

家庭排列系统培训课程大纲

理解生命序位 重塑生命质量

课程背景：

我们每个人都不是单独而存在，从个人的出生开始，家庭就对我们开始产生影响，能看到的、感知到的、或者完全没有意识到的因素都在影响着我们的生命走向和生活态度。很多时候，我们明明对一个人有着很深沉的爱，这个人可以是父母、是爱人、是孩子，但却因为并未采用正确的方式表达爱、解读爱，所以，产生了隔阂、不解、矛盾甚至是伤害。

家庭系统排列是一门关于智慧和爱的学问，严成刚老师将其比喻为人心的 CT，一切心理的肿瘤、破损、断裂都将无所遁形。家排，是一个为生命和整体服务的，能为所有想与爱侣、夫妇、父母子女或其它的人际关系维持和谐提供一些可靠的指引，同时为已经破损的关系，提供解决方法。帮助我们让生活达到艺术的高度，从而更加和谐与幸福。

生活艺术即心理治疗，这是一次全是干货的课程，课程中包含一些亲身体验的项目，通过体验带给我们更深的认识。这是听觉、视觉，感觉三者融为一体的 3D 课程，无论您是专业助人者、普通爱好者，还是想要达成家庭和美幸福的人，都能通过本次课程收获到满满的能量。

课程主旨

传播家庭系统排列的理念，
让更多的家庭走向和谐。

【适宜人群】

任何想要探索自己内心的心理学爱好者，任何想要更孝敬父母的成年人，任何想要让自己生命更和谐顺畅的生活追求者，任何想要处理和孩子冲突的父母，任何想要走进婚姻的大龄青年。

【课程大纲】

一、家庭系统排列独特的工作方式

练习 1：我把他当成了谁？家庭中的每个人的序列位置

练习 2：我眼中的父亲和母亲，原生家庭带来的创伤和改变

二、系统排列三大法则：归属法则、平衡法则、序位法则。

练习 1：被排除的小组成员，为什么我们会讨厌一个人，如何更好与人相处

练习 2：付出与给予的不同感受，爱出者爱返，恨和爱背后，都是呐喊

练习 3：小组带领者的序位，就像我们的父亲和母亲，无形的影响

三、家庭系统排列能够帮助我们解决什么？

练习 1：父母不同位置对孩子的影响，五种不同父母序列带来的影响

练习 2：（外）祖父母去世对孩子的影响，我们无法走出分离的创伤

练习 3：如何更好的处理与父母家人的分离，划清边界，确立独立的自我

四、从原生家庭走向现在的家庭

练习 1：身在曹营心在汉，虽然我爱我的父母，但是我更爱我现在的家

练习 2：放弃对父母的拯救，父母是父母，我们是我们，要孝敬，不要愚孝

练习 3：孩子与同性父母的连接，如何走出俄狄浦斯情结，更好的活出自己

练习 4：父母在上，终极的自由是脱离家庭，成为自己。

