się do matek. Jak już wcześniej wspomniano, córki przez całe dzieciństwo zbierały doświadczenia, że bezpieczeństwo i harmonia połączone są ze zgodnością i jednolitością. Dlatego różnice zdań i niezgoda wydają się córkom znacznie bardziej niebezpieczne niż synom. Od synów zawsze wymaga się, by potrafili

postawić na swoim nawet gdy napotykają na opór. Dziewczynki i kobiety odczuwają w przypadku kłótni niejasny strach przed utratą. Wierzą, że nie są już kochane, gdy kogoś rozzłoszczą lub rozczarują.

Ten schemat postępowania najbardziej wpływa na kontakty z matką. Wiele córek nie odważa się skrytykować matki. Przymus harmonii jest w wielu rodzinach silniejszy od potrzeby szczerej rozmowy. Także Lillian E. Troll podkreśla: „Rezultatem potężnej siły uczuć rodzinnych jest staranne unikanie trudnych tematów, które mogłyby wywołać konflikt.” Owe unikanie konfliktogennych tematów można szczególnie silnie zaobserwować w relacjach matka - córka. Co prawda czasami ostro i dramatycznie się kłóć, ale te nieporozumienia jedynie wyraźniej unaoczniają istnienie uczucia frustracji po obu stronach. Rzeczywiście „niebezpieczne” tematy, które mogłyby wstrząsnąć podstawami związku są starannie unikane.

Z punktu widzenia dorosłej córki najbardziej wybuchowa jest potrzeba powiedzenia i pokazania matce, że nie jest się taką, jak ona sobie tego życzy. W tej kwestii najsilniej pojawia się obawa utraty matczynej miłości. Jednak niewypowiedziana sprzeczność pomiędzy tym, kim córka jest i jej odczuciem, w jaki sposób matka ją postrzega, obciąża od tej pory każde spotkanie i każdą rozmowę. Ten temat przenoszony jest na inne obszary. Ulubione powody nieporozumień to na przykład sposób odżywiania, ubierania, podróżowania, urządzenie mieszkania czy wybór partnera. Te bogate w symbole tematy zastępcze doskonale nadają się do tego, by omijać sedno rzeczy czyli różne pod wieloma względami nastawienie do życia.

Każdy z tych tematów jest zbyt banalny, by podważyć podstawowe poczucie zgody, ale mimo to z pasją się na ich temat dyskutuje. W takich sytuacjach nawet gwałtowna kłótnia nie jest groźna, ponieważ schemat się powtarza i bliskość i zażyłość pozostają utrzymane. Mimo to na koniec obie są wyczerpane. Jednakże myśl, żeby skonfrontować matkę z podstawowymi różnicami, napełnia dorosłe córki strachem. Nie chcą rozczarowywać matki i nie mają odwagi, by zmienić istniejący stan rzeczy.

Bądź ze mnie dumna!

Dzieci nabierają pewności siebie, gdy rodzice są z nich dumni. Ważne przy tym jest, aby to uczucie dumy nie było związane z konkretnym zachowaniem czy osiągnięciem - dziecko powinno doświadczyć tego, że jest zasadniczo akceptowane i chciane. Poza tym motywacja dzieci do uczenia się wzrasta, gdy otoczenie zachęca je, motywuje, poświęca im uwagę i okazuje uznanie. W pierwszych latach życia dzieci decydującą rolę odgrywają tu reakcje rodziców. Chociaż odnosi się to w jednakowym stopniu do obu płci, liczne badania na temat socjalizacji w zależności od płci udowodniły, że dziewczynki są w swoich staraniach, by zdobywać umiejętności częściej powstrzymywane niż umacniane. Zazwyczaj dziewczynki zdobywały uznanie przede wszystkim za działanie prospołeczne, które było zorientowane na potrzeby innych.

Aby poczuć dumę matki, córka musi najpierw odnieść sukces i umieć powiedzieć o tym matce. Zwłaszcza to drugie nie zawsze jest proste. Tak jak to już opisałam na podstawie przykładu, kobietom bardzo trudno przychodzi chwalić własne umiejętności. Sukces postrzegają często nie jako rezultat własnego działania, lecz wynik przypadku lub szczęśliwego zbiegu okoliczności. Martin Seligman, twórca teorii wyuczonej bezradności, zwrócił uwagę, że ten stan rzeczy prowadzi do postawy, „pozwalającej ludziom wierzyć, że sukces czy też porażka są niezależne od ich własnych umiejętności i wiedzy.” Kiedy jednak sukces interpretowany jest raczej jako przypadek lub wynik szczęścia, córki nie mogą go „sprzedać” matce jako własnego dokonania.

Także wówczas gdy okoliczności są bardziej sprzyjające, kiedy zarówno matka jak i córka są świadome tego, jaki wpływ mają na zwycięstwa i porażki w swoim życiu, córce pozostaje pytanie, jak zasłużyć sobie na dumę matki. Także w tej kwestii córka nie jest w stanie przyjąć obiektywnej perspektywy, lecz ma konkretny obraz matki przed oczami, który wykrystalizował się w ciągu lat i - jak każde z góry przyjęte założenie - jest teraz względnie odporne na zmiany. Dorosłe córki postrzegają matki jako takie, jakimi były one jeszcze w czasach ich dzieciństwa. Niegdyś córki głęboko kodowały każdy ruch, każdy pogląd i sposób postępowania matki.

Badaczki Burger i Seidenspinner piszą: „Córki tworzą obraz swoich matek. Nie jest on jednak „prawdą” o matce. O wiele bardziej mówią o tym, jak córki widzą matki.”

To „widzenie” wynika nie tylko z zachowania matki, ale również z tego, jak córki owo zachowanie interpretują. Nie zawsze wnioski wyciągane z działań matki są właściwe. Niebezpieczeństwo błędnej interpretacji jest tym większe im dziewczynka jest młodsza. Dlatego też założenia córek na temat tego, z czego mama jest dumna, nie zawsze są trafne. Jednak dziewczynki i kobiety dostosowują swe zachowanie do tych przypuszczeń. Opowiadają o tych wydarzeniach z życia, o których sądzą, że ucieszą matkę i będą z dumą przez nią komentowane. Jeśli przypuszczenie było właściwe, otrzymują reakcję, której sobie życzyły. O innych ważnych doświadczeniach życiowych jednak matek nie informują. Często wierzą, że właśnie tych doświadczeń, które dla nich samych mają ogromne znaczenie, nie mogłyby matce objaśnić. Jak dziewczynka ma opowiedzieć matce o zdobyciu trzeciego miejsca na mistrzostwach dżudo, kiedy ta wołałaby raczej widzieć ją w kostiumie tenisistki? Jak młoda architekt powinna świętować z matką zwycięstwo w konkursie, gdy ta zawsze chciała, żeby córka została lekarką? Jak córka lesbijka ma przedstawić matce partnerkę, kiedy matka już od lat czeka na zięcia? W takich sytuacjach córka z pewnością życzy sobie dumy matki i jej uczestnictwa w jej szczęściu, ale raczej tego nie oczekuje.

Czasami ma w tej kwestii rację, czasami jednak się myli. Decydujące jest to, że nie dzieli z matką tych obszarów życia, w których nie oczekuje zachęty. Zamiast domagać się uznania, wycofuje się. Myśli, że „tego moja matka nie musi wiedzieć” i nie próbuje sprawdzić własnych założeń. A wiele matek nie jest już takimi, jakimi były, gdy córki tworzyły sobie ich obraz. A ponieważ ludzie postrzegają tylko to czego oczekują, córka może nie usłyszała, że matka już od dziesięciu lat uważa, że tenis jest straszliwie nudny; ciągle tylko narzeka na temat szkolnej medycyny; a w każdy wtorek idzie na obiad ze swoim miłym kolegą, homoseksualistą. Dorosłe córki często upierają się przy starym obrazie matki, bo pielęgnowanie dawnego status quo jest bardziej uspokajające dla nich samych niż dostrzeżenie, że bliska osoba się zmieniła.

Wspieraj mnie!

Córki pragną, by matka wspierała je w ich działaniach. Nie chodzi przy tym o bezpośrednią pomoc, lecz o wiele bardziej o idealną zachętę, oparcie, które dadzą dziewczynce, a potem dorosłej kobiecie poczucie, że ona i jej plany są traktowane poważnie. Jest to zrozumiała potrzeba, ale na co dzień jest to nierzadko początek konfliktów i rozczarowań. Aby matka mogła wspierać córkę, musi ona rzeczywiście pochwalać to co córka myśli i robi. A nie zawsze tak jest. Zwłaszcza dorosłe córki wypracowały i rozwinęły własne wartości, w zgodzie z którymi żyją. Jeśli są one sprzeczne z nastawieniem matki, to prawdziwe wsparcie jest jedynie warunkowo możliwe.

Jednak córka widzi matkę przede wszystkim w roli dającej, jako tą która zawsze jest dla dziecka i służy mu wsparciem. Ponieważ od czasu dzieciństwa relacja między nimi pozostała tak ścisła, córka nie potrafi zobaczyć w matce niezależnej kobiety o własnych wyobrażeniach i zainteresowaniach. Z powodu braku odgraniczenia nie dochodzi między nimi do uznania inności i akceptacji różnorodności.

Także warunki społeczne, w których obie żyją, negatywnie wpływają na to, jak matka może wspierać córkę. Sama matka rzadko otrzymała w swym życiu wsparcie i postępuje zgodnie z własnym doświadczeniem życiowym. Burger i Seidenspinner zauważają, że „doświadczenie wskazuje, że matkom nie jest tak łatwo pokonać własne słabości, tzn. mogą dać córkom tylko tyle przestrzeni, odwagi i wsparcia, ile same wcześniej doświadczyły. Tylko wówczas gdy świadomie uporały się ze swoimi ranami i niespełnionymi życzeniami, których doświadczyły w relacji z własną matką, mogą wydostać się poza te ograniczenia.” Chciałabym rozwinąć dalej ten pogląd: dla matek ważne jest to, w jakim stopniu w ogóle doświadczyły wsparcia w związkach.

Jednak córki zazwyczaj nie zadają sobie takich pytań. Uważają swoją potrzebę za zasadną i rzadko pytają, z jakiego źródła matka ma czerpać, gdy rozdziela podarunki. Nawet gdy córka jest już dorosła, pozostaje dzięki tej krótkowzroczności zawłaszczonym dzieckiem. Z jej punktu widzenia nie wymaga wcale dużo. Chce, by matka razem z nią cieszyła się z jej nowej pracy, okazała dumę ze

zdobytego pucharu sportowego i wyraziła zachwyt nad wybrankiem jej serca.

Ale jeśli matka właśnie nie może wyrazić owego zachwytu? Może ukochany córki przypomina jej dawnego adoratora, który kiedyś w niecny sposób wystawił ją do wiatru? Może sport nie ma dla niej większego znaczenia i wolałaby widzieć „swoją dziewczynkę” chętniej na lekcjach pianina? Lub powątpiewa czy córka poradzi sobie w nowej pracy? Wiele matek nie ma wykształconej świadomości zawodowej i nie potrafi właściwie docenić osiągnięć córki w tym obszarze, ponieważ w sekrecie zamęcza się zmartwieniami, że córka może doznać niepowodzenia. Jeśli matka latami dbała o to, by uchronić córkę przed przeciwnościami losu, jak mogłaby teraz wypuścić ją na wzburzone morze?

Niestety tego rodzaju wątpliwości i wahania często padają u córek na podatną glebę. Czasami same nie są do końca przekonane, gdy podejmują się nowego zadania lub coś ryzykują. Jeśli szukają w takim przypadku wsparcia ze strony matki i widzą w jej oczach choćby najmniejszą oznakę zatroskania, tracą grunt pod nogami. Uchodzą ich uwadze, że matki widzą swą siłę i zadanie w „matkowaniu” czyli ochranianiu i troszczeniu się. Obce jest im pewne siebie przeświadczenie, które ojcowie przekazują synom. Podobnie brakuje im przekonania, że każde drzwi w końcu się same otworzą, jeśli tylko córka dostatecznie energicznie będzie w nie pukała. Takie doświadczenie nie stało się ich udziałem - jest ono do dzisiaj męskim przywilejem.

Jeśli córka - na skutek wychowania i doświadczenia życiowego - wątpi w powodzenie najbardziej choćby przemyślanego planu, często przenosi wątpliwości na matkę i dochodzi z tego powodu pomiędzy nimi do nieporozumień. Córka może też obwiniać matkę za to, że brakuje jej zaufania do samej siebie i siły przebiccia. Także w tym przypadku widzi tylko siebie. Nie potrafi wytłumaczyć sobie pewnych rzeczy. Brakuje jej czegoś i matka jej tego nie dała. Wszyscy wokoło utwierdzają ją w tym przekonaniu. Nie jest dość dobra i to matka ponosi za to odpowiedzialność. Okoliczności określające brak wsparcia dla córki ze strony matki nie są kwestionowane. Córka nie solidaryzuje się ze starszą kobietą.

Zrozum mnie!

Jednym z ważniejszych założeń dla dobrego związku dwojga ludzi jest gotowość i umiejętność wzajemnego zrozumienia. Wydaje się, że kobiety mają w tej kwestii wszystkie asy w rękawie - kobieca zdolność do empatii jest wręcz przysłowiowa. Jednak córka sporo wymaga oczekując od matki zrozumienia. Matka musi codziennie wykazać wiele tolerancji i cierpliwości, by zrozumieć co w postępowaniu i myśleniu córki ma znaczenie. Na początku jest całe dzieciństwo, które już z powodu rozwoju dziewczynki wymaga od matki ogromnej umiejętności dostosowania się, by ciągle być na bieżąco. Jeszcze wczoraj ulubiona lalka była dla córki najważniejsza, a dziś leży już niedbale porzucona w kącie, a jej miejsce zajęła rakietka tenisowa. Jutro już nie będzie odgrywała żadnej roli, bo ważniejsze będzie wędrowanie godzinami po okolicy z przyjaciółką, by może spotkać chłopaka, w którym jest się właśnie zakochanym po uszy, a który mieszka tylko trzy ulice dalej.

Okres dojrzewania: imiona pojawiają się i znikają tak szybko, że sama dorastająca dziewczynka nie rozumie, co się z nią dzieje. Dziecko nie potrafi pojąć co dla matki oznacza wymaganie od niej zrozumienia. „Podczas gdy córka ma do czynienia z dorosłą osobą, matka musi się wykazać niesamowitą dozą elastyczności i gotowości do zmian”, zauważa literaturoznawca Heidi Gidion i w tej asymetrii widzi przyczynę cierpienia. Matka walczy bowiem jednocześnie o emocjonalną stabilność i musi się także przygotować na zmiany, które pojawiają się w jej życiu w miarę usamodzielniania się córki. Jest w takiej sytuacji zbyt przeciążona, by dodatkowo śledzić kotłujące się uczucia dojrzewającej córki. „Matkom może zakręcić się w głowie, jeśli wsiądą do wirującej karuzeli uczuć córek ('dziś wszystko jest straszne - jutro wszystko jest wspaniałe'), chcąc je traktować poważnie.”, piszą Burger i Seidenspinner, wyrażając dokładnie ten dylemat. Córkom chodzi właśnie o bycie traktowanym poważnie. Dorastają i chcą być postrzegane jako dorosłe osoby.

Jednocześnie częścią tego procesu jest silniejsze niż poprzednio odcinanie się od matki. Rówieśnicy i przyjaciele stają się coraz ważniejszymi osobami do dyskusji. W tym okresie nie wydaje się

stosowne, by w matce widzieć zaufaną powiernicę. Córka zamyka się w sobie, zapisuje codzienne emocje i wiążące się z nimi uczucia w pamiętniku lub rozmawia o nich z innymi. Jednak od matki oczekuje zrozumienia tego, co właśnie się w jej życiu dzieje. Wyłącznie ze świata córki matka odbiera jako odrzucenie i jest urażona. W takim stanie wykaże mniej gotowości by zrozumieć córkę.

Być może matka będzie próbowała odzyskać dawną bliskość z córką. Jeśli tak postąpi, będzie reagować na wszystkie nowe wydarzenia w życiu córki zazdrością i odrzuceniem. I właśnie w takiej chwili dorastająca córka czuje się nie rozumiana. Zajmuje się ona układaniem na nowo życia, zdobywaniem pierwszych doświadczeń seksualnych, zastanawia się nad zawodowymi marzeniami i stara się przy tym wszystkim zdusić własną niepewność. Nie potrafi dlatego zrozumieć, że matka również przeżywa emocjonalne wzloty i upadki. Z jednej strony matka chciałaby pełna dumy brać udział w procesie dorastania córki, z drugiej zaś wszystko w niej buntuje się przed spuszczeniem „małej” ze smyczy.

W sporze o zrozumienie z jednej strony i większą przestrzeń z drugiej powstaje między matką a jej dorastającą córką często przepaść, której nie udaje się już zlikwidować także w późniejszych latach. Gdy rany są poważne, pojawia się głęboki brak zaufania. W takiej sytuacji dorosłej córce i matce nie jest łatwo zbliżyć się do siebie. Jak już wspomniano, ludzie postrzegają swe otoczenie wybiórczo w taki sposób, który potwierdza ich doświadczenia. Jeśli córka raz wydała wyrok na nie rozumiejącą matkę; jeśli matka już pogodziła się z sytuacją i widzi w dorosłej córce egoistyczną i bezwzględną istotę, obie będą w codziennych kontaktach szukały potwierdzenia tych założeń. Brakuje im otwartości, niezbędnej do uleczenia starych ran.

Dzięki zmianom społecznym wywalczonym w ciągu ostatnich trzydziestu lat przez ruch feministyczny, wiele spraw w życiu generacji córek wygląda inaczej niż ich matki mogłyby sobie to kiedykolwiek wyobrazić. To dodatkowo utrudnia wzajemne zrozumienie. Córki pragną, by matki zaakceptowały ich styl życia. Często oczekują ponadto, że matka sama się zmieni, wychodząc córce niejako naprzeciw. Tylko pod tym warunkiem czują się rozumiane.

Przebija ponownie stara tęsknota za jednolitością. Sama akceptacja, gdy matka z zainteresowaniem obserwuje rozwój córki zachowując własne, przez młodszą kobietę określane jako, „staromodne” poglądy, nie wystarcza.

Łatwo zrozumieć niesmak obu stron, ponieważ zmiany warunków życia, które dokonały się w ciągu ostatnich dziesięcioleci były błyskawiczne, i dotknęły kobiety w dwójnasób. Nowe technologie, mobilność, zmiana wartości. Dzisiaj związek matka-córka znajduje się w sytuacji, gdy obie strony nie żyją w tym samym świecie doświadczeń. Nie zawsze córki są tymi, które domagają się radykalnych zmian. Istnieje wiele konfliktowych kwestii. Podczas gdy matki blokowały ulice dla pokoju, ich córki wywalczyły sobie prawo do służby wojskowej w armii. Podczas gdy w latach 70-tych chodziło o obronę przed kontrolą państwa nad obywatelami, to dzisiaj programy takie jak „Big Brother” biją rekordy popularności. I kiedy w latach 80-tych to dyskusje o ekologii i równouprawnieniu dominowały w wiadomościach, dziś liczy się tylko zmiana sytuacji gospodarczej i kursy akcji. Nie są to idealne warunki, by się nawzajem rozumieć.

Wymagania

Córki wymagają dzisiaj od matek, by były one samodzielne, a mimo to ofiarne; otwarte na nowe, a jednocześnie niezmiennie, nowoczesne, a przy tym takie „jak dawniej”.

Bądź zawsze dla mnie!

Matka, która wszystko robi dla dzieci i zawsze jest dla nich to stereotyp, mit, który trudno jest ludziom wybić z głowy. Wszędzie spotykamy taki obraz matki - w reklamie, filmach, książkach, czasopismach i ukryty w niektórych dyskusjach. Wiele matek przyj-

muje taką rolę i dzieci dysponują z wielką oczywistością życiem swojej matki, tak jakby było to ich przyrodzone prawo. Nie tylko w dzieciństwie, ale także przez całą dorosłość dzieci traktują matkę jako istotę, która powinna własne życie zawiesić na kołku, kiedy one jej potrzebują.

Matki akceptują tę nieustanną dyspozycyjność i są w tej postawie utwierdzone przez otoczenie. Ich skupienie się na własnych dzieciach jest całkowicie bezkrytycznie postrzegane jako „normalne”. Na przykład Zenith Henkin Gross w swym nieskończonym hymnie pochwalnym matczynych osiągnięć podziwia kobiety, z którymi przeprowadziła wywiady następującymi słowami: „*Naturalnie* wiele matek straszliwie zawodzi w tworzeniu ciepłej i pozytywnej rodziny. *Naturalnie* istnieją tysiące, może nawet miliony kobiet, które nigdy nie powinny były zostać matkami, bo tak źle odgrywają tę rolę. (...) Jednak dla normalnej kobiety, która osiągnęła wiek średni i utrzymuje w miarę dobre stosunki z dziećmi, była to długa i trudna droga. Podczas gdy pomagała najmłodszemu dziecku w odrabianiu zadań domowych, zawoziła studenta na trening piłkarski, podjęła ponownie pracę, by zarobić na chesne, osiągnęła w ciągu dwudziestu lat aktywnego macierzyństwa niezwykłą cierpliwość, miłość i wsparcie, po których nastąpi być może kolejne półwiecze w następnej fazie. Trwałość i efektywność są przy tym po prostu porażające.”

Córki, które przejmą tego rodzaju wartości odnoszące się do ich matek, wpadną w zdradziecką pułapkę. Bowiemy gdy ich matki rzeczywiście zachowują się zgodnie z tym wzorcem, brak oddzielenia jest zaprogramowany. Córka pozostanie również w dorosłym życiu zawsze małą dziewczynką mamusi, będzie przybiegać do niej z każdym kłopotem i wymagać od matki ciągle usług, sprawdzając czy nadal obowiązują stare reguły gry. Samodzielne dążenia matki, które mają ogromne znaczenie jako przykład dla córki, są z kolei negatywnie postrzegane. Pojawiają się komentarze o „wyrodnej matce”, gdy kobieta-mama upiera się przy własnym życiu. To czego córka żąda dla siebie, nie należy się matce.

Jak bardzo oczywiste jest zawłaszczanie matką i to że ma ona być do dyspozycji córki w przypadku kłopotów pieniężnych, kry-

zysowej sytuacji w związku, kwestii prowadzenia domu lub opieki nad wnuczętami. Jeśli córka otrzyma wsparcie, którego sobie życzyła, matka okazuje się rzeczywiście ofiarną służącą, czyli spełnia rolę, do której całe społeczeństwo ją codziennie na nowo degraduje. Córka zaś traci część swoich umiejętności rozwiązywania problemów, skwapliwie rezygnując w ten sposób z własnych kompetencji. Aby pozornie utrzymać dawną bliskość, obie tracą odrobinę własnej umiejętności działania. Dla córki jest bardziej kuszące, by dać się matce pocieszać zamiast zająć się pokonywaniem trudności. Może nawet usłyszy, że matka w jej wieku miała podobne kłopoty. Wtedy harmonia jest doskonała - ale problemy pozostają.

Matki przy tak kierowanych wymaganiach spychane są w pasywność, ponieważ nie mogą już swobodnie rozporządzać własnym czasem. Która matka pójdzie jeszcze do teatru i poświęci się zmartwieniom Effie Briest, gdy jej własna córka nieoczekiwanie stoi zapłakana w drzwiach? Która matka pojedzie w krótką i od dawna planowaną podróż, gdy córka nie może zapłacić za nieoczekiwane konieczną naprawę samochodu? Nawet jeśli matki decydują się w takich sytuacjach na spełnienie własnych potrzeb, to zachowują się niezgodnie z ogólnie przyjętymi normami społecznymi. Wykraczają poza ramy normy i są za to osądzone. Także córka zakodowała już te normy i reaguje irytacją i złością, jeśli jej matka się do nich nie stosuje. Czuje się wtedy niekochana i niepewna własnej wartości. Jak inaczej można by to wytłumaczyć, jeśli własna matka zachowuje się tak egoistycznie i bezwzględnie?

Chciałabym w tym miejscu jeszcze raz podkreślić, że uważam to za godne pochwały, gdy matki dają córkom wsparcie i pomoc. Jak we wszystkich ludzkich związkach, także relacja matka-córka powinna być źródłem wzajemnej pomocy i wsparcia. Niekorzystnie odbija się to jednak na obu stronach, jeśli bycie dla siebie nie opiera się na dobrowolności i nie zna granic. Dziecko traci dla matki szacunek, kiedy już nie prosi o pomoc i usługiwanie, lecz się ich domaga. W ten sposób konflikty są jak zaprogramowane i zaostrzają się dodatkowo, gdy domagające się dziecko jest dziew-

czynką. Ponieważ córka oczekuje od matki tego, co sama w swoim życiu - słusznie - odrzuciłaby. Domagając się matczynej pomocy, obstaje jednocześnie przy własnej samodzielności. Chociaż sama biegnie do matki po radę, zabrania jej wtrącać się w swoje sprawy.

Nie wtrącaj się!

Jest oczywiste, że żądanie młodej kobiety, by matka nie angażowała się w jej decyzje, stoi w sprzeczności z tym, co zostało już uprzednio powiedziane. Jednakże u dorosłych córek często obie te postawy występują zgodnie ramię w ramię. Najpóźniej od okresu dojrzewania dziewczęta chcą się oddzielić, zbierać własne doświadczenia i być niezależnymi. Ale ponieważ zarówno wychowanie jak i społeczne oczekiwania wpychają je w rolę, w której mają kierować się związkami i szukać harmonii ze swoim środowiskiem, córki nie są pewne swych dążeń do oddzielenia. Czy wolno być aż tak niezależną?

Młode kobiety mają uczucie, że zdradzają matkę, kiedy demonstrują samodzielność. Często doświadczają tego, że były i nadal są centrum życia matki. Wydaje się, że teraz zostawiają matkę podwójnie w potrzebie. Idąc własną drogą porzucają bliską zażyłość. Jednocześnie mają wrażenie, że swą samodzielnością kwestionują styl życia matki. Jako dzieci były konfrontowane z nakazami i zakazami matki i czuły się wobec niej bezsilne. Jako osoby dorosłe ponownie odczuwają to przytłaczające uczucie, kiedy słyszą komentarze i osądy matki. „Córki bardzo chcą zbierać własne doświadczenia i nie być jednocześnie natychmiast za nie oceniane przez matki.”, ustaliły Burger i Seidenspinner. Obawiając się osądu matki, wiele córek ekstremalnie się odgranicza. Trudno im cokolwiek od matki przyjąć.

Jeśli dziewczynka przez całe dzieciństwo wychowywana była do jednolitości z matką, tym większa jest niepewność w dorosłym wieku. Młoda kobieta czuje, że ma własne potrzeby, poglądy, które nie mają nic wspólnego z wartościami wyznawanymi przez matkę. Jednocześnie głęboko zakodowała przekonania matki. Żądanie

w stosunku do matki, by ta nie mieszała się w jej sprawy, odpowiada pełnemu z wątpienia życzeniu, by usunąć wartości starszej kobiety z własnej głowy. Im mniej córka jest przekonana do własnych poglądów i działań, tym bardziej zdecydowanie będzie odrzucała wtrącanie się matki. Nie może w tej sytuacji powstać prawdziwa wymiana doświadczeń na równoprawnej płaszczyźnie.

Zamiast tego wewnętrzne walki córki przenoszą się na zewnątrz. W obliczu ciągle istniejących ról płci, dziewczynie jest trudno stać się wewnętrznie tak pewną siebie i wzmocnioną, by suwerennie i także wobec sprzeciwu potrafić reprezentować swoje poglądy. Nauczyła się unikać konfliktów i widzieć najwyższy cel w harmonii. Nieporozumień należy za wszelką cenę unikać. Wtrącanie się matki w życie córki staje się problemem przede wszystkim wtedy, gdy córce nie udaje się ze spokojem odrzucać dobrzych rady matki.

Między matką i córką rozpoczyna się prowadzona przez obie strony energiczna walka o utrzymanie lub zmianę sposobu zachowania. Tematy są pozornie powierzchowne i bez znaczenia. Charakterystyczna jest zaciekłość, z którą obie strony reprezentują swe pozycje. Z zasady matka domaga się, by jej zdanie liczyło się - jak wcześniej. Córka będzie podświadomie próbowała właśnie to jej wyperswadować. Zawsze chodzi o wartości. „Nie jedź tak szybko!”, „Nie krzycz tak na dzieci!”, „Nie noś zawsze tego ciemnego swetra!” „Nie pij tyle!” - to typowe zdania, które powtarzają stary schemat matczynych wskazówek przez całe życie. Córka, która nie czuje się postrzegana jako osoba dorosła, reaguje uporem. Ma już dosyć wysłuchiwanie regułek.

Istnieje jednak jeszcze jeden powód, dlaczego córka nie życzy sobie mieszania się matki do jej spraw. Dorastające dziewczęta i młode kobiety wiedzą, że będą popełniały błędy zbierając doświadczenia, że przeżyją i spowodują cierpienie, kiedy próbują własnych sił, nie mając przy tym doświadczenia. Odrzucając matczyne rady próbują stworzyć dystans, który pomoże matce zdystansować się od kłopotów córki. Jeśli młode kobiety chcą odnieść sukces, muszą podejmować ryzyko i liczyć się z ewentualnymi niepowodzeniami. Muszą wytrwale realizować swoje plany, pamiętać

o swych mocnych stronach i nie dać się zwieść z drogi. Z doświadczenia wiedzą, że matczyne wskazówki mają swe źródło zazwyczaj w trosce matki o dziecko. Matki ostrzegają przed ryzykiem, którego często same nie są gotowe podjąć. Przepowiadają nieszczęście, gdy młode kobiety próbują zburzyć granice kobiecej skromności. Dobre chęci matki przygotowują grunt dla tej dozy niepewności, której akurat córka przy świadomej realizacji swoich celów nie potrzebuje.

Zmień się!

Tak jak matki tworzą sobie określone wyobrażenia na temat tego, jakie powinny być i stać się ich córki, aby było między nimi dobre porozumienie, tak mają idealny obraz swojej matki - który nierzadko staje się żądaniem. Podczas gdy małe dziewczynki potrzebują pewności i przewidywalności matki, to młodzież i dorosłe kobiety często życzą sobie, by ona się zmieniła.

To życzenie ma wiele powodów, przy czym córka ma przede wszystkim na względzie własne interesy, nawet wówczas gdy twierdzi coś przeciwnego. Bowiem w chwili, w której córka zaczyna iść własną drogą, próbuje co prawda z jednej strony oddzielić się od matki i jej wyobrażeń, z drugiej zaś tęskni za jej akceptacją. Chciałyby, żeby matka rozumiała i uznawała jej decyzje. Często jednak decyzje córki stoją w sprzeczności do doświadczeń matki i postaw, które przekazała córce. I tak dorastające dziewczęta muszą wierzyć, że tylko zmiany ze strony matki pozwolą na to, by obie strony dogadywały się ze sobą bez konfliktów.

Jak już wcześniej wspomniano, kobiety wykazują tendencje do unikania nieporozumień i otwartych kłótni w związkach. Córka, która doświadczyła, że matka wciąż jest „taka sama”, jest we wzajemnych kontaktach nieustannie konfrontowana z wartościami, które towarzyszyły jej przez całe dzieciństwo, i które - nawet jeśli teraz odrzuca - zakodowała. Problemem stają się matczyne normy - zwłaszcza gdy raczej powstrzymują córkę zamiast ją wspierać. Bliskość związku matka - córka prowadzi do tego, że córka w czasie procesu usamodzielniania się pragnie zdystansować się

do tych wartości, ale nie do samej matki jako osoby. Także ona nie chce odrzucić dawnej jedności i żąda od matki, by ta zrozumiała jej własny rozwój. Teraz to młodsza kobieta żąda: „Bądź taka jak ja!” Nie chodzi jej przy tym o to, by matka robiła to samo co ona - taki pomysł jest przerażający zwłaszcza dla dorastających dziewcząt, które poszukując tożsamości podkreślają swą wyjątkowość. Młoda kobieta życzy sobie o wiele bardziej, żeby matka dopasowała swe przekonania do jej własnych. Tylko w taki sposób można zachować znaną i bliską jedność.

W innych związkach, w których relacja matka-córka już w dzieciństwie była napięta, żądanie córki, by matka się zmieniła jest wyrazem tęsknoty za osiągnięciem w końcu harmonii we wzajemnych stosunkach. Chodzi przy tym także o nadrobienie „zaległości” z przeszłości.

Sporo dziewcząt jest niezadowolonych ze swojej roli w rodzinie. Czują się pokrzywdzone w stosunku do innych członków rodziny lub z powodu kolejności starszeństwa wśród rodzeństwa, nie dość kochane. Czasami sytuacja życiowa nie pozwala matce poświęcić córce tyle uwagi, na ile ona zasługuje i jej potrzebuje. Szczególnie w takich przypadkach życzenie dorastającej dziewczynki, by jednak otrzymać od matki uznanie, wsparcie i miłość pozostaje długo żywe i utrudnia nawet proces oddzielania się. Także w tym przypadku zmiana ze strony matki byłaby warunkiem spełnienia tego życzenia.

Jednak nadzieje, że matka się zmieni, przemyśli poglądy i postępowanie wobec córki, i to w taki sposób, jak córka by sobie tego życzyła, pozostaje zazwyczaj iluzją. Co prawda oczywiście jest, że matka również rozwija się w trakcie życia, ale naturalnie taki rozwój przebiega w zgodzie z jej własnymi zainteresowaniami, a nie wyobrażeniami córek.

Zmiana jest trudnym i długim procesem. Rozpoczyna się w sposobie myślenia i wymaga gotowości do wyrzucenia starych pewników za burtę i wyruszenia w nieznany obszar. „Człowiek jest istotą, której teraźniejszość stale determinuje myśl o niereczywistej, ale oddziaływującej na niego przyszłości.”, zauważył Elton Trueblood i określił w ten sposób precyzyjnie warunki

wstępne dla wszelkiego działania. „Zmiana zakłada zatem gotowość do porzucenia pielęgnowanych do tej pory oczekiwań w stosunku do przyszłości.” Ute Erhardt określiła mechanizm samospełniającej się przepowiedni jako system „przy pomocy którego ludzie podtrzymują swój los”. W procesie zmiany dochodzi więc nie tylko do zachwiania własnymi oczekiwaniami dotyczącymi przyszłości, lecz również poczucia własnej tożsamości, założenia o tym, kim się jest. Wszystko to wymaga siły i odwagi. Nikt nie jest gotowy do większych zmian bez bardzo ważnych powodów. Często ludzie są gotowi do decydujących posunięć jedynie w obliczu nieznośnego cierpienia. Pewne za to jest, że potrzebują do tego własnego interesu. Wszystko to jest zazwyczaj pomijane przez żądające córki.

„Bądź taka. jak zawsze!”

Żądanie córki w stosunku do matki, by ta się nie zmieniała, wydaje się stać w jaskrawej sprzeczności z wymaganiem omówionym powyżej. Oba jednak mają wspólną cechę: ich źródłem są jedynie własne interesy i uczucia dziewczynki lub dorastającej czy dorosłej kobiety.

U podstaw pragnienia ciągłości leży przede wszystkim potrzeba bezpieczeństwa. Matka jako pewnik, jako opoka, zawsze taka sama, zawsze służąca wsparciem, działa uspokajająco. To co było migawką z dzieciństwa, kształtuje obraz matki w oczach córki przez całe życie. Zwłaszcza w momentach własnej słabości i niepewności córka tęskni, by matka była stałym punktem, oazą spokoju, w której można się schronić. W tym przypadku to młode kobiety nie chcą niepewności i lęków, które pociąga za sobą zmiana. Nie akceptują więc nowego partnera matki, krytycznie spoglądają na nieznanne formy jej zachowania, odradzają przeprowadzkę i podśmiewają się z pomysłu dalszego kształcenia. Córki także mają stereotypowe wyobrażenia na temat swych matek i określone oczekiwania w stosunku do przyszłości. Te oczekiwania zawierają założenia na temat tego, jaka matka ma być i jak będą układały się wzajemne stosunki. Jeśli matki wyłamują się

z tego schematu, córki czują się zdradzone, czasem nawet zagrożone. To teraz one nalegają na utrzymanie dawnych standardów.

W kontaktach matek i córek rzadko rozmawia się na właściwe tematy. Konflikt przejawia się w szczegółach. Czy matka ubierze choinkę „jak zawsze”? Czy pojedzie na wczasy do tego samego ośrodka „jak co roku”? Czy „ciągle jeszcze” interesuje się lekcjami pianina? Córka nie chce stracić korzeni. Nie ma znaczenia czy mają one pomyślny czy negatywny wpływ na jej wzrost, to są jedyne korzenie jakie zna. Chciałaby sama o nich stanąć: przyjąć je lub odrzucić, ale nie chce, żeby zostały odcięte.

Żądanie „Bądź taka jak zawsze!” związane jest jednocześnie z troską o przyszłość. Wiele córek zadaje sobie pytanie: co będzie później? Co stanie się, gdy matka nie będzie już taka, jak poprzednio? Pojawia się troska o starość matki. To córki bardziej bezpośrednio niż synowie przejmują odpowiedzialność za pomyślność i zdrowie rodziców w podeszłym wieku. Co się stanie, gdy matka zachoruje? A co, gdy nie będzie już mogła sama o siebie zadbać?

Do niedawna jeszcze w naszym społeczeństwie oczywistością były opiekuńcze obowiązki żeńskich członków rodziny. Nieodpłatna praca kobiet, wykonywana „z miłości”, jest jednym z filarów dobrobytu zachodnich demokracji, bez niej załamałby się cały system socjalny. Nie chodzi tutaj jedynie o opiekę, lecz ogólnie o troskę o pomyślność drugiego człowieka. Jeśli o to chodzi, mężczyźni są do dziś nieprzerwanie i bez sprzeciwu wyłącznie po stronie konsumentów, przynajmniej jeśli chodzi o sferę prywatną. Teraz jak i poprzednio to oni ustanawiają reguły, ale te są stosowane i akceptowane także przez kobiety. „Kobiety przejmują często bez dystansu normy i definicje od mężczyzn, przekazują je innym kobietom i nawet kontrolują ich stosowanie. Dzieje się tak na przykład i w szczególności w rodzinie”, stwierdza Gudrun Reinke.

Podczas gdy córki z troską obserwują zmiany, które pojawiają się w miarę starzenia się matki, mają krytyczny stosunek do zmian związanych z jej samorealizacją. Nierzadko rządzi nimi wygodnictwo. Nie chcą opuścić utartych szlaków, chcą mieć pewność,

że matki będą zawsze dla nich, gdy będą ich potrzebowały. Widzą matkę w kontekście całej rodziny. Jeśli córka przejęła patriarchalną strukturę wartości, często sama będzie się sprzeciwiała emancypacji matki. Stanie się sojuszniczką ojca, obawiającego się osłabienia swojej pozycji. To córki denerwują się, gdy mama nie gotuje tacie codziennie obiadu. To córki bronią tatusia, gdy ten poświęca się drogiemu hobby. Przecież zawsze to robił, mama powinna mu na to pozwolić, także wówczas gdy z tego powodu musi ona zrezygnować z nowego samochodu.

Częstym błędnym przekonaniem jest założenie, że to tylko matki budują córkom granice. Zwłaszcza, gdy córki są już samodzielne, a matki się starzeją, bumerang wraca. Teraz zależności się przesunęły - to były „małe dziewczynki” upierają się przy zachowaniu dawnych zasad. Oddają matce - nieproszone - to czego od niej się wcześniej nauczyły. Obie strony pozostają przy tym uwikłane w zakurzone wzorce.

Adaptacja

*Próba unikania konfliktów dzięki
przystosowaniu się powoduje, że wiele córek
traci wyczucie własnych interesów.*

Jak sobie chcesz!

W tym i następnym rozdziale odniosę się ponownie przede wszystkim do sposobu zachowania dorosłej córki w kontaktach z matką. Co prawda także małe dziewczynki kierują się życzeniami matek, jednak będąc od nich zależne reagują odpowiednio do sytuacji subordynacją lub uporem. Podobnie dzieje się w przypadku chłopców. Omawiane tu tematy stają się źródłem konfliktów dopiero wtedy, gdy dorosłe córki muszą przemyśleć na nowo swoją

postawę wobec matki. Teoretycznie są teraz niezależne, ale czy tak się też czują?

Dorośle córki tak jak poprzednio postrzegają matkę jako potężną osobę. Sposoby postępowania, w których ćwiczyły się przez lata, nie dają się tak łatwo odrzucić jak za ciasne ubranie. W obecności matki córki nadal czują się małe, ponieważ w odróżnieniu od synów, ich niezależność nie jest świętowana. Gdy rodzice reagują na rosnącą autonomię syna dumą, to procesowi dojrzewania córki przypatrują się raczej z troską. Czy będzie w stanie poradzić sobie ze wzlotami i upadkami w życiu? Dziewczęta odbierają takiego rodzaju wątpliwości dotyczące ich samodzielności jako brak zaufania w stosunku do nich samych. Zamiast zdania: „On już sobie da radę!”, kierowanego do synów, córki otrzymują dobre rady i ostrzegające słowa. Wraz z rosnącą niepewnością, wzrasta także ich gotowość do przystosowania się.

Adaptacja oznacza dla córki także podporządkowanie własnych potrzeb życzeniom matki. Dorosła kobieta ciągle próbuje znaleźć akceptację jako kochana dziewczynka mamusi. Nastawia przy tym swe czujniki na słowa i działania matki, jak się tego nauczyła i robiła przez całe życie. Nie chodzi tu zawsze o istotne kwestie, lecz o wiele częściej o codzienne drobnostki, przy których córka się wycofuje. I tak na przykład rezygnuje z wpływu na tematy rozmów z matką, myśląc „Niech sobie gada!” Odwiedzając mamę ubiera się inaczej niż zwykle, żeby uniknąć nieporozumień. Nie mówi o nowym chłopaku, bo ten akurat jest bezrobotny, lub przemilcza własne problemy w pracy, żeby nie martwić mamy. Unikając konfliktów, córka rezygnuje z bycia autentyczną.

Oczywiście cierpi na tym relacja matka-córka. Dla córki każde spotkanie jest frustrujące, ponieważ czuje się zawłaszczona i błędnie rozumiana. Czasami podejmuje nieśmiałe próby, by przekazać matce coś ze swego życia, ale wówczas doświadcza niepewności z jej strony, ponieważ matka nie jest na to oczywiście przygotowana. Sytuacja jest dla obu niewygodna, szybko więc wraca się do utartych sposobów postępowania. Córka rezygnuje.

Często kobiety odczuwają kontakt z matką jako deprymujący. Skarżą się - zazwyczaj osobom trzecim - że matka nie widzi ich

takimi jakimi są naprawdę. W czasie seminarium dla matek córek poprosiłam uczestniczki na pierwszym spotkaniu, by przedstawiły się nie swoimi słowami, lecz słowami swoich matek. Chodziło mi o to, żeby w ten bardzo bezpośredni sposób od początku zasygnalizować, że obraz własnych córek, które miały też niekoniecznie musiał być realistyczny. Moja propozycja spotkała się z gwałtownym oporem. Kobiety były przekonane, że w ten sposób powstanie błędne wrażenie na temat ich osoby. Dopiero gdy im wyjaśniłam, że na koniec oczywiście zajmą własne stanowisko do powstałego obrazu i będą mogły go skorygować, były gotowe opowiedzieć grupie, jak ich własna matka by je scharakteryzowała. Na moje pytanie, dlaczego nie poinformowały matek, jakie są naprawdę, machały ręką z dezaprobatą. Niektóre śmiały się, inne sprawiały wrażenie raczej zrezygnowanych. „To i tak nie ma sensu!”, brzmiało jednomyślne przekonanie.

Kobiety nie wierzą, że mogłyby skłonić matki do tego, by dokładnie im się przyjrzały. Emocjonalny wysiłek, konieczna walka, by to uczynić, nie były dla nich warte zachodu. Nie zastanawiały się nad tym, jaki wyzwalający efekt mogłoby to mieć dla nich samych, gdyby wyraziły swą osobowość we wzajemnych kontaktach.

„Ponosimy odpowiedzialność jedynie za własne działanie, nie zaś za reakcje innych. Kobiety w bardzo wczesnej fazie wychowania uczą się odwracać ten porządek. Poświęcamy wiele energii na to, by czuć się odpowiedzialnymi za emocje, poglądy i postępowanie innych, i przypisywać innym odpowiedzialność za nasze odczucia.” Psycholog Lerner opisała w ten sposób ogólnie, co się dzieje pomiędzy matkami i córkami. Córki próbują poprzez przystosowanie oszczędzić matkom nieprzyjemności, przejmując w ten sposób odpowiedzialność za ich samopoczucie. Jednocześnie córki są sfrustrowane postępowaniem matek wobec nich - i tu przypisują matkom „winę” za swoją złość, zamiast zachowywać się suwennie.

Inny sposób dopasowania się do matki polega na byciu zawsze dla niej. Tak wychowane, aby mieć pomyślność wszystkich, a zwłaszcza członków własnej rodziny, na wzglądzie, córki często próbują

spełniać życzenia matki. Także tutaj wiele się nie udaje i chciałabym to zaprezentować na poniższym przykładzie.

Za każdym razem, gdy córka idzie z matką na zakupy, przechodzą obok eleganckiej, ale nieprzyzwoicie drogiej włoskiej restauracji. Matka często rzuca tęskne spojrzenia przez przyciemnione szyby do wnętrza restauracji i snuje marzenia. Tylko raz chciałaby tu przyjść, raczyć się do woli przepyszными przysmakami i popoľgować sobie. Ale niestety ...zarobki nie pozwalają na takie luksusy, to byłoby marnotrawstwo, a tak właściwie to i tak nie ma nic odpowiedniego do ubrania. Aż przychodzi ten dzień, w którym córka wreszcie porządnie zarobiła i chciałaby podzielić się swoim szczęściem z matką. Wizyta w opisanej powyżej restauracji wydaje się być najodpowiedniejsza. Młoda kobieta rezerwuje stół dla dwóch osób i zaprasza matkę.

Ale wydaje się, że mama tak naprawdę się nie cieszy. Nie bardzo smakuje jej wino, złośliwie krytykuje obrus, a w końcu wysypuje tyle soli na fileć jagnięcy, że prawie nie nadaje się on już do jedzenia. Podczas gdy córka przepełniona dumą rozkoszuje się jedzeniem, na które sama zarobiła, matka wydaje się dziwnie nieobecna i milcząca. Trudno jej przełknąć, że dawna zażyłość nagle się skończyła. To zawsze ona była dla córki, i dla niej się poświęcała. A teraz jej mała dziewczynka zamawia jedno danie za drugim, a za posiłek płaci kartą kredytową wyjętą z torebki. Role się odwróciły. Na własnym obrazie matki pojawia się rysa. Czuje się zagrożona w swojej roli i porusza wszystkie sprężyny, by przeciw temu zaprotestować. Ignoaije miłą atmosferę, sabotuje jedzenie i nie pozwala sobie na żadną oznakę radości, której na próżno szuka rozczarowana córka. Całkowicie zirytowane obie opuszczają restaurację.

Podczas gdy kobiety ciągle jeszcze są prawdziwymi mistrzyniami w rozpieszczaniu innych, nadal nie potrafią przyjmować prezentów i wsparcia. Co prawda akceptują, gdy mężczyzna płaci za jedzenie, ale tutaj chodzi raczej o tradycyjną konwencję, opartą na założeniu materialnej zależności kobiet. Inne formy uwagi, których jedyną motywacją jest sprawienie im radości są dla kobiet nieprzyjemne. Im niższe poczucie własnej wartości, tym trudniej jest im

znieść to, że „sprawiają kłopoty”. Czują się tylko wtedy pewnie, gdy są przydatne, gdy to one dają.

W ten sposób dorosłe córki, które chciały „zrobić coś dobrego” dla matki, wywołują często długoletnie przepychanki, kto jest w stanie dać więcej. Przy okazji rodzinnych świąt obie kobiety starają się być pierwszą do zmywania naczyń w kuchni, za prezent odpłacają prezentem i nie potrafią cieszyć się z otrzymanych podarunków, bo to oznacza konieczność odwzajemnienia się - a najlepiej „przebicia” otrzymanego подарunku jeszcze lepszym.

Co mama by na to powiedziała?

Jeśli córka nie oddzieliła się całkowicie od matki, pozostaje w swoich działaniach związana z jej oczekiwaniami. Zamiast dorosnąć i pogłębić uczucie indywidualnej wyjątkowości, młoda kobieta pozostaje uwikłana w pułapkę odniesień i porównań z innymi. „Role kobiety w naszym społeczeństwie przeszkadzają w powstaniu utrwalonej świadomości osobistej i seksualnej tożsamości, a ta niepewność prowadzi do tego, że trzymamy się kurczowo ról, by w ogóle móc się zdefiniować”, pisze publicystka i pisarka Signe Hammer ujmując przy tym społeczne korzenie problemu.

Zamiast stabilnej tożsamości swego „ja”, pozycji z której można rozsądnie działać, kobiety przyjmują rolę córki, partnerki, pracownicy, matki itd. Dla ich działania ważna jest kwestia, czego chcą inni i co inni myślą - i kobiety mają przypuszczalny sąd matki w głowie. Ponieważ postrzegają same siebie w zależności swoich związków, to dla córek jest ważniejsze niż dla synów, by podejmować kroki we własnym życiu w zgodzie z oczekiwaniami matki. Jeśli związek z matką był napięty w dzieciństwie, to dorosła córka próbuje często jeszcze dobitniej trafić w gust mamy, żeby nareszcie zdobyć długo wyczekiwaną sympatię. Jeśli matka przez lata podkreślała swoje poświęcenie „z powodu dzieci”, uczucie winy utrudnia córce sprzeciw wobec matczynych życzeń.

Nawet gdy dorosła córka rozumie, że nic nie jest matce „winna”, uczucia małej dziewczynki, jaką kiedyś była, spłatają jej figła. Dziecko ciągle jeszcze próbuje spodobać się mamie. Syn może się wyeman-

cypować spod matczynej mocy, ponieważ już wcześniej otrzymuje przekaz, że mama podziwia to, że ma „własny rozum”. Dziewczynka nie doświadcza takiego wezwania do wolności.

Dorośle córki nie będą mogły zazwyczaj uniknąć sytuacji, że w ich życiu zdarzą się rzeczy, które nie spodobają się matce. Może narobią długów, zdecydują się na przerwanie ciąży lub zaczną brać narkotyki. Jeśli jednak młode kobiety obawiają się sądu matki, przemilczą tego rodzaju wydarzenia. Ponownie pojawiają się przeszkody we wzajemnych kontaktach. Przemilczane wydarzenia mają często decydujące znaczenie dla życia córki, i matce brakuje zatem ważnych informacji, by córkę zrozumieć. Jeszcze gorsza jest sytuacja, gdy córka ze względu na uczucia matki lub ze strachu przed nieporozumieniami robi lub zarzuca rzeczy, co negatywnie wpływa na jakość jej życia.

Nie mogę jej tego zrobić!

Niedostateczne oddzielenie się dorosłej córki wpływa często na to, że przejmuje ona odpowiedzialność za uczucia i samopoczucie matki. Nie kwestionując tego wychodzi z założenia, że wydarzenia w jej życiu przynajmniej częściowo decydują o pomyślności matki - co jest z pewnością prawdą w przypadku matek, dla których dzieci stanowią centrum ich życia. Chociaż kobiety zasadniczo zdają sobie sprawę z tego, że mają prawo do podejmowania ważnych decyzji w taki sposób, by były one dla nich jak najlepsze, wliczają zawsze także reakcje innych na swoje działania. W odniesieniu do matki pamiętają ponadto czasy, gdy jako dziecko wydawało im się wysoce niebezpieczne, gdy człowiek od którego zależało ich życie, złościł się lub był podłamany.

Podporządkowanie własnych potrzeb życzeniom matki nie jest jedynie nakazem moralnym. Na płaszczyźnie emocjonalnej jest to dla córki także konieczność, która podwyższa jej własne poczucie bezpieczeństwa. Literaturoznawca Heidi Gidion, analizując relacje matka-córka, odkryła powtarzający się schemat, który określa świat doświadczeń dziewcząt: „Posłuszeństwo i bycie kochanym to jedno; jest to nie tylko zalecane, lecz nawet bardzo wskazane, by nie

oszczędzanej i tak przez życie matki nie obciążać dodatkowo myślami, uczuciami i doświadczeniami, które mogłyby wywołać jej troskę i niepokój." Przy takich założeniach możliwości wyboru i kształtowanie własnego życia przez córkę ulegają znacznemu ograniczeniu.

Kiedy młoda kobieta wyklucza pewne drogi ze względu na matkę, rezygnuje z części własnych celów, a co za tym idzie z części własnej osobowości. Depresja i zwątpienie są prawie zawsze nieuchronnym następstwem, z powodu moralnego tabu córka sama przyjmuje postawę bezsilności. Traci w ten sposób kontrolę nad własnym życiem, i by móc wytrzymać tą sytuację, tłumi swoje pragnienia. Rozwód nie wchodzi w grę, ponieważ matka wierzy, że małżeństwo córki jest szczęśliwe. Może córka chciałaby zrezygnować z zawodu i poświęcić się swej wielkiej pasji, malarstwu. Ale matka uważa, że to zbyt niepewne, i zamiast tego chwali w sąsiedztwie pracowitość „swojej dziewczynki” w biurze. Przeprowadzka do innego miasta, innego kraju, nie mówiąc już o innym kontynencie zostaje odrzucona, ponieważ to złamałoby matce serce.

Absolutność takiego sądu znacznie ogranicza możliwości zmiany. Niektóre córki pomagają sobie pewnym trikiem: aby nie musieć całkowicie zarzucić swych planów, przesuwają je na „święty nigdy”. Wmawiają sobie, że muszą tylko poczekać na sprzyjający moment i wtedy wreszcie zabrać się za wymarzoną sprawę. Zazwyczaj zawsze coś staje na przeszkodzie. W tej chwili nie byłoby to korzystne, bo brat już sprawił mamie tyle kłopotu. Nie, tak długo jak wnuki są małe, mąż bezrobotny albo kredyt na samochód nie spłacony ... Właściwy moment nigdy nie nadchodzi. W ekstremalnych przypadkach, córka, która nie chce sprawić matce żadnych nieprzyjemności, mówi sobie: „Nie, dopóki matka jeszcze żyje!” Ta pozornie altruistyczna postawa jest szczególnie makabryczna, ponieważ po odwróceniu wniosków, oznacza, że córka musiałaby życzyć sobie śmierci matki, by wreszcie pozwolić sobie na bycie szczęśliwą. Abstrahując od tego, raz zaakceptowany zakaz działa także po śmierci - powiedzenie „w grobie by się przewróciła!” nie jest pozbawione sensu.

Dorośla córka, która porzuca z powodu matki swoje plany, niezadko obwinia matkę za stracone sytuacje. Jest wściekła, ponieważ matka ze swoimi poglądami i życzeniami rzekomo nie pozwala jej być taką, jaką chciałaby być. „Zasadniczo postrzegamy drugą osobę jako tę, która uniemożliwia nam rozmowę, i która przeszkadza zmianom w związku. Wypieramy się naszego udziału w konflikcie, który przysparza nam cierpienia; w ten sposób wypieramy się także własnej siły, która mogłaby spowodować zmianę sytuacji”, pisze Harriet Goldhor Lerner wskazując zarazem na problem i rozwiązanie: ludzie są w stanie wyzwolić się z zależności i pójść własną drogą.

Często za pozornie bezinteresowną rezygnacją z własnych planów ukrywają się jedynie osobiste lęki i sprzeciw. Wydaje się, że jest wygodniej obciążać winą matkę, los i ogólnie niekorzystne okoliczności za beczynne trwanie, niż samokrytycznie zastanowić się nad samą sobą. Kobieta nie ma żadnego powodu, by poświęcać swoje życie dla interesów innych. Chronić matkę oznacza również nie traktować jej zbyt poważnie. Z jednej strony bliska przez całe życie osoba jest odbierana jako tak potężna, że sprzeciw wobec jej woli wydaje się niemożliwy; z drugiej strony jest ona ponoć zbyt słaba, by znieść nieprzyjemności, a może także rozczarowania. Trudno nie dostrzec tu sprzeczności.

Mam to po tobie!

„Niedaleko pada jabłko od jabłoni” mówi przysłowie, którym zaklina się jedność rodziny. Powiada ono ogólnie, że dzieci swym charakterem i możliwościami nie różnią się za bardzo od rodziców.

Zarówno dziewczynki jak i chłopcy są w taki sposób kierowani na decydujące o ich losie tory życia. Przez całe życie słyszą od dorosłych, którzy odgrywają ważną rolę w ich życiu, jak bardzo podobni są do mamy czy taty. Te informacje częściej odpowiadają pobożnym życzeniom otoczenia i jego potrzebie zasufladkowanego myślenia i zachowania orientacji niż rzeczywistości. Jednakże cechy przypisywane potomstwu tworzą rzeczywistość, którą ponoć jedynie opisują. Dzieci starając stworzyć sobie obraz wła-

snej osoby są gotowe do przyjmowania podsuwanych etykietek. Także one potrzebują jasności na temat tego kim są a kim nie. To, że w cudowny sposób często obserwuje się podobieństwa do rodzica tej samej płci, wywodzi się przede wszystkim z błędnego postrzegania.

Otoczenie dziecka ze szczególną uwagą obserwuje jego zachowanie, jeśli odpowiada ono jego oczekiwaniom. Który dorosły będzie się głośno cieszył z tego, że mała dziewczynka dłubie w nosie, tak samo jak jej matka? Albo podkreślał, że syn przypomina ojca sposobem w jaki pełza na czworakach po pokoju. Ale dłubanie w nosie i raczkowanie to rzeczy, które naprawdę się zdarzają. Natomiast komentowane będą z góry założone przez dorosłych interpretacje tych -wydarzeń. Mała, dłubiąc w nosie, ma już dokładnie to samo rozmarzone spojrzenie matki. Raczkujący „mały mężczyzna” ma sportowego ducha ojca. Raczkująca córka nie ma z kolei odwagi, by stanąć na dwóch nogach. Nic dziwnego - jej mama też zawsze potrzebuje bardzo dużo czasu, by się odważyć na coś nowego. Zdziwiająca, z jakim pragnieniem wiedzy dłubiący w nosie syn bada swe ciało.

Listę możliwych komentarzy na temat tego rodzaju banalnych zdarzeń z życia małych dzieci można przedłużyć w nieskończoność. Dzieci kierują się nimi poszukując własnej tożsamości. I tak córka stanie się rozmarzona i niezdecydowana, a syn zostanie sportowym uczonym. Zazwyczaj etykietowanie daje chłopcom więcej swobody w życiu, ponieważ część etykietek mówi także: patrzcie, ma głowę na karku. Patrzcie, jaki jest samodzielny. Patrzcie, jaką ma silną wolę, wytrwałość, upór. I nawet jeśli syn miałby pecha i zostałby wepchnięty w role, których nie chce, pozostaje mu jeszcze zawsze wskazówka, że mógłby zostać „self-made menem”. Nie ma żeńskiego odpowiednika tego wyrażenia.

W rodzinach, w których emocjonalna więź między matką i córką została zbudowana w oparciu o podkreślanie jedności, nakaz by dorastająca córka miała podobne cechy jak jej matka utrzymuje się także po okresie dojrzewania. Przystosowane córki przyjmują tę rolę. W sposobie myślenia i postępowania same zaczynają kierować się zasadą, że mają „wiele z matki.” Istniejące czasami fizyczne

podobieństwo ułatwia postrzeganie całej osoby jako kopię matki. Niepodważalnym i wielokrotnie obserwowanym na co dzień faktem jest za to, że człowiek może się zmienić, że z wyjątkiem genetycznie warunkowanych cech fizycznych nie jest skazany na żaden określony los. Bezkrytyczna zaś akceptacja etykietek z dzieciństwa utrwała taki sposób myślenia,

W sytuacjach kryzysowych tego rodzaju świadoma postawa ogranicza szanse na samodzielne określanie osobistego losu. Jeśli córki „są takie”, ponieważ już matki „takie były”, brakuje im wiary w możliwe alternatywy. Jednak zwłaszcza w trudnych czasach ludzie potrzebują zaufania, że nie wszystko na zawsze pozostanie, jakie już zawsze było. „'Praktyka zwątpienia' polega na znajdowaniu trwałych i globalnych przyczyn naszego nieszczęścia”, pisze psycholog Martin Seligman. Widzi jeden z podstawowych warunków nadziei w przekonaniu, że nieszczęście, które się zdarzyło nie dotyka wszystkich sfer życia i jest ograniczone czasowo.”

Jeśli córka wierzy, że odziedziczyła po matce konkretne cechy charakteru, może ją ta wiara zaprowadzić do sytuacji pozornie bez wyjścia. Będzie bezradna, kiedy nie dostrzeże swojej szansy wpływania na sytuację, ponieważ wierzy, że brakuje jej niezbędnych do tego umiejętności. Gdy córka wierzy, że jest tak samo nieśmiała, chorowita, strachliwa lub technicznie słaba jak jej matka, prowadzi to w nieunikniony sposób do zależności i depresji. Jednak córka, której matka jest stale zajęta, postrzega siebie samą także jako osobę aktywną, zaradną, znoszącą duże obciążenia i energiczną jak jej wzór do naśladowania, czyli matka.

Zestawione powyżej cechy są ilustracją krańcowych sposobów zachowania, alternatyw, jednak w obu przypadkach córki coś łączy: W konkretnych sytuacjach nie mogą się swobodnie zdecydować na jedną lub drugą alternatywę, lecz pozostają w repertuarze swoich możliwości skrupowane tym, jak postąpiłaby ich matka. Jeśli spotka je katastrofa na utartej ścieżce, nierzadko obwiniają za to matkę. Ostatecznie to ona dała im taki charakterologiczny posag. W ten sposób dorosłe kobiety przez całe życie pozostają córkami pod względem swojego zachowania. Nawet w podeszłym wieku, gdy matka od wielu lat nie żyje, pozostają wierne jej spu-

ściźnie. Nie zauważają przy tym wszystkich wpływów, które wywarli na ich życie inni ludzie i społeczne okoliczności w owym czasie. Nie dostrzegają często nawet tego, że sama matka nie była „taka sama” przez całe życie. I wreszcie nie dostrzegają wszystkich innych talentów, możliwości i zainteresowań, zaniedbując je na rzecz z góry założonych etykietek. W ten sposób nie są ani niezależne ani wolne.

Sprzeciw

*Buntując się wobec starych ograniczeń
często nie dostrzegamy,
że jesteśmy wolni, by je odrzucić.*

Zatraty

Któż nie zna skarg na temat wyrodnych matek i przedstawiania macierzyństwa jako ideału szczęścia i przerażenia wobec kobiet, które tę rolę odrzucają. Nasze społeczeństwo ciągle przenika zbiorowe matkowanie, może ono istnieć w dzisiejszej formie jak długo kobiety z każdej grupy wiekowej, warstwy społecznej i wyznania są gotowe do matczynych zachowań.

Nie chodzi tutaj o właściwe macierzyństwo, lecz o zgodę na te wszystkie etykietki, które zazwyczaj łączy się z matczynym zachowaniem: akceptacja nieodpłatnej pracy, odpowiedzialność za emocjonalne dobre samopoczucie własnego otoczenia i gotowość do służenia. Kobiety naśladową ideał matczynego zachowania, kiedy umniejszają swoje dokonania lub wcale ich nie zauważają, nie oczekują ani podziękowania ani wzajemności ani kompensaty.

Kobiety zachowują się po matczynemu, kiedy przynoszą kawę koleżdze („Zrobię to w mig!”, „Nie ma dla mnie problemu!”, „Nie ma o czym mówić!”), kiedy w pracy akceptują kiepskie wynagrodze-

nie („Ta praca nie jest aż tak trudna!”, „To co robię, potrafiłby każdy!”, „W branży i tak i tak nie jest najlepiej!”), kiedy pozwalają się rodzinie wykorzystywać przy pracach domowych („Mój mąż jest kompletnie wykończony po pracy!”, „Zanim się pokłócimy, zrobię to lepiej sama, pójdzie raz-dwa!”, „Dzieci muszą i tak tyle się uczyć w szkole!”) i kiedy w pracy społecznej podejmują się czynności przynoszących mało szacunku (przygotowanie kanapek na przyjęcie w stowarzyszeniu, wysłuchiwanie kłopotów mieszkańców domu starców, opieka w niezależnym przedszkolu, opróżnianie popielniczek po posiedzeniu zarządu - kobiety zazwyczaj nie są prezesami, często czują się już „zaszczycone”, gdy prezes zarządu podziękuje im, ponieważ w tym roku ponownie zrezygnowały ze zwrotu wydatków).

Potęga mediów ciągle jeszcze przypisuje kobiety do tych ról, a nawet je w nich umacnia. Równie częste co uciążliwe reklamy, przedstawienie kobiet w filmach i tematy z pism kobiecych potwierdzają to długotrwale. Konstruowane są nawet rzekome trendy, by związać kobiety z tymi tradycyjnymi rolami. „Dziennikarstwo tworzące trendy czerpie swój autorytet nie z aktualnej sprawozdawczości, lecz z potęgi powtarzania”, pisze dziennikarka Susan Faludi i udowadnia, że przez stałe propagowanie upragnionych kierunków rozwoju, tworzone są sztucznie społeczne prawdy, nie przystające do jakiegokolwiek rzeczywistej sytuacji.

Dorastające dziewczęta muszą odnaleźć własną postawę wobec świata. Poszukując wizerunku kobiety, którą chciałyby lub powinny przyjąć, muszą także zmierzyć się z wartościami obserwowanymi u matki. Niezbędna krytyka społecznych stosunków, które mają kobietom do zaoferowania niewiele atrakcyjnych ról, z łatwością kieruje się przeciw własnej matce. Łatwiej jest ścierać się z rzeczywistą osobą i kłócić z konkretnym partnerem niż występować przeciwko niejasnym mitom, które co prawda są wszechobecne, ale trudno uchwytnie. Matki są jednak z reguły obecne. W czasie, kiedy córki stają się bardziej niezależne, zaczynają mierzyć osobę, która kształtowała ich dzieciństwo, społecznie przyjętym ideałem matki. Nie ma przy tym znaczenia, jak matki naprawdę się zachowywały, co myślały i jak żyją. Struktura double-bind roli matki warunkuje, że

każdy możliwy wariant zachowania musi być negatywnie postrzegany przez córki.

Na przykład samodzielna matka, która nijak nie przystaje do obrazu zazwyczaj łączonego z matczynym ideałem. Ma własne zainteresowania, zdrowy egoizm, upiera się przy własnych prawach i widzi swe dzieci jako część a nie jako środek swego życia. Co prawda jej przykład nadaje się na wzór do naśladowania dla córki, ale jednocześnie dziewczynka rozwine uczucie, że w jej rodzinie coś jest nie tak. Znajdowanie się poza normą zawsze pozostawia pewne uczucie niepewności. Szczególnie, gdy taka wyjątkowa pozycja nie została samodzielnie wybrana. Córki takich matek często odczuwają wściekłość. Jako dzieci czuły się niekochane, bo jak inaczej wytłumaczyć, że matka nie zawsze i wszędzie wszystko dla nich robiła - tak jak matka ich najlepszej przyjaciółki, matka bohaterka w ulubionej książce i wszystkie kobiety w niedzielnym serialu?

Gdy te córki dorosną, zdadzą sobie co prawda sprawę ze swobód jakie dzięki takiemu wzorcowi matki otrzymały, ale będą w sobie nadal nosiły stare frustracje. Matce zostanie wreszcie postawiony zarzut: Nigdy nie czytałaś mi bajek na dobranoc! Nigdy nie obchodziły cię moje zadania domowe! Zawsze musiałam sobie sama przygotowywać kanapki! Źródło takich zarzutów jest zazwyczaj niejasne i uogólnione. Nie dostrzega się pozytywnych cech przekazanych przez matkę ani motywacji do takiego zachowania. Negatywne uczucia córki nie opierają się na tym, że matka źle się zachowała, lecz że zachowała się inaczej niż dziewczynka by sobie tego życzyła. Nawet kochające gesty matki mogą zostać przez córkę odrzucone. Ogromna impreza urodzinowa z niespodziankami, wynajętym klaunem i bitwą na kawałki tortu może jej się wydać nawet nieprzyjemna, jeśli wszystkie zaproszone dzieci wolą raczej świętować w małym gronie przy domowym cieście. Ale wina nie leży po stronie matki, lecz w presji konformizmu, w której dzieci rosną.

Co zaś stanie się, jeśli dziewczynka wyrasta z matką, która ma ogólnie bezkrytyczną postawę wobec klasycznego ideału matki? Która rzeczywiście sprząta ubranie dzieci, na Boże Narodzenie pie-

cze kolorowe keksy i dwa razy w tygodniu wozi „małą” na gimnastykę sportową, choć córka ma już 17 lat?

Także w takim wypadku stosunki między matką i córką są często napięte, ponieważ gdy córka dorośnie, będzie broniła się przed „uszcześliwianiem” i zacznie krytykować matkę jako zbyt przywiązaną, bez zainteresowań i niesamodzielną. Nie może powstać dobry związek, jeśli córka obawia się, że matka ją zawłaszcza. Jednocześnie młoda kobieta chciałaby podążyć drogą stojącą w sprzeczności do tradycyjnej roli kobiet i zaczyna kwestionować życie matki. Matka wówczas irytuje się, ponieważ przez lata spotykała się ze wszystkich stron z uznaniem swojego zachowania, i także jej córka wcześniej je bez zastrzeżeń akceptowała. Nie rozumie już świata i czuje się niesprawiedliwie potraktowana. Konflikt pozostaje nierozwiązany, ponieważ uwidacznia się jedynie we wzajemnych złośliwych krytykach drobiazgów, tam gdzie naprawdę chodzi o podstawowe wartości.

Oczywiście istnieją rodzinne układy i okoliczności prowadzące do tego, że córka słusznie czyni matce zarzuty. Także w czasach kontroli narodzin nie wszystkie dzieci są naprawdę chciane, i nie wszystkie matki w każdym czasie swojego życia są w stanie dać dziecku uwagę i pełne miłości wsparcie, na które zasługuje. Inaczej niż próbują to nam wyjaśnić różne instytucje, począwszy od parlamentu przez scenę kulturalną aż po prasę bulwarową, rodzina nie jest bowiem ostoją nieustannej szczęśliwości. Dzieci cierpią zaniedbanie, niewłaściwe traktowanie, nadużycia seksualne i psychiczne okrucieństwo. Wbrew przeważającemu mniemaniu to właśnie tradycyjne konstelacje rodzinne od lat manifestują tego rodzaju niemożliwe stosunki, ponieważ to tu zależność i przymus wobec kobiet są największe, co utrudnia wyzwolenie się z obciążających stosunków.

Niektóre dzieci rosną z matkami, które są uzależnione od narkotyków albo cierpią na problemy natury psychicznej. W obu przypadkach nie mogą rozwinąć poczucia bezpieczeństwa, ponieważ ich najbliższe otoczenie jest niestabilne. Nastroje zmieniają się skokowo, katastrofy wydarzają się nagle dla dzieci, a matki nie są w stanie o nie się troszczyć. Dorosłe dzieci, które rosły w takich

warunkach, czynią swoim matkom często gorzkie wymówki. Mają prawo czuć się rozczarowane, wściekłe, smutne i zranione, ale nawet jeśli to matki spowodowały to cierpienie, to nie są za nie wyłącznie odpowiedzialne.

Jest to problemem naszego społeczeństwa, że to zawsze matki są przede wszystkim odpowiedzialne za pomyślność dzieci. Szczególnie gdy coś się nie układa, wszyscy wskazują palcem właśnie na nie. Oczywiście matki ponoszą odpowiedzialność za uzależnienie od alkoholu lub za bicie dzieci. Oczywiście byłoby wskazane, żeby opuściły brutalnego partnera. Oczywiście to ich zadanie, kiedy na przykład z powodu depresji nie mogą opiekować się dziećmi, zatroszczyć się, by zajął się nimi ktoś inny. Ale co z innymi ludźmi wokoło? Co z bijącym ojcem, krewnymi, którzy wiedzą o problemach z narkotykami, nauczycielami, sąsiadami, urzędem ds. młodzieży, którzy udają, że nie widzą? Wiele dziecięcego cierpienia nie istniałoby bez społecznego przyzwolenia, które jedynie matkom przypisuje odpowiedzialność za pomyślność dzieci, nawet gdy jest oczywiste, że nie są one w stanie z najróżniejszych powodów tej odpowiedzialności przejąć.

W odróżnieniu od dorosłych synów pochodzących z obciążonych rodzin, którzy bardziej zdecydowanie odcinają się od matek, zupełnie się wycofują lub wycierpianą przemoc oddają teraz jako sprawcy, dorosłe córki wikłają się w zarzuty, które - jakby nie były zasadne - utrzymują je w stanie zależności dokładnie od tej osoby, która była (współ)sprawcą ich cierpienia. Pod presją dziecięcego zwątpienia córki nie są w stanie rozpoznać ani zmian w życiu matki ani zaakceptować usprawiedliwień. Zamiast tego obie kobiety wikłają się w bolesne konflikty, które rzadko pomagają wyleczyć stare rany.

Prowokacja

Prowokacja to chętnie wybierany środek, przy pomocy którego dzieci odrzucają wymagania i oczekiwania rodziców. Jest to symbol okresu dojrzewania. Dzieci nie pokazują jasno, że już nie chcą być małymi i zależnymi istotkami, które robią to co mama

i tata im każą. W poszukiwaniach własnej tożsamości ważne jest, by najpierw zakwestionować wszystko to, co wcześniej zostało bez zastrzeżeń zaakceptowane. Prowokacja jest więc krokiem na drodze dorastania, ale nie dorosłości. Dorosłość charakteryzuje się bowiem końcem prowokacji. Dorosła osoba jest pewna swojego zdania i nie musi nic udowadniać. Rodzicielskie wartości zostały rozważone i sprawdzone, to co potrzebne zostało przejęte, a nieaktualne - odrzucone. Dorosłe dziecko potrafi z tak umocnioną osobowością zachować suwerenność wobec otoczenia i zaakceptować odrębność innych osób.

Opisany rozwój w procesie dojrzewania odpowiada ideałowi, którego wiele dzieci nie osiąga. Z powodu wypartych dziecięcych uczuć utykają w jakimś punkcie tego procesu, i oddzielenie się nie udaje. Jednocześnie zachowują się z różnych powodów prowokująco wobec matki lub ojca. Na kolejnych stronach odniosę się wyłącznie do warunków, wywołujących prowokację jako formę sprzeciwu córek w stosunku do matek.

Jak to zostało już wcześniej wyjaśnione przynależność matki i córki do tej samej płci wpływa na powstanie silnych zależności między nimi. Początkowo symbiotyczny związek jest w miarę dorastania córki obciążany matczynymi oczekiwaniami. Inaczej niż w przypadku chłopców, matki przyznają dziewczynkom o wiele mniej prawa do niezależności od rodziny. Już z tego powodu córka będzie zachowywać się prowokująco, by podkreślić swą samodzielność. Broni się przy tym nie tylko przeciwko ograniczeniom wynikającym z potrzeb matki, ale także przeciw roli kobiety, którą matka uosabia. Aby zachować suwerenność córka wypiera się uczuć, które żywi w stosunku do matki, a gotowością do kłótni chce udowodnić, jak bardzo jest od niej niezależna. Teraz matka, która czuje się opuszczona, staje się zależna od córki. Jednak im bardziej pragnie bliskości córki, tym bardziej ta się wycofuje.

Powstające konflikty pomiędzy matką a córką nie naruszają pierwotnej bliskości. Psycholog Lerner podkreśla, że „kłótnie tak samo niezawodnie [chronią] znane wzorce zachowań jak milczenie i dążenie do harmonii ze strony 'miłej kobiety'". Nie ma tu mowy o oddzieleniu. Któż nie zna emocjonalnego napięcia dra-

matycznego starcia, zażartej walki. Myśli prowokującej córki nie krążą już wokoło kwestii, jak chciałyby formować swe życie w zgodzie z własnymi interesami, lecz koncentrują się o wiele bardziej na tym, czym można by mamę zaszokować.

Naturalnie nie tylko wychuchane dziewczynki buntują się w taki sposób. Zwłaszcza młode kobiety, pragnące więcej zainteresowania ze strony matki, uciekają się do wszystkich sposobów, by - kiedy już nie otrzymują żadnego uznania - wywołać co prawda negatywne, ale za to przynajmniej silne reakcje. Niestety sięgają przy tym do zachowań, które przynoszą im samym szkodę. Prowokacja jest tu próbą zwrócenia uwagi na braki i nieprawidłowości.

Powody autodestrukcyjnych zachowań są często bardzo konkretne, co chętnie jest pomijane. Głodzenie się, używanie narkotyków i prostytutka są interpretowane ogólnie i bardzo abstrakcyjnie jako znaki kobiecego buntu wobec roli kobiety. Ogólnie panująca opinia ponownie zaciemnia obraz tego, o co tak naprawdę w wielu przypadkach chodzi. Młoda kobieta musi być już ogromnie przepełniona zwątpieniem, by w tak poważny sposób samej sobie szkodzić. Często dorastające dziewczęta próbują w ten sposób wskazać na doznane duchowe i cielesne krzywdy. To co otoczeniu wydaje się prowokacją, jest po prostu wołaniem o pomoc. Starcia córki mają miejsce przede wszystkim z matką, ponieważ to od niej - zgodnie z utartym wyobrażeniem - oczekuje ona zrozumienia i ochrony.

Tylko nie taka jak ona

W trakcie oddzielania się od matki córki zaczynają odrzucać sposób myślenia i życia matki. Jednak to matka przekazuje córce społeczne oczekiwania. To matka jako pierwsza i w większości przypadków najważniejsza osoba w życiu córki, daje jej swym życiem przykład jakie są reguły. I tak złość dorastającej córki nie kieruje się przeciwko abstrakcyjnym normom społecznym, lecz przeciw kobiecie, które je uosabia. Poza tym córki doświadczają na przykładzie matek konsekwencji dopasowanej kobiecości.

Widzą pasywność, która trzyma je w nieszczęśliwych związkach i materialnej zależności. Nie rzadko słyszą skargi matek, a jednocześnie widzą, że te nie są w stanie samodzielnie zmienić swojego losu.

Dorośla córka współodczuwa, gdy jej matka jest nieszczęśliwa. Jednocześnie jest konfrontowana z milczącym oczekiwaniem, by przejąć odpowiedzialność za pomyślność matki. Powinna być jasnym punktem, wynagrodzeniem za wyrzeczenia, które matka przez całe życie ponosiła. Córka odrzuca tę pozycję. Nie chce żyć jak matka, nie chce być taka jak matka.

Ta decyzja nie jest jednak podejmowana w racjonalny sposób. Nie jest ona wynikiem trzeźwego procesu, w którym rozważone zostały wszystkie za i przeciw. Odrzucająca postawa córki wobec matczynego sposobu życia jest o wiele bardziej rezultatem doznanych zranień i frustracji. Opierające się na tym odrzucenie jest bezmyślne i całkowite. Jest wyrazem przekory i przez to przesadne. Sprzeciw, chęć bycia inną niż matka, staje się głównym motywem działania. Córka odcina się w ten sposób od swoich korzeni. Matka wymaga na przykład, żeby przed snem zawsze posprzątać pokój i wymyć zęby. Jeśli córka całkowicie odrzuci zalecenia matki, nie tylko będzie kochała chaos w swoim mieszkaniu, ale może także zaniedbać higienę zębów. Podczas gdy to pierwsze może być wyrazem indywidualnej odrębności, to drugie zwiększy liczbę wizyt u dentysty.

Ten prosty przykład dobrze unaocznia problem. Córka ogromnie ogranicza się w możliwościach postępowania, gdy bez przezwyciężenia odrzuca nakazy matki. Sama pozbawia się szansy, skorzystania z pożytecznych aspektów wychowania. Jednocześnie choć ta forma sprzeciwu wywołuje oddzielenie, to nie powoduje niezależności. Córka musi się stale kierować matką, jeśli chce postępować odmiennie i w ten sposób pozostaje skupiona na matce.

Oddzielenie się córki od wartości matki związane jest z doświadczeniami z własnego dzieciństwa. Tylko wtedy, gdy dziewczynka odczuła negatywne strony matczynych poglądów, będzie chciała odrzucić styl życia matki. Nie będzie jednak potrafiła dostrzec, że matka też się zmieniła, i że może się zdarzyć, że wyważy

dawno już otwarte drzwi. W ten sposób można poznać, że córka nie wyemancypowała się rzeczywiście od matki. Literaturoznawca Heidi Gidion określa „uwolnienie się jako podstawowy warunek do poznania, że inne osoby podlegają zmianom w czasie.” Uwolnienie się oznacza zaprzestanie myślenia w kategoriach czarne-białe, dobre-złe i zawsze-nigdy. Oznacza to, że widzi się matkę jako zbiór różnych możliwości, które można pojedynczo rozważyć lub odrzucić i uwzględniając inne przykłady poszerzyć osobisty obszar działania.

Ucieczka

Istnieje wiele sposobów, by uciekać i wycofywać się. Można opuścić związek, który ogranicza, oddalić się fizycznie lub zerwać kontakty. U podstaw wszystkich trzech form rozdzielenia leży zazwyczaj, zwłaszcza gdy chodzi o związek matki z córką, długotrwały proces bolesnych konfliktów. Ucieczka wydaje się córce ostatecznym rozwiązaniem, ponieważ wzajemne ranienie się odczuwane jest jako zbyt obciążające, by związek mógł dalej istnieć w dotychczasowej formie.

Pasywna forma ucieczki to wycofanie się do wewnątrz. Często pozostaje niezauważona lub przynajmniej nie komentowana. Córka rezygnuje z chęci pozytywnego tworzenia kontaktu z matką. Odbiera ją jako dominującą i wierzy, że nie umie włączyć własnych spraw i własnej osobowości w rozmowy z matką. Jednocześnie nie ma odwagi, siły lub silnej woli, by wyrazić swe niezadowolenie, ponieważ obawia się dalszych, niekończących się i „bezużytecznych” dyskusji. Zamiast tego przeprowadza to, co w życiu zawodowym nazywa się „wewnętrznym wypowiedzeniem”. Co prawda kontynuuje związek w niezmienionej formie, ale wewnątrznie nie bierze już w nim udziału. Nie słucha już tak naprawdę tego - często są to rady i oceny - co matka mówi. Ma na szyi niewidzialną tabliczkę z napisem „nikogo nie ma w domu!”

Podczas gdy dusza młodej kobiety zaszyła się w najciemniejszym kącie, rytualne bycie razem matki i córki przebiega bez zarzutu. Córka jest radosna, reaguje na wypowiedzi matki i robi to,

czego się od niej oczekuje. Co prawda usiłuje ograniczyć kontakty z matką, które są dla niej wyczerpujące i męczące, ale nigdy nie dochodzi pomiędzy nimi do rozmowy o tym, że coś niezwykle zasadniczego źle funkcjonuje. Młoda kobieta pozostaje małą dziewczynką, próbującą robić to, co mówi mama. Głęboko wewnątrz podąża innymi drogami.

Ta forma sprzeciwu wobec matczynej władzy znajduje swój końcowy wyraz, kiedy ucieczka do wewnątrz staje się ucieczką w chorobę. Jest to równie beznadziejna co prowadząca do nikąd forma odrzucenia, ponieważ nie oferuje żadnej szansy na poprawę sytuacji. Córki, które próbują oddzielić się w taki sposób, zakodowały nakaz, by w miarę możliwości nie krytykować matki. Dostosowują się do tego nakazu, podobnie jak do wielu innych społecznych norm i są przy tym rozdarte między wieloma często sprzecznymi oczekiwaniami swego otoczenia.

Inaczej niż w przypadku ucieczki do wewnątrz, forma stosunków między matką i córką zmienia się z konieczności, kiedy młoda kobieta oddala się fizycznie. Przeprowadzka do innego miasta czy nawet kraju nie musi, ale może być ucieczką. W tym przypadku młoda kobieta także zrezygnowała ze starań, by pokonać istniejące trudności przy pomocy rozmów. Fizyczny dystans obiecuje ulgę; córka dosłownie schodzi nieporozumieniom z drogi. Jednocześnie unika mówienia o przyczynach problemów. Przewyciężenie konfliktów we wzajemnych relacjach wydaje się być wysoko postawioną poprzeczką. Ma to określone przyczyny. Inaczej niż na przykład w przyjaźniach czy kontaktach z rodzeństwem obie strony w związku matka- córka nie znajdują się na równoprawnych płaszczyznach. Długoletnia zależność małej dziewczynki utrudnia teraz dorosłej kobiecie otwarcie się w stosunku do matki. Miałyby wtedy uczucie, że jest wydana na łaskę i niełaskę drugiej kobiety. Wyjaśniająca rozmowa lub nawet kłótnia wydają się w tych okolicznościach zbyt zagrożać młodej kobiecie.

Czasami jednak to właśnie fizyczne oddalenie powoduje usunięcie owe poprzeczki. Któż nie wie o ile łatwiej jest napisać osobisty list, niż wyjawic najintymniejsze uczucia krytycznie spoglądającemu rozmówcy. Zazwyczaj jednak fizyczne oddalenia nie

okazuje się rozwiązaniem istniejącej skomplikowanej sytuacji. Córka zakodowała wartości, wskazówki i oczekiwania matki, i nie ma znaczenia dokąd pójdzie, także z oddali nie będzie potrafiła uwolnić się od starych ograniczeń.

Niektóre dorosłe córki decydują się na całkowite zerwanie kontaktów z matką. Nie przychodzi im to łatwo. Zazwyczaj cierpią w tej sytuacji tak samo jak matka. Powody mogą być wielorakie. Często decyzja pojawia się po wielu latach napięć, walk i zranień. Córka nie może lub nie chce już dłużej (lub nie w tym momencie) tkwić w takiej sytuacji. Nierzadko bliskość pomiędzy matką a córką była za duża, tak że symbiotyczne komplikacje nie pozwalają na późniejsze odgraniczenie. Granice „ja” są w takim przypadku tak bardzo zatarte, że córka nie potrafi się już zdystansować do problemów matki i bardzo cierpi. Albo postrzega siebie samą jako uwięzioną w nieszczęśliwą sytuację życiową, w którą nie chce wplątać matki. Córka chciałaby ją niejako ochraniać. Bez względu na przyczynę rozstania, jest ono dla obu stron bolesne.

Dla matki jest to absolutna katastrofa, gdy córka zrywa z nią kontakt. Próbuje ona rozpaczliwie doprowadzić ponownie do rozmowy. To tragiczne, ale jej wysiłki prowadzą raczej do tego, że córka wycofuje się jeszcze bardziej. Podjęta taką decyzję i to czy i kiedy wróci do kontaktów z matką, jest wyłącznie jej decyzją. To jest właśnie to czego potrzebuje: przekonanie, że może decydować swobodnie i bez nacisku. Matka może pomóc córce w ten sposób, gdy wykorzysta ten czas, by dojść do porządku z własnymi uczuciami i własnym wkładem do zaistniałej sytuacji. Dla obu jest ważne, aby zastanowiły się najpierw nad samymi sobą. Tylko w taki sposób każda może wzmocnić swą osobowość i stworzyć w ten sposób warunki do nawiązania ponownie kontaktów.

*„Pamiętam jeszcze, jak często jako dziewczynka mówiłam:
'tego czy tamtego nigdy swoim dzieciom nie powiem'.
Ale teraz wymykają mi się czasami
dokładnie te same zdania co mojej matce.”*

Księżna Monako Gracja Patrycja
na temat wychowania swojej córki Karoliny

Jak zobaczyliśmy, matki i córki wnoszą do wzajemnych związków ogromny bagaż poglądów, oczekiwań i reakcji. W poniższych podrozdziałach chciałabym omówić ich wpływ na kontakty pomiędzy matką i córką.

Charakter międzyludzkich stosunków kształtowany jest przez wiele pojedynczych momentów. Bycie razem oferuje okazję, by te stosunki potwierdzić, poprawić lub spartaczyć. Osobisty posag złożony z tęsknot, lęków i doświadczeń decyduje, w którą stronę w konkretnej sytuacji wychyli się wahałdo. W każdej chwili mamy wiele możliwości reagowania i wpływania na rozwój wypadków. Choć powszechnie uważa się kobiety za mistrzynie komunikacji, one same rzadko zdają sobie sprawę z tego, że dysponują ogromnym repertuarem różnych zachowań. Pytane o wydarzenia w życiu, przedstawiają przebieg wydarzeń, zwłaszcza w związkach z najbliższymi osobami, często tak, że wszystko zdaje się dziać jakby przypadkowo.

Ta prawie stoicka postawa jest jeszcze silniejsza w kontaktach rodzinnych. Rezultatem jest obojętniający bezruch, niezadowalający dla wszystkich zaangażowanych. Sięga się wtedy do starych tradycji, które obiecują pozorne bezpieczeństwo, ponieważ nie sposób popełnić tam żadnego błędu. Od wieków tak samo przebiegające rozmowy czy kłótnie dają zarówno matce jak i córce

uczucie, że już przed spotkaniem wiedzą, co się zdarzy. Wspólne ścieżki są tak wydeptane, że wyłamania się z nich wydaje się praktycznie niemożliwe. Skutkiem jest rezygnacja, wycofanie na ustalone pozycje i w tradycyjne normy. Matki i córki godzą się z tym istniejącym stanem rzeczy. Tracą przy tym szansę, by wykorzystały wszystkie pozytywne aspekty, które mogłyby uczynić ich związek użytecznym dla obu stron. Na końcu takiego procesu znajduje się odizolowanie się. Matka i córka nie dowiadują się już co dzieje się i jest ważne w życiu drugiej osoby. Następuje wyobcowanie.

Gdy kontakty pomiędzy matką a córką stoją na chwiejnych podstawach, kiedy unika się interesujących tematów dotyczących aktualnego życia obu kobiet, nieporozumienia są jak zaprogramowane. Obie strony czują się błędnie rozumiane lub nie dostrzegane. Jedynie wstąpienie na pozornie pewny grunt zapobiega powstającej na skutek tego frustracji. Wspólna przeszłość skłania do tego, by uciekać się do wspomnień o „starych dobrych czasach”. W latach, gdy córka była jeszcze małą dziewczynką, obie przeżywały i doświadczały tego samego - przynajmniej tak wierzą. Tym większe zdumienie budzi nagłe odkrycie, że także wspomnienia dobrze znanej przeszłości nie wywołują u obu stron takich samych uczuć.

W takim przypadku matka albo córka zaczynają się wewnętrznie dąsać. „W ogóle cię już nie poznaję!” brzmi bezpośrednio lub pośrednio wyrażony zarzut, przy pomocy którego jedna z kobiet artykułuje jak bardzo stały się sobie obce. Towarzyszący temu upór uniemożliwia zauważenie rzeczywiście istniejących wspólnych rzeczy.

Szczególnie gdy córka jest już dorosła i idzie swoją drogą, matka czuje się wyłączona z życia młodej kobiety i nierzadko wyobcowana. Szybkie zmiany ostatnich lat i ostatniego wieku - tak na obszarze nauki, jak i perspektyw życiowych zwłaszcza żeńskiej części populacji - ułatwiają powstawanie uczucia izolacji. Zazwyczaj to matka pierwsza czuje się opuszczona, ale również córka często odczuwa to jako zdradę, gdy matka nie rozumie jej rozwoju i jednocześnie go neguje.

Jeśli kontakt między matką i córką jest zaburzony w sposób, który dla obu stron jest obciążeniem, powstaje ogromna niepew-

ność. To co jest ogólnym problemem obecnie istniejącej struktury rodzinnej, zostaje zindywidualizowane. Zarówno matka jak i córka są przekonane, że coś robią źle; obie rozwijają poczucie wstydu, zakładając że to tylko w ich rodzinie wszystko idzie „tak źle.” Rozwijające się na tej podstawie przekonanie o własnej niedoskonałości przede wszystkim po stronie matki jest źródłem rosnącego strachu przed utratą. Nad matką, niedoceniającą własnej wartości, wisi niczym miecz Damoklesa lęk przed utratą kontaktu z córką.

Wymienione powyżej niepewności prowadzą do tego, że w relację matka-córka wkradają się wewnętrzne i zewnętrzne walki, które łączy jedna cecha: są niesłuchanie wyczerpujące i odbierają obu kobietom energię, którą mogłyby dobrze spożytkować we wzajemnym związku i w innych obszarach życia. W związku z tym zajmę się następnie tematem marnowania czasu i kreatywności w nieprodukcyjnych dramatach, wstrzemięźliwym zaprzeczaniem własnych życzeń, wypieraniem problemów za pomocą uników i idealizacji, a wreszcie osłabiającymi siły konsekwencjami, przynoszącymi ból, smutek i rozczarowanie nierozwiązanych konfliktów i powikłanych związków.

Bezruch

*Możemy sami decydować, czy będziemy
w życiu powtarzać znane schematy czy pozwolimy
sobie na nowe doświadczenia.*

Strzeżenie tradycji

Tradycje służą do skupienia grupy razem. W przejrzysty sposób demonstrują, kto jest jej częścią a kto nie. W ten sposób znacznie przyczyniają się do umocnienia związków i oddzielenia się odtych, którzy są na zewnątrz. W miarę upływu czasu każda grupa fofewija

własne rytuały, symbolizujące wspólną tradycję. Bojowe okrzyki kibiców klubu piłkarskiego, od stuleci przekazywane tańce ludowe wiejskich wspólnot czy obyczaje całych narodów w pewne dni świąteczne mają ten sam cel: ci, którzy je znają i przyłączają się, należą do naszej wspólnoty.

Nie inaczej jest w rodzinach. Pielęgnuje się tam tradycje, typowe dla danego regionu i będące wspólnym dobrem. Poza tym każda rodzina ma własne rytuały, ważne tylko dla tego małego kręgu osób. Co prawda miliony Niemców przystrajają co roku choinkę, ale już wybór rodzaju, wielkości i wyglądu drzewka, nie wspominając już o ozdobach należą do indywidualnego rodzinnego dobra. U Meierów musi to zawsze być srebrna jodła, ale nie wyższa niż półtora metra, w przeciwnym wypadku nie będzie pasowała do rogu, w którym zawsze stoi. Poza tym musi być kupiona już 16 grudnia, ponieważ babcia ma urodziny następnego dnia i już wtedy drzewko powinno prezentować się w całym blasku. U Mullerów musi to zawsze być świerk, jak od pokoleń, i ma być jak największy. Ojciec rodziny zawsze kupuje go od handlarza na rogu, który zna go od dawna i zawsze odkłada mu jedno drzewko, ponieważ pan Muller przychodzi po nie dopiero w Wigilię.

Proszę zapytać ludzi, którzy świętują w gronie rodziny, o zwyczaje i zawsze usłyszą Państwo zdania zaczynające się od „u nas”, przy czym to „u nas” będzie wypowiedane z wyraźnym naciskiem. „U nas wieszamy tylko czerwone bombki na choince”, „u nas nie ma na święta gęsi, tylko niskokaloryczne filety z piersi. U nas jada się zdrowo.” „U nas zawsze spotykamy się, by wspólnie malować jaja”, „u nas to zawsze matka wyszukuje miejsce na urlop”. „Zawsze” jest również często używanym słowem w tym kontekście.

Tradycje mogą w najkorzystniejszym przypadku zapewnić bezpieczeństwo. To co znane, na spotkanie czego wszyscy mogą liczyć, zmniejsza strach i zapewnia ciągłość. Jest w tym coś uspokajającego, że istnieją rzeczy, które nigdy się nie zmieniają. Rodzinny rytuał to holownik ciągnący statki dzieci i rodziców do rodzimego portu. Jeśli rodzinne spoiwo jest nienaruszone, jeśli wzajemne stosunki poszczególnych członków rodziny są jasne, to pielęgnowanie dawnych zwyczajów i jednoczesne wzmocnienie własnych

korzeni może być dla wszystkich uczestników błogosławionym doświadczeniem.

Kiedy jednak w rodzinie istnieją problemy, to właśnie dawne tradycje stają się często przekleństwem. Oznaczają one bowiem stagnację. Dzieci, które mają nadzieję na zmiany, co roku doświadczają, że wszystko zostaje po staremu. Tradycje, których pielęgnowanie w domu jest przede wszystkim rolą kobiety, stają się kością niezgody. Czy wszystko koniecznie musi być tak samo jak w zeszłym roku? Czy musimy zawsze kupować choinkę już 16 grudnia, chociaż babcia zmarła już piętnaście lat temu?

W odniesieniu do w relacji matka-córka niesnaski z powodu rodzinnych zwyczajów mają często symboliczny charakter. Choinka czy tort urodzinowy są jedynie wyzwalaczami gwałtownych walk o kwestię możliwości zmiany w związku. W procesie dorastania to zazwyczaj córki zaczynają w pewnym momencie kwestionować przekazywane rytuały. Choć nie musi to być regułą: zwłaszcza feminizm spowodował, że także matki chcą wnieść powiew świeżego powietrza do swych rodzin. Wywołuje to często ogromne niezadowolenie u poszczególnych członków rodziny, ponieważ życzenia zmian matki nierzadko zawierają także rezygnację z przejmowania domowych obowiązków, które do tej pory były jakby naturalnie przez nią wykonywane, co dla reszty rodziny było wysoce przyjemne.

Tradycje żyją dzięki akceptacji wieloletniego i wielowiekowego stanu rzeczy i z tego powodu raczej nie zachęcają kobiet do niezależności. Jeśli ciastka piecze się ciągle jeszcze zgodnie z babcinym przepisem, to zawierają one - według telewizyjnej reklamy przede wszystkim miłość, ale w rzeczywistości do 90% nieopłaconej pracy. Można sobie wyobrazić miny smakoszy, którzy od zawsze rozkoszowali się domowymi ciasteczkami, gdy pracująca zawodowo pani domu przyniesie paczkę ciastek ze sklepu.

Jednak starodawne tradycje mają swój ciężar. Szczególnie przy rodzinnych uroczystościach zwłaszcza córki mają uczucie, że albo nie sposób ich uniknąć albo można to tylko osiągnąć nieobecnością. I tak Święta Bożego Narodzenia to błogosławieństwo dla branży turystycznej. Podczas gdy strumień podróźnych przemieszcza się

po kraju jadąc do rodziców, inni szukają odległych miejsc. Podczas gdy jedni jadą „do domu”, czyli do gniazda rodzinnego, inni odrzucają tę coroczną regresję. Zwłaszcza córki stoją za każdym razem przed ogromnie trudną decyzją, ponieważ odwołanie się do dawnej roli córki, roli dostosowanej, stopionej z matką młodej dziewczynki, oznacza dla nich osłabienie zdobytej z trudem samodzielności, podczas gdy synowie pozwalają się z ochotą ponownie rozpieszczać jak książęta.

To co w czasie Świąt Bożego Narodzenia jest szczególnie widoczne, odnosi się także do obchodzenia z tradycjami ogólnie. Pielegnowanie starodawnych zwyczajów w konkretnej sytuacji oznacza zawsze, że w danym momencie rezygnuje się z aktualizowania międzyludzkich związków, czyli dostosowania się do teraźniejszych sytuacji życiowych wszystkich zaangażowanych osób. Gdy kontakty w rodzinie są naznaczone przede wszystkim przez zrytualizowane zachowania, powstaje bezruch.

Rozliczne sprzeczności w zachowaniu matki i córki, które opisałam w poprzednich rozdziałach, powodują powstanie uczucia ogromnej niepewności po obu stronach. Powstaje wówczas tęsknota za bezpiecznym obszarem. Wydaje się, że tradycje oferują taki pewny grunt pod nogami. Ale oznacza to dla matki i córki błędne koło, ponieważ spotykają się akurat na tej płaszczyźnie, która stanowi przyczynę ich problemów. Co prawda rozwijają obie uspokajające uczucie, wiedząc zawsze co je spotka, ale to czego oczekują nie zawsze jest tym czego sobie z takich kontaktów życzą. Odwoływanie się do tradycji umacnia jedynie niezadowolający stan rzeczy.

Wiem, co mnie czeka

W czasie wspólnego życia każdemu członkowi rodziny przypisywana jest rola, którą bardziej lub mniej dobrowolnie przyjmuje. Dla dzieci przyjęcie roli jest ważnym krokiem w rozwoju ich tożsamości i wyobrażenia o tym kim się jest i co się potrafi. Poczynając od tego podstawowego uczucia dzieci w miarę dorastania akceptują niektóre cechy związane z rolą w rodzinie, od innych zaś się

dystansują. W ten sposób kształtują własną, niepowtarzalną osobowość. Wewnątrz rodziny pozostaje jednak z reguły stary podział ról. Każdy zajął swoje miejsce i ma tam pozostać do końca życia. To właśnie opisane już wcześniej mechanizmy selektywnego postrzegania i samospełniających się przepowiedni pozwalają widzieć, jak oczekiwania się potwierdzają. Rejestrowane jest przede wszystkim to, co odpowiada przypuszczeniom.

Kiedy stosunki między matką a córką są napięte, każda z nich widzi jedynie własną pozycję. Sąd na temat daigiej osoby jest niezachwianie stały. Córki rozpoczynają zdania od: „Moja matka jest ...” i szufladkują w ten sposób matkę raz na zawsze. Także matki skarżą się, że ich córki już zawsze były takie .. i są przekonane, że to się nigdy nie zmieni. Zawartość takich nieprzemijających etykietek zazwyczaj mówi coś o postawie, którą jedna osoba przyjmuje wobec drugiej: moja matka jest kwoką, aktorką, nie kocha mnie, działa mi na nerwy...; moja córka zawsze była beksą, niewdzięczną egoistką, trudnym przypadkiem .. nieustannym potwierdzeniem takich założeń we wzajemnych kontaktach obie strony usprawiedliwiają takie sądy. Zdanie takie jak „No i znowu!” i „Zawsze to wiedziałam!” słyszy się wtedy, gdy spotkanie przebiegło zgodnie z oczekiwaniami. Ani matka ani córka nie widzą powodu, by przemyśleć swoje poglądy.

Matki i córki, które mają uczucie, że we wzajemnych kontaktach powtarzają to samo niechciane doświadczenie, powinny zdać sobie z tego sprawę, że nie tylko ta druga osoba jest odpowiedzialna za ciągłe powtarzanie się problemu. Obie strony wzajemnie się obwiniają i nie dostrzegają, że same są zbyt wygodnickie, by zburzyć stare mury. Kobiety bardzo wcześnie uczą się wierzyć w to, że przypadek określa ich życie. Zamiast tego powinny jednak zapytać: co mogę zrobić , żeby w przyszłości uniknąć tego problemu? Jak ta sytuacja wygląda z punktu widzenia innych? Co powstrzymuje mnie przed działaniem w tej sprawie?

Przykład: matka zaprasza córkę dwa razy w miesiącu na plotki przy kawie do rodzinnego domu. Co prawda atmosfera jest zawsze napięta, ale obie kobiety twierdzą, że nie wiedzą dlaczego. Matka już cała się wewnętrznie gotuje, gdy córka się zjawia, ponieważ ta

zawsze się spóźnia. Matka, która bardzo się spieszyła by na czas kupić ciasto i punktualnie postawić kawę na stole, czuje się z każdą minutą czekania coraz bardziej skrzywdzona, (niesprawiedliwie potraktowana). Ale nie chce nic mówić, przecież dziewczyna jest zawsze taka zajęta, te pół godziny to w sumie nie problem, tylko byłaby niepotrzebna kłótnia. Córka złości się w tajemnicy, że musi po pracy znowu jechać taki kawał drogi w godzinie szczytu. Jest zmęczona i najchętniej poleżałaby w domu na kanapie. A kiedy wreszcie przyjeżdża do matki, ta z wyrzutem spogląda na zegarek. Najpóźniej w tym momencie córce już odechciało się ciasta. Na rozmowę i tak nie ma ochoty. Ale nie chce też urazić matki. W końcu wszystko tak ładnie przygotowała ...

Takie przykłady uzmysławiają, jak łatwo postronnym osobom zidentyfikować problem. Zmiana byłaby łatwa. Inny czas spotkania, inne miejsce, korzystne dla obu kobiet i nie byłoby sprawy. Jednak osoby zaangażowane nie widzą zazwyczaj takich rozwiązań. Zmiana przyzwyczajzeń zachwiałaby jednocześnie ich założeniami na temat drugiej osoby i wzajemnych kontaktów. Na mojej córce nie można polegać; moja matka jest rozdrażniona - oba założenia byłyby nagle być nieaktualne. Przekształcanie związku napełnia niepewnością i wymaga siły. Nawet jeśli byłaby to zmiana na lepsze, nie jest ona często z tego powodu brana pod uwagę.

Rezygnacja

„Nigdy nie potrafiłam tak naprawdę rozmawiać z matką. Dlatego wolałam już nic nie mówić”, wyjaśniła mi pewna kobieta w czasie warsztatów dla matek córek, gdy poprosiłam uczestniczki o opisanie stosunku do własnej matki. Sprawiała wrażenie przegnębionej, gdy to mówiła. W spojrzeniu można było wyczytać bezradność, a jej wypowiedź sygnalizowała, że w pewnym momencie zrezygnowała z prób zbudowania otwartej relacji z matką. Jej krótki i równie stanowczy wniosek nie zdradza, kiedy wycofała się w pełne rezygnacji milczenie, ale je słowa odzwierciedlają wszystkie aspekty kobiecej socjalizacji. Najpierw sama obarcza się winą

za ten godny pożałowania stan (nie „potrafiła ... rozmawiać z matką”). Przekonanie o własnej niedoskonałości wywołuje poczucie bezsilności. Nie może zmienić sytuacji, więc nawet nie próbuje. W ten sposób przejawia się pasywna postawa, ciągle jeszcze charakterystyczna dla kobiet.

Opisany powyżej przykład przekazuje wypowiedź córki, ale te same słowa mogłyby także pochodzić od matki. W relacji matka-córka często obie strony mają wrażenie, że nie mogą się wyrazić lub nie są rozumiane. Istniejące przez całe życie emocjonalne komplikacje utrudniają każdą rozmowę. Komunikacja może funkcjonować jedynie, kiedy obie strony czują się wewnątrznie wolne, by powiedzieć to co chcą i jak chcą. Między matką a córką nie istnieje taki warunek wstępny, jeśli obie kobiety wypowiadają się wyłącznie z pozycji swoich starych ról, a nie jako samodzielne osobowości.

Nie tylko rozmowa, ale również ogólne postępowanie względem siebie zawiera różne tabu po obu stronach. To zjawisko ma swoje korzenie w potrzebie każdej ze stron, by chronić drugą osobę. Jeśli kobiety mają już zasadniczo wytrzymać z problemami, konfliktami i uczuciami takimi jak wściekłość, smutek czy złość drugiej osoby, to odnosi się to szczególnie do związku matka-córka. Matka uważa za swój obowiązek chronienie swojej „małej dziewczynki” przed przeciwnościami losu. W dzieciństwie widok zezłoszczonej lub przygnębionej matki wywoływał w dziewczynce uczucie zagrożenia własnego bezpieczeństwa. W miarę dorastania nie może tak po prostu wymazać tego wspomnienia. Chcąc zachować harmonię zarówno matka jak i córka rezygnują z poruszania krytycznych tematów lub pokazywania zachowania, które wywołałoby niezadowolenie drugiej strony.

Często nie chodzi nawet o reakcję tej drugiej osoby, a więcej o wywoływane przez tą reakcje uczucia, przed którymi ich właścicielka chce się uchronić. Nierzadko matka lub córka poddając się losowi dopasowują się „dla świętego spokoju” do wyrażonych lub jedynie przypuszczalnych życzeń drugiej strony. Mniej obawiają się gwałtownej kłótni niż utraty własnego wewnętrznego spokoju.

Zamknięcie się w sobie

Zgodnie z jednym ze stereotypów kobiety to rozmowna, a nawet gadatliwa płeć. Do dzisiaj utrzymuje się to bezkrytycznie przyjęte twierdzenie, mające na celu dewaluację i pomijanie wypowiedzi kobiet. I tak doświadczeniem żeńskiej połowy populacji staje się, że w życiu prywatnym i zawodowym rzadko traktuje się ich słowa poważnie i że dlatego też nie wywierają one skutku. Dziewczynki doświadczają tego już w dzieciństwie często słysząc „mowa jest srebrem, a milczenie złotem.”

Szczególnie fatalny jest fakt, że wypowiedzi kobiet odnoszące się do uczuć nie są uznawane za ważne. Ponieważ płeć żeńska uważana jest ogólnie za bardziej uczuciową i słabszą, uzewnętrznianie uczuć przynosi dziewczynce niewiele pożytku. Co prawda płacz dziewczynki jest akceptowany jako zachowanie zgodne z rolą, ale nie przywiązuje się do niego zbyt dużej wagi. Powody kobiecego smutku nie zasługują na uwagę. Z drugiej zaś strony agresywne zachowanie ze strony dziewczynek wywołuje gwałtowny sprzeciw dorosłych. Także w tym przypadku rzadko szuka się przyczyn wybuchu złości, ponieważ rodzice i inni wychowawcy ograniczają się zazwyczaj do natychmiastowego i gwałtownego przerwania takiego zachowania. I tak dziewczynki stają się w końcu małomówne i zamknięte w sobie, ale to także nie prowadzi do sukcesu. Otoczenie zarzuca im skrytość i ostrzega przed podstępny kobiecym charakterem.

W relacji matka-córka obie kobiety nauczyły się rezerwy. Przekazywana jest ona z pokolenia na pokolenie. W czasie pewnych warsztatów jedna z matek wyjaśniła, że ma problemy z otwarciem się. Jednocześnie obawiała się, że jej córka także nie potrafi wyrazić swoich uczuć. Ta obawa jest uzasadniona, ponieważ po pierwsze matka daje córce żywy przykład jak zamykać się w sobie, po daigie oczekuje i podświadomie wymaga od córki, którą widzi jako przedłużenie własnej osoby, także rezerwy, nawet jeśli jej rozsądek tego nie chce.

Kiedy matka i córka przemilczają ważne zdarzenia i uczucia, cierpi na tym wzajemne zaufanie. Zamiast informacji i świadomości

tego, jak druga osoba się czuje, co myśli i odczuwa, pojawiają się przypuszczenia. Rzeczywistość zastępuje nierzadko jedynie fantazja na temat tego, co dzieje się w życiu drugiej osoby. Tego rodzaju wyobrażenia niekoniecznie odpowiadają prawdzie. Dodatkowym utrudnieniem jest także to, że kobiety z reguły skłonne są niedoceniać samych siebie i swojej wartości dla innych. Jeśli kontakty między matką a córką są zaburzone, często obie kobiety przypuszczają, że druga strona nie ma o nich najlepszego zdania. Zamiast dialogu pojawia się bezowocne rozmyślanie. W oparciu o wcześniejsze doświadczenia interpretuje się wypowiedzi i wyraz twarzy drugiej osoby. W ten sposób związek pozostaje uwikłany w tradycję. Na przykładzie chciałabym unaocznic, jakie paradoksalne konsekwencje ma sytuacja, gdy przypuszczenia i obawy zastępują jasne wypowiedzi.

Córka dzwoni do matki, aby ją zawiadomić, że nazajutrz nie będzie mogła spotkać się z wnukiem, ponieważ się rozchorował. Nie mówi nic więcej, ale wydaje się jakby nieco zakłopotana. Matka jest pełna niepewności. Dlaczego nie może odwiedzić chorego wnuka? Czy jej obecność jest niepożądana? Czy córka uważa, że nie będzie umiała zatroszczyć się o chore dziecko? Może gdzieś tam ukrywa się wyrzut, że to ona źle opiekowała się córką, gdy ta w dzieciństwie chorowała? A może córka nie chce jej widzieć?

Druga strona, czyli młoda kobieta, była bardzo zaskoczona gdy jej syn dziś rano obudził się z wysoką gorączką. Jeszcze wczoraj wieczorem świetnie się czuł, a teraz nagle kaszel i katar. Lekarz powiedział, że to grypa. Córka w żadnym wypadku nie chciała, by matka się zaraziła. Ostatniej zimy tak długo nie mogła wykurować infekcji. Nie jest już przecież najmłodsza. Ciągłe się słyszy, jak źle starsi ludzie przechodzą grypę. Ale wiedziała także, że starszej pani nie powstrzymają takie obawy, żeby zobaczyć wnuka. Tylko gdyby bez ogródek odwołała spotkanie, nie byłoby problemu. Nie musi przecież nic wyjaśniać. Ale czy matka się za to nie pogniewa? Już raz jej przecież zarzuciła, że zatrzymuje chłopca tylko dla siebie. Czy byłaby znowu kłótnia?

Po tej stronie pojawiają się również tylko znaki zapytania. Zwraca uwagę fakt, że po obu stronach przeważają negatywne oczeki-

wania. Niedostateczna pewność siebie kobiet wzmacnia niepewność, która to właśnie często prowadzi do katastrofy, której się tak bardzo obawiano. Zanim obie kobiety ponownie porozmawiają, negatywne przypuszczenia już dawno przekształca się w niezachwianą pewność. Przy następnym spotkaniu atmosfera będzie od początku napięta.

Kiedy matka i córka nie mówią sobie o tym, co dzieje się w ich życiu i co jest dla nich ważne, taka sytuacja sprzyja też autodestrukcyjnym zachowaniom. W przypadku poważnego problemu zastępuje ono z łatwością wezwanie pomocy. Doświadczenie, że wyrażanie uczuć i zwierzenie się nie przynosi nic dobrego, oznacza zwłaszcza dla małych dziewczynek pozorny brak wyjścia w kryzysowych sytuacjach. Jak wielu przestępstwom - przede wszystkim maltretowaniu i przemocy seksualnej można by zapobiec, gdyby dziewczęta widziały szansę w zwierzeniu się drugiej osobie. Ile dziewcząt daje sygnały, które nie są dostrzeżone?

Sprawcy liczą na małomówność ofiar i niestety w zbyt wielu przypadkach mają rację. Zamiast natychmiastowej pomocy i świadomości, że nie ponoszą żadnej winy za to, co je spotkało, dziewczęta noszą ze sobą swoje cierpienie często przez lata. Ich milczenie daje im z czasem poczucie, że są same odpowiedzialne za to, co się z nimi stało. A stąd już niedaleko do autodestrukcyjnych zachowań. Niebezpieczeństwo nadużywania narkotyków, prostytucji, zaburzeń w jedzeniu i samookaleczeń z samobójstwem włącznie rośnie wraz ze rozmiarem wycierpianego milczenia.

Jednak nie tylko destrukcyjne doświadczenia przemocy, ale również codzienne wyzwania w życiu dziewczynki mogą wywołać wycofanie się do wewnątrz, jeśli zostaną przeoczone. Od milczenia rozpoczyna się wyobcowanie, które utrudnia wzajemne zrozumienie.

Wyobcowanie

Utrata bliskości jest często następstwem pełnej zwątpienia próby, by temu zapobiec.

Nieporozumienia

Nieporozumienia są bezpośrednią konsekwencją nacechowanej skrytością relacji pomiędzy matką a córką. Tam, gdzie zamiast jasnej rozmowy pojawiają się przypuszczenia, nie trudno o błędne interpretacje i założenia. Im rzadziej matka i córka wyraźnie przekazują sobie nawzajem myśli i uczucia, tym więcej osób siedzi przy stole podczas ich spotkań.

Przede wszystkim jest matka i jej obraz samej siebie, jej mocne i słabe strony, jej historia, marzenia i forma w danym dniu. Poza tym jest matka, taka jaką córka ją przez całe życie postrzegała: silna, odważna i godna zaufania kobieta albo depresyjna, strachliwa i niepewna osoba. I wreszcie jest trzecia matka, która odpowiada życzeniom córki. Ma wszystkie te cechy, których córka nie mogła dostrzec u realnej matki: jest albo szczególnie delikatna lub szczególnie pewna siebie, modnie się ubiera i ma wyjątkowe poczucie humoru albo żyłkę do filozofowania. Z drugiej strony obecne są co najmniej trzy córki: przede wszystkim młoda kobieta ze swoimi tęsknotami, troskami, doświadczeniami i ideałami, która jest właśnie zdenerwowana, zmęczona, radosna lub zatroskana. Po drugie jest tam dziewczynka, którą matka zawsze widziała w córce, wykapana podobizna wujka Piotra, zawsze w dobrym nastroju i optymistyczna, ale również z wyjątkowo silnymi skłonnościami do egoizmu i upor. A po trzecie jest także córka, taka jakiej matka sobie zawsze życzyła - urodzona nauczycielka, zamężna, wysportowana i ambitna albo domatorka albo roztropna albo śmiała albo, albo, albo ...

Kiedy te sześć kobiet ze sobą rozmawia, panuje rozgardiasz. Żadna nie zwraca uwagi na pozostałe i wszystkie rozmawiają

naraz. Zazwyczaj wyobrażenia o idealnych cechach dominują tak bardzo, że nie sposób dojrzeć rzeczywistych osób. Nieporozumienia są zaprogramowane. W okresie gdy ich córki nie potrafią jeszcze mówić, matki muszą właściwie interpretować zachowanie dziecka i potem nigdy nie rezygnują z wielu stworzonych w tym czasie interpretacji. Jeszcze w dwudziestolatce widzą maleństwo, które najpóźniej po trzeciej łyżce wypluwało im papkę przez ramię. Z tego wynika, że także młoda kobieta sprawia kłopoty gdy chodzi o jedzenie.

Z drugiej strony także córka nie sprawdza swoich poglądów na temat matki. Najpóźniej od chwili gdy w wieku dwunastu lat dostała od mamy po buzi, już jej nie ufa. Nigdy się nie dowiedziała, że owego nieszczęsnego dnia jej matka miała straszną kłótnię w biurze, potem stała dwie godziny w korku i poza tym wypadła jej z rąk siatka z zakupami i jajka się potłukły, a na ulubione ciasteczka wylało się mleko. Zapomniała także, że mama szczerze ją za to przeprosiła. Pamięta jedynie ból policzka i strach wpełzający we wszystkie członki.

Nieporozumienie nie jest zasadniczo żadnym wielkim dramatem. Emocjonalne splątanie pomiędzy matką i córką wpływa jednak na to, że nieporozumienia nie są wyjaśniane, ponieważ obie kobiety obawiają się, że urażą drugą stronę. Zwłaszcza gdy chcą sprawić jej coś miłego, na przykład dać prezent czy zaprosić gdzieś, rzadko dochodzi do wyjaśnień, jeśli niespodzianka ta okaże się zupełnie nietrafiona. Tragiczne jest przy tym, że kobieta, która jest w niewłaściwy sposób postrzegana, nie koryguje błędnych założeń na temat własnej osoby. Aby drugiej osoby nie zranić i uniknąć rzekomo niezręcznej sytuacji, rani w gruncie rzeczy samą siebie. Która córka powie: „To miły pomysł z tą książką, którą mi podarowałaś mamo, ale horrory czytałam jak miałam czternaście lat. Teraz wolę raczej biografie artystów żyjących w dziewiętnastym wieku w Europie Wschodniej.” Zamiast tego córki na wszelki wypadek pobieżnie przeglądają powieści, na wypadek gdyby matka zapytała o co w nim chodzi i darują książkę w tajemnicy sąsiadce. W ten sposób pewne jest, że jeszcze nie raz otrzymają podobnego rodzaju prezent od matki.

Z drugiej strony często także dorosła córka nie jest w stanie dostrzec zmian. Być może obdarowuje każdego roku matkę wspólną weekendową wędrowką, nie zastanawiając się, że ta od dłuższego czasu skarży się na artretyzm. Matka, pełna wdzięczności, wspina się z trudem pod górę, bołą ją kolana i doskwiera złe samopoczucie. Boli ją to, że córka nie zauważyła jak ona się czuje. Córka z kolei jest rozczarowana. Nie jest tak jak wcześniej. Kiedyś tak dobrze się razem po drodze bawiły. A teraz matka jest taka milcząca.

Takie przykłady pokazują, że zarówno matki jak i córki zamykają się na fakt, że życie nie jest statyczne i ludzie się rozwijają. Relacja pomiędzy nimi opiera się często na wspomnieniu dawnych wspólnych czasów.

Czy pamiętasz jeszcze?

Jeśli pomiędzy matką i córką w czasie dzieciństwa dziewczynki istniał harmonijny związek, to niebezpieczeństwo, że obie kobiety będą żyły przeszłością jest szczególnie duże. Dawna zażyłość obiecuje bezpieczeństwo. Córka może cieszyć się tym, że w kontaktach z matką może tymczasowo wycofać się w rolę z dzieciństwa, nie musi przejmować odpowiedzialności i pozwala się rozpieszczać. Dla matki wspomnienie dawnych czasów jest także wspomnieniem okresu, gdy była młodszą. Ponieważ kobiety mają zazwyczaj negatywny stosunek do starzenia się, często łączą pojęcie „młodsza” ze „szczęśliwsza”. Nie zadają sobie pytania, czy to rzeczywiście prawda.

Kiedy matka i córka zdaniem „Czy pamiętasz jeszcze?” kierują spojrzenie w przeszłość, chcąc w ten sposób odświeżyć wspomnienia o ponoć „starych dobrych czasach”, w których wiele wspólnego przeżyły i kiedy bliskość między nimi była szczególnie duża. Jeśli ich stosunki są otwarte i zasadniczo wolne od konfliktów, tego rodzaju podróż w przeszłość może być przyjemnym przeżyciem. Warunkiem jest jednak to, że obie życzą sobie wspomnień z przeszłości i przede wszystkim to, że ich relacja nie opiera się tylko na owej przeszłości. Podróż w dawne czasy jest bowiem

zawsze także sięgnięciem do tradycyjnych ról, dzięki którym odżywa nie tylko upragniona zażyłość, ale także dawne hierarchie.

Przed wszystkim dla córkę wspomnienia nie zawsze mają upragniony radosny charakter. Wchodzi ona ponownie w skórę zależnego dziecka. Gdy była dziewczynką oczekiwano od niej, że nie będzie sprawiała kłopotów. Życzono sobie cichego, niewidocznego dziecka. Takie zdania jak „nie słyszano mnie i nie widziano” to standard w czasie warsztatów, gdy kobiety opisują, jak żyły w swoich rodzinach. Warto zauważyć jest przy tym, że w owych zdaniach pobrzmiewa nuta dumy. Jest również oczywiste że te kobiety były jako dziewczynki chwalone za taktowne zachowanie. I tak dla nich wspomnienie wcześniejszych czasów jest także wspomnieniem bezsilności, braku wymagań i wyrzutów wobec samych siebie. Oznacza to nieuchronnie osłabienie poczucia własnej wartości.

Dla matki myśli o dawnych czasach są z reguły przyjemniejsze. Jako młoda kobieta i opiekunka dziecka cieszyła się nie tylko większym społecznym uznaniem, ale miała także większy wpływ na córkę niż w późniejszych latach. Dla niej jest to wspomnienie matczynej władzy zarówno w stosunku do dziecka jak i w kontaktach ze środowiskiem. Spotykała przyjazne, życzliwe spojrzenia, kiedy wychodziła z wózkami na spacer. Przez pewien czas doświadczała tego, że inni ustępowali jej drogi i że to nie ona musiała schodzić z drogi innym. Sprawiało jej to także przyjemność, że mała dziewczynka spoglądała na nią z podziwem i we wszystkim ją naśladowała. Nie istniał jeszcze wówczas strach przed utratą, gdy myślała o córce. Mogła być absolutnie pewna, że jest dla dziecka najważniejszym człowiekiem na ziemi. Być może nigdy wcześniej i nigdy później nie przeżyła takiego bezpieczeństwa z żadnym związkiem. Jest więc naturalne, że chętnie wspomina owe lata.

Jak więc widać, matki i córki spoglądają na przeszłość z całkowicie odmienną perspektywą. Wspomnienia są jedynie pozornie wspólnymi doświadczeniami. To do czego - szczególnie często matki - nawiązują, aby poprawić istniejący związek, wydobywa na światło dzienne wyobcowanie. Z reguły dorosłe córki nie pamiętają swoich pierwszych lat życia. Sceptycznie traktują tego

rodzaju wspomnienia, ponieważ nie chcą się widzieć w tak zależnej pozycji.

Tego rodzaju rozbieżności trwają. Matka myśli z zachwytem o pierwszych krokach młodej dziewczynki, początkach szkoły czy o wielkim przyjęciu z okazji konfirmacji. W euforii ma skłonności, by widzieć dawne czasy w różowych okularach. Nic nie powinno zakłócać wspomnień. Oprócz tego zaczyna porównywać wyidealizowane wczoraj ze swoim obecnym życiem. Często przeszłość lepiej wypada, kiedy spogląda na nowe nie jako na coś odrębnego, lecz wyłącznie w odniesieniu do tego co przeminęło. Nie jest tak jak dawniej, a więc nie jest dobrze. Nie oczekuje wiele od przyszłości, ponieważ ta też nie może być taka jak dawniej. Tak jakby nowe, pozytywne zdarzenia mogły zrelatywizować minione szczęście.

Idealizowanie przeszłości - z reguły przez matkę - nie jest podzielane przez córkę. Z jej punktu widzenia, wszystko było zupełnie inaczej niż matka to opowiada. Córka wcale nie uważała, że pierwszy urlop w Irlandii był taki wspaniały, a poza tym bez przerwy padało. O wiele bardziej wolałaby leżeć na słońcu na Wyspach Kanaryjskich i po wakacjach móc się pochwalić opalenizną koleżankom ze szkoły. W tamtych czasach nie myślano jeszcze o raku skóry i wolnych rodnikach. Zamiast tego siedziała zziębnięta w przyczepie campingowej, która się co i rusz psuła.

Szczególnie denerwuje ją to, że z tego co pamięta, matka także nie uważała wtedy tego urlopu za tak wspaniały, jak dzisiaj twierdzi. Rodzice ciągle się kłócili, ponieważ nie radzili sobie z mapą i bez przerwy mylili drogę. A ojciec na wiejskim festiwalu flirtował na całego z inną turystką, psując matce w ten sposób całą wieczór. Ale ona dzisiaj nie chce na ten temat nic słyszeć. Dla córki były to deszczowe tygodnie w złym nastroju na nudnej wyspie. Matka wspomina wspaniałą wyprawę, w czasie której cała rodzina dawała sobie radę z pogodą, pokonała kłopoty z pojazdem, a ojciec był jeszcze młodym zapaleńcem, którego zazdrościły jej wszystkie inne kobiety.

Rozbieżne interpretacje wspólnej, a co za tym idzie pozornie takiej samej przeszłości, często prowadzą do nieporozumień i kłótni. Każda z kobiet próbuje przeforsować swoje spojrzenie na

wydarzenia. To, co czynią historycy w odniesieniu do wielkich politycznych wydarzeń, zdarza się także w rodzinie. Obie strony bronią swojej osobistej prawdy, historii swojego życia. Chcą pozostać wierne uczuciom i nie znoszą przeto żadnego sprzeciwu. We wzajemnych stosunkach pomiędzy matką i córką ponownie przeszkadza założenie jednolitości i zgody. Ten podstawowy warunek nie pozwala bowiem na to, by obie strony dopuściły możliwość istnienia obok siebie różnych punktów widzenia.

W takim przypadku wyobcowanie powstaje nie przez akceptację odmiennych uczuć powstających w związku z jednym i tym samym wydarzeniem, lecz na skutek rozczarowania, że druga osoba nie bierze udziału w tworzeniu własnego obrazu przeszłości. Obie strony czują się obrażone. Iluzja zgodności znika. Co też się stało z moją małą dziewczynką? Dlaczego matka nie widzi rzeczy tak jak ja? Obie kobiety dąsają się. Pełne pytań stoją naprzeciwko siebie i nagle widzą w drugiej osobie kogoś obcego.

Już cię w ogóle nie poznają!

Uczucie obcości w relacji matka-córka wywołuje w obu kobietach gwałtowne poczucie strachu. Szczególnie samodzielność córki mocno dotyka matkę. Przez całe życie matka widziała w niej z powodu rzekomej jednolitości, sojuszniczkę i wierzyła, że zna jej myśli i uczucia. Mała dziewczynka była przedłużeniem jej własnej osoby i wszystko rozumiejącą powiernicą. Gdy córka wybiera teraz nagle inne priorytety, a jej myśli i działania wybiegają raczej w przyszłość niż w minione czasy harmonii z matką, ta ostatnia czuje się zdradzona.

Oczywiście matka wie, że oddzielenie się córki jest normalnym procesem, którego należy sobie życzyć. Ale świadomość tego nie ułatwia sytuacji. W głębi serca matka odczuwa bolesną stratę, ale rozum zabrania jej odsłonić pozornie irracjonalne uczucia. Przepętnia ją życzenie, żeby córka i co za tym idzie jej stosunek do matki pozostały takie jak zawsze. Ale ponieważ wie, że takie życzenie nie ma żadnych perspektyw, nie mówi o nim. Zamiast tego zamyka się na zmiany w życiu córki, a to jeszcze bardziej wzmaga wyobco-

wanie. Odrzuca nowych przyjaciół, z którymi dorastająca córka teraz o wszystkim rozmawia, gdera na temat nowej fryzury, narzeka na „głupoty” w czasopiśmie młodzieżowych lub „wymysły” dotyczące przyszłego zawodu.

Z czasem córka zaczyna się czuć tylko krytykowana i źle rozumiana. Ponadto czuje się opuszczona. Dlaczego matka nie potrafi jej już teraz tak bezwarunkowo zaakceptować, jak robiła to w jej dzieciństwie? Dlaczego nie potrafi jej wspierać w tym co robi, tak jak dawniej? Także córka przeżywa zmianę w związku jako nieustanny proces wyobcowania. Ale ponieważ dopiero buduje swoje własne życie, a cała jej uwaga skoncentrowana jest na nowych doświadczeniach okresu dojrzewania, poświęca powstającemu poczuciu straty niewiele uwagi. Podczas gdy córka ma szansę, by aktywnie decydować kiedy i dokąd poprowadzi jej droga do samodzielności, matka musi przyjąć do wiadomości każdy krok córki i pogodzić się z nim. Traci kontrolę zarówno nad rozwojem dziecka jak i nad jego stosunkiem do niej.

Jednak świadomość, że nie można mieć wpływu na bieg zdarzeń, zawsze wywołuje lęk. Matki opisywały mi swoje uczucia wywołane procesem usamodzielniania się córki przede wszystkim jako „panikę, że nie jest się już potrzebna”. Samo słowo „panika” zdradza już, jak ogromny wpływ ma samodzielność córki na samopoczucie matki. Osoba, która jest spanikowana, znajduje się w stanie przerażenia, nie potrafi jasno myśleć, nie potrafi naprawdę dostrzec, nie wspominając już o zrozumieniu tego, co się wydarzyło. Z drugiej strony dominuje potrzeba, by wszystko było po staremu. I tu zamyka się błędne koło: spojrzenie skierowane jest na wyidealizowaną teraz przeszłość.

Dlaczego myśl o tym, że nie są już potrzebne, przysparza matkom tyle strachu? Powodem jest oczywiście niskie poczucie wartości kobiet - wynik ich wychowania. Kobiety wierzą, że jedynie wówczas, gdy są potrzebne, będą jednocześnie kochane i chciane. Bycie potrzebną uspokaja. Zależność innych, przede wszystkim partnera i dzieci, daje im pewne poczucie bezpieczeństwa w kontaktach społecznych, według zasady: „jeśli inni mnie potrzebują, to nie odejdą.” Z tego motta szybko wyciągany jest odwrotny wnio-

sek, który zdaje się potwierdzać w przypadku dorosłych dzieci: „jeśli inni mnie nie potrzebują, to odchodzą.” Matki spoglądają melancholijnie, gdy ich małe dziewczynki po raz pierwszy wybiegają z mieszkania, gdy tylko nauczą się chodzić. A do tego jeszcze się śmieją!

Kiedy córka wprowadza się do pierwszego własnego mieszkania, jest szczęśliwa i nawet oczekuje, że matka weźmie udział w tym radosnym momencie. Jednak wtedy zauważa żalność matki i reaguje na nią obroną. Odwrócenie zależności, które jest odwróceniem starych ról, wywołuje teraz panikę u córki. Czuje się odpowiedzialna za to, jak matce się wiedzie. Także dla niej wszystko się zmieniło. Związek, charakteryzujący się wcześniej dziecięcą zależnością dziewczynki, opiera się teraz na dobrowolności. Nie jest łatwo znaleźć wspólną, nową podstawę, zgodną z aktualnym życiem obu kobiet, nie zaprzeczając wspólnej historii.

Jeśli matka i córka chcą uniknąć wyobcowania, potrzebują ożywionych dyskusji. Wspólne tematy ułatwiają kontynuację związku. Rozwój obu pokoleń, ale również zmiany w społeczeństwie często prowadzą do tego, że matka i córka żyją w dwóch różnych światach.

To nie mój świat!

Warunki życia w wysoko uprzemysłowionych krajach zachodnich znacznie zmieniły się w ciągu ostatnich dziesięcioleci. Zarówno zmiana roli kobiety jak i przekształcenia społeczne wywołane przez media i technologię wywierają ogromny wpływ na stosunki pomiędzy matkami a ich córkami. Obie strony stworzyły sobie w dzieciństwie obraz własnego środowiska, nauczyły zasad międzyludzkiego współżycia i próbują na podstawie tego określić swoje miejsce w świecie.

Młode kobiety, muszą dopiero odnaleźć swoją nową pozycję w społeczeństwie. Wiedzą co prawda, co powinny robić, by wyzwolić się z dawnych zależności i bezsilności tradycyjnego kobiecego życia, ale często brakuje im narzędzi do realizacji tego celu. Gdzieś w głębi nie czują się dostatecznie pewne samych siebie

i własnych możliwości, nie dość waleczne i wiedzą, że **właście** tych cech potrzebują by zrealizować swe marzenia. Odpowiedzialnością za ten stan rzeczy często obarczają matkę, odpowiedzialną za ich wychowanie. Zapominają przy tym nie tylko o tym, że także ich matka nie dorastała w próżni, lecz również nie doceniają wpływu mediów, szkoły i kręgu znajomych na własne samopoczucie. Walka o autonomię odbywa się za pomocą matki.

Pełna wyrzutów postawa córki powoduje, że matka jeszcze bardziej zamyka się na nowe. Zmiana nigdy nie dokonuje się pod presją innej osoby. Zmiana może wyrosnąć jedynie na gruncie swobody decydowania. Jednak z głębokiej potrzeby bliskości, zarówno matka jak i córka pragną, by druga kobieta podzielała ich poglądy. Obie strony koncentrują się na tym, by wzajemnie się przekonać. Obie upierają się przy tym przy własnym punkcie widzenia i stają się sobie obce.

Różnice pomiędzy matką a córką nie dotyczą jedynie obszaru norm i wartości. Także nowe zdarzenia przyczyniają się do powstania zewnętrznego wyobcowania, kiedy jedna strona wita je z zadowoleniem, a druga odrzuca. Matka wpada zdenerwowana do pokoju nastolatki, gdy ta włączyła wieżę stereo na ful. Nie chodzi przy tym wcale tak bardzo o hałas, lecz o rodzaj muzyki, której córka słucha. Jest to techno, od godzin ten sam monotony rytm huczący w uszach. Dwadzieścia lat temu był to pop, jeszcze wcześniej rock'n'roll, a przed nim twist, itd., itp. Łatwo jest przewidzieć, że dzisiejsze dziewczyny kręcące głowami nad nietolerancją swoich matek, pewnego dnia będą wydawać podobnie druzgocące wyroki na temat muzyki następnego pokolenia.

Niestety odrzucanie nowego przez „starych” nie dotyczy jedynie muzyki. Kobiety zwalczały jednorazowe pieluchy, zamrażarki i zmywarki, ponieważ powiększały one jeszcze bardziej ich obawy, że nie będą potrzebne. Kobiety odrzucały komputer, bojąc się, że mógłby pozbawić kontakty między ludźmi ciepła i bliskości. Niezłomne przekonanie, że i tak nie są w stanie pojąć nic z dziedziny techniki, powstrzymuje zwłaszcza starsze kobiety przed korzystaniem z internetu, telefonów komórkowych i bankomatów, choć przecież od lat używają pralek, piekarników elektrycznych i mikro-

falówek. Jeśli na urządzeniu znajduje się napis „urządzenie domowe”, to można. W innym przypadku przeważa strach przed nieznanym.

Młode kobiety z kolei nie mogą zamknąć się na wpływ współczesnych technologii. Potrzebują ich w życiu zawodowym, korzystają z nich także w życiu prywatnym. Powstają coraz większe obszary, o których matki i córki nie mogą porozmawiać, ponieważ nowy rozwój przynosi także nowe pojęcia. „Gdzie poznałaś swojego nowego chłopaka?”, chciałyby wiedzieć matka. „Na czacie”, odpowiada młoda kobieta i spogląda w bezradną twarz matki. Tam, gdzie wcześniej były wspólne obszary, nie można już dłużej wypierać się różnic. „To nie mój świat”, tak myśli nie tylko sfrustrowana matka, zamykająca się na nowe. Także córka z czasem nie potrafi już zrozumieć sposobu życia matki. Obie czują się zdradzone. Córka kroczy własnymi ścieżkami i zostawia matkę za sobą. Matka nie idzie śladami córki. Obie kobiety wzajemnie obwiniają się za powstały rozdźwięk. Coraz trudniej im znaleźć wspólne tematy i ponownie przeżywać dawną zgodność. Po zewnętrznym wyobcowaniu następuje wewnętrzne. Nie istnieją już stare pewniki. Rośnie niepewność.

Niepewność

*Nadmierna gotowość kobiet
do kwestionowania samych siebie wpływa negatywnie
także na relacje matka-córka.*

Co takiego źle robię?

W związku matka-córka spotykają się dwie kobiety. Obie głęboko zakodowały mechanizmy kobiecego myślenia i reagowania. Jeśli gdzieś pojawia się problem, automatycznie szukają winy

w sobie. W rzeczy samej kobiety z reguły nie dostrzegają oczywistej sprzeczności w swoich przekonaniach. Choć zwyczajowo wychodzą z założenia, że nie mogą same wpływać na swój los i czują się z tego powodu bezsilne, to jednocześnie są głęboko przekonane, że ponoszą odpowiedzialność za wszystkie negatywne aspekty własnego życia. Szczególnie chętnie obwiniają się za kłopoty rodzinne, ponieważ to jest ich czuły punkt. Ponieważ to one, dzięki ogromnemu zaangażowaniu wrażliwości i umiejętności komunikacyjnych powinny spajać cały klan i zapewnić każdemu jego członkowi dobry humor, uważają to za własne niepowodzenie, jeśli to przedsięwzięcie się nie powiedzie.

Zwłaszcza w przypadku dzieci, matka ulega szczególnie dużej pokusie rozwinięcia poczucia winy. Ponieważ to ona przejęła ciężar odpowiedzialności za wychowanie dzieci, postrzega ich rozwój jako wynik swoich wysiłków, zwłaszcza gdy wydaje się on być pozornie negatywny. W czasie ostatniego stulecia psychologia zajmowała się wpływem doświadczeń z dzieciństwa na późniejsze życie człowieka. Dzieciom bardzo łatwo przychodzi przypisanie odpowiedzialności za własne kłopoty rodzicom, a zwłaszcza matce.

Jeśli matki akceptują przesłanie zawarte w pojęciu „macierzyństwo”, to nie mają wiele na swoją obronę wobec takiego przypisywania winy. Same zadają sobie pytanie: „Co takiego zrobiłam źle?”, kiedy coś przebiega inaczej niż by sobie tego życzyły. Często kierują się przy tym własnymi nadziejami. Nie badają czy życie córki rzeczywiście przybrało nieszczęśliwy obrót, czy może jedynie odbiega od matczynych wyobrażeń. Niepewność jest duża, gdy marzenia matki znacznie różnią się od marzeń córki. Zupełnie krytycznie jest zazwyczaj dopiero wtedy, gdy córka rzeczywiście boryka się z poważnymi kłopotami. Długi, uzależnienie, agresywny partner czy długotrwałe bezrobocie stają się dla obu kobiet sprawdzianem wzajemnych kontaktów i poczucia własnej wartości. Matkę i córkę nęka w takich sytuacjach poczucie winy. Podczas gdy matka widzi przyczyny problemów w rzekomo niewłaściwym wychowaniu, córka czuje się nieudacznicą. Prześladowuje ją myśl, że nie potrafiła spełnić oczekiwań matki.

Jednocześnie od najwcześniejszych lat dziecinnych córka przyzwyczajona jest do wchodzenia na kolana matki, by tam znaleźć ochronę i wypoczynek. Jeśli jako dorosła osoba wróci do tego rodzaju zachowania, doświadczy zazwyczaj, że matka odbiera nieszczęście swojego dziecka jako własne. Gdy mała dziewczynka rozbiła sobie kolano i z płaczem przybiegła do mamy, ta zawsze promieniowała spokojem i pewnością. Ból zaraz minie, rana się zagoi, niedługo wszyscy się będą mogli śmiać z tego nieszczęścia. Matka zawsze miała na wszystko sposób.

A teraz taki szok. Zamiast spokoju i opanowania zagubiona córka odnajduje głęboko niepewną matkę. Zamiast promieniować pewnością i zdecydowaniem, matka jest ogarnięta paniką, pełna wyrzutów lub płacziwa. Dla córki pierwotny problem powiększa się, ponieważ poczucie winy odwraca jej uwagę od właściwego tematu. Nie szuka już dróg wyjścia z nałogu czy uzależnienia od bijącego ją męża, lecz sposobu uspokojenia matki. Być może zacznie nawet umniejszać właściwy problem. Zużywa teraz całą energię, by bronić się przed zarzutami matki i własnymi samooskarżeniami. W takim przypadku spotkanie powiększa ból, zamiast go łagodzić. Ponieważ obie kobiety nie są przyzwyczajone do radzenia sobie z takimi uczuciami jak smutek lub wściekłość, nie popadając przy tym w nadgorliwość, pojawia się bezradność. Po obu stronach rośnie panika.

Niektóre córki wycofują się z kontaktów z matką, gdy mają kłopoty. Przewidują reakcje matki, czują się winne i próbują ją ochraniać przemilczając problemy. Gdy podejmują decyzje stojące w sprzeczności z zasadami matki, narażone są na ogromną presję usprawiedliwiania swojego wyboai. Znowu czują się podle. Jakoś nie są takie, jakimi być powinny. W jakiś sposób rozczarowały matkę. W końcu także one zaczynają szukać źródła problemów w sobie. Nawet gdy przypisują winę matce, mają przez cały czas uczucie, że są zupełnie niewdzięczne. I oczywiście nie czują się z tym dobrze.

Dla uniknięcia nieporozumień chciałabym w tym miejscu jeszcze raz podkreślić, że nie chodzi o odrzucanie odpowiedzialności za własne czyny. Jednakże postrzeżenie problemów we własnym

życiu jako konsekwencji własnego działania i wyciąganie z tego wniosków na przyszłość to coś odmiennego niż obezwładniające samobiczowanie się za minione grzechy. Poczucie winy to zły doradca. Podkopuje poczucie własnej wartości i prowadzi do pasywności, uniemożliwiającej zmiany. Jednocześnie przesłania spojrzenie na szerszy kontekst. Zwłaszcza kobiety mają powody, by swoje kłopoty widzieć nie wyłącznie jako rezultat indywidualnej porażki i rzekomej osobistej omyłności.

Pod hasłem „to co osobiste jest polityczne” ruch feministyczny próbował nazwać społeczne przyczyny rozmaitych konfliktów w życiu kobiet. Należy do nich oczywiście także odmienny sposób wychowania w zależności od płci, w którym matki również biorą udział. Zdumiewające jest to, że właśnie tego matki sobie nie zarzucają. Niepewność zawsze zwiększa skłonność do odwoływania się do norm, do wielowiekowych pewników. Osoba, która postępuje tak, jak wszyscy inni, nie może się przecież tak bardzo pomylić.

Pojawia się pokusa porównywania własnych stosunków rodzinnych z innymi. Zazwyczaj kobiety źle przy tym wypadają. Stereotypy, rozpowszechniane przez media na temat ideału rodziny, a zwłaszcza związku matka-córka, przyczyniają się do jeszcze większej niepewności. Wiele kobiet wierzy, że problemy, które one mają, nie zdarzają się nigdzie indziej.

Tylko u nas tak jest!

Zarówno literatura jak i przemysł filmowy krążą wokół tematu związków matki i córki. Dziennikarskie sondáže sprzyjają dziś okazyjnie jedynie temu, czego wymaga duch czasu. Podczas gdy twórcy kultury częściowo uczciwie starają się przedstawić emocjonalne uwikłania jednostki, codziennej prasie chodzi przede wszystkim o powierzchowne slogany, które zwiększą sprzedaż gazety. Nawet wyniki badań socjologicznych często nie przekazują dokładnego obrazu rzeczywistości, ponieważ sondáže opierają się na subiektywnie odczuwanych prawdach, a wszyscy mamy skłonność do przedstawiania osobistych związków na zewnątrz w ostrożny

sposób. Wiele analiz opiera się na ankietach, w których brali udział ochotnicy. W ten sposób już na wstępie wykluczane są gmpy osób, które z powodu obciążających doświadczeń nie chcą się wypowiadać. Na podstawie zebranej w ten sposób średniej wyników tworzy się skrzywiony obraz rzeczywistości.

Związek matka-córka jest regularnie idealizowany w mediach. Szczególnie amerykańskie filmy obfitują w romantyczne stereotypy. W filmach rodem z Hollywood pojawiające się problemy przedstawiane są w komediowy sposób, jednak zasadniczy ton podkreśla zawsze ścisły związek i harmonię. Matka lub córka, która cierpi z powodu kłopotów w związku matka-córka, nie znajdzie w tych filmach nic dla siebie. Ale także w rozmowach z przyjaciółkami, koleżankami czy krewnymi czuje się często sama jak palec. Co prawda rozmówcy także przyznają się do pewnych trudności, ale nigdy sytuacja nie wydaje się tak skomplikowana jak we własnej rodzinie.

I tu kobiety popełniają błąd. Nie myślą o tym, że inni nie opowiadają zazwyczaj nadmiernie o własnych problemach. Tak dzieje się jedynie między najlepszymi przyjaciółmi, ale prawie nigdy w kręgu koleżanek czy wśród dalszych krewnych. Tutaj obowiązuje zasada, by zawsze sprawiać wrażenie, że sprawuje się nad wszystkim idealną kontrolę. Dlatego kobietom wydaje się z zasady, że tylko one mają takie poważne problemy rodzinne. Matka, która czuje się zostawiona na lodzie przez córkę lub nieustannie się z nią kłóci, myśli, że jest otoczona przez inne kobiety, u których związki z córkami wydają się działać. Dziewczyna, której matka nie odpowiada ideałowi troskliwej, ciepłej i godnej zaufania kobiety, a której z powodu własnych problemów trudno jest przejąć odpowiedzialność za swoje dziecko, rozwija poczucie wstydu wobec otoczenia.

Gdy kobiety zejść z kursu matki ofiarnicy czy też posłusznej córki, narażają się na oskarżenia ze strony pism kobiecych tak samo jak ze strony sąsiadów, kolegów czy naszego systemu prawnego. Procesy o zaniedbanie dziecka toczą się prawie wyłącznie wokoło naruszenia obowiązku opieki ze strony matki. Prawie nigdy nie chodzi o ojca. Ogólny społeczny klimat wpędza tak matkę jak

i córkę z ich także częściowo przez społeczeństwo wyprodukowanymi problemami w izolację. Ponownie wskazuje się kobietom ich osobiste niedociągnięcia. W takiej sytuacji kobiety tracą wycucie własnych kompetencji w związkach, pod ciężarem samooskarżeń nie czują się już warte miłości i myślą, że są gorsze od innych. Szczególnie matki, które przez cały okres dorastania córki muszą sobie poradzić z jej stopniowym usamodzielnianiem się, obawiają się, że w przypadku konfliktu mogłyby ją stracić.

Strach przed utratą

Obawa, że kontakty z ukochaną osobą mogłyby ulec pogorszeniu lub wręcz ustać, wpływa negatywnie na samopoczucie. Jednocześnie takie obawy przyczyniają się nierzadko do tego, że sytuacja której się lękamy wcześniej czy później nastąpi. Pod ciężarem oczekiwanego zmartwienia zaczynamy nagle przyglądać się nieufnie drugiej osobie, zbyt krytycznie rozważać każdą wypowiedź i jesteśmy spięci we wzajemnych kontaktach. W ten sposób sprowadzamy wreszcie stan, którego tak koniecznie chcieliśmy uniknąć. Głęboko przytłoczeni widzimy jak nasze obawy się potwierdziły. Przecież już od dawna wiedzieliśmy, że to się zdarzy.

W związku pomiędzy matka a córką obawa przed utratą istnieje po obu stronach, ale pojawia się w różnym czasie. Obawy te mają też różne powody. Matki lękają się stracić córkę przede wszystkim w wyniku konfliktów, po drugie - nieszczęśliwego wypadku lub po trzecie - w wyniku sukcesu odniesionego przez dorosłe już dziecko.

Pierwszy przypadek to w rzeczywistości błędne koło. Nierzadko strach przed utratą jest ułatwiany przez pojawienie się różnic zdań. Aby ocalić bliskość, którą matka przeżyła z małą dziewczynką, także po rym jak skończyło się dzieciństwo córki, matka odrzuca wiele decyzji, sygnalizujących rosnącą niezależność młodej kobiety. Spirala strachu i niepewności w kontaktach zostaje mocna nakręcona, a spotkania obu kobiet cechują coraz większe uprzedzenia.

Oprócz tego matka obawia się przez całe życie, że córce mogłoby się przydarzyć poważne nieszczęście. Oczywiście strach przed utratą ukochanej osoby na skutek katastrofy, choroby lub wypadku jest doskonale rozumiały i nie wymaga to żadnych dodatkowych wyjaśnień. Jednak do tego strachu dołącza się jeszcze lęk, że córka mogłaby paść ofiarą przestępstwa. To właśnie ten lęk jest często wymienianym powodem, dla którego przyszłe matki życzą sobie raczej syna.

Jednocześnie skutkiem takich lęków jest to, że dążenie dziewczynki do poznawania świata jest nieustannie powstrzymywane za pomocą wskazówki o czyhających wszędzie niebezpieczeństwach. Symbiotyczny charakter związku matki i córki sprawia, że troska o pomyślność dziecka przekształca się dla matki w egzystencjalny strach. „Gdyby mojej córce coś niedobrego się przytrafiło, nie przeżyłabym tego”, powiedziała pewna kobieta w czasie warsztatów i dostała duże poparcie od innych uczestniczek. Już samo wyobrażenie wywołuje takie paraliżujące przerażenie, że jest ono zazwyczaj wypierane, a to uniemożliwia zapobieganie mu. Córki wyczuwają strach matek i napełnia je to niepewnością. Poza tym przekaz „to co tobie się przydarza, przydarza się też mnie”, że córki przemilczają matkom, gdy chcą podjąć ryzyko lub gdy spotkało je traumatyczne zdarzenie. W ten sposób stosunek pomiędzy dwiema kobietami ulega zaburzeniu.

Ale również gdy córce w widoczny sposób wszystko się dobrze układa, u matki rosną obawy. Pojawia się strach, że jest niepotrzebna - zwłaszcza gdy córka jest już dorosła. Jeśli młoda kobieta pokazuje swą niezależność i odnosi w tym sukces, to nie jest już zdana na matczyne rady. Od indywidualnych okoliczności zależy jak łatwo lub trudno przychodzi matce akceptacja zmian w jej stosunkach z córką. Czy ma jeszcze inne dzieci? Czy przeżywa proces oddzielania się po raz pierwszy? Jaka jest jej ogólna społeczna sytuacja?

Im bardziej matka zdana jest na córkę, tym bardziej niebezpieczne jest dla niej zezwolenie na zmiany w kontaktach z córką. Jednakże utrata bliskości i zażyłości jest tym bardziej prawdopodobna, im bardziej matka zamyka się na zmianę.

W przypadku córki lęki przed utratą mają inne przyczyny. Ponieważ to córka jest tą osobą, która w trakcie procesu usamodzielniania się stopniowo rezygnuje z dawnej symbiotycznej bliskości, łatwiej przychodzi jej rozwinięcie poczucia, że może sama decydować o sposobie i częstotliwości kontaktu. Dziewczynki oddalają się od swoich mam, kiedy szaleją na placu zabaw, idą po raz pierwszy do szkoły lub nocują poza domem. Zazwyczaj zdobywają doświadczenie: kiedy wracam, mama zawsze jest. Z tego powodu większość córek jest święcie przekonana, że może skontaktować się z matką, kiedy tylko tego chcą. Córki mniej się obawiają utraty spotkań, a bardziej raczej utraty przychyłności. Ponieważ tak pewne jak to, że matka zawsze dla nich była jest także to, że dawała rady, pochwały i nagany.

Młode kobiety wiedzą czego ich matki od nich oczekują lub co najmniej na co mają nadzieję. Tym bardziej obawiają się więc utraty miłości i uznania, jeśli nie odpowiadają wymarzonemu obrazowi. Gdy tylko córka zda sobie sprawę, że swoimi decyzjami i działaniami stoi w sprzeczności do matczynych wyobrażeń, będzie skłaniała się do przemilczania ważnych zdarzeń ze swojego życia. W ten sposób schodzi co prawda z drogi konfrontacji, której się obawia, powoduje jednak utratę bliskości.

Zarówno w przypadku matki jak i córki za bolesnym strachem przed utratą może kryć się także spora porcja złości. Ciągłe jeszcze wielu kobietom trudno jest radzić sobie z agresywnymi uczuciami, szczególnie gdy są one skierowane w stronę kochanej osoby. Obie strony mają wystarczająco wiele powodów do złości i frustracji. Im dzieci są mniejsze, tym bardziej rola matki przypomina rolę osoby służącej. Matki odżywiają, troszczą się i ochraniają swoje potomstwo, a ono z wdzięcznością przyjmuje te usługi 24 godziny na dobę. Pod hasłem „mama jest najlepsza” dzieci próbują także po skończeniu okresu dzieciństwa przedkładać własną wygodę nad dobro matki.

Co prawda to zwłaszcza synowie wyróżniają się nie znoszącą sprzeciwu roszczeniową postawą, ale także dorosłe córki ciągle wiele wymagają od swoich matek. Gdy ktoś w oczywisty sposób dysponuje czymś czasem i energią jak swoim, oznacza to zawsze

brak szacunku. Ale właśnie w taki sposób często zachowują się dorosłe dzieci. Wpędzają w ten sposób matkę w emocjonalne opątloność: z jednej strony odczuwa ona ulgę, że jeszcze jest potrzebna, z drugiej jednak działa jej to porządnie na nerwy, że jest absorbowana bez pytania. Jednak prawie nie odczuwa złości z tego powodu. Obawia się, że sprzeciw mógłby wywołać odrzucenie, spowodować kłótnię i w rezultacie skończyć się zerwaniem na dłużej lub krócej związku z dziećmi. Lęk przed utratą znajduje się co prawda dopiero na końcu długiego łańcucha założeń, ale tylko z niego matka zdaje sobie sprawę.

Ten mechanizm działa także w drugą stronę. Rodzice postrzegają przez całe życie swoje dzieci jako „własne ciało i krew”, jako swego rodzaju własność. Dlatego także matki w każdym okresie życia nie pytane anektują córki tylko dla siebie. Dziewczynki często zauważają zirytywanie, że są dla matki powiernicą i plastrem na rany, gdy te mają zmartwienie. Jest to często ponad ich siły, ale nie potrafią się przed tym bronić. W dzieciństwie potrzebowały stabilnych rodziców dla własnego poczucia bezpieczeństwa. Próbują więc w razie potrzeby wspierać matkę. Także w takim przypadku pojawia się złość, którą dziewczęta wypierają ze strachu przed utratą przychylności matki.

Psychologiczny mechanizm odczuwania złości w osobistych związkach jako lęku przed utratą i powstająca z tego powodu depresja, jest jednoznacznym sygnałem zależności w stosunku do innej osoby. Często pojawia się u małych dziewczynek i matek dorosłych córek.

Zazdrość

Osoba czująca się zależną od innego człowieka, obawia się utraty ukochanej osoby na skutek jej stosunków z innymi ludźmi. Zazdrośnie broni wyłączności związku. W naszym społeczeństwie matki z reguły ciągle jeszcze są najważniejszą osobą dla małych dzieci. W stopniu w jakim przejmują opiekę i wychowanie, pozostają przez lata niezagrożone na tej ekskluzywnej pozycji. Ten status quo zmienia się dopiero, gdy inni ludzie, przede wszystkim inni dorośli, zaczną

stawać się ważni dla dziewczynki. Najpierw matka odczuwa ulgę, gdy córka chętnie chodzi do przedszkola. Jednak może mieć mieszane uczucia, gdy zauważy, że córka nagle darzy wychowawczynię dogłębną i gorącą miłością.

Również nauczyciele, sąsiedzi, inni dorośli krewni czy zaprzyjaźnieni rodzice często wywołują intensywną sympatię dzieci. Podobają im się u nich przede wszystkim te cechy, których brakuje matce. To, czy matki potrafią przyzwolić na takie dodatkowe wrażenia i doświadczenia zależy przede wszystkim od ich własnego zrozumienia. Kobiety posiadające sporą dozę zaufania we własne umiejętności i działania nie czują się zagrożone, gdy ich córka poświęca uwagę innym dorosłym. W najlepszym przypadku czują się nawet odciążone. Sprawy wyglądają inaczej, gdy kobieta sama nie jest pewna swojej wartości jako matka. Sympatia córki zwłaszcza w stosunku do innych kobiet często odbierana jest jako krytyka i odrzucana. W ekstremalnych przypadkach zdarza się, że matki próbują przerwać kontakty córki z taką osobą - wbijając w ten sposób klin w pełny zaufania związek z własnym dzieckiem, który przecież chciały w ten sposób ochronić.

Także rola ojca ma w tym kontekście znaczenie. Doświadczenia pewnych siebie kobiet uświadomiły mi, że zaufanie ojca do ich osoby było dla nich ważnym fundamentem optymistycznego nastawienia do życia. Dziewczynka, która czuje się akceptowana przez ojca, nawiąże także ścisły z nim związek. Podczas gdy matki automatycznie oczekują od synów tego, że ci będą się kierowali przykładem ojca, to takie samo zachowanie w przypadku córki odbierane jest niekiedy jako zdrada. Zdarza się to zwłaszcza, gdy kontakty między rodzicami nie układają się lub już nie istnieją. Skłócenie ze sobą rodzice zazwyczaj oczekują, że dziecko tej samej płci będzie stało po ich stronie. Matki próbują widzieć w córce sojuszniczkę. Jeśli jednak córka życzy sobie dobrych stosunków z obojgiem rodziców, to przymus wybierania zawsze jest dla niej stratą. Przymus wybrania tylko jednego rodzica może tylko zaszkodzić relacji z matką.

Im córka jest starsza, tym większe jest niebezpieczeństwo, że matka będzie reagowała zazdrością w stosunku do ważnych dla

nastolatki osób. Najpóźniej kiedy młoda kobieta wejdzie w związek, matka poczuje się odstawiona na boczny tor. Szczególnie katastrofalne skutki dla związku matka - córka ma fakt, że matka postrzega taki rozwój rzeczy - racjonalnie - jako naturalny i w gruncie rzeczy się z niego cieszy. Jednocześnie nie pozwala jej to na poruszenie - nieracjonalnej - zazdrości. Zazdrość, stłumiona w ten sposób, tylko czeka na moment, by znowu wyrwać się spod kontroli.

Córkom jest pod tym względem łatwiej. Jako małe dziewczynki nie muszą się zastanawiać nad swoimi frustracjami, kiedy same znajdują się w cieniu brata, siostry czy innej kochanej przez matkę osoby. Im są młodsze, tym wyraźniej wyrażają swe niezadowolenie, gdy brakuje im ciepła i uwagi. Jednak dorosłe córki potrafią także reagować zazdrością.

Kiedy pewna osoba zajmuje w życiu innej dominującą pozycję, będzie zawsze próbowała ją podtrzymywać. Z tego powodu córki reagują zazdrością, kiedy wierzą, że dotychczasowa bezproblemowa relacja z matką jest narażana przez nowy związek matki. Mała dziewczynka rejestruje przede wszystkim uwagę, którą w takiej sytuacji traci i otwarcie się buntuje. Także w tym przypadku jest jej łatwiej niż dorosłej osobie, bo kiedy córka utraciła już dziecięcą naturalność, potrafi zrozumieć jak ważny jest związek miłosny w życiu matki. W dorosłej córce nadal jednak żyje mała dziewczynka, która domaga się swoich narcystycznych praw. Tak samo jak to zostało opisane w przypadku matki, córka chce stać na pierwszym miejscu. Może nawet reaguje zazdrością - niejako w zastępstwie nieobecnego ojca.

Poza tym córki postrzegają matki tak bardzo w roli matki, że rzadko zdają sobie sprawę z tego, że także w ich przypadku chodzi o kobietę posiadającą potrzeby seksualne. Gdy nagle zdadzą sobie z tego sprawę, całkowicie zaburza to znane sposoby postępowania. Gdy matka rozpoczyna nowy związek, walczy często z córką o jego akceptację. Także w tym przypadku niepewność istniejąca po obu stronach przyczynia się do tego, że ciężkie walki utrudniają wzajemne pokojowe stosunki.

Walki

*Matki i córki konserwują swoje konflikty
nieustannie się ze sobą ścierając.*

Marnotrawstwo

Matki i córki często ścierają się we wzajemnych kontaktach. Toczą ze sobą walki, które dla obu stron są niesamowicie wyczerpujące. Tracą przy tym czas i energię, którą mogłyby wykorzystać w innym miejscu. Niezadowolenie z rodzaju wzajemnych stosunków pochłania dodatkowe siły. Duża część konfliktu jest po prostu zbędna. Niektóre dramaty rozgrywają się bez powodu. I do tego w każdym okresie życia obu zaangażowanych stron.

Matki wychowujące dzieci muszą udzielać im niezliczonych zakazów, by chronić je przed niebezpieczeństwem. Jednocześnie z powodu własnego systemu wartości dają dziecku także wiele wskazówek, które po dokładniejszym przyjrzeniu się nie są konieczne. Niemało z nich ma na celu oduczenie dziewczynek uporu i zaufania do samych siebie. Pewna kobieta powiedziała w czasie warsztatów, że matka postrzegała ją jako dziewczynkę chcącą przebić ścianę głową. Wyrażenie „chcieć przebić ścianę głową” opisuje zachowanie, gdy ktoś próbuje zrobić coś niemożliwego do zrobienia i może uczynić sobie przy tym krzywdę. Często jednak zdarza się, że to co dziewczynki próbują robić, wcale nie jest niemożliwe do osiągnięcia. Ściana wyrasta przed nimi jedynie dlatego, ponieważ są płci żeńskiej.

W sytuacjach, w których małe dziewczynki uczą się podporządkowania, rzadko chodzi o sprawy wagi państwowej. Częściej matki i córki toczą symboliczne walki o władzę z powodu drobnostek. Dziewczynka chciałaby na przykład na spacerze wrzucić kamień do jeziora. Matka się zgadza. Rozpryskująca się woda sprawia małej oczywiście wiele radości, a więc powtarza zabawę raz jeszcze. Po trzecim razie znudzona matka chce już iść dalej. I teraz zaczyna

się kołowrót. Dziewczynka chce wrzucać kamienie do jeziora, a matka tego nie chce. Po krótkich przepychankach matka chwytając córkę za ramię i odciąga od jeziora. Mała drze się w niebogłosy. Trwa to dwadzieścia minut. Dla obu jest już po spacerze.

To oczywiście, że matka nie może stać nad jeziorem w nieskończoność. Nie jest to też wcale konieczne. Wystarczyłoby dostrzec, że dziewczynka ma własną osobowość i uprawnione zainteresowania. I podobnie spojrzeć na samą siebie. Dzięki jasnym uzgodnieniom można zapobiec dramatycznym nieporozumieniom między matką a córką. Także trzylatka potrafi powiedzieć czego chce. I można jej w dostosowany do wieku sposób wyjaśnić czego się samemu chce. Dziewczynka zrozumie, co mama ma na myśli, gdy ta powie, że jest znudzona. Dzieci również są gotowe na kompromisy, gdy zauważą, że nie pomija się ich uczuć.

Można uniknąć nauczenia się bezradności, tej rozpowszechnionej cechy wychowania do kobiecości, gdy dziewczynka zdobędzie doświadczenie, że ma szansę wyboru i współdecydowania. Tam gdzie jest to możliwe, łatwiej usunąć problem dzięki propozycji niż rozkazom. „Czy to w porządku, jeśli rzucisz jeszcze dwa razy, a potem pójdziemy dalej? Popatrz, tu jest duży ładny kamień” - w wielu przypadkach to wystarczy.

Matki i córki toczą walki o kamień obrazy w każdym wieku. Tematy takie jak dojrzewanie dziewczynki, związku dorosłej córki, ciąży, marzenia zawodowe czy odmienny styl życia zmieniają się nierzadko w jałowe kłótnie o to, co się robi a czego nie. Gdyby matkom i córkom udało się zaakceptować swoją odmienność, pomogłoby to uniknąć wielu dramatycznych konfliktów. Jednak zrozumienie wzajemnej odrębności jest dla obu stron zagrożeniem - i wyzwala powtórne spory na temat właściwego stanowiska.

Powstające w czasie kłótni obawy przed utratą prowadzą do tego, że obie zaangażowane strony zadręczają się myślami. Niejedną matką i córką spędziła bezsenne noce z powodu problemów, które - przy odrobinie dystansu - łatwo można usunąć. I tak marnotrawstwo wyraża się nie tylko we wzajemnych walkach, lecz także w zmaganiu się z własnymi fantazjami. Co ona jeszcze takiego wczoraj powiedziała? Dlaczego jest taka podła dla mnie? Co ja

takiego źle robię? Jakby zareagowała, gdybym jej powiedziała, że...? Rankiem po nocy spędzonej na rozmyślaniu jest się zmęczonym. Dzień jest zmarnowany, wszystko przychodzi z trudem. Nie znaleziono w nocy rozwiązania konfliktu. A ponieważ ciało i dusza dążą do harmonii, zmęczenie ułatwia drogę depresyjnemu nastrojowi. Wzajemne walki niszczą każdą ze stron. Trudno to na dłuższą metę wytrzymać. Przychodzi więc rezygnacja i poddanie się rzekomo nieuchronnemu losowi. Teraz już wszystko jest obojętne, byleby tylko już nie było konfliktów.

Umiarkowanie

„Nie sprawiałam żadnych kłopotów”, oznajmiła mi radośnie młoda kobieta na jednym z warsztatów, po tym jak spytałam ją o relacje z matką. Spoglądała na mnie wyczekująco. Spojrzenie zdradzało, że liczyła na uznanie.

Nie jest w takiej postawie osamotniona. Miliony kobiet na całym świecie każdego dnia pracują i dbają o swoje związki „nie sprawiając kłopotów”. Wychowanie do kobiecości idealnie zadziało. Powtarzane doświadczenia, że i tak nikt nie przyjmuje do wiadomości ich życzeń i potrzeb, sprawiły, że kobiety o nich zapomniały. Jak często, pytane o zdanie, odpowiadają „wszystko jedno”?! Rezygnują wówczas za każdym razem w możliwości wyboru.

Nawet kiedy kobiety są pomijane, obrażane czy ranione, twierdzą, że jest im wszystko jedno. „To przecież nie ma dla mnie znaczenie, co on o mnie mówi!”, „Nic nie szkodzi, jeśli dla mnie nic nie zostanie z tego tortu!”, „Kazał mi czekać pół godziny w deszczu - Nie ma o czym mówić.” Kobiety uważają swe umiarkowanie za cnotę. W sytuacjach gdy spotyka się więcej kobiet, nie można godzinami dojść do najmniejszych decyzji, ponieważ wszystkie panie zajęte są walką o zwycięstwo w konkursie skromności. Jak sobie życzysz!”, „Mnie jest wszystko jedno, kieruję się tobą!”, „Żadnych kłopotów z mojego powodu!”, „Nie, to naprawdę nie jest konieczne!”.

Wypierając się własnych życzeń, kobiety próbują uodpornić się na zranienie. Nie wierzą, że mają szansę na spełnienie swych

marzeń i potrzeb, dlatego wołają ich nie odczuwać. Ale także przy takich sposobach zachowania odbywa się walka, ponieważ życzenia nie znikają. Jednak rezygnacja z wyrażenia prawowitych interesów jest równoznaczna z samoumartwianiem. Coś w nas chce właśnie tę czekoladkę z migdałem, nawet jeśli jest tylko jedna taka w całej ogromnej bombonierce. Nie upieramy się koniecznie, by siedzieć na konkretnym krześle, ale wołałybyśmy siedzieć raczej obok Herberta. I wszystko się w nas buntuje, gdy jesteśmy pomijane, obrażane czy ranione.

Kiedy opisane powyżej problemy stanowią zasadnicze zjawisko w życiu kobiet, wpływają także na relacje matka-córka. Sytuację utrudnia także to, że córki doświadczyły umiarkowania u swoich matek i to one częściowo im ją przekazały. Czasami córki uważają, że matki, które same wyrosły w podobnych warunkach i jest im przez to trudno wyrwać się z własnej skóry, ponoszą za to odpowiedzialność. We wzajemnych kontaktach matka i córka, albo jedna z nich, zaczynają się zachowywać wstrzemięźliwie, gdy obawiają się utraty sympatii drugiej strony lub gdy nie dostrzegając innej alternatywy. Na przykładzie chciałabym wyjaśnić, jak taka sytuacja może wyglądać.

Nie mało córek troszczy się o swoje stare i słabowite matki. Niektóre przejmują opiekę, gdy jest to konieczne. W takich przypadkach obie kobiety są wstrzemięźliwe i pozwalają sobie na wyrzeczenia, które nie byłyby niezbędnymi. Zależna od opieki córki matka cierpi zazwyczaj nie tylko z powodu swej zależności. Postrzega siebie w roli, której chciała przez całe życie uniknąć. Nagle w starszym wieku sprawia - w swoim mniemaniu - tylko kłopoty. Trudno jej wytrzymać uwagę, jaka jest jej poświęcana. Myśl o tym, że jest się dla innych ciężarem, zabiera niektórym matkom resztki ochoty do życia. W takich okolicznościach próbują sprawiać tak mało kłopotów, jak to tylko możliwe. Nie mają żadnych życzeń, których spełnienie mogłoby oznaczać dla córki wysiłek.

Po drugiej stronie znajdują się młodsze kobiety. W idealnym przypadku dobrowolnie przejęły opiekę nad matką. Związane z tym obowiązki wymagają sił i czasu. Ponieważ troska o starych i chorych rodziców jest składana na barki córek ciągle z taką samą

oczywistością z jaką matki odpowiadają za dobro dziecka, nie otrzymują one prawie żadnego wsparcia od osób trzecich ani o taką pomoc nie proszą. Przejęte przez córki zadanie wymaga tym samym większych poświęceń niż byłoby to konieczne. W ten sposób cierpią na tym ich własne sprawy. Nie można pojechać na urlop, nie ma czasu na wieczorne spotkania i odpada wysypianie się w niedzielę. Po krótszym lub dłuższym czasie musi u córki powstać uczucie frustracji.

Jednak zamiast zobaczyć źródło problemu we własnym zachowaniu, córki widzą przyczynę w matce. Nie mogą wyjść, ponieważ matka jest chora, ani wyjechać ponieważ matka je potrzebuje, ani wyspać się, ponieważ matka je wcześniej śniadanie. Z drugiej strony także matki są wściekłe. Nie rozumieją o co chodzi w telewizyjnym filmie, bo córka nastawiła dźwięk tak cicho, nie mogą zadzwonić, bo to córka płaci rachunki, ani nie mogą poprosić jej o otworenie okna, bo potem nie ma nikogo, kto mógłby je znowu zamknąć.

Umiarkowanie powodujące, że kobiety nie potrafią wyrazić swoich pragnień i szukać zadawalających rozwiązań, będzie nadmiernie obciążało stosunki między matką a córką. Nawet najlepszy związek nie może bez szwanku przetrwać samopoświęcania się. Takiego rodzaju konstelacje pojawiają się nie tylko w sytuacjach opieki nad daigą osobą. Można znaleźć je wszędzie tam, gdzie matka lub córka wierzą, że wyrażając własne potrzeby można utracić przychylność drugiej osoby. Zamiast dążenia do rzeczowych wyjaśniających rozmów jak również wspólnego poszukiwania rozwiązań, następuje coraz większe wyparcie problemów w związku.

Wyparcie

Wyparcie jest taktyką unikania. Ludzie mają skłonność, aby wypierać stan czy problem, gdy ten w ich mniemaniu wydaje się zbyt groźny, a oni sami czują się bezradni nie potrafiąc znaleźć rozwiązania. Matka i córka ulegają wielkiej pokusie, by wyprzeć się problemów we wzajemnych kontaktach lub niezadowolenia z istniejącego związku. Społeczne wyobrażenie na temat rodziny

sprzyja odwoływaniu się do ustalonych modeli ról. Wydaje się, że łatwiej jest w osobistych kontaktach zdać się na gotowe opinie niż iść własnymi ścieżkami. I tak zdarza się, że matki przez całe życie omijają córki, gdy obie strony są razem. I tak zdarza się również, że córka raczej stłumi w sobie krytykę matki niż miałaby ją wyrazić.

Tłumienie to oprócz tego także sytuacja, gdy obie strony nie są pewne, gdy coś w związku nie gra. Zwłaszcza w relacjach matka i córka kobiety często wypierają się problemów przed samym sobą i innymi. Kobiety najchętniej chcą uniknąć walki. Zarówno matki jak i córki szukają harmonii, która obiecuje na początku związku pewność i bezpieczeństwo. Nic nie powinno zakłócać zwyczajowej zgody. Nierzadko obie strony mają skłonność do idealizowania wzajemnego stosunku. Dewiza brzmi: „Zawsze się dobrze rozumialiśmy”. A także: „Zawsze będziemy się dobrze rozumieć.”

Aby sprostać temu wymaganiu, konfliktowe tematy pozostają w ukryciu. Podkreśla się za to zgodne opinie, zainteresowania i sposoby zachowania. Co prawda w wielu rodzinach harmonia związku matka-córka zakłócana jest powracającymi i męczącymi kłótniami, ale rzadko chodzi w nich o właściwe problemy. Treść nieporozumień powtarza się regularnie i z czasem staje się ukochanym, bo przewidywalnym rodzinnym rytuałem. I tak nawet kontrowersje tworzą bliskość. Dramatyczne sytuacje opisane w podrozdziale o marnotrawstwie noszą zawsze tytuł „Ciąg dalszy nastąpi” i dlatego są swojskie. To właśnie zmagania z powodu różnorodności są przyczyną wielu powierzchownych kłótni, których korzenie pozostają niewidoczne. Poniższy przykład ma pokazać, co może spowodować wyparcie w takich przypadkach.

Matka życzy sobie z utęsknieniem, żeby córka poświęciła się artystycznej profesji. Sama bardzo interesuje się kulturą. Zabiera więc dziewczynkę na koncerty i wystawy, opłaca lekcje gry na pianinie dla córki i zasypuje książkami. Mała reaguje znudzeniem, wolałaby raczej wyszaleć się z innymi dziećmi w parku. Gdy przybywa jej lat, zaczyna się buntować przeciw wymaganiom matki. Jej paczka świetnie bawi się na basenie, podczas gdy ona męczy się gamami. Poza tym i tak już postanowiła, że zdobędzie wykształcenie hotelarskie. Po co jej więc ta cała zniechęcona męczarnia?

W końcu córka stawia na swoim. Matka zwija żagle: lekcje pianina zostają odwołane, a klubowe imprezy zastępują wyprawy do muzeum.

Kilka lat później córka jest kierowniczką hotelu. Ciągłe jeszcze często kłóci się z matką, która nie ma już teraz żadnego wpływu na decyzje młodej kobiety. Teraz zmieniła się scena utarczek. Podczas gdy w przeszłości obie kobiety zaciekle kłóciły się na temat wzajemnych życzeń i nazywały sprawy po imieniu, teraz na pierwszym planie znajdują się pozorne konflikty. Jeśli rozmawiają o pracy córki, matka ledwo wykazuje zainteresowanie jej zawodowymi osiągnięciami. O wiele bardziej interesują ją artyści mieszkający w jej hotelu i chwali z zachwytem ich talenty. Córka z kolei opowiada o ludzkich słabościach swoich klientów, których codziennie doświadcza. Matka opowiada o genialnej diwie operowej, a córka o jej nerwicach. Matka zachwyca się postępowymi dziełami poety, a córka wspomina o ilości spożywanego przez niego alkoholu. Na koniec obie znajdują się w patowej sytuacji.

To o czym nie mówią, to rozczarowanie matki, do którego ta nie ma co prawda prawa, ale które głęboko się w niej kłębi. Nie rozmawiają też o frustracji córki, której brakuje n^atycznego uznania dla jej osiągnięć. Powodem ich milczenia jest wspomniane już uprzednio umiarkowanie zgodnie z hasłem: „nie mam teraz zawodu, którego sobie matka życzyła. Nie mogę wymagać, żeby teraz wspierała mnie i mój upór.” Ale w głębi serca córka za tym tęskni. Nigdy nie wspomina się o obustronnym wyparciu uczuć, a to prowadzi do bólu towarzyszącego całemu życiu.

Ból

Wyparcie groźnego stanu lub nieprzyjemnego uczucia wpływa na niedostrzeżenie obciążającej rzeczywistości. Jednocześnie wpływa także na to, że nie mamy szansy na zmianę czegokolwiek w tym problemie. Zazwyczaj taka sytuacja wyjściowa prowadzi do depresji. Kobiety z reguły szybciej niż mężczyźni reagują depresyjnie na problemy pojawiające się w ich życiu, ponieważ wdrukowały przekonanie, że nie mogą aktywnie wpływać na swój los i czują się

bezbronnie wobec okoliczności. Ich codzienna rzeczywistość wspiera takie nastawienie, ponieważ aktywność kobiet jest częściej kwitowana pobłażliwym uśmiechem lub utrudniana bardziej niż wspierana.

W relacji matka-córka mechanizm ten działa podwójnie, ponieważ córka nauczyła się swoich przekonań od matki. Oczywiście pod wieloma względami ma inne poglądy i podąża własnymi drogami, ale rzeczywistość, której doświadczała na przykładzie matki i którą kodowała przez lata w postaci mowy ciała, mimiki i wypowiedzanych poglądów, działa w niej w sposób nieświadomy, czy tego chce czy nie.

Nadmiernie intelektualizowane argumenty pomagają w wypieraniu własnych emocji. I tak matka nazywa samą siebie kwoką, kiedy czuje się opuszczona przez usamodzielniającą się córkę. Córka chce być niezależna i dlatego zabrania sobie już samej tęsknoty za matczynym uznaniem. Ale potrzeby matki i córki nadal istnieją. Aby je odczuć należy pozbyć się taktyki wypierania. Tak matka jak i córka obawiają się tego kroku, przysłowiowa moc przyzwyczajenia pozwala im trzymać się wzorów wzajemnych kontaktów, nawet gdy te w oczywisty sposób nie pozwalają na zadowalające stosunki. Uczucia takie jak smutek, złość, rozczarowanie czy samotność stają się nieodłącznymi towarzyszami we wzajemnych kontaktach. Ułatwiają skupianie się na problemach w związku, a te wpływają z kolei na życie codzienne obu stron i inne związki. Szczególnie postępowanie córki z własnymi dziećmi, przede wszystkim z dziewczynkami, kształtowane jest częściowo przez jej stosunek do własnej matki. I tak problemy są przenoszone z pokolenia na pokolenie.

Przyczyna bólu w związku między matka a córką znajduje się często na zewnątrz. Niekończące się wzajemne zarzuty, zmagania o bliskość i dystans i walka o właściwe poglądy są kształtowane przez społeczne wartości, powodujące, że matka i córka trzymają się tradycyjnych struktur. Jednak swobodniejszy i szczęśliwszy wzajemny związek wymaga gotowości do kroczenia nowymi drogami.

*„ Usta, kształt twarzy i brodę mam po matce.
Nos również, ale jedynie jego czubek;
grzbiet mojego nosa jest niepowtarzalny,
nikt w naszej rodzinie nie ma takiego.”*

Isabela Rossellini o swym podobieństwie
do matki Ingrid Bergmann.

Przestawienie sytuacji, w jakich matki i córki spotykają się ze sobą, pojawiających się nierzadko trudności i ich skutków służyć miało stworzeniu zaczątków bardziej zadowalającego kontaktu między obiema kobietami. Ze zrozumiałych względów uczestniczkom organizowanych przeze mnie warsztatów zależało na uzyskaniu konkretnych pomysłów na poprawę stosunków z matkami lub córkami.

Propozycje, które przedstawiłam, traktować należy jedynie jako pewnego rodzaju impulsy, nieadekwatne do każdego typu relacji. Niezastąpionym pozostaje budowanie przez matkę i córkę własnych form porozumienia na bazie indywidualnych doświadczeń. Niezależnie od tego postaram się w dalszej części książki przekazać kilka wskazówek mogących pomóc zbudować to porozumienie, zwłaszcza w sytuacjach problematycznych. Nawet te kobiety, które uważają swe relacje z matką/córką z gruntu rzeczy za pozbawione napięć i szczęśliwie znajdują tu wiele pomysłów, które być może będą mogły wykorzystać, gdyby kiedyś pojawiły się

spięcia. Kobiety, których kontakty z matkami utknęły w martwym punkcie, odnajdą w tej książce z pewnością cenne wskazówki, jak odkryć nowe drogi wzajemnego porozumienia. Zachęcam do wypróbowania krok po kroku kolejnych propozycji i sprawdzenia, czy uda się na ich podstawie zmienić relacje panujące w Państwa rodzinie.

Na początku chciałabym przedstawić kilka propozycji, jak zwolnić obecne kontakty matki z córką od problemów z przeszłości. Konieczne jest znalezienie całkiem nowej płaszczyzny, ustalenie innego miejsca spotkań ale też wewnętrzna gotowość na zmiany i zdobywanie nowych doświadczeń. Poza tym należy uświadomić sobie, iż na relacje między matką a córką wpływ mają również inne osoby. Pomocnym okazać się może więc świadome włączenie ich w ten niegdyś ciasny symbiotyczny związek.

Do osiągnięcia porozumienia niezbędne są wewnętrzne predyspozycje obydwu kobiet. W rozdziale „Otwartość” opisałam mechanizmy, które pomogą zmienić dawne przekonania i sposoby myślenia, tam gdzie one przeszkadzają. Należy przede wszystkim wyostrzyć swe postrzeganie rzeczywistości, poprzez obserwację i rozmowę unikać nieporozumień, krytykować i przyjmować krytykę oraz szanować granice wyznaczone przez drugą osobę. Zalecana w związku z tym postawa zasadnicza sprzyja każdej komunikacji. Fakt, iż relacje między matką a córką obciążone są balastem tradycyjnego podziału ról, sprawia, iż zmiana postępowania w stosunku do siebie będzie wyjątkowo wyzwalająca.

Gdy zrobimy bilans swoich kontaktów z matką lub córką, czuć się będziemy bardziej bezpiecznie. Brak niedomówień pozwala przewyciężyć lęki i negatywne myśli. Dlatego też tak ważne jest ustalenie własnej pozycji, jak również dostrzeżenie odmienności ról i nauczenie się akceptowania uczuć drugiej kobiety. Matki i córki często utrudniają sobie sprawę tym, iż starają się przemilczeć ich zdaniem zagrażające emocje tj. gniew, smutek czy wątpliwości. Właśnie to stanowi jednak istotny warunek utrzymania zaufania i otwartości we wzajemnych relacjach. Również umiejętność nazywania po imieniu tego co łączy i co dzieli jest w tym kontekście bardzo pomocna.

Po rozważeniu wszystkich tych aspektów zauważymy, iż istnieje całe mnóstwo indywidualnych potrzeb, pragnień i celów, których matka lub córka nie odbierają dobrze. Jeśli chcemy osiągnąć porozumienie, musimy realizować te ważne elementy naszej osobowości w inny sposób.

Matka lub córka nie może nam dać wszystkiego, czego od niej oczekujemy. Zamiast jednak odczuwać frustrację uświadamiając to sobie na nowo podczas kolejnych spotkań i czuć się z tego powodu źle, warto może przenieść część tych oczekiwań na inne osoby z własnego otoczenia - zastanowić się nad tym, co dana osoba nam daje i co my chcemy jej dać. Taka analiza dotyczyć będzie również stosunku do matki i/lub córki, szczególnie w kontekście innych członków rodziny.

Nawet jeśli celem kolejnych rozdziałów jest przede wszystkim pomoc w uzyskaniu porozumienia między matką a córką w konkretnej relacji, chciałabym podkreślić, iż należy uwzględnić również szerszy społeczny kontekst. Z myślą o przyszłości warto ograniczać różnice w sposobie wychowania dziewcząt i chłopców.

Gotowość do aktywności wymaga z reguły zawsze pewnego stopnia własnego zaangażowania. Dla wielu kobiet zmianą będzie odkrycie nowych sposobów porozumienia z matką lub córką. Dlatego też ważne jest, abyśmy my kobiety nie zniechęcały się do podejmowania prób zwiększania naszych szans* powodzenia zarówno w pracy jak i w życiu prywatnym. Zmiany zachodzące w polityce są również sposobem na zmianę podziału ról, sposobu myślenia i swobody działania między matkami a córkami.

Nie udzielając się w organizacjach politycznych kobiety mają także możliwość oddziaływania na otaczającą je rzeczywistość. Będąc konsumentkami każdego dnia kształtują kierunki rozwoju gospodarki, tak ważne w ostatnich czasach dla naszego współistnienia. To kobiety mają możliwość ignorowania produktów firm reklamujących się w sposób nieprzyjazny kobietom lub zatrudniających w zarządzie jedynie mężczyzn. One decydują na obejrzenie jakiego filmu przeznaczają pieniądze. Tym samym wywierają wpływ na jeden z największych ośrodków kształtowania opinii publicznej: na przemysł filmowy. Ostatecznie to również kobiety wybierają, które

trendy w modzie zwyciężą i jakie czasopisma będą przez nie czytane. W epoce badań rynkowych i badań opinii publicznej mają również możliwość uzasadnienia swych wyborów.

Tylko w ten sposób można zmienić rzeczywistość w której żyją młode kobiety i której się nieświadomie podporządkowują. Ta rzeczywistość kształtuje ich przyszłe poglądy. W niej leżą przyczyny przyjmowania określonej postawy wobec matki a później wobec własnej córki.

Witamy w terażniejszości

*Kto chce opuścić utarty szlak
musi być gotowy na to, by zrezygnować
ze swych wygodnych przyzwyczajień.*

Wyjść z domu

Matki spotykają się ze swoimi dorosłymi córkami przeważnie w domu jednej z nich. Jednak gdy stosunki między nimi nie układają się dobrze, dom matki czy córki nie jest najlepszym miejscem do budowania porozumienia.

Większość dziewcząt dorasta w domu matki. Poza miłymi wspomnieniami związanymi z poczuciem bezpieczeństwa i poznawaniem świata dom rodzinny wiąże się w pewnym stopniu z uczuciem uzależnienia i zdania na łaskę. Gdy po latach matka mieszka wciąż w tym samym domu nie da się uniknąć tego, iż córka przekraczając jego próg podświadomie czuć się będzie jak za dziecięcych lat - bezsilna wobec matki. Nie będzie to dla tej obecnie dorosłej kobiety sytuacja komfortowa, szczególnie gdy pojawią się konflikty. Przeszłość wpływa zbyt mocno na wzajemne relacje. Oby kobietom trudno jest w tym domu traktować siebie jako osoby, którymi są dzisiaj. Dawne role determinują stosunki między nimi:

mama była zawsze, gdy córka jej potrzebowała wesoła, smutna, silna, słaba - jej dziewczynka była zawsze uparta, wrażliwa, głośna, cicha. Dom w którym się spotkały stał się symbolem. Kto uważnie śledzi codzienne wiadomości ze świata polityki z pewnością zauważy, iż miejsce ważnych spotkań nigdy nie jest przypadkowe. Negocjacje pokojowe na przykład odbywają się na neutralnym gruncie, nieoficjalne wizyty w innym kraju są wyrazem solidarności, a zaproszenie danej osoby do swojego państwa - uznania. Samo miejsce spotkania sygnalizuje często jego cel i szanse powodzenia. Również prywatnie warto zastanowić się dokładnie nad wyborem czasu i miejsca spotkania. W wielu sytuacjach jest to dla nas oczywiste. Kobiety rozważają dokładnie, czy z nowo poznanym mężczyzną wybiorą się do restauracji, do kina czy do jego mieszkania. Zastanawiają się też nad tym, kiedy i kogo zaproszą do siebie. Oznacza to mianowicie rezygnację z jakiejś części własnej swobody: nie ma możliwości wyjścia w każdej chwili.

Z tego względu odwiedziny w domu córki w sytuacji konflikto-wej nie są najlepszym rozwiązaniem. Wprawdzie przeszłość nie jest tu tak bardzo odczuwalna, ale rodzinna atmosfera panująca w domu nie pozwala obu kobietom na poświęcenie sobie wystarczające uwagi by rozwiązać istniejący problem. To w decydującym momencie zadzwoni telefon, to wnuczek uderzy się o kant stołu czy też jednocześnie dzieć się będą różne inne rzeczy: trzeba będzie rozwiesić pranie, panierować kotlety, grał będzie telewizor. Tego rodzaju „ubocznymi czynnościami” nie zajmujemy się, gdy w odwiedziny przychodzi przyjaciółka czy sąsiadka. Wizyta kogoś z rodziny nie jest jednak przeszkodą. Dajemy w ten sposób do zrozumienia, że dzięki pokrewieństwu wzajemne kontakty są niezagrażone i nie musimy angażować sił w ich pielęgnowanie. To czego nie uzyskamy rozmową, zapewnią nam więzy krwi.*

Im bliższy stopień pokrewieństwa, tym mniej uwagi poświęcamy formie wzajemnych kontaktów. Matki i córki związane ze sobą od wielu lat tkwią w błędnym przekonaniu, że stosunki między nimi same się ułożą. W ten sposób czerpią jedynie z przeszłości. Budowanie na tej podstawie wzajemnych relacji w teraźniejszości okazuje się niemożliwe.

Gdy zarówno dla matki jak i córki ważna jest otwartość i szczerść między nimi, to miejsce spotkania nie będzie miało dla nich znaczenia. Być może nawet uznają za przyjemne, obywanie się w domu bez zbędnych formalności. Tam jednak, gdzie pojawiają się trudności i gdzie uczucie wyobcowania determinuje wzajemne relacje, ważne jest aby obie kobiety skoncentrowały się na sobie nawzajem i na problemach, które chcą rozwiązać. Warunkiem osiągnięcia tego jest spotkanie w neutralnym miejscu, w którym obie będą mogły odpocząć i poczuć się swobodnie. Może to być zarówno letni piknik nad jeziorem jak również spotkanie w kawiarni. Ważne, aby obie kobiety miały szansę skoncentrowania się na sobie nawzajem, by nikt im nie przeszkadzał i by każda mogła odejść kiedy zechce. Świadomość możliwości wycofania się w dowolnym momencie sprawia, iż jesteśmy bardziej gotowi otworzyć się przed drugą osobą.

Nie da się również przecenić roli symboli w osiągnięciu porozumienia. Spotykając matkę w kawiarni córka widzi ją w eleganckim stroju, a nie w fartuchu kuchennym, który nosiła jeszcze w czasach gdy strofowała swą małą córeczkę. Żadna z kobiet nie wkracza na terytorium drugiej. Matka nie ma przed oczami zdjęcia zięcia, które stoi u córki na pianinie, a sympatyczny kelner obsługuje obie panie z jednakowym szacunkiem.

Wyjście z domu ma nieocenioną wartość, gdy matka i córka próbują uwolnić się od balastu przeszłości. Nie mam tu oczywiście na myśli rezygnacji z wielu cennych wspomnień. Chodzi raczej o to, by stworzyć warunki ku temu, aby niepożądane niejasne uczucia związane z dawnymi konfliktami nie wkrały się potajemnie do obecnej relacji. Nic nie stoi na przeszkodzie, aby powspominać dawne czasy podczas wspólnego pikniku. Powinno to jednak odbywać się w granicach dających obu kobietom pewność, że chodzi tu o wspomnienia a nie o współczesność. W ten sposób zwiększy się ich zainteresowanie sobą nawzajem oraz gotowość zaakceptowania zmian bez poczucia zagrożenia.

Zaakceptować zmiany

Widoczne na zewnątrz przemiany są przeważnie skutkiem procesów wewnętrznych. Każda zmiana wymaga przede wszystkim odwagi, zdania się na to co nowe i zweryfikowania dawnych przekonań. Kto jest na to gotowy może inaczej spojrzeć w przyszłość i zapobiec temu, że mechanizm samospełniającej się przepowiedni wkradnie się do jego życia i zadziała z pełną siłą. Związane jest to z tzw. selektywnym postrzeganiem rzeczywistości: przyjmujemy do wiadomości jedynie to, czego oczekujemy, natomiast odrzucamy wszystko, co nie pasuje do naszych schematów myślowych. Tak powstają uprzedzenia. Na przykładzie zaprezentuję, jak tego typu struktury oddziałują na wzajemne stosunki między matką a córką i ochładzają je na wiele lat.

Matka złości się wciąż na córkę wytykając jej brak wykształcenia. Już w szkole córka nie była prymusem. Z trudem ukończyła zawodówkę. Teraz pracować będzie prawdopodobnie do końca swej kariery zawodowej jako kasjerka w supermarkecie, o ile oczywiście nie pójdzie wcześniej na rentę spowodowaną niewygodną siedzącą pozycją. Poza tym nie ma żadnych zainteresowań. Nie ma pojęcia o polityce, dzieła sztuki nie robią na niej wrażenia, a tzw. wiedza ogólna przedstawia marny obraz. Żeby jeszcze realniej patrzyła na rzeczywistość. Jedyne, co jest dla niej ważne, to szwendać się po świecie. Zamiast jednak poznawać przy tym obcą kulturę lub przynajmniej języki, jedynie obserwuje ptaki.

Spotkania matki z córką wyglądają zawsze w ten sam sposób. Matka rozpoczyna dyskusję na temat jakiegoś ważnego wydarzenia z ostatnich dni, o czym, jej zdaniem, niewykształcona córka, nie ma błędnego pojęcia. Ponownie dochodzi więc do kłótni, w której matka wyraża swe pretensje o brak wykształcenia córki, ta natomiast uparcie się broni.

>.

Aby przerwać to błędne koło matka musiałaby być gotowa skonfrontować swe dawne teorie z czasów gdy córka była dzieckiem. Spojrzawszy na nie z obecnej perspektywy mogłaby postawić inne pytania i otrzymać inne odpowiedzi. Może dowiedziałaby się, że jej córka jest wybitnym znawcą ornitologii, że każdą wolną minutę

spędza ze swym przyjacielem w lesie, by poznawać zwyczaje miejscowego ptactwa i poszerzać swą wiedzę. Od siedzącej pracy w supermarkecie odpoczywa spacemjąc i jeżdżąc na rowerze, a miłością do zwierząt, którą podziela również jej przyjaciel, ozdabia swoje życie. Również miejsce spędzania urlopu wybierają wspólnie z myślą o tym, by w dalekich krajach mieć możliwość obserwowania żyjących tam ptaków.

Jej zbiór książek o ornitologii rozrósł się już do sporych rozmiarów, a dzięki założonej przez siebie stronie internetowej poświęconej ptakom poznała wielu ludzi, z którymi koresponduje i spotyka się podczas urlopu. Jej dzień ma również dwadzieścia cztery godziny. Sama zdecydowała czym je wypełni. Tą młodą kobietę bardziej zachwyca trelowanie głuszca niż utwory Bacha czy Brahmsa, a upierzenie rudzika jest dla niej największym dziełem sztuki na świecie.

Ten przykład unaocznia, że subiektywnie postrzegana przez nas rzeczywistość jest jedynie fragmentem tego, co naprawdę dzieje się wokół nas. Obraz zakłócają nam zakorzenione przez lata opinie na temat innych i nas samych. Jednak to przecież my kształtujemy nasz punkt widzenia. W przytoczonej historii matka mogłaby pochwalić córkę, być dumna z wiedzy jaką ta zdobyła przez lata, wykorzystując na naukę każdą wolną chwilę. Nie traciłyby wówczas tak wiele czasu na niepotrzebne konflikty.

Ważne jest, aby obie kobiety zrozumiały, że relacje między nimi są procesem dynamicznym zmieniającym się wraz z upływem czasu. Jedna nie jest już dziś małą dziewczynką a druga zatroskaną matką. Za dziesięć lat będą z kolei jeszcze innymi osobami niż są dzisiaj. Zmienność kobiet jak również relacji między nimi niesie ze sobą szanse oraz zagrożenia. Podobnie jak w każdej chwili można naprawić złe kontakty zmieniając podejście do siebie nawzajem, tak z drugiej strony udane relacje w danej chwili nie gwarantują ich powodzenia w przyszłości. Bycie rodziną nie oznacza, iż możemy spocząć na laurach. Tak jak nasz organizm stale zastępuje stare komórki nowymi, by oprzeć się upływowi czasu i bronić przed zagrożeniami, tak kształtowanie relacji między matką a córką wymaga gotowości do podejmowania nowych wyzwań i doceniania ich roli.

Nowe doświadczenia

Wiele problemów stojących na drodze porozumienia między matkami a córkami wynika z ich pokrewieństwa. Podczas gdy dokładamy wszelkich starań, aby podtrzymywać nasze kontakty z przyjaciółmi lub partnerami, czy to poprzez rozmowę czy wspólne przedsięwzięcia, fakt spokrewnienia z daną osobą daje nam złudne przekonanie, że wszystko samo się ułoży. Rutynowe postępowanie zamyka nas na zdobywanie nowych doświadczeń.

W wielu rodzinach matki spotykają się z córkami jedynie w określonych sytuacjach i w podobnych okolicznościach. Ulubiony czas rodzinnych spotkań to urodziny, święta, rocznica ślubu rodziców, chrzciny wnuka. Tak długo jak jesteśmy szczerzy wobec najbliższych i nie żyjemy żadnych uprzedzeń, tradycje rodzinne oddziaływać będą na nas pozytywnie - dadzą nam poczucie wspólnoty i pomogą upewnić się w swej społecznej przynależności. Trudności pojawiają się tam, gdzie wzajemne kontakty ograniczają się jedynie do sztucznych wyuczonych zachowań.

Tak jak członkowie rodziny zasiadają przy stole wciąż na tych samych miejscach, tak w podobny sposób przypisane są im pewne role. Dorastająca córka nie powinna jednak dać się wtłoczyć w utarte schematy.

Matki i córki przypisują sobie nawzajem cechy i sposoby zachowania odpowiadające ich oczekiwaniom. Niezależnie od tego, co jedna mówi o drugiej, przesłanie brzmi albo bardzo optymistycznie: „Ona jest taka, jaką chciałam, żeby była” albo wyraża rozczarowanie: „On wcale nie jest taka, jakbym sobie życzyła, jaką chciałąbym żeby była”.

Chociaż my wszyscy, a szczególnie dzieci, skłaniamy się ku temu by podporządkowywać się oczekiwaniom innych, prawda z reguły leży po środku. Poznać ją możemy jedynie zdobywając doświadczenia. Matki i córki nauczyć się mogą wiele o sobie robiąc różne rzeczy wspólnie. Standardowe wyjście do kina zakończone kieliszkiem wina w kawiarni na rogu zastąpić można np. wspólnym treningiem w klubie fitness. Może on okazać się dla obu dużą niespodzianką. Córka z zaskoczeniem zauważy, jak wysportowana

jest jej matka a ta z kolei nie będzie mogła uwierzyć, że jej „mała córeczka” tak łatwo nawiązuje kontakty z ludźmi. Być może warto również zrezygnować z corocznej weekendowej wędrowki po austriackich Alpach a w zamian wybrać się na wyprawę rowerową po Francji. W końcu mama mówi perfekcyjnie po francusku i mogłaby pełnić rolę tłumacza. Wykazała by w ten sposób swoje umiejętności pomagając przy okazji córce i przekonałaby się, jak jej „mała córeczka z dwoma lewymi rękoma” dobrze radzi sobie z załatwianiem pękniętej dętki.

Tego rodzaju doświadczenia, weryfikujące przestarzałe schematy myślowe, oddziałują niezaprzeczalnie na wzajemne stosunki między matką a córką i pomagają ożywić skostniałe struktury. Obie kobiety mogą budować wzajemne stosunki wyłącznie na tym, co dzieje się w chwili obecnej a to zapewnia im obu większą swobodę. Świadome ich zmienności matka i córka łatwiej zdobędą się na rozmowę i będą miały możliwość wyjaśnienia dawnych konfliktów. Z obecnej suwerennej pozycji łatwiej będzie im spojrzeć wstecz na schematy, w których tkwiły przez lata. Pamiętać należy jednak przy tym, że zarówno matka jak i córka postrzegały siebie nawzajem przez pryzmat otoczenia, w którym przebywały i tak też dzieje się dziś. Do osiągnięcia porozumienia konieczne jest zrozumienie roli otaczających nas ludzi w kształtowaniu wzajemnych relacji.

Inni ludzie

Ta pozornie symbiotyczna bliskość matek i córek nie pozwala im zauważyć, że na ich wzajemne relacje wpływ mają również osoby z ich otoczenia. Partnerzy życiowi, ojciec, inni członkowie rodziny i przyjaciele zajmują ważne miejsce w życiu każdej z nich. Stosunek matki do córki kształtują opinie wujków lub ciotek na temat dziewczynki jak również relacje matki z jej własną matką.

Jego intensywność uzależniona jest od tego, jak wiele kontaktów z innymi ludźmi utrzymują obie kobiety. Zjawisko przeniesienia odgrywa tu ogromną rolę. Gdy matka rozstaje się z ojcem swej córki często dystansuje się od niej, uważając, że jest „taka sama jak ojciec”. Nie bez znaczenia jest też rywalizacja między rodzeństwem.

Córka walczy z bratem lub siostrą o względy matki. Pojawia się zazdrość, gdy trzynastolatka szepcze potajemnie z przyjaciółką i milknie nagle, gdy matka wchodzi do pokoju lub wtedy, gdy ta wynajmuje opiekunkę chcąc wyjść na kolację z nowym znajomym. Właśnie dlatego, że tego typu sytuacje zdarzają się bardzo często, osoby, których one dotyczą nie poświęcają im uwagi. Jednak to właśnie inni ludzie przyczyniają się do umacniania uczuć i kształtowania naszego postrzegania świata.

Gdy matka i córka są bardzo silnie ze sobą związane, osoby postronne mogą im pomóc wyjść poza tę ciasną relację. Szczególnie osoby spoza najbliższej rodziny mogą obiektywnie spojrzeć zarówno na matkę jak i na córkę, stworzyć poprzez swe opinie przeciwagę do utartych sposobów myślenia obu kobiet i zapobiec tym samym zakorzenianiu się uprzedzeń względem siebie. Wymaga to jednak bycia otwartym na opinie innych. Zamiast dystansować się od otoczenia zazdrośnie broniąc pozornie miłej samotności we dwoje, warto ożywić tą relację właśnie poprzez włączenie do niej innych osób.

Częstym powodem kłótni matki z jej siedemnastoletnią córką jest wybór przyszłego zawodu. Matka, z myślą o stabilizacji finansowej córki, pragnie by starała się o pracę w urzędzie. Ta jednak ma zgoła odmienne plany - chce zostać charakteryzatorką. Każda rozmowa na ten temat kończy się sprzeczką. Matka stara się udowodnić córce, jak nierozsądne są jej plany. Pokazuje jej wycinki z gazet o artystach, którym się nie powiodło i niepewności jutra, która towarzyszy ludziom związanym ze sceną, filmem czy telewizją. Córka z kolei broni się argumentami o chorobach zawodowych wśród urzędników czy też redukcji świadczeń socjalnych dla pracowników urzędów. Chcąc przekonać siebie nawzajem zataczają błędne koło.

W końcu matka podsumowuje dyskusję stwierdzeniem, iż idea bycia charakteryzatorką to skutek znajomości z przyjaciółką, której ojciec pracuje w tym zawodzie w małym teatrze stojącym u progu bankructwa. Matka czuje, iż człowiek ten zagraża jej autorytetowi. Aby udowodnić swoje racje, dorastająca córka uparcie twierdzi, iż nie ma on nic wspólnego z jej decyzją i że nie należy go do tego mieszać.

Jest to najlepszy przykład na to, jak wielki wpływ wywierają osoby z zewnątrz na relacje między matką a córką - niezależnie od tego, czy tego chcemy czy nie. Zamiast jednak zaprzeczać temu zjawisku warto świadomie je wykorzystać. Przecież w rzeczywistości córka faktycznie dowiedziała się o istnieniu zawodu charakterystatora dopiero od ojca przyjaciółki. Poza tym bardzo lubi tego człowieka, który jeszcze gdy była dzieckiem wesoło ozdabiał jej twarz gdy szła na zabawę karnawałową. To dzięki niemu przestała bać się potworów w filmach, widząc w teatralnym warsztacie jak te straszne monstra powstają.

Mężczyzna pracuje w swoim zawodzie od ponad dwudziestu lat. Jak cenne mogłyby być jego rady, gdyby młoda kobieta faktycznie zdecydowała się wybrać ten zawód. Gdyby matka, zamiast widzieć w nim jedynie źródło wszystkich problemów, zdecydowała się zaprosić go i porozmawiać, zdobyłaby wiele informacji, które być może zmniejszyłyby jej lęk o przyszłość córki. Poznałaby człowieka, który pracuje w zawodzie, który wymarzyła sobie jej córka i mimo tego nie głoduje - człowieka, który marzył o Hollywood a został w teatrze w małym miasteczku. Musi wprawdzie oszczędzać, aby spłacić raty za używany samochód, ale jest szczęśliwy, co widać, gdy mówi o wszystkich interesujących ludziach, z którymi zetknął się podczas swojej pracy.

Być może mogłby dzięki swym znajomościom pomóc córce dostać się na praktykę. Ona mogłaby dzięki niej przekonać się, czy ten zawód jest właśnie tym, o czym marzy. Ojciec przyjaciółki mogłby również polecić jej najlepszą szkołę i zorientować się, czy jest gdzieś może wolna posada. Dzięki jego pomocy matka zrealizowałaby swoje marzenie o stabilizacji finansowej córki szybciej niż gdyby podjęła się tego sama.

Rozmowy z innymi osobami pozwoliłyby zarówno matce jak i córce spojrzeć na wzajemne argumenty z innej perspektywy. Córka być może dowiedziałyby się od cioci, że jej matka wychowywała się w bardzo biednej rodzinie i było to dla niej tak strasznym doświadczeniem, że z nikim nie chce o tym rozmawiać. Dowiedziałyby się o dziadkach, którzy musieli oszczędzać nawet węgiel aby jakoś przebiedować zimą, o egzystencjalnej nędzy, jaka dotknęła jej

rodzinę w pierwszych latach bezrobocia. Dzięki tym opowieściom córka z pewnością zrozumiałaby, dlaczego stabilizacja finansowa ma dla jej matki tak wielkie znaczenie. Zamiast czuć się nadal zadrażczana mogłaby porozmawiać otwarcie z matką o jej obawach. Energii zużywaną dotychczas na bezsensowne kłótnie mogłaby wykorzystać na stworzenie więzi jakiej obydwie potrzebują.

Przykład ten pokazuje, że czasami konstruktywne rozwiązanie problemu możliwe jest jedynie dzięki osobom z naszego otoczenia. Pamiętać należy jednak o tym, że nie można zawiązywać jakichkolwiek porozumień z innymi w celu przeforsowania swojego punktu widzenia. „Tata twierdzi tak samo” czy „Rozmawiałam z moim nauczycielem i on twierdzi, że mam rację - podobnie jak moja trenerka piłki ręcznej” - to zdania, które usprawiedliwiają własne stanowisko ale ani nie zastępują argumentów ani też nie pomagają zrozumieć drugiej osoby. Jeśli ludzie dla własnych korzyści jednoczą się przeciwko komuś, powodują w ten sposób jedynie zamknięcie się tej drugiej osoby i jej przekorę. Będąc osamotniona czuje się oszukana i traci chęć do wyjaśnienia swych argumentów czy szukania kompromisu dobrego dla obu stron. Dobra relacja między matką a córką wymaga od obydwu otwarcia się na życie innych osób.

Otwartość

*Matki i córki są w błędzie sądząc, że znają się bardzo dobrze.
Tylko ciągła ciekawość siebie nawzajem zapobiegnie
utrwaleniu się zniekształconych obrazów.*

Patrz i słuchaj

Jeśli matka i córka nie chcą budować wzajemnych relacji jedynie na bazie wspólnej przeszłości, muszą być gotowe wyostrzyć swoje spojrzenie na drugą osobę. Ważne jest, by zwracały uwagę

na to, co dzieje się podczas wspólnych spotkań. Wydaje się to oczywiste, takim jednak nie jest. Wszyscy jesteśmy przyzwyczajeni interpretować to, co się wokół nas dzieje przez pryzmat naszych myśli i oczekiwań. Im bliższy związek, tym pewniejsi jesteśmy, że znamy dobrze drugą osobę i nie musimy zadawać sobie trudu ciągłego poznawania jej na nowo. W ten sposób matka i córka tracą możliwość odkrywania u drugiej tego co nieznane i ożywiania w ten sposób wzajemnych kontaktów.

Aby spojrzeć na siebie z obecnej pozycji i lepiej się zrozumieć matka i córka muszą najpierw uruchomić wszystkie swoje zmysły. Pod apelem, by patrzeć i słuchać nie kryje się nic tajemniczego - oznacza on dosłownie: patrz i słuchaj. Dowiemy się więcej o drugiej osobie, jeśli uświadomimy sobie, co widzimy i co słyszymy. Jak moja córka urządziła swoje mieszkanie? Co opowiada o swojej pracy? Co mówi o swym partnerze? Czy też: jak ubiera się moja mama? Co przypadkowo wypowiedziana uwaga zdradza o jej stosunku do mojego ojca?

Starając się o to by ich związki były udane, kobiety osiągnęły mistrzostwo w obserwowaniu i ocenianiu innych. Czasami same nie zauważają tego, jak usilnie próbują czytać z twarzy innych albo dosłownie traktować każdą wypowiedź. Niestety wszystko to służy jedynie zadowalaniu innych. Jest tym samym formą poświęcania komuś uwagi nie po to by go zrozumieć, lecz by podporządkować mu swoje działania.

Mąż wygląda na zmęczonego? Przyniosę mu kawę! Szefowa jest nie w humorze? Nie będę przełączać do niej telefonów! Chcąc zadowolić innych kobiety często idą o krok za daleko, uniemożliwiając sobie tym samym zrozumienie drugiej osoby. Dlaczego mąż jest zmęczony i czego potrzebuje? Właściwie chciał się zdrzemnąć na dwie godzinki aby być w formie do gry w tenisa. Po wypiciu kawy o śnie nie ma mowy. Szefowa wydaje się być nie w humorze, bo z niecierpliwością czeka na pilny telefon, którego przez cały dzień nikt jej nie przełączy.

Te proste przykłady uświadamiają nam, iż aby zrozumieć innych ludzi nie wystarczy jedynie patrzeć i słuchać. Świadomi swej często dłuгоletniej znajomości uznajemy wiele rzeczy za oczywiste

- i mylimy się całkowicie. Warto więc zadawać pytania. Od kobiet wymaga się często by odgadywały życzenia innych z ich spojrzenia. Tą zasadę przenoszą często na osoby ze swego otoczenia, szczególnie na inne kobiety. Wydaje się to paradoksalne, jednak płęć, która zdawałoby się z komunikowaniem się nie ma żadnych problemów, uznaje rozumienie się bez słów za szczególny dowód miłości. Tęsknota za nim jest logiczną konsekwencją skromności wymaganej od dziewcząt i kobiet. Kto nie może wyrażać swych pragnień temu pozostaje nadzieja, że inni je odgadną.

Niestety zdarza się to bardzo rzadko, a jeszcze rzadziej w relacji między matką a jej dorosłą córką, gdyż ich spojrzenie przyćmiewają indywidualne nadzieje, tęsknoty i oczekiwania. Jeśli będą chciały zrozumieć siebie nawzajem, nie unikną zadawania pytań. Co czujesz, gdy myślisz o przejściu na emeryturę? Dlaczego płaczesz? Co ci się w tym filmie tak podobało, że obejrzałaś go siedem razy w ciągu trzech tygodni? W ten sposób wyrazimy zainteresowanie i okazemy drugiej osobie, że traktujemy ją poważnie.

Aby patrząc i słuchając lepiej poznać swoją matkę lub córkę konieczna jest otwartość drugiej strony. Nie jest to proste, zwłaszcza gdy dorastająca córka próbuje zatajać pewne fakty aby uniknąć zakazów lub kary. Wyrażenia typu Jeśli kiedykolwiek sięgniesz po narkotyki wyrzucę cię z domu!", Jesteś za młoda aby spotykać się z chłopakiem!" albo „Żebyś mi przypadkiem z brzuchem nie wróciła!" są z pewnością wyrazem matczynej troski, przyczyniają się jednak raczej do utraty zaufania. Niebezpieczeństwo zrujnowania wzajemnego zaufania poprzez zakazy, groźby i kary nie pojawia się tylko w relacji matki z dorastającą córką. Mechanizm ten działa też w przeciwnym kierunku, gdy np. córka szantażuje matkę: „Gdy poślubisz tego mężczyznę, więcej mnie nie zobaczysz!". Gdy to tylko możliwe radzę zrezygnować z tego typu deklaracji, by nie ryzykować zerwania wzajemnych kontaktów.

Pod groźbami ukrywamy często własne obawy. Stwarzając atmosferę dialogu matka i córka mają jednak szansę je rozwiązać. Zwiezając się drugiej osobę zachęcamy ją do otwartości.

Mów o sobie

Otwartość jest najlepszym i najpewniejszym sposobem przedstawienia się innym. Niestety klasyczna kobieca socjalizacja operuje dwoma stereotypami: po pierwsze, że kobiety mówią „za dużo” a po drugie, że mówią tylko o sobie. Ich rozmowy określa się pejoratywnie jako plotkowanie, choć z drugiej strony to właśnie kobiety uważane są za najlepszych słuchaczy. Aby sprostać temu wizerunkowi muszą milczeć i kierować całą swą uwagę na słowa innych. „Mów tylko wtedy, gdy cię zapytają!” słyszą dziewczęta nawet dziś. Mówienie o sobie jest tabu. Gdy kobiety nie boją się mówić o własnych tęsknotach i planach lub też wyrażać własne zdanie, szybko zyskują etykietkę „zarozumiałych”. Zachowują się wbrew regułom i choćby z tego powodu wzbudzają nieufność. Jeśli więc kobiety chcą sprostać oczekiwaniom innych, nie mogą mówić głośno o swych potrzebach, marzeniach czy doświadczeniach.

Kontakty między matką a córką to relacja między dwoma kobietami. Chcąc się zrozumieć muszą zapomnieć o dawnych tabu i pokazać się sobie nawzajem takimi jakimi naprawdę są. Matki i córki utrudniają to sobie bojąc się wykroczenia poza przyjęte normy. Stosunki między nimi są najczęściej tak zagmatwane, iż obawiają się, że każda szczerza wypowiedź na własny temat wywoła u drugiej trudną do przewidzenia reakcję. Ponownie zaprezentuję na przykładzie, jak to wygląda w praktyce.

Córka ma problemy w pracy. Jest dziennikarką niewielkiej rozgłośni radiowej. Praca dla tej rozgłośni już od dawna jej nie satysfakcjonuje. Tematy, którymi się zajmuje nie interesują jej - dotyczy jedynie wydarzeń w regionie lub mody. Również z kolegami z pracy niezbyt się dogaduje. A to czym się zajmuje nie daje żadnych możliwości awansu. Już od dawna zastanawia się nad zmianą pracy, jednak jako dziennikarka nie ma w swoim mieście wielu możliwości. Jej marzeniem jest pracować jako korespondent zagraniczny i zajmować się tematami związanymi z polityką.

Gdy matka pyta o jej pracę, pomija swą sytuację milczeniem, obawiając się, iż ta zamartwiać się będzie o jej posadę w rozgłośni.

Ponadto wie, że jej plany wyjazdu za granicę wywołałyby u matki panikę i obawę przed utratą córki. Dlatego nie mówi nic. Kontakt z matką pogarsza się, gdyż nie mogąc porozmawiać z nią o tym zasadniczym problemie, córka nie poruszy również żadnego innego tematu związanego z wcześniejszym. Jednocześnie odsunie się od matki w przekonaniu, że dystans sprawi, że decyzje które zamierza podjąć mniej matkę zranią. Ta z kolei cierpi, gdyż czuje, że córka się od niej odsunęła. Jako typowa kobieta winą za tą sytuację obarcza siebie. Pewnego dnia córka oświadczy, że wyjeżdża do Indii. Dla matki jej nagła decyzja oznaczać będzie nie tylko potężny szok, lecz również przeświadczenie, że zawiodła jako matka i dlatego córka chce być jak najdalej od niej.

Ten przykład unaocznia typowy fenomen w relacjach matki z córką: obie czują się odpowiedzialne za samopoczucie drugiej. Często zdarza się więc, że rozmowy między nimi wyglądają wciąż w podobny sposób. W zależności od okoliczności albo informują się tylko o pozytywnych wydarzeniach: „Widzisz, u mnie wszystko w porządku. U Ciebie z pewnością też!” lub o zmartwieniach. Pociaszanie siebie nawzajem podczas rozmów o problemach daje obu poczucie bliskości i bezpieczeństwa. Dochodzi również do tego, że matka i córka przypisują sobie pewne role. I tak na przykład córka zawsze przynosi dobre wiadomości podczas gdy matka zawsze się żali lub odwrotnie.

W każdym przypadku kontakty między obiema kobietami sprowadzone zostały do pewnych schematów sprzecznych z ich uczuciami i faktyczną sytuacją życiową. Bycie otwartym oznacza dopuszczenie we wzajemnych relacjach wszystkiego, co jest ważne w życiu, tzn. zarówno wspomnień z udanych wakacji jak również rozpacz po rozstaniu z ukochaną osobą. To także umiejętność proszenia o pomoc, mówienia o swych potrzebach i poruszania trudnych tematów. Otwartość to w końcu brak obawy przed powiedzeniem czegoś nie tak. W ten sposób rozmowa nabiera swobody i nie przebiega według schematu. Chcąc się naprawdę poznać matka i córka muszą mieć odwagę rozmawiać na każdy temat. Oznacza to również, iż muszą być gotowe na to, by krytykować i tą krytykę przyjmować.

Nie bój się krytyki

Myśl o byciu krytykowanym lub konieczności krytykowania innych wywołuje u większości z nas niemiłe odczucia. Szczególnie kobiety starając się nikogo nie urazić powstrzymują się często od krytycznych uwag. Z drugiej strony czują się bardzo dotknięte słysząc krytykę na własny temat. Jest to cios w ich i tak chwiejne poczucie własnej wartości, wyprowadzający je z równowagi. W głowie natychmiast zaczynają krążyć niepokojące myśli: Czy czymś go/ją rozzłościłam? Zawiodłam jego/jej zaufanie? Czy wciąż mnie kocha?

Wydaje się, iż pokrewieństwo gwarantuje nierozzerwalność związku członków danej rodziny. Matki jako te, które wychowują, przyzwyczajone są do udzielania rad i zakazów. Krytykowanie własnych dzieci przychodzi im więc z reguły dość łatwo. Ocena zachowania rodziców to już z kolei temat tabu. Dlatego też dzieciom w każdym wieku trudno jest mówić o swym niezadowoleniu z zachowania matki lub ojca. Nie są też nigdy traktowani poważnie. Ta niejednakowa pozycja wyjściowa sprawia, że w miarę dorastania dojrzewa w nich bunt i przekora, co przejawia się nastawieniem: „Mówcie co chcecie, i tak zrobię co będę chciał/a!” Rodzice szybko spostrzegają, że nikt już nie liczy się z ich zdaniem i nie słucha ich rad, stają się więc równie uparci. Wzajemne relacje ograniczają się do zrzędzenia i pretensji z obu stron.

Gdy matki i córki dążą do tego by ich kontakty były otwarte i oparte na wzajemnym zaufaniu muszą dopuścić do siebie krytykę. Muszą się jednak nauczyć akceptować ją we wzajemnych relacjach. Nawet gdy mała dziewczynka wyraża opinię o matce, ta powinna poświęcić jej uwagę. Wiele osób sądzi, że pozwalając dziecku na krytykowanie siebie podważa swój autorytet. Poza tym dzieci nie są jeszcze w stanie formułować logicznie tego, co je złości - tak jak robią to dorośli, a przynajmniej robić powinni. Krytyka ze strony dzieci wyraża się jedynie stwierdzeniem w rodzaju Jesteś głupia!" Która z matek pozwoli sobie na taką obraźliwą wypowiedź? Z pewnością żadnej nie przyjdzie też do głowy zapytać dziecko, czym sobie zasłużyła na tak nieładną uwagę.

Jest to jednak jedyny sposób przyjęcia rzeczowej krytyki. Gdyby uzyskała od córeczki odpowiedź „Bo nie chciałaś się ze mną bawić w piaskownicy!” lub „Bo kupujesz mi zawsze takie swetry co drażnią!” byłyby obie o jeden krok dalej. Dziewczynka poczułaby, że traktuje się ją poważnie a matka oszczędziłaby sobie dalszego zastanawiania się nad krnąbrnością swojej córki. Mogłaby jej wyjaśnić, że nie ma ochoty na zabawę w piaskownicy (brak ochoty jest dla dzieci bardzo przekonującym argumentem!) oraz pozwolić jej następnym razem samej wybrać sweterek. Córka nauczyłaby się w ten sposób, iż korzystne dla niej - a nawet dla matki - jest mówienie o własnych potrzebach. Zrozumiałyby, że nic złego się nie stanie, gdy wyrazi swoje zdanie i tym samym zaakceptowałyby również uwagi pod własnym adresem.

Pomimo tego krytyka nadal pozostaje drażliwym punktem w kontaktach matek z córkami. Obie muszą przestrzegać pewnych reguł, by rozmowy na delikatne tematy przebiegły możliwie bezkonfliktowo. Przede wszystkim powinny uświadomić sobie, że krytykowane jest postępowanie a nie osoba. Wszelkie obawy ograniczy zapewnienie sobie nawzajem o tym, iż krytyczne uwagi nie wpływają na wzajemne uczucia. Szczególnie osoba krytykowana nie będzie się czuła w ten sposób tak bardzo dotknięta i zagrożona. Będzie jej łatwiej przyjąć krytykę i przeanalizować jej zasadność.

Ważne jest ponadto, by matka mówiąc o tym, co jej się nie podoba, nie powoływała się na swą rolę. Oznacza to, że powinna wyrażać swoje osobiste opinie jako takie a nie w formie uogólnień typu „Nie można się spóźniać na każde spotkanie!” czy „Nie wypada kazać matce ciągle czekać!”. Obydwie uwagi są bardzo niefortunne. Wywołują one u córki postawę obronną i przekorę oraz zniechęcenie do zastanowienia się nad rzeczowością krytyki. To, co słyszy z ust matki jest mianowicie jedynie próbą podkreślenia autorytetu i wtłoczenia jej w pewne normy. Jej reakcją będzie negacja. Zręczniejszym byłoby wyrażenie opinii od siebie pozostając nadal w temacie: „Nie podoba mi się, że zawsze gdy się spotykamy muszę na ciebie czekać. Czuję, że mnie nie szanujesz, jeśli nasze uzgodnienia do niczego cię nie zobowiązują.- Bardzo mnie to

denerwuje." Tego typu sformułowanie przedstawia problem w sposób rzeczowy i jednocześnie informuje o tym, czym ta krytyka jest spowodowana. Na tej postawie krytykowana osoba - w tym przypadku córka - może zastanowić się nad problemem i spróbować go rozwiązać.

Jeśli to możliwe krytykując unikać należy wszelkich uogólnień typu „zawsze” lub „nigdy”. Nieprawdą jest, że druga osoba zachowuje się zawsze w ten sam sposób. Takie uogólnienie wywołuje sprzeciw i sprawia, iż rozmowa przypominać zaczyna grę w ping-ponga według zasady „nie” - „tak”. Obie strony bronić będą uparcie swego stanowiska przytaczając przykłady potwierdzające własne racje: „Zawsze się spóźniasz!” - „Nieprawda! Spieszyłam się specjalnie, by być punktualnie na urodzinach babci!” - „No tak, wpadłaś wtedy w ostatniej chwili ale ja nie mogę sobie przypomnieć żadnego naszego spotkania, na które byś się nie spóźniła!” - „Co proszę?! Latem byłam w kinie przed tobą i kupiłam nawet bilety!” - „To był jedyny wyjątek! Już jako dziecko zawsze grzebałaś się!”...

Takie odbijanie piłeczki trwać może bardzo długo i powtarzać się regularnie. Nie doda jednak rozmowie sensu. Bezwzględność określeń „zawsze” i „nigdy” przyczynia się do tego, że dane zachowania przypisane zostają raz na zawsze. Sposób postępowania staje się quasi cechą charakteru, którą dana osoba nabyła. Ma opinię bycia niepunktualną. Dlaczego więc miałyby się starać to zmienić? Bardziej wymowne byłoby przedstawienie sytuacji w sposób indywidualny wyjaśniając jednocześnie, co dane zachowanie dla nas oznacza „Spóźniłaś się ponad pół godziny. Jestem wściekła z tego powodu. Nie jest to w końcu pierwszy raz, kiedy muszę na ciebie tak długo czekać. Proszę bądź w przyszłości punktualna!”

Tymi czterema zdaniem osoba krytykująca zobrazowała problem, swoje samopoczucie i wyraziła, czego życzyłaby sobie w przyszłości. Osoba krytykowana może zareagować na to przepraszając i zobowiązując się być następnym razem punktualną. Jeśli tego nie zrobi może okazać się konieczna druga rozmowa. Należy zrezygnować z długich i bezowocnych dyskusji, podczas których każda ze stron czuje się atakowana.

Ponieważ kobiety w swych działaniach dążą do osiągnięcia zgody i jej utrzymania, krytykowanie przychodzi wielu z trudem. Nie chcą zdenerwować swego rozmówcy. Często lęk przed utratą bliskiej osoby powstrzymuje je przed poruszaniem niewygodnych tematów. Zachowanie, którego nie akceptują krytykują dopiero, gdy się ono powtórzy: „Raz to zniosłam, ale jeśli jeszcze raz mi to zrobię powiem mu/jej co o tym myślę!”. W ten sposób odsuwają „wymówki” na później. Nie są w nastroju albo dana osoba miała ciężki dzień, są święta, ona jest w ciąży, nie teraz, bo mąż ją zostawił i bez tego jest w depresji a później też nie, bo właśnie się zakochała i po raz pierwszy od dawna jest szczęśliwa.

Gdy skrywa się pretensje przesuwając rozmowę na później konflikt wybucha najczęściej w najmniej oczekiwanym momencie i przybiera zaskakujące formy. Gdy osoba krytykowana widzi jak drobnostka wywołuje u jej rozmówcy gwałtowny i niepohamowany wybuch złości, nie jest w stanie zrozumieć, co się właściwie dzieje. Nie będzie też w stanie zareagować na daną sytuację i zamknie się w sobie. Dlatego tak ważne jest aby wyrażać swą krytykę odpowiednio wcześniej, tak by osoba krytykowana wiedziała, jakiej sytuacji dotyczy. Tylko w ten sposób wyjaśnić można problem w rzeczowy sposób.

Szanuj granice drugiej osoby

Pokrewieństwo daje ludziom błędną pewność, że najbliżsi członkowie rodziny są ich własnością. Powiedzenia typu „moja krew” uwiadcniają najlepiej w jakim kierunku biegną nasze myśli. W szczególności rodzice przekonani są o tym, iż dzieci należą do nich. W tym przekonaniu utwierdza ich prawo przynajmniej rodzicom „władzę wychowawczą” nad swoimi dziećmi i prawo decydowania we wszystkich kwestiach ich dotyczących. Mówi się o ojcach którzy spółdzili dziecko, o tym, że matka nosiła je w sobie i urodziła. W obu przypadkach traktuje się potomstwo jak produkt rodziców, z którym obydwójce mogą postępować według własnego uznania. Nie tylko przemoc w stosunku do dzieci, ale również codzienne sprawy takie jak odreagowywanie złego nastroju na dzie-

ciach, wykorzystywanie ich do pracy czy też chwalenie się nimi przed sąsiadami udowadniają, że dzieci traktowane są jak własność.

Choć w inny sposób, to dzieci również przyjmują postawę roszczeniową wobec rodziców. Fakt, że matka i/lub ojciec opiekują się nimi uznają za swoje oczywiste prawo. O ile taka postawa niemowlaków czy małych dzieci jest zrozumiałą koniecznością to przez starsze dzieci często wykorzystywana jest ponad miarę. Niedawno słyszałam o przypadku, kiedy to na placu zabaw ośmioletni chłopiec podbiegł do swojej matki, podniósł jej bluzkę i przyssał się do jej piersi, tak jakby chciał żeby go nakarmiła. To, co w pierwszej chwili wydaje się być odosobnionym przypadkiem i może się wydawać dziwne, traktowane jako przenośnia zdarza się dość często.

Powiedzenie o trzymaniu się matczynej spódnicy obrazuje najlepiej, iż to właśnie matki często są wykorzystywane przez swe dorastające lub nawet dorosłe już dzieci. Gdy przez całe ich dzieciństwo we dnie i w nocy były dla nich, podporządkowując im swe plany i marzenia, utrwaliły w ten sposób w głowach dzieci przekonanie, że w każdej chwili mogą one „korzystać” z ich osoby, pracy, cierpliwości i zrozumienia.

Wspomniane okoliczności utrudniają również matkom i córkom respektowanie granic we wzajemnych relacjach. Moim zdaniem źródłem większości problemów między nimi jest to, że przynajmniej jedna z nich czuje się przez drugą zawłaszczona. Granice przekraczane są w różny sposób. Zdarza się to wtedy, gdy matka szuka w córce sojusznika w sprzeczce z ojcem lub też gdy córka wyśmiewa matkę nazywając ją staromodną i uczy ją, jak powinna myśleć. Mamy z tym do czynienia również wtedy, gdy matka głaszcze córkę po bluzce jak wtedy gdy była dzieckiem lub też gdy córka zwierza się ze swych kłopotów miłosnych właśnie wtedy, gdy matka chce obejrzeć swój ulubiony serial.

Tradycyjne wychowanie kobiet ukierunkowane jest na bycie braną w posiadanie. Nie zostały więc nauczone bronić własnych granic. Z trudem przychodzi im odmawiać kierowanym do nich życzeniom i prośbom, nawet jeśli służyłoby to ich dobru. Normy społeczne podnoszą poprzeczkę jeszcze wyżej. Matce nie wypada

bowiem odmówić prośbie swojego dziecka. A córka powinna - bardziej niż syn - być zawsze dla matki. Taka skala wartości prowadzi jednak stosunki matki z córką w ślepią uliczkę, odbierając ich spotkaniom i formie przebywania ze sobą dobrowolność. Pod takim naciskiem z zewnątrz zarówno matka jak i córka będą stale zwracały uwagę na zachowanie dystansu i ochronę własnej tożsamości. Tym samym rozpocznie się wyniszczająca obie strony walka **0** dystans i bliskość, zawłaszczenie i utratę.

Gdy matki i córki przywiązują wagę do wzajemnego zaufania, powinny w pierwszej kolejności uświadomić sobie wpojone im wartości i wnieść je do związku. Tylko w ten sposób uniknąć mogą naruszenia przez automatyczne zachowanie granic drugiej osoby. Podobnie jak w innych związkach powinny przyzwyczać się do dyskusowania o danych okolicznościach zamiast bezkrytycznie je zaakceptować i spotykać się jedynie wtedy, gdy obie są pewne, że mają na to czas i ochotę. Muszą wypracować w sobie nawyk upewniania się, czy telefonując nie przeszkadzają drugiej osobie i odwrotnie - nauczyć się informowania rozmówcy, że telefon zadzwonił nie w porę.

To, co wydaje się być oczywiste i proste, jest często szczególnie dla matek dorosłych córek przeszkodą nie do pokonania. Ze względu na to, iż przeżywały dorastanie córek jako stały proces, odczuwają silne obawy przed ich utratą. Nie mogą się więc odważyć na odmowę córce, która dzwoni właśnie z pilną sprawą. Zarówno matkom jak i córkom trudno jest tak po prostu pozbyć się wpojonych **1** przez lata stosowanych schematów. Pierwszą reakcją na zmianę jest zazwyczaj niepewność. Czasami trzeba długo czekać aby dostrzec efekt własnych wysiłków. Być może córka byłaby na początku nieco zdezorientowana słysząc z ust matki "Dzisiaj nie mogę!". Obie czułyby się zbite z tropu. Zaowocowałyby to jednak przy kolejnym spotkaniu, kiedy to córka cieszyć by się mogła zainteresowaniem, okazywanym jej przez nie spieszącą się nigdzie i zrelaksowaną mamę. Tylko gdy obie kobiety zostawią sobie nawzajem nieco przestrzeni i będą z szacunkiem podchodzić do indywidualizmu drugiej osoby, zauważą, jak naprawdę wygląda ich wzajemna relacja.

Bilans

*Świadomość własnej pozycji w życiu,
własnych możliwości i stanu ducha ułatwia
szczerze kontakty z innymi osobami.*

Ustalenie punktu widzenia

Aby efektywnie budować wzajemne relacje konieczne jest uświadomienie sobie, co każda z osób do nich wnosi. Bilans bycia ze sobą oznacza przy tym więcej niż jedynie uogólniający frazes typu „Matka w ogóle mnie nie rozumie!” lub „U mojej córki wszystko w najlepszym porządku!”. W jakimkolwiek bowiem stanie byłyby wzajemne relacje obu kobiet w danym momencie istnieją czynniki, które je determinowały - czy to w otoczeniu, sytuacji życiowej, postrzeganiu siebie przez jedną ze stron czy historii wzajemnych kontaktów. Założenia, jakie towarzyszą spotkaniom, wpływają znacząco na ich przebieg. Gdy matki i córki uświadomią sobie, jaką pozycję one i inni ludzie zajmują w życiu, mogą kształtować wzajemne kontakty w bardziej aktywny i świadomy sposób.

Wyobraź sobie, że patrzysz na zdjęcie swojej matki i stwierdzasz, że ma na nim wyjątkowo czerwony nos. W pierwszej chwili automatycznie będziesz próbowała to wyjaśnić. Punktem odniesienia stanie się tło, na jakim sfotografowana jest matka. Jeśli są to słoneczne uliczki ateńskiej starówki a matka ma na twarzy promienny uśmiech uznasz, że lekko się opaliła. Jeśli natomiast stoi obok krzyża na ośnieżonym szczycie góry Zugspitze, winą za czerwony nos obarczysz mróz. Gdy zobaczysz matkę przebraną, siedzącą na balu karnawałowym pomiędzy ludźmi wnoszącymi toasty powiesz, że pewnie była na lekkim rauszu; leżącą w łóżku - z pewnością jest chora i ma czerwony nos od kataru. Jeśli natomiast tłem zdjęcia będą odziani na czarno krewni będziesz pewna, że powstało podczas pogrzebu ciotki Fridy i mama z pewnością ma nos czerwony od płaczu.

Ten przykład pokazuje, jak wiele informacji o samopoczuciu drugiej osoby dostarczają nam okoliczności życiowe, otoczenie i społeczeństwo. Ale jedynie dzięki nim nie poznamy całej prawdy.

Kolejnym krokiem jest zastanowienie się, jaki obraz samej siebie ma matka. Jak siebie postrzega? Jak postrzegają ją inni? Jakie są jej przyzwyczajenia? Czy nigdy nie pije alkoholu? Czy zawsze chowa się przed słońcem? Czy ciocia Frida była jej zupełnie obojętna i czy w ogóle płacze? Odpowiedzi na te pytania przybliżą poznanie przyczyny czerwonego nosa. W końcu znasz dobrze własną matkę. Jej przeszłość dostarczy kolejnych wskazówek. Wiesz, że matka ma lęk wysokości i nigdy nie wjechałaby na Zugspitze. Zdjęcie jest więc sprytnym fotomontażem. A może matka należy do osób, którą opala już pierwszy promień słońca. Patrząc na zdjęcie ze stolicy Grecji uśmiechasz się więc. Czerwony nos - to typowe dla mamy ...

Jesteśmy przyzwyczajeni do interpretowania wszystkiego co widzimy. Rezultatem naszych wniosków jest nasza prawda. Nie zawsze pokrywa się ona z rzeczywistością. W wielu wypadkach zyskujemy jaśniejszy obraz pewnych rzeczy po prostu zadając pytania. Ale nawet tego nie możemy być całkowicie pewni. Być może matka powie, że na Zugspitze było bardzo mroźno chcąc ukryć, że płakała, bo zgubiła w śniegu ulubiony pierścionek. A może wstyd jej przyznać, że pofolgowała swej słabości do wina w greckiej tawernie i woli powiedzieć, że opaliła sobie zbyt mocno nos.

Ale nawet gdy uświadomisz sobie dokładnie co widzisz i wysłuchasz wyjaśnień matki, wniosek, do którego dojdiesz zależy w dalszym ciągu od tego, co sama - ze swojej pozycji - sądzisz. Jeśli matka przyzna, że podczas karnawału wypijała zbyt dużo wina i zdjęcie zdaje się to potwierdzać, możesz nadal przypuszczać, że wcześniej płakała. Wiesz, że matka łatwo wpada w depresję. Widziałś jak na wielu imprezach płakała widząc ojca flirtującego z innymi kobietami po wypiciu czterech kieliszków wina. A może twoim zdaniem podczas imprezy karnawałowej była po prostu przeziębiona. Powinna była raczej zostać w łóżku, bo z pewnością miała gorączkę. Ale karnawał jest przecież dla niej wszystkim! Dlatego nie przyzna się teraz, jak chora naprawdę była. ¹

Okazuje się, że tak banalny fakt jak czerwony nos może być okazją do tak wielu przemyśleń i spekulacji. Jesteśmy przyzwyczajeni do tego, aby przez cały dzień wpasowywać zdarzenia, których jesteśmy świadkami lub uczestnikami, w nasz ustalony porządek świata. Za znany uznajemy jednak jedynie fragment rzeczywistości. Dotyczy to również relacji między matkami a córkami. Niemożliwe jest uwzględnienie w całości wszystkich czynników kształtujących daną okoliczność. Możemy jednak zwiększyć postrzegany przez nas fragment, kierując świadomie swój wzrok na rzeczy, których normalnie nie zauważamy. Ustalenie punktu widzenia może ułatwić kontakty matek i córek, jeśli przyzwyczajają się do pytania siebie nawzajem o rzeczy, które nie są dla nich jasne.

Nie zaprzeczaj własnej roli

Być może jedynym i najtrwalszym elementem życia matek i córek jest rola, jaką przyjmują wobec innych osób. Otoczenie społeczne - przyjaźnie, związki czy praca - mogą ulegać zmianie, podobnie jak poglądy czy własna samoocena. Nie można zmienić wspólnej historii, ale można zmienić sposób jej postrzegania i wnioski, które obie z niej wyciągną z myślą zarówno o indywidualnej jak również o wspólnej przyszłości. Elementem tej przeszłości jest również rola, jaką matka odgrywała dla córki i córka dla matki i jaką wciąż odgrywa. Ma ona fundamentalne znaczenie dla wzajemnych relacji i dlatego należy poświęcić jej szczególną uwagę.

Osobiście opowiadałam się za tym, aby matka i córka nie zdawały się jedynie na więzi rodzinne, lecz świadomie wychodziły poza swe tradycyjne role. Chodziło mi o to, aby uwolnić ich wzajemne kontakty z ciasnych więzów normatywnych założeń. Uzmysłowienie kobietom roli, jaką jedna odgrywa w życiu drugiej i świadome poszerzanie jej ram nie oznacza jednak zaprzeczania istnienia ról.

Gdy córka przechodzi okres dojrzewania lub też jest już dorosłą, pojawia się u wielu kobiet dążenie do postrzegania matki lub córki jako przyjaciółki. Szczególnie matki chcą w ten sposób wyrazić, że teraz, gdy okres wychowywania już minął, gotowe są znieść dawne hierarchie. Jednocześnie pojęcie „przyjaciółka” kryje

w sobie tęsknotę za bliskością i zaufaniem. Matki lub córki rezygnują z tradycyjnych ról, by przyjąć inne. W końcu najlepsza przyjaciółka jest najczęściej osobą najbardziej zaufaną, i już nie matką ani córką. Postawa traktowania matki lub córki jak przyjaciółki podkreśla nowoczesne podejście kobiet do zachodzących zmian i umiejętność ich akceptacji. W rzeczywistości jednak szukają w ten sposób wzajemnej - często symbiotycznej - bliskości.

Bycie przyjaciółką własnej matki lub córki nie jest możliwe. Słowo „przyjaźń” oznacza określoną formę wzajemnych relacji uwzględniającą różne uwarunkowania i wykluczającą pewne aspekty. Matka nie nosiła swojej przyjaciółki przez dziewięć miesięcy w brzuchu. Nie wycierała jej nosa, nie zmieniała pieluch ani nie uczyła mówić. Rodzeństwo przyjaciółki to nie jej dzieci, a dziecko przyjaciółki nie jest jej wnukiem. Z drugiej strony przyjaciółka córki to nie osoba, która prowadziła ją za dziecięcych lat do przedszkola. Przyjiółka córki nie ma w mieszkaniu zdjęć jej wujków czy ciotek. Mąż przyjaciółki nie jest ojcem kobiety. Przyjiółka nie opłacała jej kursu prawa jazdy. Nie dostawała też od przyjaciółki po rękach za dłubanie w nosie.

Wspólna przeszłość pozostawia ślady w naszej świadomości. Nawet gdybyśmy tego chcieli, nie możemy w kontaktach z rodzicami lub dziećmi uruchomić innego programu i odłożyć na bok wpojone przez lata formy wzajemnych kontaktów jak za ciasny płaszcz. Właśnie chcąc dopasować wzajemne stosunki do zmieniających się okoliczności musimy być świadomi faktu, że nosimy w nas pewien bagaż doświadczeń z przeszłości. Tylko akceptując to mamy szansę budować na fundamencie tego dziedzictwa. Jeśli je zanegujemy, wryje się ono jeszcze głębiej.

Jeśli matki i córki chcą być przyjaciółkami, pozostają silnie zorientowane na siebie nawzajem. Przyjiółka odgrywa w życiu wielu kobiet bardzo znaczącą rolę. Jest, gdy potrzebujemy bezinteresownego wsparcia, dzieli z nami złość i śmieje się wspólnie z naszych wpadek. Jest też powiernicą wszelkich sekretów.

Czy ktoś takim może być matka lub córka? Czy matka będzie rozmawiać z córką o swym sekretnym romansie, gdy zdradza w ten sposób jej ojca? Czy córka może liczyć na solidarność ze

strony matki, z której synem a swoim bratem właśnie okropnie się pokłóciła? Gdy kobieta opowiada przyjaciółce jak bardzo działa jej na nerwy nocny płacz dziecka, ta przytaknie jej ze zrozumieniem i przejdzie do innego tematu. Matka natomiast będzie martwić się, że „jej dziewczynka” nie wysypia się i że - w ekstremalnych przypadkach - złość odreagowuje na dziecku. Zastanawia się, czy popełniła błąd nie ucząc córki cierpliwości. Być może wywoła to u niej wspomnienia i opowieści jak to było, gdy córka sama była dzieckiem. Jest to w zasadzie zrozumiałe, ale niekoniecznie w kontaktach między przyjaciółmi.

Gdy matka i córka widzą w sobie przyjaciółki, mogą zaniechać nawiązywania kontaktów z prawdziwymi przyjaciółkami. Pozbawiają się w ten sposób szansy powiększenia kręgu bliskich im osób i ograniczenia uzależnienia od jednej osoby. Zdane są wtedy jedynie na siebie nawzajem. W życiu matki i córki pojawi się jednak wiele spraw, których nie będą mogły ani chciały ze sobą dzielić. Co, jeśli matka w podeszłym wieku nie będzie chciała pojechać sama na wycieczkę dla seniorów? Czy córka pojedzie z nią? Co, jeśli córka będzie chciała wybrać się w weekend do baru dla lesbijek? Czy ucieszy się wówczas z towarzystwa matki? W związku matki z córką jest wiele spraw, które dzielą. Rozpoznanie ich jest elementem bilansu. Pozwoli nam on lepiej zrozumieć charakter wzajemnych kontaktów.

To co łączy i dzieli

Wspólne zainteresowania i tematy są podstawą przyjaźni, bez nich ona nie istnieje. To samo dotyczy związków partnerskich. Nie pozbawione sensu jest powiedzenie, że przeciwieństwa się przyciągają, ale bez podobnych wyobrażeń na temat wzajemnych relacji. Stosunki w rodzinie natomiast opierają się na pokrewieństwie, długoletnim wspólnym życiu i wspólnej historii. Rodzice wywierają wpływ na życie swych dzieci poprzez przekazywanie im wskazówkami własnego światopoglądu. Świadomie lub podświadomie próbują kierować decyzjami dzieci, uznając, że to co dla nich w życiu jest ważne powinni przekazać swym córkom i synom.

Małe dzieci zdane są na to, by poznawały świat za pośrednictwem osób, które już dłużej na nim żyją. Przyjmują więc wszystko, co im się przekazuje. Pomimo tego pokazują już w pierwszych latach życia, że mają własną osobowość i nie będą automatycznie spełniać życzenia rodziców. I tak córka zawodowej pływaczki zaczyna płakać gdy tylko dotknie wody. A syn nudzi się potwornie przed „swoją:” zabawkową kolejką, podczas gdy ojciec usiłuje zainteresować go lokomotywami i pociągami.

W miarę dorastania otoczenie dziecka zwiększa się o przedszkole, szkołę, klub sportowy czy lekcje muzyki. Oddziałują na nie nauczyciele, przyjaciele, rodzice innych dzieci. Zachwycać zaczynają aktorzy, którzy stają się wzorem do naśladowania i panujące trendy. Dziecko poszukuje własnego stylu. W dążeniach do rozwoju własnego indywidualizmu autorytet rodziców traci na znaczeniu.

Pomimo tego, że w okresie dojrzewania matka i ojciec często konfrontowani są z próbami oddalania się podlotka, ich przekonanie o podobieństwie dziecka (szczególnie tej samej płci) do siebie pozostaje nienaruszone. I tak wiele matek dorastających córek przekonanych jest o tym, że te z gruntu rzeczy myślą, czują i postępują podobnie jak one. Z drugiej strony córki też sądzą, że odziedziczyły po matce nie tylko budowę ciała. Obie strony bardzo się mylą, co prowadzi do wielu nieporozumień we wzajemnych kontaktach. Chcąc je wyjaśnić muszą zrobić bilans wszystkiego, co je łączy i co dzieli. Podobieństwa i różnice mogą pojawiać się nie tylko w odniesieniu do planów i sposobów działania ale też przejawiać się w sposobie myślenia czy radzenia sobie z uczuciami. Świadomość, że druga osoba postrzega świat z zupełnie innego punktu widzenia, może pomóc lepiej się zrozumieć. Zamiast zakładać, że porozumienie w kwestii poglądów czy sposobów reagowania jest dla obu stron konieczne, korzystniejszym byłoby zastanowienie się, w jakich dziedzinach życia obie strony spotykają się, a gdzie występują różnice. Szczególnie rozpoznanie i zaakceptowanie tego ostatniego oznaczać może dla związku znaczne odciążenie.

Zrozumienie faktu, iż pewnych planów i potrzeb nie można wspólnie zrealizować, otwiera drzwi ku poznawaniu innych ludzi. Jeśli matka zauważy, że córka już od dawna nie ma ochoty na

partyjkę szachów, może rozejrzeć się za innymi partnerami do gry, którzy nie będą nerwowo kręcić się na krześle i chaotycznie stawiać pionki aby jak najszybciej skończyć grę.

Nawet jeśli córka wcześniej z entuzjazmem grała w szachy, teraz jako dorosłej kobiecie wydaje się to nudne. Matka może obawiać się tego, sadząc, że nie wieża i skoczek a ona sama stała się dla córki nieinteresująca. W ten sposób rodzi się lęk przed utratą, który sprawia, że ciągnie te męczące wieczory szachowe przez długi czas. Ale dopiero wtedy, gdy matka i córka odstawią szachownicę do kąta, będą mogły pomyśleć, jak chciałyby spędzić wspólnie czas.

Mechanizm odczuwania zmian w zachowaniu drugiej osoby jako utraty lub zdrady działa również w drugą stronę. Dzieci przeżywające pierwsze doświadczenia nie zdają sobie sprawy z tego, że to co przeżywają jest jedynie chwilowe. Starając się zrozumieć wszystko, co je otacza i poznać świat tworzą własne poglądy, które tkwić będą w nich przez całe życie. Tego nieporozumienia uda się uniknąć, gdy matki i córki uświadomią sobie, że życie polega na nieustających zmianach. Zamiast trzymać się dawnych przekonań, mogą spotkać się, otwarte na opinie i dążenia drugiej strony wyznaczyć punkt, gdzie zaczynają się między nimi różnice.

Poza tym zalecane jest zważanie podczas rozmów i wspólnych przedsięwzięć na to, by zmieniać przebieg spotkań. Tylko gdy jedna strona gotowa będzie wkroczyć na teren drugiej porozumienie pozostanie zrównoważone i fair. Jeśli rozmowa krąży jedynie wokół pracy matki, jej sukcesów w biurze czy codziennych problemów, nie ma równowagi. Podobnie jeśli tematem jest wyłącznie życie córki.

Również podczas wspólnych przedsięwzięć matki i córki powinny uwzględniać wzajemne potrzeby. Wysportowana matka może nauczyć córkę gry w squash, a ta przy kolejnej okazji pokazać matce jak funkcjonuje program komputerowy. Nie chodzi tu o to, aby robić coś, na co druga strona nie ma ochoty. Wręcz przeciwnie. Można nawet jasno powiedzieć sobie, jakiego typu zajęcia którąś ze stron nie interesują. Czasami może okazać się interesujące przynajmniej poznanie zainteresowań drugiej osoby. Ułatwi to wzajemne zrozumienie się.

Zaakceptuj uczucia

Córka siedzi w pokoju gościnnym matki i płacze. Jest zupełnie załamana, gdyż właśnie okropnie pokłóciła się z mężem, który po serii wzajemnych zarzutów wybiegł z domu grożąc rozwodem. Tymczasem ona jest w czwartym miesiącu ciąży a powód kłótni był naprawdę błahy. Nie wie, jak udało im się tak bardzo zaciętrzewić. Martwi się o przyszłość swego związku, jest wściekła za wszystko, co mąż jej powiedział i wstydzi się jednocześnie, że zrobiła się taka okropna.

Matka słucha jej w spokoju. Gdy córka kończy mówić, przysła jej kolej. „No nie płacz już!” pociesza Jesteś zupełnie wyczerpana. Nic nie da, jeśli w tym stanie jeszcze będziesz się zastanawiać. Ugotuję ci zupę i prześpisz się. Zobaczysz, jutro wszystko będzie wyglądać inaczej. A jeśli twój Piotrek sam nie pójdzie po rozum do głowy, to sobie z nim porozmawiam. Ale gdybyś na niego tak nie nakrzyczała z pewnością nie posunął by się tak daleko. Czy nie mówiłam ci, że mężczyźni chcą czuć przewagę, nie lubią, gdy ich się tak ostro atakuje. Ale odkręcimy to. A w przyszłości porozmawiaj ze mną, zanim zaczniesz awanturę ...”

Inny przykład: matka boi się, bo dowiedziała się wczoraj od lekarki, że ma raka piersi. Od tej chwili nie może zebrać myśli. Boi się o życie, broni się przed myślą o utracie piersi i tym samym swej kobiecej atrakcyjności, nie wie jak ma o tym powiedzieć rodzinie. Nie rozumiała wyjaśnień i informacji dotyczących leczenia przedstawionych jej przez lekarzkę; nawet ich nie słuchała. Diagnoza wywołała wspomnienia o jej ukochanym dziadku, który zmarł na raka. Pamięć o jego cierpieniach wzmacnia dodatkowo jej lęk. Po bezsennej nocy biegnie do córki i z wahaniem i płaczem opowiada jej co się stało.

Młoda kobieta milknie na moment. Później mówi: „Nie martw się, mamo. Medycyna zrobiła już spore postępy od czasów dziadka. Większość kobiet chorych na raka piersi udaje się wyleczyć. A jeśli faktycznie amputują ci pierś, chirurg plastyczny odbuduje ci ją. Nie jest tak źle. Aktorki i modelki też mają prawie wszystko sztuczne. Jeśli chcesz wyzdrowieć, musisz być o tym przekonana.

A może choroba jest pewnym znakiem. Wiesz przecież, że wiele chorób ma podłoże psychiczne. Poczekaj, dam ci książkę, która ci pomoże. Zasięgnijemy jeszcze innych opinii na temat najlepszej terapii. Zobaczysz, nie będzie tak źle jak ci się w tej chwili wydaje..."

Ludzie utrudniają sobie życie starając się nie poddawać uczuciom innych tj. bólowi, wściekłości, smutkowi czy strachowi. Im bliższej osoby one dotyczą tym bardziej nas dotyczą. U matki i córki to nie jedynie własne zakłopotanie troskami drugiej utrudnia znoszenie takich emocji. Obie czują się również odpowiedzialne za wzajemne samopoczucie. Jak pokazują przykłady, reagują frazesami lub pospieszonymi radami. Problem córki budzi w matce ducha opiekunki. Ulega pokusie rozwiązania tak szybko jak to możliwe kłopotów „swojej małej córeczki”. Aby osuszyć łzy młodej kobiety, ofiaruje jej pociechę i troskliwość.

W innym przykładzie córka nie radzi sobie z faktem, że widzi swą matkę słabą i wrażliwą. Z obawy przed utratą kontroli robi drugi krok przed pierwszym i szuka dróg wyjścia, zanim jeszcze matka uporządkuje swe uczucia. Poszukując wyjaśnienia przyczyny nieszczęścia, które dotknęło matkę, rani ją zarzucając, że częściowo sama jest sobie winna. Również córka wymyśla na poczekaniu rady i pocieszające słowa, które mają pomóc rozjaśnić tą przytłaczającą atmosferę. Również jej zachowanie zdradza, że nie radzi sobie z uczuciami drugiej osoby.

W sytuacjach problemowych matki i córki szukają u siebie nawzajem schronienia. Dlatego tak ważne jest aby nauczyły się przyjmować również pozornie negatywne uczucia, nie popadając w przesadną chęć reagowania. Kto próbuje rozwiązać problemy dorosłej osoby, pozbawia ją świadomości własnych możliwości i wyzwala uczucie bezradności. Szczególnie w sytuacjach kryzysowych samopoczucie to wzmagają obawy i wątpliwości. Nadmierną troskliwością ani matka ani córka nie pomogą drugiej rozwiązać jej problemów. Pochopne działanie i nieprzemyślane słowa pocieszenia sygnalizują cierpiącej, że jej uczucia są pomijane, gdyż budzą w drugiej osobie lęk.

Ludzie rozmawiając o swych troskach chcą przede wszystkim, by szanowano ich uczucia. Okazując je otwierają się umożliwiając sobie tym samym świeże spojrzenie na własne problemy oraz możliwości ich rozwiązania. Kto nie jest w stanie w pierwszej kolejności

wysłuchać w spokoju trosk drugiej osoby, powinien skoncentrować się na jej mocnych stronach, nawet jeśli w danym momencie nie są one widoczne. Aby znaleźć rozwiązanie, sensowniejszym jest zadawać pytania niż samemu działać. Osoby cierpiące wiedzą najczęściej najlepiej czego potrzebują. Nie dotyczy to tylko dorosłych. Nawet jeśli córka jest jeszcze dzieckiem, matka może pytając zorientować się, jakie są jej najpilniejsze potrzeby. Ludzie są zbytnimi indywidualnościami, by polegać na ogólnych prawdach. Być może córka skaleczywszy się nie chce siadać mamie na kolanach, tylko najpierw kopnąć głupi rower, z którego spadła. Być może mająca złamane serce piętnastolatka nie chce słuchać, że na pewno jeszcze nie raz się zakocha, tylko przykryć się kocem i w spokoju popłakać. Dzięki pytaniom można okazać zaangażowanie nie lekceważąc przy tym uczuć drugiej osoby. To najlepsza droga aby jej pomóc samej się podnieść.

Powstrzymanie własnej nadgorliwości wymaga gotowości do akceptowania uczuć drugiej osoby i swoich własnych. Możemy to osiągnąć tylko wtedy, gdy nie będziemy czuć się zagrożeni. Matka i córka popadają jednak często w panikę, gdy jedna z nich ma problemy. Przy tym fakt, że mówi ona o swych uczuciach i zwierza się świadczy o tym, że wie sama jak się o siebie troszczyć i bierze to co potrzebuje.

Oczywiście istnieją sytuacje, w których nawet dorośli ludzie nie mogą polegać sami na sobie. Jeśli ktoś wskutek np. śmierci najbliższej osoby, gwałtu czy wypadku jest w szoku albo wskutek zażywania narkotyków albo zaburzeń psychicznych nie jest świadomy własnych działań, konieczna jest energiczna pomoc z zewnątrz. Jeśli ktoś nie jest w stanie przejąć odpowiedzialności za samego siebie, musi to zrobić ktoś inny. Ale problemy między matką a córką wynikają najczęściej z bardziej zwyczajnych okoliczności. Gdy jedna działa zamiast drugiej lub też pozwala sobie na ocenę jej uczuć, musi pojawić się rozczarowanie i konflikty.

W przykładzie, który przedstawiłam, córka z pewnością nie chciała, by matka pomagała jej rozwiązać jej problemy małżeńskie. Potrzebowała jedynie psychicznego wsparcia, by móc się samej z nimi uporać. A pełna obaw i zwątpienia matka, mająca guzek w piersi, z pewnością nie potrzebowała książki o psychicznych aspektach

chorób. Musi najpierw pogodzić się z diagnozą. Pocieszenie oznacza w tym przypadku w pierwszej kolejności zrozumienie uczuć danej osoby. Już przez to problem stanie się bardziej przejrzysty, przez co nie będziemy mieli uczucia, że jesteśmy zostawieni sami sobie.

Nie tylko troski i kłopoty drugiej są tym, z czym matka i córka nie potrafią sobie poradzić. Problematyczne jest również reagowanie na wściekłość i złość. Czasami obie powstrzymują się od okazywania tych uczuć w obawie o zranienie drugiej osoby. Nie ułatwiają sobie jednak w ten sposób budowania porozumienia, gdyż pozwalają wkraść się uczuciu frustracji. A wtedy są od siebie już na tyle daleko, że niemożliwe jest nawiązanie porozumienia. Matki i córki muszą więc nauczyć się bycia wściekłymi na siebie. Odpowiedniego obchodzenia się z uczuciem frustracji można się nauczyć, uświadamiając sobie, że chodzi tu o chwilowe uczucie a nie o permanentny stan. Ten ostatni tworzy się dopiero wówczas, gdy wściekłość od dłuższego czasu pozostaje stłumiona. Dopiero wtedy obciąża ona wzajemne stosunki. Gdy matka pozwala córce już od najmłodszych lat na okazywanie gniewu i sama ten gniew okazuje, czują się obie później mniej nim zagrożone.

Reszta świata

*Na relacje między matkami i córkami,
ich sposób myślenia i postępowania,
wpływ ma ich otoczenie. Dlatego też dla obu
ważne jest, aby uważnie dobierać to otoczenie.*

Uwzględnij wpływ otoczenia

Ponownie chciałabym podkreślić fakt, że matka i córka przez cały okres trwania ich relacji otoczone są ludźmi, którzy wpływają na kontakty między nimi jak również na ich osobowość. Z kontak-

tów z innymi wynika różnorodność typów ról, które odgrywają w swym społecznym otoczeniu. Również same kobiety prezentują się w kontaktach z innymi inaczej niż podczas wspólnych spotkań. Choć brzmi to jak rzecz oczywista, ogromne znaczenie ma unaocznienie sobie, jakie konsekwencje oznacza to dla relacji matka-córka.

Dziewczynki biorą przykład z ludzi z ich otoczenia. Obserwują ich sposób postępowania i uczą się. Wszystko, co widzą staje się dla nich możliwe do wykorzystania dla siebie w przyszłości. Wyobrażalne jest zawsze tylko to, co dzieje się wokół nas. To czego nie znamy, nie bierzemy pod uwagę. Dla wielu ludzi poznawanie różnorodnych charakterów oznacza ubogacenie. Oni oferują nam możliwość kształtowania naszego stylu życia. Często jednak szczególnie matkom trudno jest pochwalić tą różnorodność poglądów i wzorców zachowań w życiu ich córek. Za tym sceptycznym nastawieniem kryje się lęk przed zejściem córki na złą drogę. Wydaje się, że pewne wzorce kwestionują tak ważną dla wychowania autorytatywną pozycję matki.

Wiele matek uważa ponadto, że zbyt wiele możliwości tylko zdezorientuje córki. To one chcą skierować proces kształtowania się własnej tożsamości dziewczynki „na właściwe tory”. Często przytaczanym argumentem w walce kobiet o urlopy macierzyńskie dla matek z małymi dziećmi, są pozornie szkodliwe „obce” wpływy, na które narażone jest dziecko, gdy opiekują się nimi na przemian niania, wychowawczynie czy krewni. „Chcecie oddać wychowanie swego dziecka w inne ręce?” brzmi retoryczne pytanie stawiane złowroźnie szczególnie w czasach tak trudnej sytuacji na rynku pracy.

Dzieci jednak - zarówno dziewczynki jak i chłopcy - są tak czy owak skazani na „obce” wpływy. Zamiast ignorować ten fakt albo wręcz próbować mu zapobiec, korzystniejszym byłoby pozytywne wykorzystanie go. Inni ludzie mogą odciążyć stosunki matki i córki, dać do myślenia, patrząc na rzeczy z zupełnie innej perspektywy i uchronić w ten sposób matkę przed mogącymi mieć ciężkie konsekwencje pomyłkami.

Dzięki jej osobowości, kompetencjom i oczekiwaniom, niania jest w stanie wspierać kształtowanie się w dziewczynce cech, któ-

rych matka nawet by nie zauważyła. Wesoło usposobiony wujek, który odwiedza ich trzy razy w roku, ma nastawienie do życia, którego brakuje w ścisłym kręgu rodzinnym. Sąsiadka natomiast żyje w sposób, który dziwi dziewczynkę, gdyż nie zna go z własnego domu.

Tego typu doświadczenia mogą pomóc wypełnić braki, które w wielu rodzinach ograniczają związek matki z córką.

Jeśli matki chcą ochronić swe córki przed szkodliwymi wpływami czy przed przemocą, bardziej pomocne okaże się wzajemne zaufanie niż kontrola dwadzieścia cztery godziny na dobę, która i tak nie jest możliwa. Bardziej sensownym jest włączanie innych ludzi w proces wychowywania dziecka - takich, którzy są odpowiedzialni i których córka akceptuje. W związku z tym warto wspomnieć tu o roli ojca w życiu dziewczynki i w odniesieniu do relacji matki z córką.

Ojcowie

Nie starczyłoby miejsca w tej książce, aby wyjaśnić w szczegółach jak wygląda relacja ojca z córką. W naszym wypadku należy wspomnieć, iż w większości przypadków ojcowie nie są gotowi przejmować odpowiedzialności za wychowanie swych dzieci, a szczególnie za wychowanie córek. To, że kobiecie przypisuje się odpowiedzialność za dobro swoich dzieci, wynika norm społecznych. W codziennych kontaktach to właśnie matki oceniane są, czy wypełniają swe rodzicielskie obowiązki „jak należy”. Każda pomyłka zostaje zauważona. Z tego względu córki w różnym wieku dają się często sprowokować do robienia matce wyrzutów, gdy coś pójdzie źle. A co z ojcami? Czy matki są odpowiedzialne za to, że ojca nie ma dla córki?

Niewiele kobiet zabrania mężczyznom kontaktu z dziećmi bez ważkiego powodu. Często mężczyźni sami się wycofują, czy to podczas ciąży, czy po rozwodzie ale również w trakcie trwania związku małżeńskiego. Wielu mężczyzn przesiaduje w knajpach, zostaje bez potrzeby dłużej w biurze czy pucuje w wolnym czasie samochody, podczas gdy ich córki chciałyby z nimi pobyc. Ale

ponieważ od mężczyzn nie wymaga się, aby centralnym punktem ich życia była rodzina, rozwija się w głowach córek bardziej wspa-
niałomyślne nastawienie do swych ojców niż do matek. Każda mi-
nuta troskliwego zainteresowania ze strony ojca traktowana jest jak
prezent, podczas gdy w przypadku matki uznaje się to za oczywi-
stość. Z drugiej strony wybacza się ojcom, gdy zaniedbują swe cór-
ki, matkom natomiast nie.

Nawet gdy w związku rodziców pojawiają się problemy, córka
skłania się raczej ku temu, aby szukać ich przyczyn w matce. Po-
nieważ pojęcie kobiecości w naszym społeczeństwie zasadniczo
uległo dewaluacji, kobiety stały się bardzo surowe wobec innych
kobiet. Szczególnie w rodzinie mężczyźni mogą liczyć na zrozu-
mienie ze strony swych partnerek czy córek. Posuwa się to nawet
tak daleko, że prędeej wybacza się ojcu przemoc wobec córki niż
matce, która na nią pozwoliła. Konieczne jest tu przewartościowa-
nie odpowiedzialności. Może i jest tak, że w relacjach między płcia-
mi wymaga się od kobiet wyrozumiałości, przyczyniając się w ten
sposób do tego, że wiele z nich przez długi czas toleruje przemoc
ze strony mężczyzn. Ale nawet jeśli ktoś nadstawia drugi policzek
nie oznacza to, że trzeba go uderzyć. Jeśli to zrobi, to jego wina.

Rodzina jest komórką społeczną, której wszyscy członkowie
wzajemnie na siebie wpływają. Kontaktom matki z córką pomoże
na pewno uświadomienie sobie, jaki wpływ na nie ma ojciec. Jak
zachowuje się wobec matki? Jak zachowuje się wobec córki? Czy
w jakiegokolwiek formie uczestniczy w związkach? Jakie jest jego
nastawienie do kobiet? Czy każe sobie w domu usługiwać? Kto
prowadzi samochód i decyduje przy tym o trasie i prędkości jazdy,
gdy rodzice wybierają się w podróż? Czy jest stale nieobecny? Jeśli
tak, od kiedy matka i córka nie słyszały nic o nim? Co matka o nim
sądzi? Co córka o nim wie? Jak przypuszczenia córki wpływają na
jej stosunek do matki? Czy ojciec jest tematem ich rozmów? Jak
o nim mówią?

Udane relacje z ojcem mogą być dla dziewczynki bardzo wzbo-
gacające. Ponieważ jednak ludzie skłaniają się raczej ku związkom
dwuosobowym, bliski i pełen miłości kontakt z ojcem odbywa się
kosztem harmonii z drugim z rodziców. Matki stają się^zazdrosne,

gdy przestają być dla córki najważniejsze. Córki natomiast uznają przychyłność ojca, która w obecnych czasach nie należy do częstych zjawisk, za wyjątkowe dobro. Często zarzuca im się konkutowanie z matkami, ponieważ w opinii publicznej mężczyźni interesują się kobietami a nie dziećmi.

Konstelacje tworzące się w rodzinie są bardzo indywidualne i tym bardziej różnorodne, im większa ilość możliwych sposobów na życie. Funkcjonowanie tzw. rodzin patchworkowych rozszerza spektrum form wzajemnych kontaktów coraz bardziej i wnosi do nich dodatkową dynamikę. Stereotypowe wyobrażenia o stosunku rodziców do dzieci i odwrotnie tracą przy tym na znaczeniu, lecz grożą rozwinięciem się uprzedzeń. Aby matka i córka nie czuły się ograniczone i skrupowane panującymi stereotypami, muszą zrozumieć wzajemne relacje i pozycję drugiej kobiety w społeczeństwie.

Zrozumieć relacje

Większość konfliktów między matkami a córkami powstaje wskutek tego, że obie mają pewien pogląd na sposób postępowania wobec siebie, lecz go nie realizują. Poglądy obu kobiet nacechowane są stereotypami, które na temat matek, córek czy kobiet jako ogółu produkuje opinia publiczna. Na tym podłożu dziewczynka buduje dwa podstawowe założenia, które obciążają jej stosunek do matki. Pierwsze: matka nie zachowuje się w stosunku do niej tak jak powinna. Drugie: matka w ramach wychowania wymaga od niej przejęcia cech charakteru i poglądów, które ją jedynie krępują. Te dwa założenia uzasadnione rolami społecznymi powodują coraz więcej spięć między matką a córką.

Zamiast bezustannie głowić się nad tym, jaka druga osoba powinna być a nie jest, o wiele lepiej byłoby, gdyby każda z kobiet uświadomiła sobie swoje własne oczekiwania w stosunku do innych osób. W ten sposób obie będą mogły kierować się ponownie własnymi pragnieniami i celami, co jest podstawą udanego życia. Dla dorosłej córki tego rodzaju rozważania oznaczają czasami, że musi zweryfikować wartości przekazywane jej w dzieciństwie, które często były również wartościami matki. Wiele kobiet przez całe

życie walczy z tradycyjnymi normami, zamiast po prostu się od nich uwolnić. Pozbycie się obciążających poglądów nie musi oznaczać zerwania kontaktów z matką, jeśli ona nam je przekazała. W rzeczywistości wzajemne relacje matki i córki mogą stać się bardziej radosne, jeśli nie będzie stać im na drodze walka o jedynie słuszny światopogląd.

Kto pamięta o własnych potrzebach, musi zadać też sobie pytanie, z jakimi ludźmi te potrzeby może dzielić i zaspokajać. Możemy wnieść dużo jasności do naszych związków jeśli nie tylko wiemy, co chcemy mieć ale również od kogo chcemy to otrzymać. Ponadto ważne jest uzmysłowienie sobie, co my dajemy i komu chcemy coś dać. Dopiero kiedy odpowiemy sobie na te pytania możemy wspólnie z tymi ludźmi zastanowić się, czy są oni gotowi i czy są w stanie całkowicie lub częściowo zrealizować nasze życzenia.

To co wydaje się tu bardzo teoretyczne, może oszczędzić nam na co dzień wiele zmartwień i złości. Z relacji matka - córka uda się w ten sposób usunąć utarte sposoby zachowań, które po latach, kiedy to obie kobiety już się zmieniły, tylko przeszkadzają. Jednocześnie zaczynają one odwracać uwagę od doświadczeń, które wydawały się tylko rozczarowywać a kierować ją na udane bycie razem.

Zrozumienie wzajemnych relacji umożliwi nam większą swobodę w podejmowaniu decyzji w kontekście innych osób. Dzięki świadomości tego co chcemy i czego potrzebujemy, odkryjemy nowe oblicza naszej osobowości, których do tej pory nie byliśmy nawet świadomi. Matka i córka zyskują szansę pozbycia się w świadomy sposób tego co przestarzałe i potwierdzenia wszystkiego, co je łączy. To tak, jakby zdjąć klapki z oczu, które do tej pory uniemożliwiały pewne formy wzajemnych kontaktów. Obie kobiety poszerzą w ten sposób swój kąt widzenia i spektrum działania.

Sprzeciw

We wcześniejszych rozdziałach wskazywałam, jaki wpływ na kontakty matki z córką ma ich otoczenie. Jestem świadoma faktu, że kobiety w pierwszej kolejności szukają dróg ulepszenia charak-

teru wzajemnych relacji w swoim osobistym zakresie. Wszyscy tęsknimy za takimi możliwościami działania, których efekty będą natychmiast widoczne w naszym codziennym życiu. Chcielibyśmy natychmiast zobaczyć efekt naszych starań. To zrozumiałe życzenie, gdyż jedynie w ten sposób czujemy, że mamy wpływ na nasz los i jakość relacji z innymi ludźmi. Motywacja do działania wymaga konkretnej nagrody, a nie abstrakcyjnych teorii.

Pomimo tego chciałabym przypomnieć, że dla matki, córki czy kobiet w ogóle nieoszacowaną wartość ma przeznaczenie części tej energii na zmianę norm społecznych. Jakość życia i perspektywy dziewczynki uda się zmienić na lepsze jedynie wtedy gdy społeczeństwo otworzy im podobnie jak chłopcom drzwi, do których do tej pory bezskutecznie pukały, by móc się rozwijać. Chociaż ruchy kobiece w ostatnim stuleciu wywalczyły wiele zmian, to patrząc realnie istnieje jeszcze wiele okoliczności umożliwiających mężczyznom zajmowanie uprzywilejowanej pozycji kosztem kobiet. Jest to temat, o którym wiele osób już nie chce słyszeć. Jednak bez sprzeciwu ze strony kobiet nic w tej sprawie nie uda się zmienić. Mężczyźni nie mają problemu z załatwianiem w pierwszej kolejności własnych interesów; nie dadzą nam więc z pewnością pierwszeństwa.

Kobiety mają szansę wywierania wpływu. Nawet bez poświęcania nadmiaru czasu uda się pchnąć sprawy do przodu. Ponieważ żyjemy w społeczeństwie, w którym pieniądze stanowią ważny argument, kobiety jako konsumentki mają ogromne możliwości wprawiania w ruch zmian. Muszą jednak poważnie podejść do własnych uczuć, pragnień czy obaw. I muszą przestać słuchać tego, co mówią im tzw. „eksperti”.

Odnieśmy to do naszej codzienności: nie kupujemy produktu, który reklamowany jest w sposób przedstawiający kobietę jako darmową służącą lub jako obiekt fantazji seksualnych. Szczególnie media wywierają ogromny wpływ na socjalizację dziewczynek, propagując model kobiecości. Nie pozwólmy sobie wmówić, że zdjęcia przedstawiające kobietę w sposób poniżający są sztuką. Bądźmy świadomi faktu, że fotograf (lub pani fotograf) wyrażający swymi zdjęciami pewne spojrzenie na kobiety, narzuca je również innym, szczególnie mężczyznom.

Można się nauczyć rozpoznawać seksizm. Patrząc na dane zdjęcie czy film zadajmy sobie pytanie, czy chcemy być w ten sposób przedstawiane i postrzegane. Przyjmijcie postawę prezentowaną na zdjęciu i zastanówcie się, czy ona wam odpowiada. Nie mylmy dłużej pojęć seksowny i seksistowski. Seksowna jest kobieta zadowolona, która wie czego chce i otwarcie postępuje w stosunku do innych, gdyż jest pewna siebie. Seksistowskie przedstawienie kobiety to zaprezentowanie jej w pozycji służebnej wobec innych osób. Łatwo można rozpoznać seksizm po tym, gdy dane zdjęcie lub opinię postrzegamy jako śmieszne lub poniżające, gdy wyobrażamy sobie daną sytuację z odwróconymi rolami kobiet i mężczyzn.

Nie wydawajmy więcej pieniędzy na oglądanie filmów, na których kamera filmuje kobiety z góry do dołu a mężczyzn z dołu do góry. Nie kupujmy dzieciom książeczek, w których zwierzęta są personifikowane, w których lew jest szefem i posiada własny harem a dwa głuptaki niebieskonogie po tym jak się kochają natychmiast biorą ślub. Nie traktujmy Królowej Śnieżki jak niewinnej dziewczynki. I nie bójmy się uskarżać się. Wymagajmy od komentatorów sportowych aby nie określali dorosłych pływaków, piłkarzy, lekkoatletów czy amazońskich słowem „dziewczyna” i koncentrowali się w reportażach na ich osiągnięciach a nie sytuacji rodzinnej czy stylu ubierania. Wymagajmy aby w dyskusjach na antenie telewizyjnej brała udział więcej niż jedna kobieta. Zabierajmy głos, gdy koleżki lub koleżanki określają inne kobiety mianem historycznych, żądnych władzy, wrednych, mało kobiecych, za grubych, za chudych, za starych lub zbyt pewnych siebie.

Jest wiele kobiet, które czynią to od dziesięcioleci i nie da się nie zauważyć efektów ich działań. Wyrażanie swego sprzeciwu każdego dnia wymaga siły i dużego zaangażowania. Pomimo tego jest to dużo prostsze niż alternatywa, którą jest podporządkowanie się. Wiele kobiet jest wyczerpanych - ale nie walką o swoje prawa, lecz właśnie tym, że je zaniechały. Przepracowanie, depresja i lęki przed utratą to cena podporządkowywania się. One do dziś niestety w wielu rodzinach wyznaczają ramy wzajemnych kontaktów matek i córek. Obie kobiety nie mogą pozwolić, by działo się dalej w ten sposób.

Jesteśmy na dobrej drodze. Podczas otwarcia igrzysk olimpijskich w Sydney w roku 2000 akcja ceremonii otwarcia toczyła się wokół marzeń małej dziewczynki. Miliard ludzi obserwowało ze wzruszeniem, jak hokeistka składała przysięgę olimpijską i jak sprinterka z towarzyszeniem oklasków publiczności zapalała olimpijski znicz. Jakkolwiek podchodzi się do tego typu wielkich wydarzeń, mają one niezwykle symboliczny wpływ na opinię publiczną. Zdjęcia przedstawiające udział kobiet w wielkich wydarzeniach obiegły świat i zapadły w pamięć wielu ludziom. Dają one dziewczynkom nadzieję na lepsze możliwości. Unaoczniają matkom, jakie szanse stoją przed ich córeczkami. Jeśli tylko nie zejdziemy z tego kursu, kobiety przestaną w swych rolach matek i córek utrzymywać świadomość własnych ograniczeń. Tylko w ten sposób stworzą udaną relację, pozwalającą każdej z nich na zachowanie swej prywatnej wolności.

Spis treści

Wstęp.....	3
Matka.....	7
<i>Nadzieje i życzenia</i>	9
Powinnaś mieć lepiej!.....	9
Bezpieczeństwo.....	11
Miłość.....	13
Sukces.....	15
Zdrowie.....	18
<i>Lęki i ograniczenia</i>	20
Strach przed przemocą.....	20
Nie zrób sobie krzywdy!.....	22
Nie daj się skrzywdzić!.....	25
Im wyżej polecisz.....	26
<i>Oczekiwania</i>	29
Jesteś taka jak ja!.....	29
Żyj moimi marzeniami!.....	32
Nie opuszczaj mnie!.....	34
Nie sprawiaj mi kłopotów!.....	37
<i>Własny przykład</i>	40
Cielesność.....	40
Związki.....	43
Osiągnięcia.....	46
Sprzeczności.....	48
Córka.....	51
<i>Nadzieje i życzenia</i>	54
Kochaj mnie!.....	54
Bądź ze mnie dumna!.....	56
Wspieraj mnie!.....	58
<i>Wymagania</i>	62
Bądź zawsze dla mnie!.....	62
Nie wtrącaj się!.....	-65
Zmień się!.....	67
„Bądź taka jak zawsze!”.....	69
<i>Adaptacja</i>	71
Jak sobie chcesz!.....	71
Co mama by na to powiedziała?.....	75
Nie mogę jej tego zrobić!.....	76
Mam to po tobie!.....	78
<i>Sprzeciw</i>	81
Zarzuty.....	8i
Prowokacja.....	85

Tylko nie taka jak ona.....	87
Ucieczka.....	89
Skutki.....	93
<i>Bezruch</i>	95
Strzeżenie tradycji.....	95
Wiem, co mnie czeka.....	98
Rezygnacja.....	100
Zamknięcie się w sobie.....	102
<i>Wyobcowanie</i>	105
Nieporozumienia.....	105
Czy pamiętasz jeszcze?.....	107
Już cię w ogóle nie poznają!.....	110
To nie mój świat!.....	112
<i>Niepewność</i>	114
Co takiego źle robię?.....	114
Tylko u nas tak jest!.....	117
Strach przed utratą.....	119
Zazdrość.....	122
<i>Walki</i>	125
Marnotrawstwo.....	125
Umiarkowanie.....	127
Wyparcie.....	129
Ból.....	131
Sposoby pozbycia się dylematów.....	133
<i>Witamy w teraźniejszości</i>	136
Wyjść z domu.....	136
Zaakceptować zmiany.....	139
Nowe doświadczenia.....	141
Inni ludzie.....	142
<i>Otwartość</i>	145
Patrz i słuchaj.....	145
Mów o sobie.....	148
Nie bój się krytyki.....	150
Szanuj granice drugiej osoby.....	153
<i>Bilans</i>	156
Ustalenie punktu widzenia.....	156
Nie zaprzeczaj własnej roli.....	158
To co łączy i dzieli.....	160
Zaakceptuj uczucia.....	163
<i>Reszta świata</i>	166
Uwzględnij wpływ otoczenia.....	166
Ojcowie.....	168
Zrozumieć relacje.....	170
Sprzeciw.....	171