



# Università Popolare del Sociale

---

## COSA SONO LE COSTELLAZIONI FAMILIARI?

Cosa sono le Costellazioni Familiari? Una terapia? Una scienza occulta? O solamente “teorie non riconosciute”, come sostiene qualcuno?

Nella pagina di wikipedia “Costellazioni Familiari sistemiche”<sup>1</sup> leggiamo:

*Le pratiche descritte non sono accettate dalla medicina, non sono state sottoposte a verifiche sperimentali condotte con metodo scientifico o non le hanno superate. Potrebbero pertanto essere inefficaci o dannose per la salute.*

*Le Costellazioni Familiari e sistemiche sono una forma di psicoterapia basata su teorie non riconosciute come scientificamente valide o efficaci...*

Chi si avvicinerebbe ad una metodologia definita così “malamente”!

Eppure già da anni sempre più persone si stanno avvicinando alle Costellazioni Familiari. Come mai?

Questo corso è rivolto a chi vuole conoscere il metodo delle Costellazioni Familiari classiche come ideate da Bert Hellinger.

Definirei le Costellazioni Familiari un “metodo” che si rifà a diversi approcci, vediamoli insieme:

- **Procedimento sistemico della Terapia della Famiglia della scuola di Palo Alto<sup>2</sup> in California:** sviluppatasi a partire dagli anni “50, con G. Bateson come capofila.
- **Ricerca Transgenerazionale:** studi iniziati negli anni ’70 del secolo scorso dalla psicanalista francese Anne Anceline Schützenberger<sup>3</sup>. La Psicogenealogia studia le influenze dell’albero genealogico sulla vita di una persona, ovvero ripetizioni di destini in varie generazioni.
- **Metagenealogia di Alejandro Jodorowsky:** stato colui che ha inventato il termine di “Psicogenealogia”.
- **Psicodramma di Moreno:** Jacob Levi Moreno, psichiatra di origine rumena, che, nella Vienna degli anni venti, scopre l’efficacia che ha per la persona la rappresentazione scenica del suo “vissuto”. Questa rappresentazione è chiamata psicodramma.

---

<sup>1</sup> [https://it.wikipedia.org/wiki/Costellazioni\\_familiari\\_e\\_sistemiche](https://it.wikipedia.org/wiki/Costellazioni_familiari_e_sistemiche)

<sup>2</sup> La Scuola di Palo Alto è una scuola di psicoterapia statunitense che trae il suo nome dalla località californiana dove sorge il Mental Research Institute, centro di ricerca e terapia psicologica fondato da Donald deAvila Jackson nel 1959.

<sup>3</sup> Anne Anceline Schützenberger, la sindrome degli antenati, Di Renzo ed.

- **Analisi Transazionale**<sup>4</sup>: teoria psicologica ideata da Eric Berne negli anni cinquanta.
- **Influssi di Carl Rogers**<sup>5</sup>: noto in tutto il mondo per i suoi studi sul counseling e la psicoterapia all'interno della corrente umanistica della psicologia.

Le Costellazioni Familiari secondo il metodo di Bert Hellinger, dunque, sono un modo di “mettere in scena” la famiglia - attuale o di origine - in modo da “mostrare” ed evidenziare i legami tra un problema attuale della persona (cliente) e ciò che è avvenuto nella sua storia familiare e che ha bloccato la sua realizzazione o il suo benessere.

Chi conduce una Costellazione Familiare può provenire da diverse professioni, da diversi studi e da diverse esperienze. Per condurre una Costellazione familiare, comunque, ritengo sia importante possedere una buona capacità intuitiva, solide basi di conduzione di gruppi, di crescita personale, di comunicazione e di Psicogenealogia.

Nel 2000, in occasione di un'intervista, chiesero a Bert Hellinger<sup>6</sup>: *«È possibile studiare le Costellazioni Familiari?»*

Ecco la risposta di Hellinger:

*«È possibile imparare alcune cose. Anche se si ha una certa predisposizione, tuttavia, non significa che si possa mettere in scena una rappresentazione. Occorrono conoscenze di base, occorre osservare e poi si possono imparare determinate cose. In questo modo, ovviamente, il processo si semplifica. Non è necessario ripartire nuovamente dalle radici, perché altri hanno già segnato la strada. Allora si può tranquillamente seguire questa strada, e se lo si fa con mente aperta, poi si può anche procedere autonomamente. »*

---

<sup>4</sup> [https://it.wikipedia.org/wiki/Analisi\\_transazionale](https://it.wikipedia.org/wiki/Analisi_transazionale)

<sup>5</sup> Carl Ramson Rogers (1902-1987) è stato uno psicologo statunitense.

<sup>6</sup> Bert Hellinger: (Leimen/Baden, 16 dicembre 1925) è uno psicologo e scrittore tedesco. Studioso di teologia e pedagogia, a partire dal 1980 espose le basi delle sue linee teoretiche e metodologiche in merito alle Costellazioni Familiari e Sistemiche

