

Iwona Golonko

# TEŚCIOWA kontra SYNOWA

*czyli  
o trudnych  
relacjach  
między  
kobietami*



LU  
NA

# Wstęp

---

Wyniki badań przeprowadzonych w Japonii dowiodły, że kobiety żyjące w rodzinach wielopokoleniowych pod jednym dachem z teściową są trzykrotnie częściej narażone na choroby serca niż te, które mieszkają tylko z mężem. W Polsce podobnych badań nie przeprowadzono, wiadomo jednak, że u nas także role teściowej i synowej to bardzo trudne, a może nawet najtrudniejsze role rodzinne, bo nie ma dla nich jasnych wzorców zachowań. Trudno określić, kiedy dokładnie zaczyna się być teściową lub synową i kiedy ta relacja się kończy. Prawnie zależności z powinowatymi powstają w momencie zawarcia związku małżeńskiego, ale przecież coraz więcej par żyje w związkach nieformalnych, wychowuje w nich dzieci i nie widzi potrzeby ich legalizacji. Ponadto dzisiaj żyjemy coraz dłużej, rozwody są coraz powszechniejszym zjawiskiem, dlatego coraz więcej kobiet może mieć w ciągu życia nawet kilka teściowych. Można też mieć kilka synowych, mając tylko jednego syna. W świetle prawa rodzinna relacja z powinowatymi, czyli między innymi z teściami, z synowymi, z zięciami, nie ustaje w wyniku rozwodu czy innego powodu ustania małżeństwa, tylko trwa, nawet jeśli małżeństwo już nie istnieje. Relacja między

synową a teściową ma wiele trudnych i niejasnych aspektów, a te prawne to zaledwie wierzchołek góry lodowej.

Na początku jest to związek dwóch zupełnie sobie obcych kobiet, które łączy to, że obie są zazwyczaj silnie emocjonalnie związane z tym samym mężczyzną i najczęściej są przedstawicielkami dwóch różnych pokoleń. Mogą dzielić je różnice światopoglądowe, inne doświadczenia życiowe, inne wartości. Dorastanie w innych warunkach ekonomicznych i politycznych może wpływać na skrajnie różne przekonania co do ról kobiety i mężczyzny w małżeństwie oraz roli i obowiązków synowej i teściowej. Mogą mieć zupełnie inne podejście do wychowania dzieci, do dbania o rodzinę, do zarabiania i oszczędzania, do zdrowia, do własnego rozwoju i właściwie mogą różnić się w każdej kwestii.

W relacjach synowych i teściowych dostrzec można cały fascynujący wachlarz czynników wynikających z konfliktu pokoleń czy różnic kulturowych. Ciekawych zagadnień jest tu bardzo dużo, dlatego chcąc skupić się na jednym, najważniejszym dla mnie wątku, nie poruszam tematów obejmujących rolę i pozycję społeczną teściowej i synowej w innych kulturach, nie dokonuję podziału na różne typy teściowych pod względem funkcji, jakie pełnią, nie analizuję szczegółowo roli babci ani wpływu współzamieszkiwania w jednym domu na dynamikę relacji między synową a teściową. Skupiam się na różnych odcieniach relacji pomiędzy nimi. Ta książka pozwoli ci lepiej zrozumieć motywy i potrzeby tej drugiej kobiety – synowej lub teściowej – z którą jesteś w konflikcie i wobec której może narastać w tobie złość, gniew, żal. A przez to coraz trudniej zobaczyć ci w niej istotę ludzką, której możesz pomóc, pomagając jednocześnie sobie.

W tej książce wykorzystałam kilkaset różnych historii. Dotyczą relacji z matką, z teściową, z partnerem, z dziećmi. Są tu wspomnienia

z dzieciństwa, obecne wyzwania i prośby o pomoc. Niektóre z nich to wierne opisy prawdziwych sytuacji, inne lekko zmodyfikowałam, aby zapewnić ich bohaterkom anonimowość. Większość z tych opowieści powstała na podstawie moich notatek robionych w czasie sesji terapii indywidualnej i terapii par oraz sesji coachingowych. Kilka z nich otrzymałam w formie listów czy e-maili od uczestniczek grup wsparcia kobiet w mediach społecznościowych (m.in. Quarantine Outfitters Daily i Virtual Colleagues Daily). Wszystkim, które zechciały opisać mi swoje historie i podzielić się swoimi przeżyciami, jestem ogromnie wdzięczna za zaangażowanie i otwartość. Dziękuję.

Chociaż zwracam się często bezpośrednio do czytelniczki, do heteroseksualnej dorosłej kobiety – do teściowej lub do synowej, która pragnęłaby lepiej zrozumieć swoją relację z „tą drugą kobietą”, warto podkreślić, że również mężczyźni znajdują tu wiele cennych wskazówek i obszarów do refleksji. Każdemu, kto odczuwa negatywne skutki konfliktu między ważnymi dla niego kobietami, ta książka ma pomóc lepiej zrozumieć motywacje i zachowania – zarówno twoje, jak i kobiet, które cię otaczają. Nie tylko pozwoli ci zobaczyć to, co tak naprawdę dzieje się pomiędzy synową a teściową, ale także pomoże wnikliwiej przyjrzeć się ich potrzebom, zrozumieć motywacje i lęki. Bez względu na to, czy doświadczasz obecnie takich konfliktów, czy nie, oraz jaki jest (lub był) twój udział w nich, wierzę, że ta książka pomoże każdemu pozytywnie wpłynąć na bliskie relacje oraz na każdy obecny lub przyszły konflikt, by go zakończyć lub chociaż umiejętnie załagodzić.

Tę książkę napisałam z perspektywy synowej – bo to jest wspólne doświadczenie dorosłych heteroseksualnych kobiet – prawie wszystkie w ciągu swojego życia poznajemy zwykle przynajmniej jedną „jego matkę”. Wszystkie słyszymy historie o trudnych relacjach kobiet z ich obecnymi, byłymi lub przyszłymi teściowymi.

Opowiadają je nasze przyjaciółki, matki, ciotki, koleżanki. Często są to wątki wielu filmów, spektakli czy powieści. Choć zwykle bywają pełne stereotypów i uproszczeń, pokazują bardzo powszechne zjawisko, które przyczynia się do eskalacji konfliktów małżeńskich czy partnerskich oraz jest jedną z deklarowanych ważnych przyczyn rozwodów.

Starałam się pokazać meandry uczuć w systemie rodzinnym i poruszyć wiele ważnych dla dobrostanu związku wątków. Jednak moim głównym celem jest pomóc kobietom, które cierpią z powodu konfliktu z teściową lub synową, by umiały lepiej zrozumieć siebie nawzajem. A jeśli po lekturze tej książki uznasz, że poprawa tych relacji w twoim życiu jest możliwa, chcę ci pomóc zrobić pierwszy krok do zbudowania lepszej, zdrowszej relacji z tą drugą, tak ważną w życiu bliskiego mężczyzny kobietą: z twoją teściową lub synową.

Ostatni rozdział zawiera zadania, ćwiczenia i wskazówki do samodzielnej pracy. Są tam też sugestie rozwiązań konfliktów i sposoby reagowania. Ta część oraz dodatkowe ćwiczenia na stronie [www.tesciowa-kontra-synowa.eu](http://www.tesciowa-kontra-synowa.eu) mogą być szczególnie pomocne, jeśli jesteś obecnie w podobnej sytuacji.

listopad 2021