

دیمیترا



بانوی مادر است. علاقه به مادر شدن و بچه بزرگ کردن دارد. زنی مهربان و فداکار است که فکر می کند باید دیگران را راضی نگه دارد و برای خوشی دیگران بسیار تلاش می کند. نگران بچه های خود است و ترس از دست دادن آنها را دارد. **ضعف:** فداکاری افراطی، ضعف در بیان نیازهای خود و ضعف در نه گفتن.

زنانی هستند که با مهربانی خود پذیرای دیگران هستند و تلاش می‌کنند دیگران را شاد و خوشحال کنند. آن‌ها بسیار احساساتی هستند، از احساسات دیگران بسیار تاثیر می‌پذیرند، با شادی دیگران شاد و با ناراحتی آن‌ها ناراحت می‌شوند. به کار منزل و کارهای هنری و خانگی علاقه دارند و دوستان با وفایی برای همسر، فرزندان و اقوام هستند. برای دیمیتر فرزند اولویت اول است.

نمای کلی دیمیتر^۱

نماد مادر بودن و غریزه مادری

نماد برکت و باروری

نماد غلات

نماد روزی‌دهندگی

نماد حاصلخیزی زمین

همسر زئوس

مادر پرسفون

۱ کلمات کلیدی مربوط به آرکی‌تایپ‌های مختلف از نظرات شینودا بولن اقتباس شده است.

عاشق بچه‌ها

مهربان و صمیمی

فداکار و باگذشت

غذا دادن به دیگران

نماد: زنی که خوشه‌ای گندم یا یک سیب در دست دارد و نماد روزی‌دهندگی است.

رسالت: مادر بودن مهم‌ترین نقش و عملکرد او در زندگی است و زندگی بدون داشتن فرزند را بی‌حاصل می‌داند. مادر بودن و نثار محبت مادری حتی به کودکانی که فرزند خودش نیستند، پرستاری کردن و کمک کردن به افرادی که نیاز به کمک دارند، همدردی و همدلی کردن با افرادی که نیاز به همدلی دارند نیز از رسالت‌های دیمیترا در زندگی است.

مهارت: مهارت همدلی

تمرکز: خانواده

ویژگی‌های کلی

دیمیترا نماد مادر بودن، برکت و باروری، روزی‌دهندگی، غلات و حاصلخیزی بود. دیمیترا به شکل زنی با پیراهنی بلند به تصویر کشیده شده با خوشه‌ای از گندم یا سیب در دست که نشانه برکت، بخشندگی و روزی‌دهنده بودن است. دیمیترا به‌عنوان نماد برکت و باروری، مسئول فراوانی در طبیعت است.

او مادر زمین است اما مادر همه قسمت‌های زمین نیست، بلکه مادر آن قسمتی است که حاصلخیز است و غذا تولید می‌کند. از آنجایی که دیمیترا نماد مادر بودن است؛ اولویت اول او در زندگی فرزندان‌ش هستند. زنی که دیمیترا در او قوی است، تمایل دارد مادر شود، زایمان را کار راحتی می‌داند و به راحتی زایمان



می‌کند، هنگام تولد اولین فرزندش طوری از فرزند مراقبت می‌کند (مثلاً طوری او را حمام می‌کند یا به او لباس می‌پوشاند) که گویی تاکنون چند فرزند بزرگ کرده است. برای این زنان تصویر در آغوش گرفتن فرزند و شیر دادن به فرزند زیباترین و متعالی‌ترین تصویر زندگی است.

برای زنان دیمیترا، فرزندان اولویت اول زندگی هستند، او زندگی خود را وقف فرزندانش می‌کند و اگر از زن دیمیترا بپرسند که به چه چیز افتخار می‌کند خواهد گفت فرزندانم و هیچ دستاورد دیگری را نام نمی‌برد.

منبع انرژی، شادی و رضایت دیمیترا در زندگی فرزندانش است، او از فرزندان خود انرژی می‌گیرد، به همین دلیل پس از رفتن فرزندان و تنها ماندن، دیمیترا حالت پژمردگی، بی‌انگیزه بودن و حتی افسردگی پیدا می‌کند، در این حالت او از سردرد، پادرد، کمردرد و... شکایت می‌کند. هنگامی که فرزندان دیمیترا اطراف او جمع می‌شوند دیمیترا شاداب و سر حال می‌شود و سردرد خود را فراموش می‌کند، مثلاً اگر یک روز تعطیل همه فرزندان دیمیترا در خانه او جمع شوند، مادر دیمیترا آن روز سر حال و شاد بوده، شروع به غذا درست کردن و پذیرایی از آنها کرده و ناراحتی خود را فراموش می‌کند. گزینه مادری دیمیترا فقط محدود به فرزندان خودش نیست، او می‌تواند برای کودکانی هم که فرزند خودش نیستند مادری کند، به همین دلیل فرزندان همسرش (که فرزند خود او نیستند) را مانند فرزند خودش بزرگ می‌کند و هیچ تفاوتی بین آنها و فرزندان خودش نمی‌گذارد، او حتی بین عروس و دخترش نیز تفاوتی قائل نیست و با عروس مانند دختر خودش رفتار می‌کند. معمولاً حسادت در آنها وجود ندارد، از شادی دیگران شاد شده و از ناراحتی دیگران ناراحت می‌شوند. با تمام همکاران و سایر زنان فامیل رابطه خوبی دارند، معمولاً نمی‌بینید دیمیترا کسی را برنجانند، کسی را آزار دهد و یا در حریم شخصی زندگی کسی کنجکاو می‌کند، او زنی است که

همه از او به مهربانی و ایثارگری یاد می‌کنند. تنها جایی که ممکن است حسادت کند، حسادت نسبت به داشتن فرزند است. در دوران پیری نیز اگر فرزندش از او دور باشد نسبت به زنانی که فرزندشان به آنها نزدیک است حسادت می‌کند. اگر فرزندش به طور طبیعی نیز سقط شود دیمیترا بسیار غمگین شده و امکان دارد افسرده شود. داشتن فرزند آنقدر برای دیمیترا مهم است که ممکن است در شرایط نامناسب زندگی مانند اعتیاد همسر، عدم تفاهم با همسر، مشکلات اقتصادی و... نیز صاحب فرزند شود، در حالی که زنان منطقی مانند آتنا و آرتیمیس در چنین شرایطی صاحب فرزند نمی‌شوند. میزان تمایل و علاقه به داشتن فرزند در آنها به حدی است که اگر فرزندی نداشته باشند در سنین میانسالی افسرده می‌شوند و فکر می‌کنند زندگی آنها بی‌نتیجه و بی‌ثمر بوده است. دیمیترا اگر به هر دلیلی صاحب فرزند نشود یا فرزندش (مثلاً به دلیل ازدواج) از او دور شود دوره افسردگی می‌شود و احساس می‌کند زندگی‌اش خالی و پوچ شده است.

اگر صحبت‌های زنان دیمیترا که افسرده شده‌اند را بشنویم آنها معمولاً از گذشت، فداکاری و احساس پوچی که بعد از رفتن فرزندانشان دارند سخن می‌گویند. احتمال زیادی وجود دارد که زنان دیمیترا به "افسردگی آشیانه خالی" مبتلا شوند؛ این افسردگی در زنانی که زندگی خود را وقف فرزندانشان کرده‌اند و اکنون فرزندان او را ترک کرده‌اند، دیده می‌شود.

دیمیترا باید از قبل بداند که مستعد ابتلا به "افسردگی آشیانه خالی" است تا بتواند برای بعد از رفتن فرزندان خود برنامه‌ریزی کرده و زندگی‌اش را تنها به فرزندان گره نزند. دیمیترا همیشه نگران فرزندانش است و اگر فرزند خود را از دست بدهد هرگز با مرگ فرزند (حتی پس از ده یا بیست سال) کنار نمی‌آید. مادرانی که به مدت ده یا بیست سال هر روز سر قبر فرزند خود می‌روند یا



مادرانی که در محل قبر فرزند خود زندگی می‌کنند نمونه‌ای از این ویژگی دیمیترا هستند. باید این نکته را در نظر داشت که حدود سنین پیری اگر دیمیترا فرزندی داشته باشد که با او زندگی می‌کند، به او وابسته شده و به دلیل ترس از تنها ماندن ممکن است مانع ازدواج فرزندش شود.

غذا دادن به دیگران یکی دیگر از ویژگی‌های بارز زنان دیمیترا است. او نگران غذا خوردن فرزندش است و اگر فرزندش بدون صبحانه به مدرسه برود تا بازگشت فرزندش مدام نگران غذا نخوردن اوست. میز صبحانه و سفره نهار همیشه آماده، از ویژگی دیمیتراهاست. وقتی کسی به منزل آنها می‌رود، دوست دارند به او غذا و خوراکی بدهند. اگر مهمان میلی به غذا خوردن نداشته باشد، دیمیترا با اصرار می‌خواهد به او غذا بدهد و اگر مهمان میلی به خوردن نداشته باشد، دیمیترا ناراحت می‌شود. اگر ترشی یا مربا درست کند آن را بین همه تقسیم می‌کند یا در ایام عید با اصرار فراوان به دیگران عیدی می‌دهد. نسبت به دیگران دست و دل‌باز است و در اصطلاح عامیانه می‌گویند دست او برکت دارد چون با رضایت قلبی و با انرژی مثبت چیزی را به دیگران می‌دهند، این ویژگی بارز دیمیترا به‌عنوان نماد برکت است. این زنان صبور، فداکار، باگذشت، پایبند به انسان‌ها و اصول اخلاقی هستند. غیبت نمی‌کنند، تهمت نمی‌زنند و در حریم خصوصی دیگران وارد نمی‌شوند.

همیشه در حال سرویس دادن به دیگران هستند به همین دلیل بیشتر اطرافیانشان مانند همسر، فرزند و یا خواهر و برادر در انجام کارهای منزل مسئولیت‌پذیر نیستند. مثلاً در بسیاری از مواقع دختر یا پسری که مادر دیمیترا دارد، یاد نگرفته است که کارهای شخصی خود را انجام دهد (تختش را مادر مرتب می‌کند، لباسش را مادر اتو می‌زند). دیمیتراها دوستی‌های پایداری با زنان شبیه خود (زنان دیمیترا) دارند و هنگام ناراحتی یا داشتن مشکل به‌دنبال

حمایت عاطفی دوستان و خانواده خود هستند. هنگام ناراحتی یا بیماری دیگران، با آغوشی آرام‌بخش آن‌ها را تسلی می‌دهند، به درد دل دیگران گوش می‌کنند و با دیگران همدلی یا همدردی می‌کنند. در زمینه‌های مالی با همسر همکاری می‌کنند و زنان ولخرجی نیستند، درآمد آن‌ها هر چقدر که باشد می‌توانند زندگی را بچرخانند و پس انداز کنند.

تمرکز دیمیترا در زندگی بر جنبه خانوادگی است، به همین دلیل از توانایی‌های خود (مانند خیاطی، آرایشگری، بافتنی و...) در جهت کمک به خانواده استفاده می‌کند و به جنبه درآمد زایی آن خیلی توجه نمی‌کند. مثلاً اگر دیمیترا تا حدی آرایشگری بلد است از آن در جهت کمک به خانواده (رنگ کردن موهای مادر و خواهر خود) استفاده می‌کند و به این نکته که آرایشگری را حرفه‌ای یاد بگیرد و از آن کسب درآمد کند توجه جدی نمی‌کند یا اگر در بافتنی مهارت دارد برای خانواده خود لباس می‌بافد اما معمولاً به دنبال کسب درآمد از این راه نیست. دیمیترا تمرکز بر جنبه‌های شخصی زندگی غافل است و وقتی به سنین بالا برسد خلا تمرکز بر جنبه‌های شخصی را حس می‌کند و از خود می‌پرسد: چرا از خودم گذشتم؟ چرا به سلامتی خودم اهمیت نداده‌ام؟ چرا به خودم بی‌توجه بودم؟ دیمیترا رازدار و قدرشناس هستند؛ اگر برای آن‌ها درد دل کنید صحبت شما را جایی بازگو نمی‌کنند، اگر کسی در حق آن‌ها کاری انجام دهد سعی در جبران کردن دارند و همیشه قدردان محبت‌های دیگران هستند.

زنان دیمیترا توان نه گفتن و توان دفاع از حق خود را ندارند و به همین دلیل خشم درونی در آن‌ها شکل می‌گیرد. معمولاً این زنان در میانسالی دچار فرسودگی، پژمردگی، فشار خون، کمر درد و... می‌شوند. آن‌ها معمولاً دوران سرکشی و یا دوران افسردگی دارند؛ این دوره‌ای است که دیمیترا از سرویس دهی، گذشت و محبت‌های یک‌طرفه خسته می‌شود و به این نتیجه می‌رسد که



چرا از خودم گذشته‌ام؟ چرا اینقدر سرویس‌دهی کرده‌ام؟ چرا به خودم بی‌توجه بوده‌ام؟ دیگر نمی‌خواهم توجه و گذشت یک طرفه بکنم، دیگر نمی‌خواهم سرویس دهی کنم، در این حالت دیمیترا یا سرکش و غرغرو می‌شود و یا وارد حالت افسردگی می‌شود. ممکن است با خود فکر کند می‌خواهم به فکر خودم باشم، سعی می‌کند به فکر خودش باشد و به دنبال آرزوهایش برود.

دیمیتراها در فضای گذشته زندگی می‌کنند و امیدواری به آینده در آن‌ها کم است، اگر شکست کاری، مالی یا عاطفی بخورند زمانی طول می‌کشد تا به حالت عادی برگردند. اگر شکستی بخورند یا چیزی را از دست بدهند به جای تمرکز بر پیدا کردن راه حل، شروع به غصه خوردن می‌کنند. جسارت‌های اجتماعی، استقلال فردی، عزت نفس و اعتماد به نفس باید در آن‌ها تقویت شود. توان نشان دادن توانایی‌های خود در دیمیتراها ضعیف است و به همین دلیل جایگاه آن‌ها در محیط کار از استعداد و توانایی آن‌ها کمتر است.

دیمیتراها مستعد ابتلا به طرح‌واره‌های ایثار، اطاعت، آسیب‌پذیری و طرد شدگی هستند (به انتهای کتاب قسمت طرح‌واره‌ها مراجعه شود) و در سنین بالا (در دوران پیری) ممکن است به طرح‌واره وابستگی نیز مبتلا شوند. در دوران پیری اگر فرزندان همه خوشبخت باشند و نزدیک او زندگی کنند زن دیمیترا شاد و سرحال است، اما اگر در جوانی با مردی سلطه‌طلب زندگی کرده باشد، فعالیت‌های اجتماعی و رفت و آمد او با دوستانش محدود شده باشد و در دوران پیری فرزندان نزدیکش نباشند یا فرزندان خوشبخت نباشند، زنی افسرده و ناامید است. مادرخواندگی یا مراقبت از کودکان باعث می‌شود تا پس از اینکه فرزندان دیمیترا او را ترک کردند، بتواند عشق مادرانه خود را نثار کودکان دیگر کند و حلقه حمایتی و عاطفی داشته باشد.

اشتباهات دیمیترا در قبال فرزندانش

۱- احساس گناه را به فرزندانش القا می‌کند؛ فرزند همیشه دیده که مادر زندگی‌اش را وقف او کرده و از خودش گذشته است، بنابراین در بزرگسالی این ذهنیت را پیدا می‌کند که مادرم زندگیش را وقف من کرده است و من نتوانستم جبران کنم. کاش مادرم بیشتر به خودش توجه کند و بیشتر استراحت و تفریح کند. در واقع فرزند سعی می‌کند جوانی از دست رفته مادر را به نوعی جبران کند و مادر را به سمت لذت بردن از زندگی سوق دهد.

۲- توان نه گفتن و توان دفاع از حق خود را در فرزندانشان کاهش می‌دهد. کسانی که مادر دیمیترا داشته‌اند، احتمالاً برایشان پیش آمده که در مدرسه با همکلاسی یا دوستشان مشکلی پیدا کنند، وقتی مادر دیمیترا از این مساله مطلع می‌شود بدون توجه به اینکه حق با کیست به فرزند خود می‌گوید: "اشکالی ندارد، تو چیزی نگو، تو با مردم خوب باش". مادر دیمیترا به شما تلقین کرده که چه حق با شما باشد و چه حق با شما نباشد، شما گذشت کنید و این امر باعث می‌شود در بزرگسالی توان نه گفتن و توان دفاع از حق خود در فرزند کاهش یابد. افرادی که مادر دیمیترا داشته‌اند، احتمالاً در دوران نوجوانی و یا ابتدای دوران جوانی رگه‌هایی از کمبود توان دفاع از حق خود را داشته‌اند.

۳- احساس بدشانسی را به فرزندانشان تلقین می‌کند؛ احساس خوش شانس بودن یا بد شانس بودن احساسی است که از مادر به فرزند منتقل می‌شود. وقتی فرزند می‌بیند مادر زندگی خیلی راحتی نداشته و... به این باور می‌رسد دنیا مکان امنی نیست، دنیا مکانی نیست که من را به خواسته‌هایم برساند و به مرور با تاثیرپذیری از سبک زندگی مادر، فرزند



به این باور می‌رسد که خوش شانس نیست و سایر مردم از او خوش شانس‌تر هستند.

۴- همیشه نگران فرزندانشان هستند. مثلاً ممکن است فرزند آنها ۳۰ یا ۴۰ سال داشته باشد ولی باز هم نگران غذا خوردن یا بیمار شدن (مثلاً سرما خوردن) فرزندشان هستند.

۵- ضعف و همچنین مشکلات شخصیتی و رفتاری فرزند را واقع‌بینانه نمی‌بیند. مثلاً اگر فرزندش اضافه وزن داشته باشد باز هم به فرزند می‌گوید تو چاق نیستی یا اگر فرزندشان معتاد باشد می‌گویند معتاد نیست یا ترک می‌کند و خوب می‌شود.

۶- همیشه در این هراس هستند که نکند واقعه ناگواری برای فرزندانشان رخ دهد. نکند فرزندشان ربوده شود، نکند تصادف کند و... و برای رفع نگرانی خود فرزندش را از رابطه با دیگران بر حذر می‌دارد. مثلاً فرزند را از رابطه صمیمانه با دوستانش بر حذر می‌دارد چون می‌ترسد دوستان فرزندش آسیبی به او برسانند.

۷- ممکن است فرزند آنها در سنین نوجوانی یا حتی جوانی قادر به غذا درست کردن، اتو کردن لباس و سایر کارهای شخصی خود نباشد، چون همیشه مادر این کارها را انجام داده است.

شغل و رشته‌ی تحصیلی

ریاضی: معماری، طراحی دکوراسیون داخلی برای دیمیتراها مناسب است. دیمیتراها گزینه‌های مناسبی برای رشته‌هایی مانند برق، مکانیک، مهندسی پزشکی، صنایع، کامپیوتر، عمران و... نیستند.

تجربی: پرستاری، مامایی، پیرا پزشکی، توانبخشی. دیمیترها پرستاران بسیار خوبی هستند، آنها در منزل نیز پرستاران بسیار خوبی هستند و اگر کسی از اعضای خانواده بیمار شود به خوبی از او مراقبت می‌کنند.

انسانی: ادبیات، روانشناسی، مشاوره، مددکار اجتماعی و تا حد کمتری حسابداری. دیمیترها گزینه مناسبی برای رشته‌هایی مانند حقوق، مدیریت بازرگانی، مدیریت صنعتی، مدیریت تبلیغات و علوم سیاسی نیستند.

هنر: خیاطی، بافتنی، آرایشگری و گریم، آشپزی، سفره آرایی، موسیقی، طراحی سفره عقد و...

ورزش: ورزش‌های مرتبط با یوگا و مدیتیشن برای آنها مناسب است. سایر رشته‌های ورزشی مانند ورزش‌های رزمی، کوهنوردی، تیراندازی و... به‌عنوان حرفه اصلی دیمیترا توصیه نمی‌شود.

دیمیترا الهه مادر است و رابطه بسیار خوبی با کودکان دارد. این افراد بهترین گزینه برای کار در حوزه‌های کودکان هستند. معلم دبستان، مربی مهد کودک، پرستار کودک، روانشناسی کودک، استعداد یابی کودک، قصه گویی کودک، مجری برنامه کودک، کار در شیرخوارگاه و مراکز نگهداری معلولان ذهنی یا جسمی (دیمیترا می‌تواند برای کودکی که فرزند خودش نیست مادری کند)، کار در موسسات خیریه، پرستاری و مددکاری اجتماعی (دیمیترا به کسانی که نیاز به کمک یا پرستاری دارند کمک می‌کند) برای آنها مناسب است.

دیمیترا باید کار نیمه وقت داشته باشد یا کارش طوری باشد که ساعات طولانی کار نکند چون می‌خواهد وقت کافی برای بودن در کنار خانواده را داشته باشد. انتقاد به دیمیترا در محیط کار باید انتقاد احساسی باشد. او جایگاه زن و مرد را جدا می‌داند و به طور ناخودآگاه در محیط‌های مردانه دیمیترها مدیر



نیستند، اما در محیط‌های زنانه ممکن است مدیر باشند مانند مدیر مدرسه، مدیر آرایشگاه یا مدیر کارگاه خیاطی و...

دوران کودکی

دختران دیمیترا در دوران کودکی ویژگی‌های زیر را دارند:

راحت از مادر جدا نمی‌شوند و اگر وارد محیط جدید شوند، طول می‌کشد تا از آغوش مادر جدا شده و با افرادی که در جمع هستند بازی کنند. محتاط هستند و هنگام بازی راحت وارد استخر توپ یا استخر شنا نمی‌شوند.

اسباب بازی‌هایشان را خیلی خوب نگه می‌دارند (در بزرگسالی نیز وسایل منزل خود را خیلی خوب نگه می‌دارند) و با عروسکشان مثل بچه رفتار می‌کنند. ممکن است راحت به مهد کودک نروند چون راحت از مادر جدا نمی‌شوند. در دوران کودکی به شدت لمسی هستند، مدام به مادر می‌چسبند و دوست دارند کنار مادر بخوابند. بچه‌های آرامی هستند، کم حرف هستند، شیطنت‌های خطرناک ندارند و می‌توانند مدت طولانی با عروسک‌ها و اسباب بازی‌های خود بازی کنند.

در کودکی توان نه گفتن، توان دفاع از حق خود، اعتماد به نفس و عزت نفس، استقلال فردی و اقتصادی، مهارت‌های کلامی و رفتار جرات‌مندانه را باید در آن‌ها تقویت کرد.

اگر دیمیترا پدری مهربان و تایید کننده داشته باشد اعتماد به نفس پیدا کرده و دید مثبتی نسبت به مردان پیدا می‌کند اما اگر دیمیترا در خانواده پدر سالار یا با پدری سرزنشگر رشد کند که ترس را در فرزندانش نهادینه کرده باشد، یا پدری ضعیف داشته باشد که اعتماد به نفس را به او نداده باشد، در بزرگسالی دختری بی‌اعتماد به نفس خواهد بود.

روابط عاطفی

زنان دیمیتر در روابط عاطفی مورد توجه مردانی هستند که به دنبال زنان مادر گونه، سازگار، دارای هنر خانه‌داری و دستپخت خوب هستند. دیمیتر پس از ازدواج ترجیح می‌دهد یا سر کار نرود و یا کار نیمه وقت داشته باشد، زیرا دوست دارد زمان کافی برای خانواده خود داشته باشد.

به راحتی حرف طرف مقابل را باور می‌کند، حتی اگر مرد به او وعده‌های اغراق آمیز بدهد، به همین دلیل احتمال فریب خوردن آن‌ها در روابط عاطفی وجود دارد. دیمیترها احساسی هستند و در روابط عاطفی ممکن است قبل از شناخت منطقی طرف مقابل، از نظر احساسی به او وابسته شوند (قبل از این که رابطه از نظر منطقی شکل بگیرد وارد احساس می‌شوند). اولویت دیمیتر در روابط احساسی توجه و حمایت می‌باشد، اگر توجه و حمایت زیادی از طرف مقابل دریافت کند، از نظر احساسی به آن شخص وابسته می‌شود و مسائل منطقی (مانند اینکه این فرد شغل مشخصی ندارد، موقعیت مالی مناسبی ندارد، تحصیلمکرده نیست و...) را در نظر نمی‌گیرد.

لمسی و شنیداری هستند، به شدت نیاز دارند که همسرشان آن‌ها را بغل کرده، نوازش کند و ابراز محبت کلامی داشته باشد. زودرنج هستند اما وقتی ناراحت می‌شوند ناراحتی خود را بروز نمی‌دهند. انتقاد به دیمیترها چه در روابط عاطفی و چه در محیط کار باید انتقاد احساسی باشد. دیمیترها زنان روزهای سخت زندگی هستند و اگر محبت و توجه ببینند در شرایط بی‌پولی، بیکاری، بیماری و... کنار مرد باقی می‌مانند. آن‌ها به راحتی طلاق نمی‌گیرند خصوصاً اگر فرزند داشته باشند. آن‌ها در ناخودآگاه خود تفاوت جایگاه زن و مرد را در زندگی مشترک می‌پذیرند، به همین دلیل مردانی به سمت دیمیتر جذب می‌شوند که جنبه مادرانه دیمیتر را دوست دارند (مانند مردان آرس و پوزیدون).



اگر دیمیترا با مردانی سلطه‌طلب ازدواج کند، به خاطر سرویس دهی، عدم توان نه گفتن و پایین بودن توان دفاع از حق خود، مرد او را محدود کرده و شرایط سختی پیدا می‌کند. دیمیترا در این شرایط، امیدش بزرگ کردن فرزندانش است و با بزرگ شدن فرزندان یک حلقه حمایتی عاطفی با فرزندانش تشکیل می‌دهد و از نظر عاطفی از همسر دور می‌شود. اگر همسرش فرزند داشته باشد به راحتی فرزندانش همسرش را می‌پذیرد و با آنها مانند فرزند خودش رفتار می‌کند ولی این برایش کافی نیست و می‌خواهد خودش نیز صاحب فرزند شود. دیمیترا می‌خواهد فداکاری‌ها و از خود گذشتگی‌هایش دیده شود و قدر او را بدانند، معمولاً در زندگی مشترک شکایتش این است: "قدرم را نمی‌دانند، فداکاری‌های مرا نمی‌بینند، به خاطر دیگران از خودم گذشتم اما قدر گذشت من را نمی‌دانند".

دیمیترا باید آرکی تایپ‌های آتنا، آفرودیت و هرا را در خود تقویت کند. آرکی تایپ آتنا به دیمیترا جسارت اجتماعی می‌دهد تا بتواند استقلال فردی و اجتماعی داشته باشد، آرکی تایپ آفرودیت باعث می‌شود دیمیترا به فکر سلامتی، جوانی و ظاهر خود باشد (به قسمت آتنا و آفرودیت مراجعه شود) و آرکی تایپ هرا باعث می‌شود دیمیترا بتواند در جامعه از حق خود دفاع کند و سیاست‌های زنانه در او تقویت شود.

داستان اسطوره‌ای

دیمیترا اسطوره‌ای با موهای طلایی است که خوشه‌ای گندم یا سیب‌زمینی در دست دارد. او اسطوره برکت، باروری و غلات است و باعث فراوانی در طبیعت می‌شود. او پس از هستیا بخشاینده‌ترین آرکی تایپ است. در یونان باستان زنانی که می‌خواستند باردار شوند؛ کشاورزان یا باغدارانی که می‌خواستند زمین کشاورزی یا باغ آنها محصول

بیشتری بدهد؛ دامدارانی که می‌خواستند دام‌های آن‌ها زاد و ولد بیشتری داشته باشد، برای معبد دیمیترا هدیه می‌بردند تا دیمیترا برکت و باروری بیشتری به آن‌ها ارزانی کند. از بین آرکی تایپ‌ها، پرسفون دختر دیمیترا است؛ نماد دختری بدون سیاست و درایت زنانه که تحت تربیت مادر دیمیترا است.

چالش‌های دیمیترا

دیمیترا احساس می‌کند از خواسته‌های خود گذشته‌اند و قربانی شرایط و آدم‌ها شده‌اند. احساس می‌کنند قدرتی برای تغییر شرایط ندارند و این امر ممکن است به افسردگی آن‌ها منجر شود. از آنجا که توان نه گفتن و توان دفاع از حق خود در آن‌ها پائین است فکر می‌کنند هر درخواستی را باید برآورده کنند.

آن‌ها خشم و ناراحتی خود را فرو می‌خورند و ممکن است این خشم به صورت علائم جسمانی مثل کمردرد و پادرد خود را نشان دهد. بعد از مدتی ممکن است آنقدر ناامید شوند که دیگر معنایی برای زندگی خود نداشته باشند. دیمیترا خشم و ناراحتی درونی زیادی دارد؛ برای رها کردن او از این احساسات باید به او احترام گذاشته شود، از او قدردانی و حمایت شود و شرایطی فراهم شود که او احساساتش و حتی خشمش را بیان کند.

دیمیتزر در کارگاه شخصیت‌شناسی

من در یک شرکت تولیدی کار می‌کردم. کارم را به خوبی انجام می‌دادم ولی هرگز توانمندی‌های من به چشم نمی‌آمد. در منزل هم به همین صورت بودم، تمام تلاشم را برای رفاه همسر و فرزندانم به کار می‌بردم اما هرگز از قدردانی همسر یا فرزندم بهره‌مند نمی‌شدم. در محیط کار یا اجتماع توان دفاع از حق خودم را نداشتم و می‌ترسیدم اطرافیان من را طرد کنند.

بعد از حضور در کارگاه شخصیت‌شناسی و فهمیدن تیپ شخصیتی خودم و شناخت ضعف‌ها و قوت‌های خودم متوجه شدم که باید تغییراتی در رفتار خودم ایجاد کنم. من متوجه شدم باید اعتماد به نفس، عزت نفس، رفتار جرات‌مندانه و مهارت دوست داشتن خود را در خودم تقویت کنم. به خودم گفتم نیازی نیست برای راضی نگه داشتن دیگران از تمام خواسته‌های خود دست بکشی. همسر و فرزند عزیز هستند ولی خود من هم نیازهایی دارم و چون برآورده نمی‌شوند رو به افسردگی پیش می‌روم. بعد از آن شروع به انجام تمریناتی کردم که در کارگاه شخصیت‌شناسی یاد می‌گرفتم. اعتماد به نفس و عزت نفس خود را بالا بردم، مهارت دوست داشتن خود و رفتار جرات‌مندانه را تقویت کردم، بیشتر از قبل به خودم توجه می‌کردم و در محل کار هم یاد گرفتم از حق خودم دفاع کنم. جالب است که اکنون اطرافیانم محبت بیشتری به من می‌کنند و خودم نیز زن شادتر و خوشحال‌تری هستم.

دوره‌های آموزشی لازم برای آرکی تایپ دیمیترا

دوره‌های افزایش اعتماد به نفس و عزت نفس

دوره هوش کلامی و تقویت رفتار جرات‌مندانه

دوره تقویت هوش‌های ده‌گانه (هوش اجتماعی، هوش سیاسی، هوش هیجانی و...)

دوره مدیریت تغییر

دیمیتراها باید تمرینات مربوط به طرح‌واره‌های ایثار، آسیب‌پذیری، اطاعت،

طردشدگی و وابستگی را انجام دهند.