

## Comprendre les constellations familiales & l'approche systémique.

Quelle est la véritable origine des conflits personnels et des problèmes relationnels? Qu'est-ce qui m'empêche d'aller de l'avant, de suivre mon chemin? Quelles sont en nous les tendances inconscientes qui nous empêchent de vivre pleinement?

Une réponse à ces questions pourrait se trouver dans votre "constellation familiale". Nos comportements sont conditionnés par notre enfance et les relations avec nos proches. Mais, il existe aussi une mémoire collective de notre histoire familiale transmise à travers les générations.

L'étude de ce "modèle vivant" de la famille permet de découvrir quels événements ou quelles personnes d'un passé remontant parfois à plusieurs générations pèsent aujourd'hui encore sur notre vie (personnes décédées jeunes, enfants mort-nés, un suicide, une immigration, un secret de famille, un «oublié»,...). Nos échecs relationnels et de couple, nos divorces, nos dépressions, nos maladies, les déboires professionnels ou les problèmes de nos enfants sont parfois en ligne directe avec ce passé.

Les constellations familiales nous montrent ce à quoi nous sommes liés inconsciemment et éclairent et démêlent les intrications avec notre histoire familiale. Celles-ci peuvent alors devenir une force, un lien d'amour, une ressource dans notre vie.

---

### Une constellation peut être utile pour :

- clarifier et améliorer sa situation dans la famille, dans le couple ou dans le domaine professionnel
- éclaircir les problèmes liés au travail, aux comportements relationnels, à des perturbations physiques
- trouver sa juste place dans la vie et en tirer force et capacité d'action
- comprendre une situation actuelle, un passage difficile dans la vie, un divorce
- comprendre des problèmes de couple, de stress, un burn-out, l'incapacité à prendre une décision au niveau personnel ou professionnel
- mieux gérer l'éducation des enfants ou le comportement d'un enfant "difficile"

**Il n'est cependant pas nécessaire d'avoir une question ou un problème particulier pour participer à un weekend ou à une soirée de constellation familiale. La découverte de cette méthode, l'envie de se mettre au service des autres, peuvent être des raisons suffisantes pour donner l'envie de participer.**