

# CONSTELAÇÃO FAMILIAR SISTÊMICA

Psicólogo [José Carlos Dias de Almeida](#)

Esse texto visa apresentar uma visão sintética de Constelação Familiar Sistêmica, para isso devemos considerar inicialmente que a Constelação Familiar Sistêmica é uma abordagem sistêmico-fenomenológica de terapia breve, orientada pelas soluções, que foi concebida por Bert Hellinger.

Bert Hellinger nasceu em 1925, estudou filosofia, teologia e pedagogia. Sua formação religiosa levou-o depois a ingressar em uma ordem religiosa católica. Mais tarde trabalhou como missionário na África do Sul. No início dos anos 70 deixou a ordem religiosa católica dedicando-se então à psicoterapia.

Através do estudo da dinâmica de grupo, do psicodrama do psiquiatra Jacob Moreno, da Terapia Contextual de Ivan Boszormenyi-Nagy, da Técnica da Família Simulada de Virginia Satir, da terapia primal, da análise transacional e de diversos métodos hipnoterapêuticos, desenvolveu a Constelação Familiar Sistêmica.

Bert Hellinger redescobriu durante o seu trabalho com centenas de sistemas familiares que o reconhecimento do amor que existe no seio das famílias comove as pessoas e muda suas vidas. Porque um amor rompido em gerações anteriores pode causar sofrimentos aos membros posteriores de uma família, o processo de cura exige que os primeiros sejam lembrados. Nos seus workshops os participantes observam, representam pessoas de outras constelações familiares ou exploram suas próprias dinâmicas familiares ajudando Hellinger a demonstrar como o amor, mesmo se injuriado ou mal-direcionado pode ser transformado em uma força que cura.

Talvez a primeira pergunta sobre Constelação Familiar Sistêmica seja:

## O QUE ACONTECE NUMA CONSTELAÇÃO FAMILIAR SISTÊMICA?

Resumidamente podemos definir que o trabalho com constelação é transformar os “vínculos invisíveis” de uma família ou de um sistema em vínculos visíveis, utilizando-se para isso uma representação espacial. Uma vez visíveis os vínculos podem ser desemaranhados, num movimento de aproximação entre os membros do sistema. Sobre os vínculos invisíveis Franke destaca:

Rupert Sheldrake retornou a antiga idéia de totalidade abrangente, continuou a desenvolvê-la e a transformou num aspecto central de suas pesquisas. Ele descreve os princípios básicos do campo mórfico que refletem as idéias de Thales sobre a alma universal e o pensamento de Carl

Gustav Jung sobre um inconsciente coletivo. Toda estrutura, seja uma organização, um organismo ou um sistema vive num campo mórfico que atua como uma memória onde estão armazenadas todas as informações importantes do sistema. Portanto, todos os elementos individuais como partes do todo estão em ressonância com o todo. Cada parte dessa estrutura, portanto, cada membro desse sistema ou cada indivíduo de uma organização participa do conhecimento sobre o todo e de todos os acontecimentos importantes. Nesse sentido, a memória não é observada como uma função ou uma conquista pessoal de nosso cérebro, mas como um “campo de memória”, no qual nos movimentamos como um rádio, no meio das ondas radiofônicas. (FRANKE, 2006. P.39)

O conceito de campo mórfico ou morfogenético fundamenta a possibilidade de acesso aos “vínculos invisíveis” e serve para nos ajudar a entender melhor o que acontece nas constelações. Terapeutas consteladores, clientes, representantes e participantes podem “sintonizar” o campo de memória do cliente e acessarem o drama interno desse cliente, a partir daí a condução da constelação pode tornar os vínculos invisíveis em vínculos visíveis e, então, é possível ressignificar e desemaranhar.

Deve ser considerado que o cliente está sempre em ressonância com os acontecimentos atuais, mas, também, com lembranças inscritas no campo de memória, pensamento e idéias.

Pela própria dinâmica da constelação não cabe nenhum tipo de análise e não há necessidade de se discutir ou esclarecer nada. O cliente necessita apenas ver uma nova imagem que reverberará em seu inconsciente ou, como prefere Bert Hellinger, na sua alma, porque o essencial é simples.

### **COMO ISSO É FEITO NUMA CONSTELAÇÃO?**

A base da constelação é o conhecimento dos fatos e das pessoas que pertencem ao sistema do cliente. Por intermédio das reações do cliente e do terapeuta serão verificados se têm relevância para encontrar a solução. (FRANKE, 2006. P.29)

Para constelar o cliente traz um tema abordando o seu problema, os seus sintomas e o que deseja como solução. O terapeuta, que vamos chamar simplesmente de constelador, complementa as informações necessárias com uma pesquisa de aspectos biográficos (genograma, outras pessoas importantes no emaranhamento sistêmico e acontecimentos traumáticos importantes na vida do cliente, seus pais e avós), utilizando-se de poucas e breves perguntas e, também, com suas próprias observações sobre as reações do cliente. O terapeuta então se pergunta: O que é importante aqui? Com as informações o constelador desenvolve uma hipótese sobre o

emaranhamento sistêmico e, a partir daí, o trabalho passa a ser verificar essa hipótese na própria constelação.

Na pesquisa biográfica dramas familiares como: assassinatos, suicídios, acidentes, guerras e revoluções, mortes precoces, abortos espontâneos ou induzidos, adoções, abandonos, distanciamentos dos ancestrais, excluídos da família, mudança de país, relações problemáticas e outros parceiros importantes dos pais ou avós, são especialmente observados pelo constelador, pois podem conduzir a um nó no emaranhamento sistêmico.

O sintoma é outra indicação importante, porque recorda uma situação não solucionada, de acordo com a verdade interna do cliente. O sintoma foi assumido do sistema familiar em um determinado contexto, num determinado momento. Podemos supor que o sintoma esteja correto para esse contexto e momento e assim o sintoma do cliente nos conduz diretamente para dentro da sua história, no exato local onde esta congelado em seu drama. As perguntas do constelador devem então ser: O que o sintoma esta dizendo? Onde o cliente apreendeu esse comportamento? Em que situação ele faz sentido? Em que contexto? Em que época? Em que pessoa dentro do sistema familiar do cliente ele se encaixa? Quando o sintoma foi útil? O constelador vai, então, garimpando em busca do contexto adequado para ressignificá-lo, sempre partindo do princípio que o sintoma esta correto dentro de uma vivência bem precisa que não é a vivência atual do cliente, mas que pertence a uma outra época. Quando encontra, segue perguntando-se e, talvez, também ao cliente: como essa história deveria ter seguido? E como ela deve seguir agora? Franke destaca:

Nossas percepções adquirem um outro significado se partirmos do princípio de que percebemos, como corpos de ressonância, as vibrações, experiências e o conhecimento vividos e armazenados ao nosso redor. Bert Hellinger descreve como uma dinâmica básica a adoção de experiências, estados e tarefas de gerações anteriores. Uma criança assume ou desenvolve um sintoma que faz sentido dentro da dinâmica do sistema familiar. Essa dinâmica não se restringe somente aos sentimentos, mas abarca também comportamentos, impulsos e pensamentos. (FRANKE, 2006. P.57)

Para a dinâmica da Constelação Familiar Sistêmica, que a partir de agora vamos chamar de constelar, são colocados, usualmente pelo cliente, mas algumas vezes pelo próprio constelador, os representantes (pessoas para constelação em grupo ou bonecos para constelação individual) dos membros do sistema do cliente (o próprio cliente, seus pais, avós, irmãos, parceiros e etc.) em um campo predeterminado (sala para grupo ou mesa para individual), criando uma imagem espacial dos seus processos psíquicos e suas vinculações familiares, onde ocorrerá a constelação. Também podem ser colocados representantes de entidades abstratas, como: um sintoma, um segredo, um sentimento ou emoção, uma crença ou religião, a morte, a vida, a guerra, etc.. E,

ainda, podem ser colocados representantes de entidades concretas, como: uma empresa, um emprego, uma cidade ou um país, etc.

Colocados os representantes no campo a dinâmica da constelação pode confirmar ou negar a hipótese inicial e, então, o constelador faz alterações na imagem espacial da constelação, mudando representantes de lugar, acrescentando novos representantes ou tirando alguns, conduz a imaginação criativa em encontros e rituais, estabelecendo conversações com frases relativamente padronizadas, e, assim, vai revendo os “emaranhamentos sistêmicos” e ressignificando-os, num processo contínuo que tem os objetivos de aproximar os membros do sistema do cliente, encontrar um lugar seguro para o cliente e uma boa imagem para ele estar, que ele possa concordar internamente e, então, respirar aliviado.

Durante a vivência das constelações o constelador observa os sinais corporais e emocionais do cliente, que indicam ser um ponto tranquilo, ou de conforto, ou de segurança, ou de tensão, ou de angústia, ou de dor e etc., indicando, também, a direção a ser seguida. (na constelação em grupo esses sinais são mais perceptíveis nos representantes.)

A imagem (os bonecos na mesa ou os representantes na sala) pode destoar da percepção racional que o cliente possui do seu sistema de referência e isso usualmente acontece. O constelador se abstém da percepção racional e se detém na imagem apresentada, isso porque a imagem da constelação familiar representa estruturas profundas do inconsciente. O constelador, então, identifica e organiza essa imagem e, como já vimos, a partir desse momento as vivências conduzidas pelo constelador têm como objetivos aproximar os membros do sistema do cliente, encontrar um lugar seguro e uma boa imagem para esse cliente. Na constelação individual, essas vivências são conduzidas com bonecos (figuras, bonecos ou blocos colocados em uma mesa), âncoras de solo (moldes, pedaços de feltros ou papéis colocados no chão) e imaginação criativa (visão interna do sistema de referência, encontros e rituais) e permitem que o cliente caminhe protegidamente por seus espaços internos, “desatando emaranhamentos”, em direção à “ordem do amor”. Sobre constelar Franke sintetiza:

O trabalho de constelações segundo Bert Hellinger é uma forma de terapia breve, orientada pelas soluções. Traz à luz, de forma rápida e precisa, as dinâmicas que ligam o cliente de uma forma disfuncional ao seu sistema de referência, que o limitam em suas possibilidades de ação e desenvolvimento pessoal, impedindo-o de estruturar a sua vida de uma forma positiva. No método das constelações são incluídas experiências, técnicas e formas de procedimento de outras abordagens e escolas de psicoterapia, por exemplo. A hipnose, a terapia comportamental, a terapia gestalt e a terapia sistêmica. (FRANKE, 2006. P.21)

Normalmente o cliente traz um tema altamente complexo e durante a constelação o constelador pode formar gradativamente o conhecimento sistêmico, abordando temas específicos em dinâmicas diferentes e até mesmo em dias diferentes. Do ponto de vista sistêmico basta que um único passo seja dado na direção da solução desejada para que o efeito em todos os elementos já faça os diferentes níveis de organização serem atingidos. Um primeiro pequeno impulso pode levar, ao longo do tempo, à transformação desejada.

Como o tempo de cada cliente, para cada intervenção, é diferente, não se devem repetir temas em pequenos espaços de tempo. Normalmente são necessários meses, mas em algumas vezes anos, para se voltar a um mesmo tema. Tanto no momento da constelação como na transformação do cliente, após constelação, o tempo é do cliente e ele e o terapeuta não devem apressar. O inconsciente trama a favor. Sobre isso, Franke acrescenta:

[...] a decisão para uma nova constelação é assunto bem individual. Enquanto as imagens estiverem atuando internamente de forma viva, faz pouco sentido adicionar novas imagens a elas, que irão sobrepor ou se opor em relação aos efeitos anteriores. Para se decidir, o terapeuta e o cliente poderão se perguntar qual o feito que teria se fizesse, nesse momento, uma outra constelação. (FRANKE, 2006. P.35)

O cliente pode desejar uma nova constelação para algum novo aspecto que surgiu ou para verificar a constelação de um tema relevante, que esteja sendo tratado em terapia contínua. Aqui deve ser observado que em alguns casos, após uma constelação, um outro tema aparece bem depressa, porque removido o véu, podemos ver algo que ele escondia. Constelador, terapeuta da terapia contínua e cliente devem decidir o momento conveniente.

Cientes em terapia individual contínua, com outros terapeutas diferentes do constelador, podem ser bastante beneficiados se fizerem suas constelações familiares. Nesse caso é recomendável que o terapeuta da terapia individual contínua assista a constelação de seu cliente, para que sirva de subsídio e entenda movimentos do cliente conseqüentes da constelação. Como o cliente de terapia contínua usualmente já vem trabalhando o seu problema, os seus sintomas e o que deseja como solução, a escolha do tema é automática.

### **COMO TERMINA UMA CONSTELAÇÃO?**

Durante a constelação o cliente visualiza inicialmente uma imagem contida em estruturas profundas de seu inconsciente e a partir daí caminha, suportado pelo constelador, por seus espaços internos e tem a imagem inicial organizada para garantir um local mais seguro e confortável, trabalha com a sua imaginação criativa em encontros e rituais, percebe a posição do “outro” e suas emoções e vai ressignificando

“emaranhamentos sistêmicos”, até que ele possa se sentir melhor do que antes e respirar aliviado.

Ao término de uma constelação o cliente tem uma nova imagem e um novo local e basta essa pequena mudança para que diferentes níveis de percepção sejam atingidos e uma mudança mais profunda ocorra. A partir daí o resultado da constelação é aferido pelas modificações do comportamento do cliente.

### **REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

FRANKE, U. Quando fecho os olhos vejo você. As Constelações Familiares no atendimento individual. Patos de Minas: Atman, 2006.

HELLINGER, B. A fonte não precisa perguntar pelo caminho. Patos de Minas: Atman, 2002.

\_\_\_\_\_. Um lugar para os excluídos. Patos de Minas: Atman, 2006.

\_\_\_\_\_. Ordens do Amor. São Paulo: Cultrix, 2007.

SCHNEIDER, J. R. A Prática das Constelações Familiares. Patos de Minas: Atman, 2007.  
<http://www.hellinger.com>, acesso em dezembro de 2008.