

# Com'Uniq Âme

Osez le Bonheur !



Brève information

## Que sont les constellations familiales?

Les constellations familiales sont une méthode développée par le philosophe, géologue, pédagogue et psychothérapeute Bert Hellinger. Son objectif est de libérer les personnes de leurs tensions, et conflits qui semblent venir de générations antérieures et prennent racines dans les événements de l'histoire de la famille, tels que les conflits de la guerre, violence familiale ou autres, le décès prématuré de parents ou d'enfants, avortements, séparations ou viols.

Cela peut se manifester au présent sous forme de problèmes tels que : dépression, psychoses, peurs, migraines, fatigue chronique ou problèmes relationnelles, maladies, situations à répétition.

En résumé, événements émotionnellement intenses (conflits non résolus) de nos ancêtres sont transmis, génération après génération.

## A quoi servent-elles ?

Elles traitent quasi tous les thèmes : traumatismes de l'enfance, dépression, tristesse et mélancolie, surmonter les événements tragiques tels que les deuils, affronter la maladie, les problèmes de

couple, actuel ou relations du passé, problèmes de l'adoption, avec les enfants, difficultés dans les relations familiales, les relations sociales ou professionnelles.

## Comment constellent-t'on ?

Résoudre les problèmes desquels nous avons hérité, peut se faire en groupe, en duo ou de manière individuelle.

En groupe, il existe deux types :

1. En tant que constellé-e :

Exposant un thème personnel que vous souhaitez « travailler ».

2. En tant que représentant-e :

Vous êtes au « service » du/de la constellé-e, prenant la place d'une représentation de l'un des thèmes de la constellation en cours.

Le/la facilitateur/trice de la constellation, celui/celle qui dirige la dynamique, demande à ce que la personne expose son problème,. Ensuite, une ou plusieurs personnes sont choisies (avec leurs accords) pour représenter les différents thèmes demandés par le/la constellé-e.

Les différents représentant-e-s des thèmes sont alors placé-e-s selon le ressenti du/de la constellé-e et le/la facilitateur/trice poursuit de consteller la constellation, demandant de bouger selon la perception de chacun-e, alors que le thème est interprété. Le/la facilitateur/trice oriente chacun-e selon ce qu'expriment les représentant-e-s.

Puis, nous terminons généralement en incluant le/la constellé-e, lui demandant d'occuper sa place afin qu'il/elle participe a cette nouvelle image rétablissante de la famille, du thème en question.

Il est possible de consteller de manière individuelle. Pour cela, nous nous servons d'objets ou de papier pour configurer le système familial. Dans ce cas, le travail de perception se fait au travers du facilitateur uniquement.

Facilitatrice en Constellations Familiales,

Aida Vázquez

pratique également :

La Médiation en Communication Non Violente,  
les massages thérapeutiques & Shiatsu.

Animatrice de Cercles de Pardon,  
elle s'est formée en Suisse et en Italie  
et pratique depuis de nombreuses années.

Son expérience lui confère un savoir faire d'exception  
et son caractère est un doux mélange de savoir être,  
d'authenticité et de compétences presque innées.

Aucune méthode ne fait de miracle,  
celui-ci est dans l'essence de la vie.

Nous répondons volontiers à vos questions.

**Informations & inscriptions ici :**

+41 (0)77 406 91 08  
com.uniq.ame@gmail.com  
www.comuniqame.net

