

# König Papa und seine

**Mein Papa, der Held.** Die Beziehung zu ihrem Vater prägt Töchter für ihr Leben. Wie werden Sie ein cooler Papa und bleiben es auch noch, wenn Ihre Tochter schon ein Teenager ist?

VON DANIELA DAVIDOVITS

Im Leben jedes Vaters kommt einmal dieser Moment: Seine kleine Prinzessin wird groß und verliebt sich in einen anderen Mann. Geht nächtelang weg. Zieht aus. Und er kann sie nicht mehr beschützen. Die gute Nachricht an Papas: Sie sind trotzdem die erste Liebe ihrer Töchter und bleiben ihr Held.

Die Wissenschaft bestätigt, wie prägend engagierte Väter sind. Ihre Mädchen haben oft ein stärkeres Selbstbewusstsein, einen besseren Zugang zu Leistung, ein positiveres Selbstbild und klarere Vorstellungen einer respektvollen Beziehung, sagt etwa US-Psychologin Linda Nielsen. Nun macht Autorin Meg Meeker in ihrem neuen Buch „Starke Väter, starke Töchter“ Männern ihre Bedeutung klar: „Wenn Ihre Tochter 25 ist, wird Sie ihren Partner mit Ihnen vergleichen. Mit 35 hat die Zahl ihrer Kinder damit zu tun, was sie mit Ihnen erlebt hat. Die Stunden und Jahre, die Sie mit ihr verbringen, bestimmen, welche Art Mensch Ihre Tochter wird. Sie sind als Vater die erste Liebe Ihrer Tochter, und daher ist die Art der Beziehung, die Sie in ihren ersten Lebensjahren zu ihr aufbauen, von ausschlaggebender Bedeutung.“

## Erste Liebe

Das Berater-Duo Stefan und Sandra Teml-Jetter beschäftigt sich intensiv mit Rollenbildern in Familien und erlebt in der Praxis Frauen, die noch als Erwachsene darunter leiden, dass sie von ihrem Vater nicht geschätzt wurden. „Eine Klientin erzählte mir, dass ihr Vater Frauen immer nach ihrem Äußeren beurteilt hat. Viele arbeiten auf, dass sie von ihren Papas nicht

wahrgenommen wurden. Wenn Väter immer alles besser wissen, kiefelt die Tochter ein Leben lang an ihrer Kompetenz“, so Stefan.

Ihm vertrauen Väter oft an, dass die Liebe zu ihren Töchtern stärker ist als zu ihrer Frau, weil diese von Paar-Konflikten belastet ist. Doch er erlebt auch, wie Väter Nähe meiden, weil sie den Anschein von Missbrauch fürchten. Dafür hat er eine einfache Anleitung: „Ab einem gewissen Alter, etwa wenn die Brüste wachsen, gibt nur noch das Mädchen vor, welche Distanz sie wünscht und wie viel Nähe sie haben möchte.“

Er selbst hat zu seiner heute 13-jährigen Tochter eine „magi-

**„Wenn Ihre Tochter 25 ist, wird Sie ihren Partner mit Ihnen vergleichen. Sie sind ihre erste Liebe.“**

**Meg Meeker**

Autoren „Starke Väter, starke Töchter“

sche Beziehung, von Geburt an“. Es sei wichtig, dass der Vater ein Mädchen als geistiges und auch als körperliches Wesen anerkennt. „Er soll ihr ruhig sagen, wie schön sie ist“, so Stefan über die „unschuldige Beziehung“.

Sandra Teml-Jetter fällt auf, dass „oft Mütter die Vater-Tochter-Beziehung untergraben, weil sie ein so inniges Verhältnis zwischen Vater und Kind nicht aushalten“. Als Mutter zweier Söhne und einer Tochter kann sie vergleichen: „Ich hatte bis zur Pubertät eine stärkere Beziehung zu meinen Söhnen und erst dann zu meiner Tochter Franziska. Aber ihre primäre



Bindungsperson bleibt Stefan.“ Auf die Frage nach der Besonderheit ihrer Beziehung zum Papa antwortet Franziska (13) sofort: „Wir reisen gerne zusammen. Das interessiert uns und es ist schön, Papa mal ganz alleine zu haben. Es ist etwas anderes, mit ihm zu reden als mit Mama.“

## Große Mädchen

In der Pubertät gehen die Emotionen hoch. „Entweder lieben

die Mädchen ihre Väter oder hassen sie – manchmal beides zugleich“, stellt Autorin Meeker fest. „Väter müssen auf der einen Seite streng und konsequent, auf der anderen Seite aber auch sanft und gütig sein und ihre Töchter so akzeptieren, wie sie sind. Das ist ein Balanceakt.“ Vor allem ihr Männerbild hat mit der Wahrnehmung der Tochter durch den Vater zu tun, berührt Meeker einen heiklen Punkt:



# kleine Prinzessin



„Jedes Mädchen, das im Playboy abgebildet ist, ist irgendeinmal Tochter. Wenn Sie nicht wollen, dass es Ihre Tochter ist, klären Sie sie auf, welche Folgen welches Verhalten haben kann. Jetzt mag Ihre Tochter Sie deswegen vielleicht hassen, aber später einmal wird Sie Ihnen dankbar sein.“ Sie rät im Sinne amerikanischer Teenie-Filme, dass Mädchen von zu Hause abgeholt werden und die Burschen

die Präsenz des Vaters erleben. „Wenn Freunde bei mir sind, ist es okay, wenn die Eltern fragen, wer das ist, aber dann sollen sie nicht alles überwachen“, stimmt Franziska zu. „Vertrauen ist sehr wichtig“, betont sie.

Das sieht ihr Vater ähnlich: „Ich kann mir nicht vorstellen, dass meine Tochter einen drogenstüchtigen Idioten mitbringt und ich einschreiten muss. Mit zwölf ist die Erziehung vorbei

und man kann nur noch ernten.“ Da widerspricht die Mutter: „Ich beobachte, dass Stefan bei seiner Tochter eine weiche Seite hat und ich die Dinge klar sehen muss. Bei meinem großen Sohn war das genau umgekehrt.“ Da müssten Erwachsene einander ausgleichen – und schauen, wo ihre eigene Angst liegt. Sandra: „Eltern haben eben eine stärkere Tendenz, ihre Tochter zu beschützen als ihre Söhne.“

**Für Väter ist die Beziehung mit Tochter oft eine Gratwanderung zwischen Liebe und Streit**

UW  
©