



# Constelaciones familiares

Una forma de explorar y mejorar la dinámica familiar

## ¿QUÉ ES UNA CONSTELACIÓN FAMILIAR?

Es un proceso terapéutico que se realiza en grupo y que trabaja sobre la parte más profunda de nuestra conciencia.

La teoría sobre la que se basa esta técnica es que las personas poseemos ciertos anclajes negativos inconscientes, que nos transmiten sentimientos dolorosos y de los cuales a veces no sabemos desprendernos.

Estos anclajes nos conducen a menudo a reproducir determinados comportarnos o vivir ciertas situaciones negativas de forma repetida, sin que sepamos muy bien cómo solucionarlo.



**Las Constelaciones Familiares se realizan con varias personas que no poseen ningún vínculo entre sí y que asisten a un mismo taller.**

**Es importante aclarar que aunque las Constelaciones Familiares se realizan en grupo, no se considera una Terapia de Grupo como tal, ya que la dinámica de trabajo es muy distinta.**

## **TEMAS QUE SE PUEDEN CONSTELAR**

- Dificultades en las relaciones familiares.**
- Desarrollo personal.**
- Traumas de la infancia.**
- Problemas de pareja, actual o relaciones del pasado**
- Problemas con los hijos.**
- Orientación en momentos vitales de cambio.**



- **Depresión, tristeza y melancolía, con o sin causa aparente.**
- **Pérdidas y duelo – Superar sucesos trágicos.**
- **Recursos para afrontar enfermedades.**
- **Problemas de fertilidad, adopciones.**
- **Exclusión y problemas de relaciones sociales.**
- **Destinos difíciles (muertes prematuras, abortos).**
- **Sentimiento de Auto-sabotaje para no conseguir éxito económico, profesional, o personal.**
- **Otros temas: herencias, juicios.**
- **Orientación a nivel profesional y proyectos.**

**ESTE MÉTODO FUE CREADO**



**Por Bert Hellinger, psicoterapeuta alemán y ex sacerdote a mediados de la década de 1990 y es el fundador de esta técnica.**

**A lo largo de su trayectoria ha tratado y estudiado a familias durante más de 50 años, y observó que muchos de nosotros utilizamos inconscientemente patrones familiares destructivos que nos conducen hacia la ansiedad, la depresión, la ira, la culpa, la soledad, el alcoholismo e incluso la enfermedad como una forma de “pertenencia” a nuestras familias.**

## **SU TEORÍA**

**Es que, unido por un amor profundo, un niño a menudo sacrifica sus propios intereses en un vano intento de aliviar el sufrimiento de un padre u otro miembro de la familia.**

**Las Constelaciones Familiares nos permiten romper estos patrones para que podamos vivir de**



una forma más consciente, sana, feliz y sobretodo plena.

## **LOS RESULTADOS**

Pueden ser un verdadero cambio de vida.

Así pues, el propósito de Constelaciones Familiares es descubrir las dinámicas ocultas de una familia y sus relaciones de una manera experimental.

Este es un método suave y sensible que permite revelar las energías de las relaciones por medio de los representantes, para que pueda conducir a una solución.

Esto implica que se permite a cada miembro del sistema encontrar su lugar en el grupo a través de una conexión sana y respetuosa entre sí.

## **¿CÓMO SE DESARROLLA UNA SESIÓN DE CONSTELACIONES FAMILIARES?**



**Se reúnen varias personas incluyendo el constelador (terapeuta), y se realizan sesiones que duran una mañana o una tarde.**

**Se constelan de 3 a 6 personas, dependiendo de la organización con que previamente se haya estructurado el grupo.**

**Cada asistente dispondrá de su turno para constelar y su constelación durará aproximadamente una hora.**

**Durante la constelación, las demás personas pasan a formar parte activa de la terapia, ya que pueden a ser escogidas para representar las vivencias del inconsciente de la persona que está constelando (realizando la terapia).**

**De esta manera la dinámica de trabajo es continua y cada persona que asiste realiza un trabajo personal y grupal.**



**Psicóloga Consteladora**

**Yasmín Martínez Hernández**

**Psicóloga de Apoyo**

**Rosalba Mosqueda Ibarra**

**Fecha el 19 de Mayo**

**Cupo limitado a 15 personas**

**Horario de 9:30 a 2:30 pm**

**Costo\$ 500- Preventa \$400 (mes de Marzo)**

**Lugar Instalaciones UNIPSI**

**INDICACIONES: Venir con ropa cómoda, una frazada, y actitud de transformación positiva.**

**Inscripciones Abiertas –Tel 462 1235331**