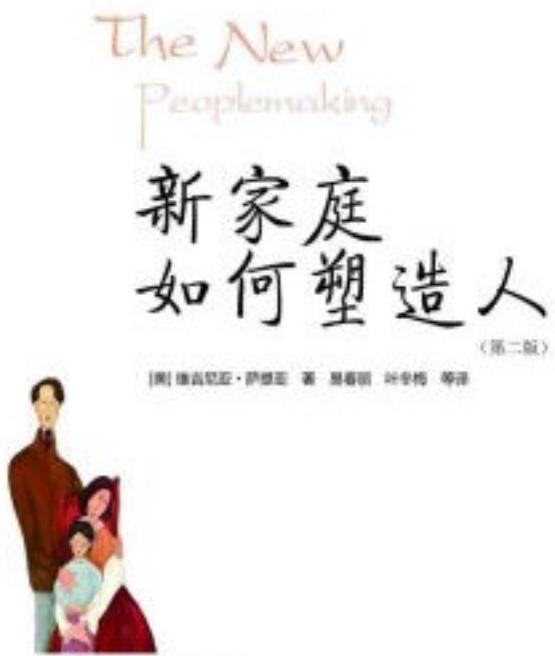


# 新家庭如何塑造人（第二版）

“世图心理”萨提亚家庭治疗系列



[新家庭如何塑造人（第二版）\\_下载链接1](#)

著者:〔美〕维吉尼亚·萨提亚著

出版者:世界图书出版公司

出版时间:2018-11

装帧:平装

isbn:9787519251482

本书是萨提亚的经典著作之一，是家庭治疗的开山之作，更是家庭关系调适与完满人格塑造的典范指南。作者在书中清楚地分析人在家庭所经历的成长和蜕变，从中探讨人如何建立自我价值、人际沟通及生活模式，同时透过作者匠心独运的举例和说明，倡导如何沟通思想、如何作好家庭工作与组织关系，以及如何发展更健全的人格。它不仅是家

庭治疗师、心理咨询师和社工人员的专业用书，更是每个渴望家庭和谐、自身成长的人的必读书籍。本书第一版即销售逾70万册，被翻译成12种语言出版。正如萨提亚本人所说：“我写这本书的希望是帮助我们每个人获得成为和谐的人的权利和义务。书中所展现的经验和榜样会引导我们用创造性的方式去理解彼此、关爱自身和他人，为孩子提供一个让他们得以发展出力量和完满人格的基础。”

## 作者介绍：

维吉尼亚·萨提亚（1916—1988），家庭治疗创始人，国际著名心理治疗师。美国著名的《人类行为杂志》（Human Behavior）称她为“每个人的家庭治疗大师”。她被誉为“二十世纪Most有影响力的五位治疗师之一”，是西方世界评价更高的前十位治疗师中仅有的女性。

## 目录: 第一章 绪论

- 第二章 你拥有怎样一个家庭
- 第三章 自我价值——被忽视了的罐子
- 第四章 自我价值——个人力量的源泉
- 第五章 你自己的曼陀罗
- 第六章 交流——诉说与倾听
- 第七章 交流的模式
- 第八章 沟通游戏
- 第九章 你所遵守的游戏
- 第十章 系统：开放的还是封闭的？
- 第十一章 夫妻：家庭的建筑师
- 第十二章 特殊家庭
- 第十三章 你的家庭图
- 第十四章 蚯蚓罐头在活动
- 第十五章 家庭蓝图
- 第十六章 家庭蓝图的一些基本要素
- 第十七章 家庭工程
- 第十八章 延伸家庭
- 第十九章 生命周期
- 第二十章 青少年
- 第二十一章 积极的二人关系
- 第二十二章 灵性
- 第二十三章 晚年
- 第二十四章 在更大的社会中的家庭
- 第二十五章 内在的和平，彼此间的和平，群体间的和平
- 第二十六章 未来家庭
- · · · · (收起)

[新家庭如何塑造人（第二版）](#) [下载链接1](#)

## 标签

家庭治疗

家庭

心理学

心理治疗

美国

心理

待收

待下载

评论

我感觉很多心理科普书的问题都在于一点：急于把当下最正确而有效的理论成果普及给大众，却忽视了如何学习操作这个过程。由此造成的一个局面就是内容太过繁杂啰嗦，而且令人有一种“我早知道”的感觉【不光心理学，很多理论研究都是用一套复杂而严谨的实验过程，来证明一个已为大众所熟知的话语或者理论】。这就有点类似于“脚踏实地”这种话语，经过一个充分的实证研究，再告诉大众，他们也不会觉得多么了不起，因为差的不是认知上的，而或许在于如何把已有的认知操作化。

不过话说回来，想要完成一本真正的心理类工具书矛盾在于它又必须是模糊操作过程的，因为个体都是独特的，固定的操作并不具备普适性。那回到操作这点上来看，可能也只能从真正有效的心理咨询和个人生活调整入手了。

---

也是老板买的书，断断续续看了好久，跟上一本萨提亚有类似的地方，看得更囫囵吞枣。但是里面的内容还是有用的，觉得有了小孩之后可以再看看

---

[新家庭如何塑造人（第二版）](#) [下载链接1](#)

书评

《新家庭如何塑造人》想独占揭示了家庭系统中人的成长及相互之间的影响。如果你喜欢下面这首小诗，就会喜欢萨提亚的这本经典：我是我自己 我就是我。在这个世界上，没有一个人完全像我。有一些人某些部分像我，但没有一个人完全和我一模一样。所以，一切出自于我的...

---

---

机缘巧合之下，在打算进入婚姻生活的时刻遇到了这本书，加上经历了本硕7年心理学的学习，再翻看这本书时，既让我想起以前课本上的知识，又让我回忆起和R同学生活的一些点滴。觉得这本书还真是不错，想要推荐，适合人群，希望对家庭关系有更深了解的读者，以及希望改善现有家庭...

---

写的挺好的。  
看这本书是因为看到有网友在论坛提到如何提高自我价值感。最近很喜欢这个词，并一再觉得，这一切的根源。  
虽然在看书的过程中，有些觉得不够过瘾，可能就像前面有朋友评论过的，不如实录那么清楚吧（看来我该看看实录去），但是平和的字句中有很多值得一读再读...

---

作为家庭治疗的一大流派，萨提亚在家庭治疗中发挥着不可磨灭的作用。在这样一个国度，家庭，尤为的重要。原生家庭对人的影响，已经远远超出了我们所能想到的。  
萨提亚中心常年开设各大师萨提亚课程。欢迎喜欢萨提亚的同学一起探讨，交流，认识更多萨提亚的朋友，发...

---

大家早上好，欢迎打开剽悍晨读，每天进步一点点，坚持带来大改变。今天是2017年9月17日，我们要给大家分享的书叫《新家庭如何塑造人》。  
我们做过最蠢的事情，大概就是把最好的脾气给别人，而把最坏的脾气留给了家人。有时候，我们是在无意中伤害到了家人；有时候，我们明知他...

---

一阶段：心灵之旅——发现自我  
原生家庭指个人从小成长的家庭。心理学研究已经证明：原生家庭影响我们最早，持续时间最久。例如：家庭的氛围、父母的行为方式、家庭的规矩等等，对我们的信念、价

价值观、行为模式都产生了长期、深远的影响，有时甚至会影响我们一生。当我们带着...

### 《新家庭如何塑造人》

自尊是一种自我评估的能力，是以尊严，爱和现实的方式面对自己的能力。被爱的人都对改变持开放的态度。

当人们感到他们的价值很低的时候，他们总是觉得自己会受骗，会被人羞辱鄙视，正是这样，他们把自己推向受害者的深渊。他们总是设想事情会变糟，最后...

本期为大家推荐《新家庭如何塑造人》这本书，它主题深刻，但外表非常放松，如同一位贴心的友人与你聊天。作者以其亲切的笔触，对家庭治疗的热情和智慧，抚慰许多备受折磨的心灵、唤醒许多人昏暗僵硬的生活。作者有这样一段话：

"通常，黎明前会有一个非常黑暗的时刻。我们破坏...

### 2020年第14本《新家庭如何塑造人》读书笔记

这一本书是萨提亚写的，它是萨提亚家庭治疗模式的创始人。

以前会觉得我们家很和谐，其实一直以来会发现那是一直我在逃避很多的东西。即使是这一次回家一样，我依旧在逃避很多的东西。一直在装傻的后果，就是你的傻会变成你的戾气，...

萨提亚之所以重视家庭研究，是因为注意到家庭生活中已经存在人在这个世界上生活要遭遇的多种清醒，比如权力、自主、亲密、信任、沟通等等，而且，人应对这些情形的方式，就是在家庭当中学会的。简单地说，就是童年的经历塑造了一个人的心理和人格特征，包括对待权威的方式，对...

今天是共读《新家庭如何塑造人》的最后一天，坚持下来不容易，因为有些章节看起来还是蛮困难的。新家庭给我的感触很多。

我一直觉得我有个幸福的家庭，我是独生女，从小就得到了父母很多的关注，他们总是围绕着我，特别是我母亲，总是不求回报的给我爱。其实我是个很在意朋...

在关系上有困惑的人。在亲密关系、亲子关系、家庭关系中有自己难以逾越的障碍，但未找到合适的解决方法的人。

在感情上有困惑的人。难以安全地进入一段感情，或是一段感情、婚姻结束后，无法放下过去，难以开始新的感情生活的人。在情绪上有困惑的人。经常感受到情绪的困扰...

写New Peoplemaking

时期的Satir已经不单纯只局限于家庭治疗师的角色了，而是上升到了社会和灵性的范畴，受众几乎涵盖了你能想象的任何群体或个人，真正意义的老少皆宜。虽然此书对早已入门的本人来说过浅，但建议周围有退休或青春期问题朋友的朋友可以找来看看，获取一些有益...

不知道答案。萨提亚是我喜欢的，可是在这本书里我却丝毫感受不到。

也许，是我的苛求，也许，这本来就是只可言传不可意会；

我想起了老师说的话，“语言也是一种暴力”。我很同意。

[新家庭如何塑造人（第二版）](#) [下载链接1](#)