

Väter und Töchter - Wissenswertes für Väter...

Ingrid Holzmüller

Kaum ein Mann ist im Leben einer Frau so wichtig wie Sie als Vater. Die Verbindung ihrer Tochter zu Ihnen hat eine nicht zu unterschätzende Bedeutung für ihr Lebens- und Liebesglück. Als Vater eröffnen Sie ihr Zugang zu einem Erfahrungsbereich, zu dem sie sonst kaum Zugang finden würde – zum Phänomen der Männlichkeit.

Vor dem Hintergrund meiner Erfahrungen als Beraterin in einer Familienberatungsstelle und als Tochter möchte ich in diesem Beitrag anhand der nachfolgenden Thesen einige Überlegungen zur Vater-Tochter-Beziehung zur Diskussion stellen:

➤ **Mutter ist Vorbild – auch Konkurrenz – der Vater ein Idol:**

Väter und Töchter sind ein starkes Gespann. Sie konkurrieren nicht wie Mutter und Tochter, kämpfen nicht wie Vater und Sohn. Ihre Beziehung ist manchmal distanziert, oft innig aber immer prägend. Sie verbindet eine Liebesgeschichte der besonderen Art. Als Vater müssen Sie weder berühmt noch genial sein – für Ihre Tochter sind Sie dennoch ein Idol. Söhne kopieren den Vater, Töchter bewundern ihn. Söhne wollen Helden, Töchter lieben Helden.

➤ **Der Vater nimmt Einfluss auf die spätere Partnerwahl:**

Söhne prahlen mit ihrem Vater, Töchter wollen ihn heiraten. Keine Frage: Als Vater haben Sie Macht über die Gefühle Ihrer Tochter. Sie sind die erste Liebe im Leben einer Frau und bleiben es so lange, bis einer kommt, der sie ersetzen kann.

Im Umgang mit dem Vater liegt die Grundlage dafür, wie eine Frau sich später einschätzt, aber auch wie sie mit anderen Menschen zurechtkommt und welchen Männertyp sie bevorzugt. D.h. also am Modell des Papas formt sich nicht nur die weibliche Einstellung zu den Männern allgemein, es stellen sich auch die Weichen für die Partnerwahl. In einer Langzeit-Studie wurden Töchter nach ihren Vorstellungen von einem Traumpartner befragt. Die meisten der befragten Frauen gaben an, einen anderen Typ Mann als den Vater heiraten zu wollen. Doch zwei Drittel von ihnen gerieten später genau an die Kategorie Mann, die ihnen von klein auf so vertraut war. Väter sind die erste und wichtigste männliche Bezugsperson im Leben eines Mädchens. Wenn Sie ein Vater sind, der Wert auf traditionelle weibliche Verhaltensweisen legt, dann wird ein Mädchen daraus schließen, dass es männliche Anerkennung dann erlangt, wenn es sich eben diesen Traditionen gemäß verhält. Zu einem nicht geringen Teil liegt es an Ihnen, ob die Tochter zu einer selbstbewussten, lebensbejahenden Erwachsenen heranwächst, die ein vertrauensvolles Verhältnis zu Männern entwickeln kann.

➤ **Väter lehren Mädchen, wie Männer denken und was ihnen gefällt:**

Als Vater umgibt Sie eine Aura des Geheimnisvollen. Und die Gefühle, die ein Mädchen Ihnen entgegenbringt, sind nicht selten voller Widersprüche. Sie sind Vorbild und Gegenpart zugleich. In der Pubertät sollen Sie sie loslassen und gleichzeitig als Beschützer auftreten, der sie auffängt. Gerade diese Gegensätzlichkeit macht die Vater-Tochter-Beziehung so vielschichtig. Noch vor ein paar Jahren galt die These, dass am starken Arm des Vaters Mädchen in eine Welt geführt werden, die so ganz anders ist als die durch Emotionalität geprägte Mutterdomäne. Da hat sich jedoch auch bei den Frauen einiges verändert. Emotionalität und Sachlichkeit müssen sich weder bei Männern noch bei Frauen ausschließen. Und trotzdem: im Umgang mit dem Vater lernt ein Mädchen, wie man sich in der Männerwelt Respekt verschafft. Das väterliche Vertrauen in die Fähigkeiten der Tochter macht Mädchen stark. Sie als Mann besitzen die Kraft, Ihre Tochter davon zu überzeugen, dass sie einen Teil von seiner Welt abbekommen kann.

➤ **Mangelnde Resonanz von Seiten des Vaters führt zur Selbstverunsicherung von der Tochter:**

Die Sehnsucht, wissen zu wollen, woher man kommt, ist zutiefst menschlich. Bei einem unbekanntem Vater kann man oft nur akzeptieren, dass es so ist. Dennoch ist es gut, zumindest den Versuch zu unternehmen, ihn zu finden – auch wenn das Ergebnis enttäuscht.

Die Erfahrungen zeigen, dass Töchter es vor allem dann als Belastung erleben, wenn der Vater zwar bekannt ist, sich jedoch gar nicht oder nicht ausreichend um sie gekümmert hat. Frauen, die ihren Vater gar nicht kennen, verarbeiten diesen Umstand hingegen oft leichter.

Desinteresse von Seiten des Vaters hinterlässt bei der Tochter eine tiefe Kränkung, die sie ihr Leben lang nicht loswird. Sie hat im Unterbewusstsein gespeichert: Weil ich so bin, wie ich bin, interessiert er sich nicht für mich. Folglich wird sie immer an sich selber zweifeln.

Kann also der Vater, aus welchen Gründen auch immer, der Tochter keine Resonanz geben, so ist das eine Kränkung, die später in jeder neuen Beziehung zu einem Mann wieder auflebt. Um dem Schmerz der Nichtbeachtung zu entfliehen, suchen Frauen oft die Wiedergutmachung und Heilung in einer Partnerschaft oder Ehe, was im Grunde genommen eine heillose Überforderung an den Partner bedeutet. Wenn dann diese Frauen ihren Männern gefühlsmäßigen Analphabetismus vorwerfen, dann gilt der Vorwurf oft nicht dem Partner, sondern ihrem Vater, der sich damals der kindlichen Liebe seiner Tochter entzogen, sie missverstanden oder missbraucht hat. Der Partner muss dann als Katalysator für die offenen oder verdeckten Sehnsüchte und Wünsche herhalten. Ihm wird das zugeschoben, was eigentlich dem Vater der Frau gehört.

➤ **Töchter brauchen vom Vater liebevolle und kritische Aufmerksamkeit:**

Er bringt ihr bei, sich den Herausforderungen des Lebens zu stellen. Untersuchungen haben ergeben, dass Mädchen auch heute immer noch mehr eingebremst und zur Vorsicht ermahnt werden als Burschen. Mädchen brauchen keinen falsch verstandenen Schutz vor der bösen Welt da draußen, sondern liebevolle und kritische Aufmerksamkeit. Ihre Aufgabe als Vater ist es auch, ihr bestimmte Dinge nicht so einfach durchgehen zu lassen. Bei Aussagen wie: „Das kann ich nicht.“ „Das ist viel zu schwierig.“ „Das macht mir Angst.“ erbarmen sich oft vorschnell gerade die Mütter im guten Glauben, das Mädchen vor Überforderung zu schützen. Manchmal zu früh. Als Vater können Sie hier einspringen. Das ist zu gefährlich? Wie kannst du dich absichern? Mathe ist schwierig? Komm, wir versuchen es noch mal. Du möchtest auf das Geburtstagsfest und weißt nicht wie du hinkommst? Überlegen wir mal, wie wir das organisieren können. Dass das zu einer Gratwanderung ausufern kann sei nicht bestritten. Nur: der Vater ist die erste Liebe der Tochter. Und für diese erste Liebe tut man bekanntlich fast alles. Idealerweise solle ein Vater seine Tochter daher mit großem Interesse begleiten. Und er sollte ihr das Gefühl geben: „Du bist gut so, wie du bist“. Ihre Anerkennung als Vater hat einen ungleich höheren Stellenwert als die der Mutter. Bleibt diese Anerkennung aus, dann hat das für das spätere Verhalten der Tochter Konsequenzen.

➤ **Töchter lernen vom Umgang des Vaters mit dessen Frau:**

Ihr Verhalten gegenüber Ihrer Frau bleibt ebenfalls nicht ohne Auswirkungen. Die Tochter wird lernen, dass bestimmte Verhaltensweisen von Männern geschätzt, andere abgelehnt werden. Die Beziehung zu Ihrer Partnerin, wie Sie Ihr gegenüber auftreten, die Art wie Sie wann etwas sagen, wie Sie Kritik ausüben wird auch bei der Tochter Spuren hinterlassen.

Vermeiden Sie widersprüchliche Botschaften. D.h. Sie können nicht auf der einen Seite bei Ihrer Tochter Eigenschaften wie Unabhängigkeit, Mut und Risikobereitschaft unterstützen, diese aber bei Ihrer Partnerin bekämpfen. Das verwirrt die Tochter und zeigt ihr, dass männliche Unterstützung oberflächlich und ein reines Lippenbekenntnis ist. Was Sie vorleben wirkt wesentlich nachhaltiger als was Sie ihr sagen!

➤ **Töchter lernen vom Umgang des Vaters mit anderen Frauen:**

Wie pflegen Sie im allgemeinen mit Frauen und Mädchen umzugehen? Wie ist der Umgang von Männern zu Frauen an Ihrem Arbeitsplatz? In Ihrem Verein? In der Freizeit?

Wenn Ihre Tochter Freundinnen mit nach Hause bringt, wie treten Sie diesen Mädchen oder jungen Frauen gegenüber? Vielleicht haben Sie auch den Film „American Beauty“ gesehen, in dem der Hauptdarsteller Kevin Spacey seine erotischen Gedanken, Gefühle und Träume auf die attraktive Freundin seiner Tochter projiziert hat. Es geht nicht um Verurteilung solcher Sehnsüchte, sondern um das Bewusstmachen. Es gibt Väter, die aus Selbstschutz besonders abweisend gegenüber den Freundinnen der Tochter sind. Es gibt aber auch jene, die gerne mit ihnen flirten. Die Tochter

kann auch peinlich davon berührt sein, wenn sie beobachtet, wie der eigene Vater um die Gunst der jungen Mädchen buhlt. Wie dem auch sei: Ihr Verhalten wird von der Tochter registriert und eingeordnet, dessen müssen Sie sich bewusst sein.

➤ **Töchter brauchen von ihren Vätern Anerkennung, Wertschätzung und Respekt:**

Es ist der Wunsch nach Anerkennung, die Sehnsucht nach Bestätigung, die Hoffnung jenseits von Leistung, Aussehen, Schulnoten, Bildungsweg, Anzahl der Freunde etc. angenommen, anerkannt, respektiert und wertgeschätzt zu werden. Selbst wenn Ihre Tochter Gleichgültigkeit oder sogar offene Feindschaft zur Schau trägt, sollten Sie einen Blick hinter die Kulissen riskieren. Auch wenn Sie sich den Launen Ihrer Tochter oft hilflos ausgeliefert fühlen, Ihnen Ihre Kleine unbarmherzig die kalte Schulter zeigt und Ihnen unmissverständlich zu verstehen gibt, Sie sollen nur eines tun, nämlich sich aus ihrem Leben heraushalten, kann ich Ihnen nur sagen: dieser Botschaft nachzugehen wäre ein großer Fehler. Dann hätten Sie nämlich den Härtesten nicht bestanden. Ihre Kapitulation wäre eine große Enttäuschung für Ihre Tochter. Hinter all den Provokationen, der Schroffheit und der Abweisung steht der Wunsch: „Papa, überleg dir, wie du zu mir in Kontakt kommen kannst. Auch wenn ich es dir nicht leicht mache, dich abblitzen lasse, dir schnippische Antworten gebe, so wünsche ich mir nichts sehnlicher, als dass du um mich wirbst ohne dich anzubieten. Dass du das Interesse an meiner Person behältst, egal wie ich mich verhalte, das ist einfach das Größte für mich.“

➤ **Das häufig zeitgleiche Auftreten der Wechseljahre der Mutter und der Pubertät der Tochter erfordert vom Mann besondere Sensibilität:**

Wir wissen, wie viel Zuwendung, Bestätigung, Aufmerksamkeit und Anerkennung eine Tochter benötigt. Gerade, wenn sie an der Schwelle zum Frausein steht. Nun erleben aber sehr viele Mütter ihre Wechseljahre zeitgleich mit der Pubertät der Tochter. Und was das bedeuten kann, ist sich kaum ein Mann bewusst. Er muss damit rechnen, dass es in seiner Familie zum hormonellen Urknall kommt, dass mitunter über einen längeren Zeitraum hier ein Ausnahmezustand herrscht.

Das Zusammentreffen von Wechseljahren und Pubertät ist wie ein gegenläufiges Hormonkarussell, auf dem sich Mutter und Tochter drehen. Die eine springt auf, die andere ab. Ein biologischer Staffellauf, bei dem sowohl die auslaufenden als auch die hereinbrechenden Hormone verrückt spielen. Dabei hilft das Wissen wenig, dass die jugendliche Myelinschicht, die die Nervenimpulse der Tochter weiterleitet, erst mit 18 ausreift und vorher nicht unbedingt soziales Verhalten zu erwarten ist. Nichts macht eine Frau schlagartig älter, als sich in den schmalen, kritischen Augen ihrer pubertierenden Tochter zu spiegeln. Eine 45jährige Frau und Mutter bekannte: „Ich finde diese jungen Dinger furchtbar raumergreifend. Die inszenieren sich, ihren Körper und ihren Sex-Appeal so penetrant, da muss ich mich manchmal vor dem Gefühl: das gönne ich ihnen nicht, hüten. Mein Mann war mir in dieser Zeit auch nicht unbedingt eine Stütze. Er hat sich wohl lieber mit seiner aufblühenden Tochter als mit seiner im

Verwelken begriffenen Frau in der Öffentlichkeit gezeigt. Als ich draufgekommen bin, dass ich eifersüchtig auf meine Tochter bin, habe ich mich entsetzlich dafür geschämt.“ So der bittere Nachsatz. „Mein Mann beschwichtigte mich immer, dass Mädchen in der Pubertät ihren Vater bräuchten und ihnen Anerkennung in den Zeiten der Verunsicherung gut täte. Das mag wohl stimmen. Aber eine Frau in den Wechseljahren braucht auch ihren Mann, der ihr ebenfalls zeigt, dass sie begehrt und geschätzt wird – trotz Falten, grauer Haare und erschlaffender Konturen.“

Meine Herren! Wenn Sie noch nie in Ihrem Leben was Frauen angeht, zwischen zwei Stühlen gesessen sind, dann können Sie in dieser Zeit damit rechnen. Es beiden Frauen recht zu machen und sie zufrieden zu stellen, das wird ein Ding der Unmöglichkeit sein. Mit Sicherheit werden Sie sich allerdings überfordern. Seien Sie aufmerksam, einfühlsam, bemüht und erwarten Sie alles – außer Dankbarkeit.

Zum Crash muss es nicht zwangsläufig kommen. Es hängt davon auch ab, wie zufrieden die Partnerin mit ihrem Leben ist. Je zufriedener sie mit ihrem Leben ist und je mehr eine Frau das Gefühl hat, Gestalterin ihres eigenen Lebens zu sein umso weniger kann ihr die aufreizende Jugend einer Tochter ihr anhaben. Nicht, dass es ihr nicht hier und da einen Stich versetzen würde, aber im Großen und Ganzen käme sie nicht auf die Idee ihre Erfahrungen, ihr Wissen und ihre Gelassenheit gegen einen straffen Körper und der prallen Haut einer 16jährigen einzutauschen.

Sollte Ihre Partnerin jedoch traurig sein über verpasste Gelegenheiten, vergebene Chancen und abgefahrene Züge, so können Sie Ihre Frau nur ermutigen, sich etwas zu suchen, was ihr Freude bereitet, was sie inspiriert und ihr Zufriedenheit verleiht. Und wenn sie etwas gefunden hat, ihr Ihre volle Unterstützung zusichern, denn das signalisiert ihr, dass Sie es wirklich ernst gemeint haben.

➤ **„Gute Väter“ stellen sich den Konflikten setzen Grenzen:**

Zunächst einmal bedeutet „gut“ nicht spannungsfrei. Gut ist im Sinne von „hier ist Begegnung möglich“ zu verstehen. Da darf es schon mal lautstark zu und her gehen, da dürfen auch die Fetzen fliegen und die Türen knallen. Der Vater hält das aus. Er steigt nicht beleidigt aus der Arena und tritt gekränkt den stimmen Rückzug an, der dann von der Tochter als Desinteresse an ihrer Person und als Liebesentzug gewertet wird. Er sucht immer wieder den Dialog und die Begegnung mit der Tochter. Er hat keine Angst vor ihren Angriffen und ihrer erwachsenen Weiblichkeit. Er achtet auf sich und lässt nicht zu, dass er in seiner Würde verletzt wird. Wenn notwendig, zeigt er unmissverständlich seine Grenzen und signalisiert klar: Stopp meine Liebe, hier ist Schluss. Da bist du zu weit gegangen.

Das ist ein hohes Ideal, was hier aufgezeichnet wurde. Und eines muss auch klar sein: ein Vater, der mit seinen eigenen Eltern noch im Clinch liegt und keine befriedigende Beziehung zu seiner Frau hat, wird diese Aufgabe nur unzureichend wahrnehmen können.

Ansonsten sind es die kleinen, unspektakulären Ereignisse, wo ein Vater punkten kann. Die Tochter hin und wieder in ein Café einladen; mit ihr was völlig Ausgefliptes zu unternehmen (Tauchkurs im Urlaub belegen,

Floß bauen, klettern gehen....) sich bei ihr modisch beraten zu lassen (Vorsicht, je nach Geschmack kann das ins Auge gehen), kommentarlos die Mini-Spinne, die bei ihr einen hysterischen Anfall ausgelöst hat aus ihre Zimmer entfernen; sie nicht als dumm beschimpfen, wenn sie die Erklärung für die Matheaufgaben auch beim dritten Mal noch nicht verstanden hat; sie mal von der Party abholen, weil der letzte Bus viel zu früh losgeht und die Stimmung gerade so „ursuper“ ist. Und wenn auch allgemein bekannt ist, dass man sich Liebe nicht erkaufen kann, so darf ein Vater auch hin und wieder seiner Tochter augenzwinkernd einen Schein für einen außertourlichen Kino- oder Eisdielenbesuch zustecken. Wenn sich der Vater zudem nicht zu schade ist, sich hin und wieder als Reibebaum und Blitzableiter zur Verfügung zu stellen, bereit ist sich auf anstrengende Diskussionen einzulassen, Position zu beziehen und gleichzeitig auch ihre Meinung gelten zu lassen, dann ist ihm die Bewunderung seiner Tochter längerfristig gesehen, sicher.

Das Grundgefühl, egal was auch passiert, wenn's eng wird ist mein Vater jederzeit für mich da – ohne mich jedoch aus der Verantwortung zu entlassen, verleiht einer Tochter Flügel, gibt ihr ein tragendes Gefühl von Sicherheit in einer instabilen Welt.

Nachtrag: Wiedergutmachung

Immer wieder haben Väter das Gefühl, sie hätten bereits zu viel versäumt, vielleicht sogar nicht wieder gut zu machende Fehler angerichtet. Für Veränderung ist es jedoch nie zu spät.

Vielleicht setzen Sie sich demnächst zu Ihrer Tochter und sagen ihr altersgemäß in etwa:

„Weißt du, ich habe bisher immer versäumt, dir zu sagen, wie sehr ich dich bewundere. Wenn ich sehe, wie du mit deinem Leben umgehst, bin ich wirklich stolz auf deine Entscheidungen und ich finde es toll, wie du dein Zukunft in die Hand nimmst. Du bist eine fabelhafte junge Frau und ich möchte dich einfach wissen lassen, wie sehr ich dich schätze und respektiere.“

Besteht schon längere Zeit „Funkstille“ zwischen Ihnen und Ihrer Tochter, so können Sie ihr diese oder ähnliche Zeilen auch durch einen Brief oder eine passende Karte, zukommen lassen.

**Können Sie sich das Selbstwertgefühl eines Kindes nach einer dieser Aussage seines Vaters vorstellen?
Ihre Tochter wird Ihre Worte wie einen Schatz bis an ihr Lebensende hüten.**

LITERATUR ZUM THEMA:

Julia Onken: Vatermänner. Ein Bericht über die Vater-Tochter-Beziehung und ihren Einfluss auf die Partnerschaft. München 1997, Beck'sche Reihe Bd.1037, ISBN 3-406-45992-7

Markus Hofer: Kinder brauchen Väter. Söhne und Töchter über ihre Väter, Innsbruck 2001 (Topos plus 413), ISBN: 3-7867-8413-2