

# 家庭系统排列入门

## 家庭系统排列入门

如何释放家庭爱的力量

〔德〕波图·乌沙莫 (Bertold Ulsamer) 著  
郑立峰 译

The Healing Power of the Past



化学工业出版社

[家庭系统排列入门 下载链接1](#)

著者:乌沙莫

出版者:化学工业

出版时间:2009-5

装帧:

isbn:9787122046703

《如何释放家庭爱的力量》主要讲述了：家庭系统排列是由伯特·海灵格创立的一种心

理治疗方法，结合了家庭治疗、精神分析和完形治疗等多种治疗理论。其主要特点是从当事人的家庭系统入手，试图寻找出每个家庭中所隐藏的，不为当事人所知却对其有着深刻影响的家庭动力，或称家庭秩序。乌沙莫博士的这本著作在德国热销15万余册，被认为是家庭系统排列最佳的入门书，特点是浅白易懂，对系统排列的原理、应用和背景都有清晰的阐述，特别适合初学者。更为难得的是，在中文版中，作者根据自己在中国的工作经验，就中国的家庭系统专门写了一章，使中国读者读来更加有亲切感。

## 作者介绍：

波图·乌沙莫博士，拥有法学与心理学双博士学位。作为一名心理治疗师，专长于NLP（身心语言程式学），并从事管理咨询工作15年，自1995年开始主持家庭系统排列工作坊。

目录: 第一章 家庭系统排列的基本要素 家庭系统排列实际运用概述 家庭历史  
原生家庭系统 第二章 发现原生家庭的联结 与家庭的联结 早年去世 承接过来的感觉  
罪行和罪疚感 特殊的命运 孩子对父母始终是忠诚的 亲子关系中断 连结的现象 第三章  
爱、伴侣关系和孩子 爱与秩序是相互矛盾的吗？ 关系中的男性与女性 如何做父母  
作为伴侣和作为父母的秩序：哪一个优先？ 没有孩子 跟前度伴侣的连结 堕胎  
控制与关系的本质是相冲突的 第四章 中国的家庭系统动力  
年上海中德心理治疗大会的回顾 堕胎的效应 妈妈跟女儿之间困难的关系  
妈妈跟儿子，爸爸跟女儿 历史的创伤 最后的结论 第五章 理解系统排列是如何运作的  
识知场 代表们的角色 语言的运用 爱与傲慢 第六章 运用系统排列作为心理治疗的方法  
家庭系统排列的效果 治疗师的角色 治疗，还是帮助生命  
家庭系统排列是不是一生一次的大事呢 家庭系统排列有没有危险性  
一对一的系统排列个案是怎样的 在个案中排列情感、人格和物质  
系统排列作为生命训练 第七章 家庭系统排列可能的各种用途 家庭系统排列与犯罪者  
男人与女人 纳粹德国之下的德国传统：祖国的概念 国家之间的异同  
家庭系统排列与道德 第八章 家庭系统排列背后的争论 批评与反对  
家庭系统排列参加者的个人体验 第九章 我自己可以做什么呢？家庭历史调查 译后记  
海灵格系统排列技巧上的三个发展阶段 如何学习系统排列 系统排列的最新发展  
海灵格的个人发展 系统排列其他的重要发展 系统排列在世界上的接受程度  
· · · · · (收起)

[家庭系统排列入门\\_下载链接1](#)

## 标签

心理学

家庭系统排列

家庭治疗

海灵格

心理

家庭排列

系统排列

家排

评论

“我们都会去承担别人的责任，这是我们的傲慢。而这种傲慢的根源是爱。”（原话记不清了大概是这个样啦将就一下就好。）

-----  
在学完课程后，再看这本书，发现提到的问题很全面，很适合入门

-----  
可以了解家庭系统排列的基本过程，简明扼要，系统排列并不简单，有关疗法深层次的哲学内容还涉及较少

-----  
有一个个案和我的家庭背负的过去非常相似。家排的过程好像很简单，结果却令人震惊，尤其是看到案例中通过陌生人的代表呈现出清晰的症结，让人跃跃欲试。

-----  
在读过《爱的序位》和观摩过家庭治疗的基础上读这本书，会收获一些理论和历史渊源的知识。家庭排列到底是怎样的呈现，不眼见为实地感受，还真的很难通过文字去揣摩。

-----  
打开另外一个视角

還是有一定的啓發的 不過離入門還有很遠

看到了几个自己的模式

很好的入门书

目前读了前三章，觉得还是蛮有芝士点的。适合心理学入门，家庭及亲子关系有困扰的人从系统的角度来理解。

没有海灵格原初的那份震撼

思路很棒，操作也比较清晰简单

让个体认识到自我的过程。感触还蛮深的…

需要更加深入学习自己的背景和相关知识

你已经去世的亲人，也会成为你生命中性格的致命伤害

郑立峰是个明白人

好的入门书。

年内的第一本书，配合实际课程，打开未知领域。书本身只是个引子。

2019年第23本。因为读了几本肖然老师的书，接触了家排这个概念。心灵类读物。最大的感想就是，每个人都必须承担自己的命运，一个人如果承担太多他人的命运的话，身体里就会积累太多不属于自己的情绪。所以，让自己轻装上阵，殊途同归，自己的命运自己负责。

不予置评。爱，心灵，莫名的力量。这种家庭治疗方法在没看到现实效果的时候我更倾向于星座学。这也是我涉足家庭治疗领域的第一本系统的讲方法的书，完全get不到。可能我在这个领域没天赋吧！这个方法没在中国火起来看来还是有原因的。

## [家庭系统排列入门 下载链接1](#)

### 书评

这项技术和宗教仪式中的通灵蛮像的。

通灵时，灵魂通过神媒诉说自己的委屈与遗愿。而生者则通过神媒忏悔，或通过僧道祈福消灾，然后让灵魂的怨力消散。

乌沙莫介绍的源自于海灵格的家庭排列系统，则是先由当事人排列出现有家庭成员位置，然后借助“识知场”的力量，在咨询师的...

我自己是读心理学专业的，这本书是老师介绍的。看了一下，感觉把这方法说得好神奇，似乎可以解决大部分的问题。但我还没有学会怎么去运用。可惜啊。如果真心想向咨询方向的话，建议仔细研究这本书，可以获得很大启发的。相信运用得好，真的可以在日常生活中都用得上。

家庭成员角色代入，通过站立的位置、距离和方向来表达互相之间的关系状态。

以当事人为中心，基于其对家人(在世、不在世)的认识来安排位置

角色之间可以有代表性言语或动作，但要简单，角色在了解自身的情况后，有可能会代入自己的理解和感受 原则上家庭成员的关系树都是完整...

唐老师主持本次工作坊。关于家庭系统排列中纠缠的爱和觉悟的爱，关于系统中的整体、秩序和平衡。特别是关于她切身体会家排带给她做回父母的女儿的清明与喜悦，深深地感染了大家。最后作为礼物，唐老师还与大家探讨了更多亲子教育话题，比如鼓励与规则同行，爱与意志同在。

颇有感触。对于我来说，家庭系统排列不再具有神秘色彩，而是触手可感的了。乌沙莫提出，家排哲学思想与孔子之道非常接近，加深了我一直以来的感觉：佛陀、孔子、老子、海灵格、欧文.亚龙、雁渡说的都是同一件事。回家的公交车上，想到“认同”这个词，与精神分析、完形里...

王炳梅老师2016年北京家庭系统排列工作坊1月15、16、17日盛大开启！倒计时啦  
春节后学费上调！3天1580元，个案800另付。

地点:北京市海淀区西三旗桥西工美蓝孔雀酒店。酒店问路电话:010-62948686  
汇款信息 支付宝：13910242536 王树花 农业银行北京北七家支行：6228 4500...

很想写些什么，我和朋友分享，看完会觉得书中有灵性的事物存在。  
首先，家排的“家”并不是一定有血缘关系的家，其实是包含了亲密关系的、民族关系、包括历史遗留等的关系。例如未出生的BB，前度伴侣、种族战争对个人的影响是潜移默化的。关于父母，必须勇于承担自己的责任，必须相...

[家庭系统排列入门 下载链接1](#)