

A női kiteljesedéshez vezető út meghatározó állomásai

Dr. Antalfai Márta



Nőiség és fenntartható társadalmi egyensúly – Interdiszciplináris konferencia

Budapest, 2019. november 28.

A női kiteljesedéshez vezető út fázis-specifikus szakaszai

Az alábbi diások az archetipikus fejlődési szakaszokhoz kapcsolódó lelki történeteket művészeti alkotások kíséretével szemléltetik.

Az egyes fejlődési állomásoknál szereplő és azokat fémjelző *mesecímek* nem csak a nevüket kapták a mesék tipikus, többnyire közismert alakjairól, hanem maguk a **mesék is hozzájárultak egy-egy fejlődési szakasz feltárásához és megismeréséhez.**

Az egyes diákon **a baloldali képek** a hozzájuk társuló szöveggel az adott életszakaszban aktiválódó pszichés funkcióra, valamint az archetípusban rejlő, a fejlődést előmozdító kreatív képességekre hívják fel a figyelmet. Egyben a mesék üzenetét, pozitív végkicsengését is közvetítik.

A diák jobb oldalán jórészt ismert mitológiai szereplők illusztrálják az egyes fejlődési állomásokon való megrekedést, ami komplexusban ölthet testet.

Kisgyermekkor – Testvérkomplexus, az irigység archetípusa

Fejlődési lehetőségek

- Testvériesség, empátia, részvét
- énhatárok, én-erő, önvédelmi mechanizmus és önérvényesítés fejlődése
- árnyékos oldalunk megismerése



Megrekedés az életszakaszban

Káin és Ábel – megrekedés a testvérkomplexusban



- irigység, féltékenység
- „a szomszéd kertje mindig zöldebb”
 - agresszor és áldozat-kapcsolat

Kisiskolás kor – Okos lány archetípus

Fejlődési lehetőségek

- **Gondolkodó funkció fejlődése**
- teljesítmény-központúság
- pozitív önértékelés
- kompetencia-érzés



Megrekedés az életszakaszban

Athéne – a komplexus fogságában



- egyoldalú fejlődés
- teljesítmény-kényszer
 - állandó elismerés utáni vágy
- okossággal történő kompenzálás

Koraserdülő kor – Jószívű lány archetípus

Fejlődési lehetőségek

- **Érző funkció fejlődése**
- érzelmi élet kibontakozása
- szolgálat - az én alárendelődése
- empátia fejlődése
- *feladat: anyáról való leválás*



Megrekedés az életszakaszban

Perszephoné – a komplexus fogságában



- hasonulás veszélye
- gyermeki függőség
 - érzelmi élet egyoldalúsága

Megrekedés – a komplexus fogságában

- a szolgálat elhatalmasodik
- kihasználják vagy menekülnek tőle
- terhére van másoknak
- magára marad
- önismeret hiánya



Serdülőkor – Hófehérke archetípus

Fejlődési lehetőségek

- Intuitív funkció fejlődése
- befelé fordulás – inkubációs időszak
- belső világ felfedezése
- partnerideál megszületése



Megrekedés az életszakaszban

Perszephoné – a komplexus fogságában

- fél kilépni az életbe,
- elefántcsonttoronyban él
- fantázia-világba menekül



Későserdülő kor – Napleánya archetípus

Fejlődési lehetőségek

- **Érzékelő és gondolkodó funkció**
- **kiteljesedése**
- külső ragyogás
- külvilág meghódítása
- szingli archetípus
- küzdelem az apával
- *feladat: apáról történő leválás*



Megrekedés az életszakaszban

Arthemisz – a komplexus fogságában



- apával való hasonulás veszélye
 - függetlenségi „kényszer”
 - gyakorlati élet egyoldalúsága
- okossággal történő kompenzálás

Koraifjú kor – Vadrózsa archetípus

Fejlődési lehetőségek

- Intuitív és érző funkció kiteljesedése
- leválás a családról
- igazság keresése
- kivonulási vágy a társadalomból
- szembefordulás az adott korról
- egyéni identitás kiépülése



Megrekedés az életszakaszban

Elektra – a komplexus fogságában

- a külvilág szuperkritikus szemlélete
- az igazság bajnoka
- önmaga alakítása helyett családja feletti ítélkezés
- kívülállás, elidegenedés



Ifjúkor – Világszépe archetípus

Fejlődési lehetőségek

- **Érzékelő és érző funkció kiteljesedése**
- nőiség elfogadása
- kinyílás vállalása
- női identitás megerősödése
- helyes önértékelés



Megrekedés az életszakaszban

Hófehérke mostohája a „Világszépe” fogságában

- szeretné megállítani az időt
- nárcisztikus megszállottság
- túlzott önérvényesítés
- rivalizálás
- *hátterében*: önértékelési zavar



Ariadne - a komplexus fogságában



- önmaga megismerése és alakítása helyett mások megmentésén fárad
- túlzott anyáskodás
- *hátterében*: kisebbrendűségi érzés, nőiségében bizonytalan

Identitásváltozatok a fiatal felnőttkortól az életközépig

- *Az esküvőtől / pártalálástól az életközépig **párhuzamos identitás-lehetőségekkel** találkozhatunk. Ebben a mintegy negyed századot felölelő időszakban (kb. 25-47 éves kor között) több identitást is megélhet, ill. választhat a nő.*
- *Ezek az identitások önállóan is működhetnek az életében, de kapcsolódhatnak is: gyengítve vagy erősítve egymást.*
- *Aktiválódó archetípusok és identitás-lehetőségek (sorrendiség nélkül):*
 - **„királyi esküvő”**
 - **házasság, otthonteremtés**
 - **feleség-szerep, élettársi kapcsolat**
 - **anyaság**
 - **családanyaság**
 - **szakmai identitás és hivatás**
- *Sok esetben nehéz a választás - több identitás megélésére is erős a belső készletetés. **Ezért fontos a tudatos döntés és a sorrendiség felállítása!***

Fiatal felnőttkor - Menyasszony archetípus - a felnőttkorba lépés ősi rítusa

Fejlődési lehetőségek

- „holtodiglan-holtomiglan”
- a „virágba borulás” időszaka
- beteljesedtség-érzés
- elköteleződés, felelősségvállalás,
- intimitás



Megrekedés az életszakaszban

A komplexus fogságában



- „a házasság = királyi esküvő”
- esküvő = életre szóló boldogság
- a boldogság illuzórikus keresése

Identitás és hivatás-változatok fiatal felnőttkorban

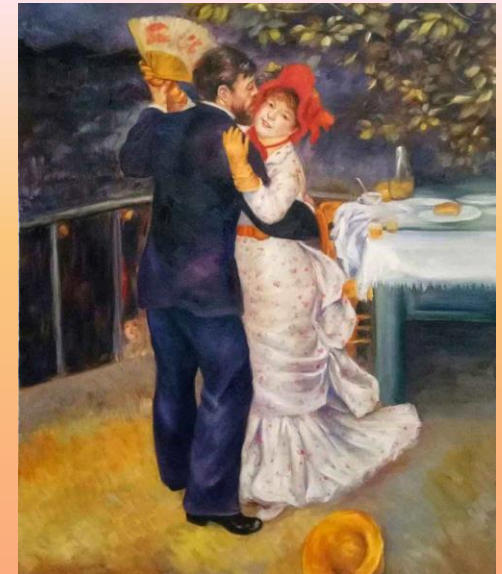
Szakmai hivatás



Anyaság



Párkapcsolat



*Egységbe integrált
női identitás*



*„... egy személyben te
Vagy mindenem nekem:
Lyányom, anyám, húgom,
Szeretőm, hitvesem!”
(Petőfi Sándor)*

Feleség-archetípus és komplexus

Fejlődési lehetőségek

- intimitás, egység
- a libidó, azaz az érzelmi energia megoszlik az én és a másik között
- együttes élmények
- közös célok
- felelősség egymásért



Megrekedés az életszakaszban

Héra - a komplexus fogságában



- alá-fölé rendelt kapcsolat
- féltékenység, bosszúállás
- párkapcsolati, ill. társfüggőség
 - fokozott birtoklási vágy

Anyaarchetípus és komplexus

– a nő testi-lelki transzformációja –

Mostoha archetípusa

- érzelmileg éretlen
- önmagára figyelő
- szakmájának élő
- gyermekét elhanyagoló
- kritikus, elutasító



„Elég jó anya” archetípusa

- tápláló, növesztő
- gondoskodó, ápoló
- elfogadó, türelmes
- támogató, gyengéd
- megbocsájtó
- összetartó
- áldozatra képes



Dr. Antalfai Márta: A női kiteljesedéshez vezető út..., 2019

Anyakomplexus

Déméter - a komplexus fogságában



- gyermekén csüngő
 - fojtó, visszatartó
 - fejlődést gátló
- rátelepedő, bekebelező

Családanya-archetípus és komplexus

Hesztia a családi tűzhely őrzője

- otthonteremtés
- harmóniára való törekvés
- indulatok, érzelmek kezelése
- türelem, nagylelkűség, melegség, odaadás
- az anya libidója megoszlik a családtagok között



Életközép-krízis

A komplexus fogságában



- félelem az „üres fészekből”
- csüngés a felnőtt gyermekén
- kapuzárási pánik
- elmagányosodás
- depresszió

A belső tűz feléled



Az életközép identitásai és komplexusa

Önmagára találás

- befelé figyelés
- a női misztikum felfedezése
- újjászülető energiák
- szellemi szárnyalás



Tanító-nevelő-segítő

- élettapasztalatok és ismeretek átadása
- szakmai kiteljesedés
- életcélá válik a közösség
- altruizmus, empátia
- odaadás mint örömforrás



Kapuzárási komplexus



- nőiségének a végét érzi
- negatív jövőkép
- értéktelenség érzés
- blokkolt energiák
- depresszió
- magány



Időskori női identitások – archetípusok és komplexusok

Bölcsesség archetípusa



Magna Mater

- alkotó, magvető
- szembenéző
- rálát az életre

spirituális
tanácsadó
szemlélődő
számvető



Anyós-meny komplexus

- elengedésre képtelen
- mások életében él
- féltékenység, rivalizálás
- irigység a fiatalabb nőkre
- fokozott birtoklási vágy
- pusztító indulatok



Öregedési komplexus



Boszorkány archetípusa

- önző, méregkeverő
- düh, bosszúvágy vezérli
- menekül az öregségtől és az elmúlástól

