

نمادهای اسطوره‌ای

۹

روان‌شناسی زنان

(متن کامل)

کهن‌الگوهای قدرتمندی که درون زنان می‌زیند
(با مقدمه جدید ۲۰۱۴)

جین شینودا بولن

مینو پرنیانی



آشیان

فهرست مطالب

۹	قدردانی
۱۱	پیش گفتار: گفتاری از گلوریا اشتاینم
۱۷	مقدمه
۳۷	فصل اول: کهن‌الگوها یونانی
۵۳	فصل دوم: فعال کردن کهن‌الگوها
۶۵	فصل سوم: کهن‌الگوها دوشیزه
۷۹	فصل چهارم: آرتمیس
۱۱۷	فصل پنجم: آتنا
۱۵۷	فصل ششم: هستیا
۱۹۱	فصل هفتم: کهن‌الگوها آسیب‌پذیر
۱۹۹	فصل هشتم: هرا
۲۳۵	فصل نهم: دیمیتر
۲۷۱	فصل دهم: پرسفون
۳۰۳	فصل یازدهم: کهن‌الگوی کیمیاگر
۳۱۳	فصل دوازدهم: آفرودیت
۳۴۷	فصل سیزدهم: سیب طلایی
۳۶۵	فصل چهاردهم: قهرمان درون هر زن
۳۸۷	پیوست

پیشگفتار

کهن‌الگوها درون هر زن

هر زنی قهرمان زندگی و سکان‌دار رشد و پیشرفت خویش است. در مقام روانپزشک، صدها زندگی‌نامه را شنیده و دریافته‌ام که انسان‌ها ابعاد اسرارآمیزی دارند. برخی زنان هنگامی به دیدار روانپزشک و مشاور می‌روند که درمانده شده و یا عملکرد مناسبی ندارند، برخی هم خردمندانه درمی‌یابند که حالا وقتش رسیده که تغییر کنند. در هر دو حالت، به نظرم زنان خواهان کمک یک درمانگرند، درمانگری که به ایشان یاد دهد چگونه در زندگی شخصی خود قهرمان بهتری باشند. به این منظور، زنان باید انتخاب‌هایی آگاهانه داشته باشند، چون این انتخاب‌ها مستقیماً بر زندگی‌شان تأثیرگذار خواهد بود. معمولاً زنان از تأثیر قدرتمند فرهنگ بر خود غافلند، به همین ترتیب شاید از تأثیر قدرتمند ناخودآگاهی که بر عملکرد و احساسشان تأثیر می‌گذارد، بی‌خبر باشند. قدرت‌های اخیر را در لباس کهن‌الگوها یونانی به حضورتان معرفی کرده‌ام.

این الگوهای رفتاری یا کهن‌الگویی قدرتمند درونی، باعث تفاوت‌های بنیادین میان زنان هستند. مثلاً برخی زنان، برای آنکه از زندگی خود احساس رضایت کنند، می‌بایست که ازدواجی پایدار داشته باشند، یا بچه‌دار شوند. و هنگامی که آرزویشان برآورده نمی‌شود، دچار افسردگی و یا جنون می‌شوند. برای چنین افرادی، نقش‌های سنتی است که ارزشمند است. این زنان، با گروه دیگری که ارزشمندترین نقش را مستقل بودن و متمرکز شدن بر اهداف شخصی خود می‌دانند، و حتی گروه دیگری که خواهان صمیمیت عاطفی و کسب تجارب جدیدند و در نتیجه آدم‌ها و ارتباطات خود را مدام تغییر می‌دهند، تفاوت زیادی دارند. گروه دیگری از زنان هم هستند که تنها ماندن را ترجیح می‌دهند. زنایی