

# 情结系统理论

## ——心理结构中的层次与动态互动

邱祥建

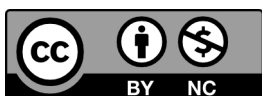
愿心如光健康咨询（成都）有限公司，成都

**摘要** | 情结系统理论通过情结、情结树和情结链三个核心概念，全面探讨了情结在个体心理结构中的作用及其复杂的动态关联。基于荣格心理学的情结概念，本文提出情结不仅是独立的心理单元，更是通过层次化和动态化的方式，构成了个体心理系统的复杂网络。情结树揭示了情结的层级结构，帮助个体识别核心情结及其派生的次级情结；情结链则展示了情结的动态关联和连锁反应，强调了情结在情绪和行为中的触发机制。通过案例分析，本文进一步展示了情结系统在心理咨询和治疗中的应用，证明了这一理论在提升个体自我觉察、改善情绪调节及人际关系方面的实际效果。本文建议了情结系统理论的未来发展和研究方向，包括长程个案及与其他心理疗法结合，以期进一步验证该理论的普适性和临床价值。

**关键词** | 情结系统；情结；情结树；情结链；意象对话

Copyright © 2024 by author (s) and SciScan Publishing Limited

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/). <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



## 1 引言

荣格认为情结是个体早期情感经历所形成的心理单元，通常源自创伤性或高度情绪化的事件（Lența and Cucu, 2017）。荣格（2011b）认为，情结由核心情感和相关联的思想、记忆、感觉和行为模式组成。这些情结能够独立于意识运作，并在特定情境下激活，影响个体的情感和行为反应（Roesler, 2019）。最近的研究表明，情结在社会和文化背景下同样发挥着重要作用，不仅影响个体的行为，也会通过集体情结反映在社会现象中（Odde and Vestergaard, 2021）。这一观点表明，情结作为无意识的一部分，具有跨文化和社会的适应性，并且在社会互动中可以显现其影响（Odde and Vestergaard, 2021）。情结不仅仅是心理结构中的负面反应，也是心理成长的推动力（Lența and Cucu, 2017）。

情结作为心理现象是理解个体深层心理的关键（Lența and Cucu, 2017），塞缪尔斯、肖特和普劳特

作者简介：邱祥建，愿心如光健康咨询（成都）有限公司，国家二级心理咨询师、意象对话督导师，研究方向：意象对话和生命树意象建构的理论与应用。

文章引用：邱祥建. 情结系统理论——心理结构中的层次与动态互动 [J]. 中国心理学前沿, 2024, 6 (10): 1978-1986.

<https://doi.org/10.35534/pc.0610217>

(Samuels, Shorter, and Plaut, 2021)指出可以通过意象和行为识别原型,特别是与人生基本以及普遍存在的行为。情结及其相关的心理内容可以反映为心理意象。通过对心理意象的象征理解与体验,可以发现和解决隐含的心理障碍(朱建军,2006)。

由此可见,情结、原型和心理意象三者之间存在密切的互动关系。情结通过心理意象的形式表达出来(荣格,2011b;朱建军,2006;Lu and Yeoman, 2023),而原型作为集体无意识的核心构成(荣格,2011b),通过象征的方式影响和塑造个体的心理意象(荣格,2011b;朱建军,2006)。研究者认为,这种关系显示了通过象征和意象的理解与转化,可以深层次地处理情结和整合无意识内容。

本研究将以邱祥建在意象对话中提出树型结构情结情绪理论和路型情结情绪理论(苑媛等,2013,2018),以及他提出情结是一个系统的观点基础上(朱建军,2021),进一步发展并提出更完整的情结系统理论。此外,研究还将通过案例分析进行实证验证。

## 2 情结系统理论

在心理学领域,情结被视为个体心理结构的重要组成部分(荣格,2011b)。情结在潜意识中具有自主运行的特性,并通过情感、态度和行为等方式影响个体的心理和行为表现(荣格,2011b)。然而,个体的情结并非孤立存在,而是相互关联,形成了复杂的情结系统。

在本研究提出的情结系统理论,包括探讨情结系统中的三个核心概念:情结、情结树和情结链,阐述它们如何共同构成情结系统,从而影响个体的心理结构与行为模式。

### 2.1 情结的定义与作用

情结是个体在生命过程中形成的情感充沛的心理结构单元,具有特定的情绪和基本主题(荣格,2011b)。这些情结通常与特定的情境或人物相关联。在特定条件下被激活时,它们会引发强烈的情感反应,并影响个体的思维和行为(荣格,2011b)。情结的形成往往与个体的早期经历密切相关,特别是涉及创伤或深刻情感体验的事件(荣格,2011b;朱建军,2018)。情结在潜意识中以复杂的形式存在,具有自我维持和自我扩展的能力,并通过情感、信念和态度等方式在个体的生活中不断重现(荣格,2011b)。朱建军(2006)认同荣格关于情结的基本定义,并在意象对话的理论中,提出情结在潜意识中通过凝缩、改造和启示,以及通过相似性等原则进行聚结(朱建军,2006;2020)。这些过程以原型作为基础,围绕情绪和基本主题形成不同的情结(荣格,2011b;朱建军,2006)。

在明确了情结的定义与作用后,我们需要进一步探讨这些情结如何在个体的心理结构中呈现出层次性和关联性。为此,引入情结树的概念能够帮助我们更直观地理解情结在心理结构中的复杂布局。

### 2.2 情结树的定义与作用

情结是随着个体过去的经历逐渐形成的心理结构,在特定条件下被激活,进而影响个体的情绪和行为(荣格,2011b;朱建军,2006)。邱祥建在意象对话的生命树意象疗法技术中提出,来访者在情绪情感、相关信念和行为模式三层领悟最终促进情结化解(苑媛等,2018;朱建军,2021)。他认为情结是一个由多层次结构组成的系统,各情结之间通过复杂的相互作用彼此影响(苑媛等,2018;朱建军,

2021)。这一系统性观点与HiTOP模型中的层级结构思想相契合，后者通过将心理病理学症状组织成一个层级化的系统，提供了理解不同情结之间复杂关系的框架(Kotov et al., 2021)。

情结树是情结系统的结构化呈现方法。通过树状结构，情结树可以直观地展示个体情结之间的相互关系(朱建军, 2021)。邱祥建在树型情结情绪理论中认为，核心情结在这一结构中被视为树的主干，而时期性情结则从核心情结次发派生出来，形成树的分支(苑媛等, 2013; 2018)。这种结构与巴德科克(Badcock et al., 2019)所发现大脑的层级化组织相似，后者在进化过程中发展出多层次的组织结构，以应对复杂环境的需求(Badcock et al., 2019)。因此，情结树的层级结构有助于揭示心理结构中的关键情结及其对个体情绪和行为的核​​心影响。

复杂系统理论为理解情结树的相互关联提供了进一步的理论支持。正如复杂系统理论所述，个体的心理结构不仅由独立的情结构成，还包括这些情结之间的相互作用和反馈机制(Hayes and Andrews, 2020)。邱祥建的生命树意象视角认为多个情结之间可能互为因果，互相强化，形成一张有强有力“情结网”，影响着个体的命运(朱建军, 2021)。因此，通过情结树的图谱展示，咨询师可以识别出这些相互关联的情结，并理解它们在不同心理层面上的影响。这种结构化的视图不仅能够帮助个体理解自身情结的整体状况，还能识别出哪些情结在心理中占据核心位置，哪些情结是由核心情结派生而来的，甚至可能进一步派生出新的分支情结。

此外，情结树的层级结构通过揭示情结之间的关系和层次，帮助咨询师和个体识别心理中的关键情结及其对情绪和行为的影响。这种结构化的呈现方式能够为心理治疗中的个性化干预提供指导。例如，通过情结树模型，可以更准确地预测和理解核心情结如何影响个体的整体心理结构，并为治疗提供有针对性的方向。虽然珀金斯(Perkins et al., 2019)的研究并未直接探讨情结树的概念，但他们提出的层级分类系统在预测和理解心理结构复杂性方面的应用为情结树理论提供了理论支持。这种方法为情结树模型在实际治疗中的应用提供了有效的理论基础和实践价值。

总体而言，情结树通过图谱方式展示情结的层级关系，揭示了核心情结与次发情结之间的基本模式，帮助个体识别心理中的关键情结及其影响。然而，情结在个体心理中并非孤立存在。为了更深入理解情结之间的动态互动，情结链的概念将进一步揭示情结如何通过连锁反应影响个体的情绪和行为。

### 2.3 情结链的定义与作用

情结之间互相关联并可能互相影响(荣格, 2011b)。生命树意象疗法认为个体的情结关系像一个网络(苑媛等, 2018)，邱祥建在路型结构情结情绪理论中提出一些情结虽然处于不同方向和方位，但整体可能在同一个地平面上(苑媛, 2018)，情结虽然在各自的序位但互相影响(朱建军, 2021)，在特定情境下情结被激活并造成情感和和行为等产生连锁反应(苑媛等, 2018; 朱建军, 2021)。因此本研究定义的情结链，是指情结之间的动态关联，强调情结之间的动态互动与连锁反应。情结链通过展示情结之间的连接和互动，强调了情结之间的触发和反应机制。例如，一个情结的激活可能会引发另一个情结的连锁反应，这种链式反应可以揭示情结在个体行为和情感等心理活动中的传播路径。通过分析情结链，可以发现某些情结在特定情境下的触发条件和后续影响。为了更深入地理解情结链的动态关联和其在个体心理中的作用，我们可以借助复杂系统和动态系统理论的视角，这些理论为解释心理结构中的相互作用提供了坚实的基础。

情结链强调情结之间的动态关联和相互影响。通过复杂系统和动态系统理论的视角，可以更深入地理解这一动态关联。正如海耶斯和安德鲁斯 (Hayes and Andrews, 2020) 所指出的，个体的心理结构是一个复杂的动态系统，其中不同的心理成分相互作用，导致非线性的情感和行为变化。尽管海耶斯和安德鲁斯的研究没有直接研究情结链的概念，但他们的理论框架可以帮助理解情结如何通过动态关联和连锁反应影响个体的情绪和行为 (Hayes and Andrews, 2020)。这种视角为揭示情结之间复杂的相互作用及其在特定情境下的表现提供了重要的理论支持。除了海耶斯和安德鲁斯的研究之外，系统性文献综述研究也为理解复杂系统和动态系统理论在心理结构中的应用提供了进一步的支持。

克洛切克等人 (Klocek et al., 2023) 文献综述研究，总结了复杂系统和动态系统理论在理解心理治疗变化过程中的应用。这些理论虽然未直接讨论情结链，但它们提供的框架可以启发我们思考情结链在心理结构中的动态互动与连锁反应。在复杂心理结构的研究中，其他研究者也提供了相关的理论视角，特别是在探讨心理病理学领域的动态过程时。

尽管珀金斯 (Perkins et al., 2019) 的研究主要聚焦于心理病理学的领域，提出心理结构中的层级化系统与个体的神经反应和心理反应的相互作用分析视角和方法，作为理解复杂心理结构时的工具，研究发现心理障碍的发展是一个动态的过程 (Perkins et al., 2019)。这一研究发现可以支持探索情结链的动态关联运作方式。

综上所述，以上理论和研究为我们提供了一个更为全面的框架，以理解情结链在个体心理结构中的作用。情结之间相互作用，共同影响个体的情绪和行为等。正如科托夫等人 (Kotov et al., 2021) 提出的层级分类系统在理解复杂心理结构中的作用一样，情结链也提供了理解情结在个体心理中的动态关联和传播路径的有力工具。

接下来，我们将探讨这三者如何在情结系统中协同运作，进一步揭示情结系统对心理结构的复杂影响。

## 2.4 三者构成情结系统

如前所述 (荣格, 2011b; 苑媛 等, 2013, 2018; 朱建军, 2021)，情结具有特定的情绪和基本主题，是构成情结树和情结链的基础。因此，情结、情结树和情结链共同构成了个体心理结构中的情结系统。情结树与情结链理论旨在进一步阐明个体心理结构中情结的复杂性与相互关系。

情结树和情结链理论相辅相成，通过树状结构和链式关联，全面呈现个体心理情结的复杂网络。这两种理论的结合，不仅可以帮助心理咨询师更好地理解个体的心理结构，还能为个体的自我探索提供有力的支持。在实际应用中，心理咨询师可以利用情结树和情结链的分析方法，帮助个体识别和梳理自己的情结网络，从而促进情感与行为、意识与潜意识等进行整合，提升心理健康水平。

在明确了情结、情结树和情结链如何共同构成情结系统之后，我们将进一步探讨该系统在实际心理咨询中的应用。通过具体案例分析，我们可以看到情结系统如何帮助来访者识别和调节自身的情结模式，进而改善情绪和行为反应。接下来，我们将通过实际案例来展示情结系统在心理治疗中的应用效果。

## 3 应用案例

为了更直观地展示情结系统理论在心理治疗中的实际应用，接下来我将通过一个具体的案例来深入分析。在这个案例中，如前所述的情结、情结树和情结链的概念，将被运用来帮助来访者识别和调节她

的情结系统，从而改善她的情绪和行为等反应。

案例一，来访者背景。来访者A，女性，39岁，孩子9岁。在初步评估中，

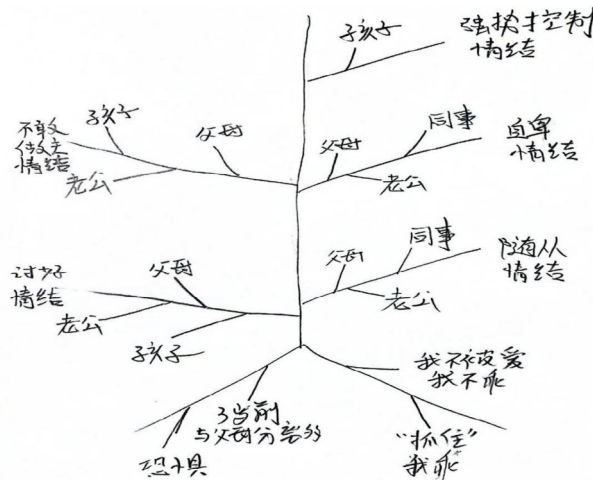
来访者A提到她在工作和人际关系中经常感到无力和不开心。与父母和丈夫也没有大的冲突，但仍经常感到不开心。作为老板，她在同事面前也会有自卑感。这种不开心主要与重要的人际关系有关，她还担心孩子进入青春期后自己不知道如何与之相处。

来访者咨询目的，希望识别自己的心理状态，并改善自己的情绪和孩子之间的关系。

通过心理咨询访谈，我们了解到来访者A在5岁前与父母聚少离多，多数时候被送到老家与祖父母和叔叔婶婶生活，直到5岁才与父母一起生活。回忆被送回老家时，她多次在父母离开时哭闹，父母恐吓说如果不乖就不要她了，并教导她在家要听话。她逐渐养成了听话懂事、学习努力和做事勤快的习惯。经过近4个月的心理咨询，情结树和情结链清晰呈现了她的主要情结系统状况。

### (1) 情结树分析

在心理咨询中，我们采用情结树构图法，绘制了来访者A的情结树图谱，如图1所示。



(来源：研究者整理自来访者A手绘图)

图1 来访者A的情结树

Figure 1 The complex tree of visitor A

在图1可以清晰地看到不同分支情结分别对哪些主要人际关系产生影响。

树干可以代表核心情结（苑媛等，2018）。来访者A的核心情结是“怕被抛弃的恐惧，乖就不会被抛弃”。这种情结来源于小时候被送回老家，3岁前与父母聚少离多，跟着祖父母和叔叔婶婶生活的早期境遇。她内心感到恐惧，害怕被抛弃。为了得到爱，她内心认为乖巧就能被爱，养成了“我乖”去“抓住”关系，来应对内心的恐惧和对爱的渴望。这一核心情结在她的心理结构中占据重要位置，对情绪和行为产生深远影响。

图谱两侧的主要分支代表次级情结。从核心情结延伸出多个次级情结，这些情结在不同情境下可能被激活。主要分支生发的小支代表情结所发生的对象。

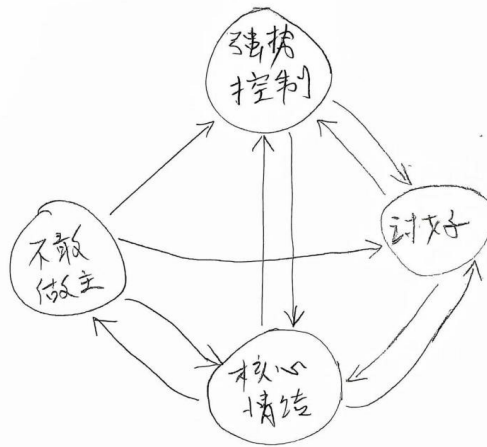
通过绘制情结树图谱，来访者A清晰地看到自己核心情结与不同次发情结的关系，及其在主要人际

关系中的影响。这帮助她理解了情绪和行为反应来源于哪些情结，增加了对自我的认识，并了解到人际关系如何受情结影响。

例如，自卑情结在工作中表现为她担心自己做得不够好，害怕同事说自己不是好老板，不理解人等。不敢做主情结，小时候她更喜欢画画和手工，但随从父母学了音乐。成年后，父母和丈夫喜欢旅游，她也随从附和，有时还会找一些符合父母和丈夫喜好的旅游攻略讨好他们。穿衣搭配也是按照丈夫的喜好，忽略了自己对服饰的选择。强势控制情结则只在与孩子的互动中发生，如果不强势孩子不听话，不能强势控制孩子就感觉自己失败。

### (2) 情结链分析

在接下来的心理咨询中，我们与来访者A讨论并分析了相关的情结链，如图2所示。通过情结链分析，她学会识别情结的激活和连锁反应，并通过情绪处理和替换子人格等技术，逐步减少情结的负面影响。



(来源：研究者整理自来访者A手绘图)

图2 来访者A情结链

Figure 2 The complex chain of visitor A877654321

从图2中的情结链来看，来访者A与孩子互动模式是复杂的，与孩子关系中会激活哪一个或几个情结，是不确定的。

关于通过互动模式激活情结。来访者A与孩子的互动模式复杂且多变，不同情境下会激活不同的情结。以下是当前发现的情结在互动模式下的激活情况。

关于讨好情结的影响。当孩子提出购买高档玩具的需求时，她先尝试讨好孩子，买个小礼物安抚，然后再和丈夫商量。这种讨好行为源于“不敢做主”和“讨好情结”的激活。

关于弃儿情结的影响。如果讨好策略无效，她会因害怕孩子与自己不亲近而继续讨好。这时，“弃儿情结”被激活，使她更加焦虑和顺从。

关于强势控制情结的影响。当她感觉自己的需求和感受不被理解时，会转而采用强势控制策略，比如直接拒绝孩子的要求，显示“强势控制情结”的激活。

通过情绪和行为激活情结。在案例中发现，情绪和行为也会激活情结，并推进情结之间的动态影响，及激发情结相关的情绪和行为应对。

来访者A在心情不好时，常会莫名其妙地强硬拒绝孩子的要求，事后感到后悔和自责。这是“强势控制情结”在负面情绪下的表现。为了弥补自己对孩子的不当态度，她会担心孩子不喜欢自己，进而再次启动“讨好”情结，试图通过讨好来恢复与孩子的关系。

在孩子与家庭成员的关系互动中，她注意到孩子与外公外婆及丈夫的关系非常亲近，而与自己的关系相对疏离，激活了她的“弃儿情结”。为了加强与孩子的联系，她频繁采取讨好行为，希望通过这种方式增加与孩子的互动，这是“讨好情结”被激活。为了减少孩子与其他家庭成员的亲密接触，她会采取强势控制的策略，试图通过控制孩子的行为来维护自己在孩子心中的地位，这是“强势控制情结”被激活。

### (3) 情结系统在案例应用与效果

在心理咨询过程中，透过情结、情结树和情结链构成的情结系统，我们可以看到来访者A的情结系统是一个复杂的网络，核心情结“怕被抛弃的恐惧”在其心理结构中占据主导地位。这个核心情结通过多个次级情结影响她的情绪和行为，为选择合适的心理干预策略提供了很好的支持。基于来访者希望改善心理情绪和孩子的关系，和清晰的情结系统，咨询师针对情结进行情结处理和替换子人格出场练习。

情绪处理应重视情结性子人格。识别情结及情结动态影响中的子人格。她学会在情绪激动时通过深呼吸、提醒自己情结在启动以保持更合适的现实应对，从而减少情结的负面影响。并围绕情结中的子人格分别进行处理促进其成长，以改善情结性子人格的情绪和行为。

疗愈情结子人格并采用替换子人格的策略方法。除了情结中的子人格，还练习其他子人格出场等方法，她尝试在面对孩子时，运用多一些自信和坚定的子人格，替代讨好和控制行为的子人格；同时关注并疗愈讨好和控制行为的子人格。

这些调节与干预策略，是基于情结系统有针对性的结合子人格，帮助来访者A逐渐形成了新的情感和行为反应模式，并减少了情结对她日常生活的负面影响。

### (4) 咨询效果评估

通过情结树和情结链为基础进行约3个月的心理咨询，来访者A报告与孩子的关系有所改善，孩子的需求得到更理性的回应，亲子互动更加和谐。她对自己的情绪和行为有了更清晰的认识，并能在情结激活时采取更有效的应对策略。

通过情结树和情结链的案例应用，可以看到情结系统在实际心理治疗中的重要性。情结树帮助来访者识别情结的结构状况，情结链帮助来访者识别和理解自身的情结激活和连锁反应状况。情结系统为具体的心理咨询干预策略提供方向和定位参考，促进了亲子关系的改善和个人成长。由此可见，情结系统不仅可以帮助分析来访者的心理状况，还可以作为心理干预策略重要的参考依据。

## 4 总结

情结系统理论通过情结、情结树和情结链三个核心概念，有效解释了情结如何影响个体的心理结构和行为模式。这一理论不仅继承了荣格对情结的基本理解，还进一步发展了情结的动态与层级关系，提供了一个结构化和动态化的心理分析工具。情结树展示了情结的层次结构，而情结链揭示了情结的动态关联，为心理咨询师和来访者提供了深入了解情绪、行为及无意识运作方式。

通过咨询案例实践应用, 情结系统能够帮助来访者更清晰地识别核心情结及其对情绪和行为的影响, 从而为制定针对性调节和干预策略提供了依据。该理论的创新之处在于通过图谱化的方式揭示个体心理复杂的互动网络, 使来访者能够在意识层面更好地理解并管理自己的无意识情结反应。

未来, 情结系统理论在社会文化情境中的表现及其在不同心理障碍中的作用值得进一步探索。这将有助于扩展该理论的应用范围, 深入探讨情结系统在不同社会背景下的表现方式和影响机制。

尽管情结系统理论在个案实践中取得了良好的效果, 现有研究主要集中在理论和案例层面, 缺乏大规模的实证支持。未来可以考虑更多实证研究, 包括长程个案中探讨人生经历发展、实验设计等多方面探索。此外, 在不同的心理疗法, 比如认知行为疗法、精神分析和荣格分析心理学等多类型心理疗法与技术中进行运用, 探讨情结系统理论的适应性和临床效果, 将有可能为心理治疗和心理咨询中的个性化干预提供更多有效工具。

总之, 情结系统理论不仅在理论上为理解无意识心理机制提供了新的视角, 也为临床实践中的心理干预提供了有效的工具。通过情结树和情结链, 心理咨询师能够更有针对性地帮助来访者识别和调节情绪反应, 改善与他人的关系。这一理论的未来发展具有广阔的研究前景。

## 参考文献

- [1] 苑媛, 曹昱, 朱建军. 意象对话临床技术汇总 [M]. 北京: 北京师范大学出版社, 2013.
- [2] 苑媛, 曹昱, 朱建军. 意象对话临床技术汇总 (第2版) [M]. 北京: 北京师范大学出版社, 2018.
- [3] 朱建军. 意象对话心理治疗 [M]. 北京: 北京大学医学出版社, 2006.
- [4] 朱建军. 意象对话心理治疗 (第三版) [M]. 北京: 中国人民大学出版社, 2021.
- [5] 荣格. 原型与集体无意识 [M]. 徐德林, 译. 北京: 国际文化出版公司, 2011a.
- [6] 荣格. 心理结构与心理动力学 [M]. 关群德, 译. 北京: 国际文化出版公司, 2011b.
- [7] Lența O, Cucu M. The Jungian Concept of Complex Psychology [J]. *Postmodern Openings*, 2021 (8): 59–67.
- [8] Roesler C. Theoretical foundations of analytical psychology: recent developments and controversies [J]. *The Journal of Analytical Psychology*, 2019, 64 (5): 658–681.
- [9] Odde D, Vestergaard A. A preliminary sketch of a Jungian socioanalysis: an emerging theory combining analytical psychology, complexity theories, sociological theories, socio- and psycho-analysis, group analysis and affect theories [J]. *The Journal of Analytical Psychology*, 2021, 66 (2): 301–322.
- [10] Samuels A, Shorter B, Plaut F. 荣格分析心理学关键词 (A Critical Dictionary of Jungian Analysis) [M]. 颖哲华, 译. 北京: 中国人民大学出版社, 1986: 29–157.
- [11] Lu K, Yeoman A. Jungian Psycho-Social Studies [J]. *International Journal of Jungian Studies*, 2023.
- [12] Kotov R, Krueger R, Watson D, et al. The Hierarchical Taxonomy of Psychopathology (HiTOP): A Quantitative Nosology Based on Consensus of Evidence [J]. *Annual Review of Clinical Psychology*, 2021, 17 (1).
- [13] Hayes A, Andrews L. A complex systems approach to the study of change in psychotherapy [J]. *BMC Medicine*, 2020 (18).
- [14] Perkins E, Latzman R, Patrick C. Interfacing neural constructs with the Hierarchical Taxonomy of

- Psychopathology: 'Why' and 'how' [J]. *Personality and Mental Health*, 2020, 14 (1) : 106–122.
- [ 15 ] Badcock P, Friston K, Ramstead M, et al. The hierarchically mechanistic mind: an evolutionary systems theory of the human brain, cognition, and behavior [J]. *Cognitive, Affective, & Behavioral Neuroscience*, 2019, 19 (6) : 1319–1351.
- [ 16 ] Klocek A, Premus J, Řiháček T. Applying dynamic systems theory and complexity theory methods in psychotherapy research: A systematic literature review [J]. *Psychotherapy Research: Journal of the Society for Psychotherapy Research*, 2023.
- [ 17 ] Kotov R, Krueger R, Watson D, et al. The Hierarchical Taxonomy of Psychopathology (HiTOP) : An Overview of a Quantitative Nosology Based on Consensus of Evidence [J]. *Annual Review of Clinical Psychology*, 2021.

## Complex System Theory —Hierarchy and Dynamic Interactions within Psychological Structures

Qiu Xiangjian

*Light of Wish Health Consulting (ChengDu) Co., LTD, Chengdu*

**Abstract:** The Complex System Theory comprehensively explores the role of complexes in individual psychological structures and their intricate dynamic interactions through three core concepts: complexes, complex trees, and complex chains. Based on Jung's concept of complexes, this paper posits that complexes are not merely independent psychological units but form a complex network within the individual's psychological system in a hierarchical and dynamic manner. The complex tree reveals the hierarchical structure of complexes, helping individuals identify core complexes and their derivative secondary complexes. The complex chain, on the other hand, demonstrates the dynamic relationships and chain reactions of complexes, emphasizing their trigger mechanisms in emotions and behaviors. Through case analysis, this paper further illustrates the application of the complex system in psychological counseling and therapy, proving its practical effects in enhancing self-awareness, improving emotional regulation, and interpersonal relationships. The paper also suggests future directions for the development and research of complex system theory, including long-term case studies and its integration with other psychotherapeutic methods, to further verify the universality and clinical value of the theory.

**Key words:** Complex system; Complex; Complex tree; Complex chain; Imagery communication psychotherapy