



Centre de Thérapies, Thérapies Brèves et Formations en Relation d'Aide et Systémie Constellations Familiales et Professionnelles

Siret: 450 261 441 00056 / Code APE 8899B / N° Formation 42 68 01574 68

Cet outil, que sont les constellations familiales, fait parti des thérapies brèves. Elles ont été créées dans les années 1990 par Bert HELLINGER, un ancien jésuite, qui a quitté la prêtrise et qui s'est formé à la psychanalyse. Sur le modèle de la **psychogénéalogie**, il va expérimenter et mettre en place sa propre technique. Pour lui, cette méthode de **thérapie familiale transgénérationnelle** met en lumière des **conflits personnels et familiaux issus de l'inconscient familial**.

Les constellations Familiales permettent de mettre en lumière des **conflits personnels et familiaux** issus de l'inconscient familial, et entraînant généralement des répercussions sur notre présent. Ce travail se fait donc aussi bien sur la **famille d'origine** que sur la **famille actuelle**. Cet outil va révéler des **intrications** et dénouer des **nœuds du présent** pour opérer ainsi un travail de libération.

En **groupe** (ou en **individuel**, sur RV), cette approche va reposer sur 3 grandes règles :

- **l'appartenance** : c'est-à-dire le principe selon lequel chacun à sa place au sein de sa famille,
- **l'ordre** : c'est-à-dire le respect d'un ordre chronologique,
- **l'équilibre** : entre le recevoir et le donner.

Cette méthode va permettre de se libérer des conflits jusqu'à plusieurs générations en amont, handicapants à ce jour et qui pèsent sur la personne qui consulte, mais également sur sa famille. Cela va également permettre de visualiser un schéma répétitif dans la famille.

Pour quel type de problématique :

Une séparation qui se passe mal, une recomposition familiale, un problème d'estime ou de confiance en soi, un deuil non fait, un trauma (inceste, viol, accident, attentat...), une maladie, une difficulté pour prendre une décision, une crise d'adolescence, un problème de couple...

Déroulement

Pendant la séance il va s'agir de poser la famille, qu'elle soit d'origine ou actuelle, dans l'espace.

- Soit en faisant appel à des représentants dans le cadre de **constellations familiales en groupe**
- Soit en utilisant des objets, dans le cadre des **constellations familiales en individuel**.

Cette méthode va permettre de **se libérer des conflits** jusqu'à plusieurs générations en amont, comprendre également des **secrets de famille**, handicapants à ce jour et qui pèsent sur la personne qui consulte mais également sur sa famille.

Cela va également permettre de **visualiser un schéma répétitif** dans la famille.

Tsipora IFRAH - Praticienne en Relation d'Aide, Formatrice

Membre de l'E.F.T.A. (Association Européenne des Thérapeutes Familiaux- www.europeanfamilytherapy.eu)

23, boulevard du champs de Mars 68000 COLMAR

tsipora.ifrah@wanadoo.fr

www.formation-systemie.fr

Tél.: 06 14 17 14 24





Pour quel type de problématique :

Une séparation qui se passe mal, une recombinaison familiale, un problème d'estime ou de confiance en soi, un deuil non fait, un trauma (inceste, viol, accident, attentat...), une maladie, une difficulté pour prendre une décision, une crise d'adolescence, un problème de couple...

Concernant les séances individuelles :

C'est un outil utilisé dans le cadre d'une séance. A priori très ludique, car faisant appel à des cartons placés au sol ou des figurines sur la table, cette méthode n'en reste pas moins un accès à une **meilleure compréhension de la situation ou du problème**, sans forcément le résoudre, mais en envisageant une **ouverture vers une solution possible**.

Concernant les constellations en groupes :

Dans un **cadre confidentiel** du groupe, dans lequel les participants ne se connaissent pas forcément, chaque participant peut être sollicité pour être "représentant", c'est à dire, un membre de la famille de celui qui constelle. A travers ses ressentis, la mise en place dans l'espace, des questions et des interactions entre les représentants, le constellateur et le constellé, **l'émergence d'une nouvelle situation** peut s'entrevoir permettant la libération d'intrications et de nœuds.