



Università Popolare del Sociale

## **Costellazioni Familiari individuali**

Oltre che svolte in gruppo le costellazioni possono essere svolte individualmente. In entrambi i casi il cliente pone una richiesta o definisce un intento da raggiungere, quindi colloca nello spazio gli oggetti-simbolo rappresentanti la sua famiglia.

Le costellazioni individuali possono avere una durata che va dai 20 ai 60 minuti. In genere l'incontro individuale necessita di due sessioni. Nella prima sessione si raccolgono le informazioni sul sistema familiare, necessarie per creare la costellazione. Nella seconda sessione, utilizzando i Playmobil, fogli di carta, o altri oggetti-simbolo, ecc., il cliente posiziona il suo sistema familiare così come farebbe in un gruppo di persone.

Le costellazioni individuali possono essere utilizzate non solo per la risoluzione di problemi riguardanti il sistema familiare ma anche per affrontare questioni di realizzazione personale: lavoro, carriera, denaro, successo, relazioni e progettualità future.

## **L'impiego di simboli o oggetti nelle costellazioni familiari individuali**

Il modello più semplice è quello in cui si dispongono su una superficie (una scrivania o un tavolo) figure o simboli dei vari familiari. Si possono usare, per esempio, figure costruite con il pongo, oppure i Playmobil, dei bocconcini.

Si tratta di una forma di costellazione molto generale che offre una panoramica sulle dinamiche familiari e permette di avervi accesso. Il lavoro diventa più simile a un gioco e vi possono partecipare anche i bambini. L'effetto spesso è profondo e stupefacente.



In un altro metodo, il conduttore può distribuire al cliente dei **fogli di carta** su cui sta scritto il ruolo della persona rappresentata (padre, madre, fratello, ecc.). Oppure il conduttore stesso può dire al cliente: “Prendi me come rappresentante di tuo padre e assegnami un posto nella stanza”. Poi la posizione andrà segnata con un foglio (o un altro oggetto) e poi si proseguirà allo stesso modo con la madre, ecc. fino al rappresentante del cliente stesso.

Il conduttore potrà girare fra le varie posizioni e immedesimarsi nei diversi ruoli e da lì potrà pronunciare frasi, di volta in volta nel ruolo di padre o di madre. Il cliente, tornato al proprio posto prenderà nota delle percezioni emerse.

Questo modo di procedere è adatto a rappresentazioni con poche persone e con un tema particolare della famiglia.

È importante che il conduttore, oltre ad avere flessibilità, sappia anche distinguere chiaramente tra le frasi da lui pronunciate nel ruolo della persona rappresentata in una data posizione e quelle che usa come conduttore: i due ruoli devono essere distinti e separati.

Es. il conduttore si mette sopra il foglio di carta e parla al cliente in veste di padre: “*Io sono l’adulto, tu il bambino*”. Poi si allontana dal foglio, assume una posizione neutrale e domanda al cliente: “*Come ti senti quando tuo padre ti dice questo?*”

Con queste forme di rappresentazioni individuali è possibile affrontare molte dinamiche e conflitti.

ALBO: Consultate l’Albo per Regioni dei Costellatori diplomati all’Università Popolare del Sociale se necessitate di una Costellazione Familiare individuale.