

## Глава 1

### Дочери своих отцов

*Finally I just gave up and became my father...*

— Sharon Olds, "Fate"

*В конце концов пришлось мне просто сдаться  
и стать отцом своим самой...*

— Шэрон Олдс, «Судьба»

Сегодня одними из самых неизученных типов взаимоотношений являются отношения между отцом и дочерью. Это отношения, наполненные ожиданиями и разочарованиями, восхищением и отречением, любовью и отвержением. Способы взаимодействия с отцом, которые выучивает девочка, оказывают долгосрочное влияние на её взрослые отношения с мужчинами-любовниками, супругами, друзьями, начальниками и коллегами. Это самое раннее партнёрство также повлияет на её сексуальность, творческие способности, духовность и способность выражать свои идеи и воплощать их в жизнь. Если оставить без внимания отношения с отцом, то они способны подорвать в женщине веру в себя и собственные силы, изменить её взгляды на своё место в личной и общественной жизни.

Отцы бывают разными, и в каждом случае скрыты свои сложности. Самый простой вариант — это «*достаточно хороший*» отец, который любит свою дочь, но не слишком сильно привязан к ней и помогает ей стать самостоятельной женщиной, которая может чувствовать себя самой собой в обществе мужчин<sup>1</sup>. Более сложным случаем является *отсутствующий отец*, который бросает свою дочь в одиночестве, потому что слишком отстранён эмоционально, пренебрегает ею или же умирает, оставляя её уязвимой и жаждущей его любви. *Сверхзаботливый отец* инфантилизирует дочь, постоянно балуя её, давая ей всё, чего она ни пожелает, и тем самым делает её зависимой от себя. *Пассивный отец* отказывается играть роли главы семьи, кормильца и наставника, в результате чего дочь перестаёт испытывать уважение к его авторитету, поскольку она изо всех сил пытается разобраться во всём самостоятельно. *Отец-совратитель* эротизирует свои отношения с дочерью и, даже если он не домогается её сексуально, он всё равно создаёт между ними привязанность неподобающего характера — скрытую, но непреодолимо мощную. *Деспотичный отец* требует от дочери безоговорочного подчинения, чем вселяет в неё постоянный страх и чувство незащищённости. *Зависимый отец* использует свою дочь и жестоко обращается с ней, как того требует его зависимость, тем самым вынуждая её стремиться к совершенству, которое становится её единственной защитой. Наконец, *идеализированный отец* любит свою дочь больше, чем жену и других детей, в результате чего она начинает чувствовать себя особенной и одарённой. Эта девочка, папина любимица, и становится «дочерью своего отца». По иронии судьбы, именно ей придётся труднее всего, когда она узнает истинную цену его любви.

---

<sup>1</sup> Определение «достаточно хорошего» отца, данное Др. Марлин С. Поташ, было процитировано в книге Виктории Секунда «Женщины и их отцы» (Women and Their Father, New York: Delacorte Press, 1992, 101).

У всех этих отношений отца и дочери имеются свои эмоциональные последствия, хотя некоторые из них легче распознать, чем другие. *Дочь отсутствующего отца* обычно винит себя в том, что папа бросил её, и постоянно изо всех сил пытается быть «хорошей» настолько, чтобы завоевать любовь — его или чью-нибудь ещё. *Избалованная дочь* знает, что она плохо подготовлена к самостоятельной жизни, поэтому обычно находит замену отцу, чтобы этот мужчина заботился о ней. *Дочь, совращённая своим отцом* или *та, с которой жестоко обращались*, постоянно чувствует душевную боль, которая напоминает ей о насилии, поэтому она ищет отношений, где она не будет ни жертвой, ни агрессором. *Дочь пассивного отца* усвоила, что она никогда не может ни на кого положиться, кроме себя самой, и всю жизнь гиперкомпенсирует недостаточность его авторитета. *Дочь деспотичного отца* легко поддаётся нажиму или, напротив, тратит свою взрослую жизнь на бунт, а *дочь зависимого отца* изнуряет себя в попытках сохранить контроль над всеми и всем вокруг. *Дочь своего отца* настолько тесно идентифицирует себя с ним, что у неё почти нет собственной индивидуальности. Она вступает во взрослую жизнь с таким чувством уверенности в себе и своей уникальности, что у неё редко возникает желание задумываться о сложностях её отношений с отцом и их издержках в эмоциональном плане. Именно этой чрезвычайно сложной и тесной связи между такой дочерью и её отцом посвящена данная книга.

### Портрет взрослой дочери своего отца

В своей психотерапевтической практике я обнаружила, что существуют определенные модели поведения и черты характера, свойственные дочерям своих отцов во взрослом возрасте. Поскольку в детстве у них были крепкие тёплые отношения с отцом, став взрослыми, они продолжают идентифицировать себя в первую очередь

с ним, высоко ценят мужчин и мужскую силу, а мнения и ценности женщин считают второстепенными. В детстве дочь своего отца выступает в качества его поверенной и выполняет функции скорее жены, чем дочери. Став взрослой, на работе она продолжает играть привычную ей роль, становясь приближенной своего начальника (не принципиально, близки они сексуально или нет). Как доверенное лицо мужчины, наделённого властными полномочиями, она сохраняет привилегированное положение любимой дочери, но не имеет собственной власти. В этой второстепенной роли дочь своего отца становится прекрасной помощницей «строителя империи», генерального директора компании и политика — мужчины, который стремится изменить мир.

Так как она была отцовской любимицей, она чувствует себя особенной и ожидает, что к ней будут хорошо относиться другие. Она возлагает большие надежды на себя и других, плохо понимает ограничения и обычно не принимает отрицательный ответ. Она даёт телу максимальную нагрузку на пределе возможностей и не позволяет себе заболеть. Она так и не научилась идти на компромисс, потому что привыкла поступать по-своему и поэтому сталкивается с трудностями в близких отношениях, которые неизбежно требуют наличия навыков слушания и ведения переговоров.

Дочь своего отца стремится любой ценой подражать ему. Обожая его, она перенимает его ценности и руководствуется ими как велением внутреннего голоса, который управляет её поведением и требует от неё продуктивности. Как следствие, дочь своего отца амбициозна и ответственна в сфере работы; у нее есть целеустремлённость и решимость для достижения своих целей, она часто берёт на себя больше ответственности, чем тот объём, с которым она может справиться без проблем. Она перфекционистка, требует от себя совершенства и плохо переносит собственную уязвимость. Считается, что она успешна по стандартам патриархальной культуры, ориентиро-

ванной на достижение цели и основанной на власти. Дочь своего отца очень старается быть *похожей* на него и *нравиться* ему. Иногда она фактически мечтает *быть* своим отцом. Она из всех сил пытается не только узнать самые сокровенные мысли и чувства своего отца, но и ощутить ту силу и занять то заметное место в мире, которые есть у него.

Даниэла — социальный работник в больнице, она консультирует больных раком и их семьи. С детства она восхищалась тем, как проводил консультации для своих клиентов её отец, который был юристом в маленьком городке в Новой Англии. Когда ей было слегка за двадцать, она присоединилась к Корпусу мира в Колумбии, где вышла замуж за человека, напоминавшего ей отца.

«Я видела, как мой отец утешал жителей нашего городка, и помощь людям превратилась для меня в базовую ценность, — рассказывает Даниэла. — Я даже вышла замуж за человека, которого встретила в Корпусе мира и который, как мне казалось, придерживался тех же ценностей, что и мой отец. Сначала я попыталась создать семью с человеком, похожим на моего отца, а когда наш брак не удался, старалась сама стать отцом, погружившись в общественно полезную работу. Он любил свою работу, а я люблю свою, но не знаю, когда пора остановиться».

Если дочь стала идентифицировать себя с отцом в работе или с помощью интеллекта, а не через способность поддерживать эмоциональные связи, она может прийти к выводу, что успех в сфере работы, карьеры и интеллектуальной деятельности — единственный способ быть значимой. Нередко дочери своих отцов в возрасте от тридцати до сорока лет с болью осознают, что раз за разом они терпели неудачу в попытках наладить личную жизнь и сожалеют, что упустили детородный возраст.

Марианне сорок один год, она опытный редактор профессионального журнала. В детстве она была любимым ребёнком, и отец

с гордостью передавал ей свои секреты литературного мастерства. За обеденным столом они вели жаркие дебаты, в которых её мать и сестра не участвовали, поскольку им было просто нечего сказать. Отец Марианны научил её использовать ум как конкурентное преимущество, что оказалось полезным в её профессиональной жизни, но пагубно сказалось на личных отношениях. Когда ей исполнилось сорок, она поняла, что никогда не выйдет замуж.

«У меня сильная мужская позиция в жизни, что в некотором смысле является моим проклятием, а в некотором — моим даром. Это моё проклятие, потому что мужчины ненавидят такое и считают меня слишком агрессивной. Они ощущают угрозу в моём поведении, необычном для женщины. Настолько значительная часть моей идентичности в том, что я дочь своего отца, что многие из моих парней признавались, что не решаются с ним соперничать. Я так глубоко усвоила его ценности, что другие мужчины не могут соответствовать моим ожиданиям. У меня очень мало шансов когда-нибудь выйти замуж».

Когда дочь своего отца пытается найти себе пару, её привязанность к нему становится препятствием. Она не видит ни одного живого человека, у которого получилось бы соответствовать её идеализированному образу «безупречного» отца, да она и не позволяет никому подойти достаточно близко, чтобы он попробовал сделать это. Она избегает близости, жалуясь, что мужчины не уделяют ей того внимания, которого она достойна. Мужчины не любят ее безоговорочно, как, по её мнению, любил отец, поэтому ей кажется, что они не любят её вовсе.

Дочь своего отца может настолько идеализировать его, что ей становится трудно не только строить близкие отношения с другими мужчинами, но и чувствовать удовлетворение от собственных достижений. То, что она идеализирует его, не позволяет ей оценить по достоинству свои небезупречные таланты и вклад, который она

привносит в окружающий мир. Она принижает свою одарённость и убеждает себя в том, что всё, что ей удаётся сделать, недостаточно хорошо. Она чувствует огорчение от того, что не оправдала отцовские ожидания, и это ощущение неудовлетворенности собой похоже на вирус, который никогда не пройдёт.

«Мой отец возлагал на меня большие надежды, — размышляет Марианна. — Он говорил мне, что я могла бы стать первой женщиной-президентом. Какая-то часть его действительно верила, что я могу достичь чего угодно и что я должна совершить нечто поистине знаменательное, ведь тогда он так гордился бы мной. Но другая его часть хотела, чтобы я стала женой и матерью, и эта программа в нём была куда более глубокой. Поэтому иногда я думаю, что вне зависимости от моих достижений в профессиональном плане, которыми я хотела порадовать его, я целиком и полностью разочаровала его в эмоциональном плане, потому что не смогла подарить ему внуков».

Марианна оказалась в патовой ситуации. Ожидания отца, превратившиеся в её внутренний голос, не дают ей покоя. Пытаясь угодить ему, она всё же подвела его и поэтому не может наслаждаться тем, чего *добилась* в жизни. Когда отец настолько идеализируется, дочь начинает зависеть от одобрения им тех жизненных решений, которые она принимает. Её выбор в вопросах карьеры, супруга и детей часто напрямую зависит от того, что, по её мнению, счёл бы лучшим отец. Её представления о том, как она имеет право поступать в своей жизни, предопределены имеющим приоритет мнением отца.

## Непритие матери

Центральное место в переживаниях дочери своего отца занимает отсечение матери. Причины сближения с отцом и одновременного исключения из отношений матери многочисленны. Например, мать