

E-BOOK

COSTELLAZIONI FAMILIARI

di
Maria Luisa
Mirabella



WWW.UNIVERSITADELSOCIALE.ORG

COSTELLAZIONI FAMILIARI

Le costellazioni familiari sono un metodo di guarigione olistico che sta guadagnando sempre più popolarità per la sua capacità di trasformare le relazioni e risolvere problemi radicati nelle dinamiche familiari. Questo approccio terapeutico, sviluppato dallo psicoterapeuta tedesco Bert Hellinger, si basa sull'idea che le energie e i modelli di comportamento si trasmettono attraverso più generazioni, influenzando la nostra vita.

Una costellazione familiare si concentra sulle dinamiche e sui legami all'interno di una famiglia o di un sistema lavorativo. L'obiettivo è identificare e risolvere le tensioni nascoste, i conflitti irrisolti e le lealtà familiari che possono influenzare negativamente.



L'autore

Mi chiamo Maria Luisa Mirabella, sono nata e vivo a Torino. Ho conseguito una Laurea quadriennale in Lingue e Letterature straniere conseguita alla Facoltà di Lettere e Filosofia dell'Università di Torino.

Sono Presidente, Direttore Didattico e docente dell'Università Popolare del Sociale.

Dal 2012 insegno alla Scuola di Costellazioni Familiari Classiche.

Lavoro, inoltre come Kinesiologa emozionale transgenerazionale e come Life e Business Coach.

FIND ME

Email :

uds.tutor@gmail.com

Website :

www.universitadelsociale.org



*Ognuno si faccia carico del proprio destino e delle
conseguenze del proprio comportamento,
senza addossarli ad altri.*

BERT HELLINGER



LA SESSIONE DI COSTELLAZIONI FAMILIARI

Durante una sessione di costellazioni familiari, il facilitatore lavora con il cliente per identificare un problema o una situazione specifica su cui concentrarsi. Successivamente, il cliente sceglie i membri del gruppo per rappresentare i membri della propria famiglia o altri elementi del sistema, in base alle istruzioni del Costellatore familiare e alle intuizioni del cliente.

Man mano che la costellazione prende forma, il facilitatore guida il processo, permettendo ai rappresentanti di esprimere ciò che sentono e osservando le interazioni tra di loro. Questo può portare a rivelazioni sorprendenti e a nuove prospettive sulle dinamiche familiari.



I PLAYMOBIL



I BENEFICI DELLE COSTELLAZIONI FAMILIARI

Le costellazioni familiari possono portare numerosi benefici, tra cui:

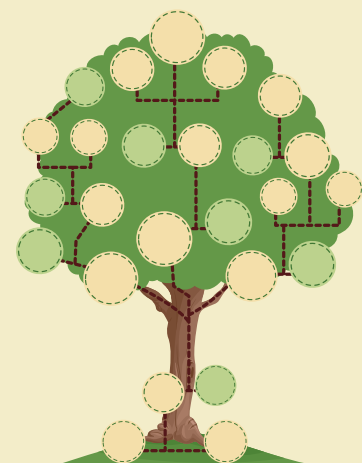
- **Guarigione delle ferite emotive:** le Costellazioni Familiari aiutano a guarire vecchie ferite emotive e a risolvere i traumi del passato che si tramandano di generazione in generazione
- **Riconciliazione:** comprendere gli schemi familiari può portare a un miglioramento delle relazioni tra i membri della famiglia.
- **Sviluppo personale:** Con la consapevolezza delle nostre dinamiche familiari, possiamo guarire rapporti e raggiungere il nostro pieno potenziale.
- **Liberazione da blocchi e pesi:** Le costellazioni familiari possono aiutarci a identificare e liberare i blocchi e pesi che non ci appartengono.



COSTELLAZIONI FAMILIARI A DISTANZA

- Costellazioni familiari individuali a distanza:** In una sessione individuale, il facilitatore e il cliente si connettono tramite videoconferenza o smartphone. Il facilitatore può utilizzare diversi metodi per rappresentare i membri del sistema familiare, come ad esempio oggetti simbolici (playmobil, pupazzetti), disposti su un tavolo. Il cliente può anche essere guidato dal facilitatore a visualizzare mentalmente la disposizione dei membri della famiglia e a percepire le dinamiche e le emozioni che emergono. Durante la sessione, il facilitatore e il cliente lavorano insieme per esplorare e risolvere le problematiche familiari, utilizzando le stesse tecniche delle costellazioni familiari in presenza.
- Costellazioni familiari di gruppo a distanza:** In una sessione di gruppo online, il facilitatore e i partecipanti si connettono tramite una piattaforma (Zoom o Skype). Durante la sessione, il facilitatore guida il cliente e i rappresentanti dei membri del sistema familiare del cliente, i quali sono invitati a condividere le loro percezioni e le loro emozioni.

GLI STUDENTI

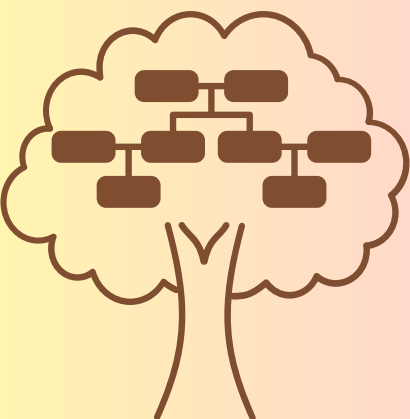




I VANTAGGI DELLE COSTELLAZIONI FAMILIARI A DISTANZA

Le costellazioni familiari a distanza offrono alcuni vantaggi rispetto alle sessioni in presenza, tra cui:

- **Maggiore accessibilità:** Le persone che vivono in aree remote o che hanno difficoltà a viaggiare possono partecipare più facilmente alle sessioni a distanza.
- **Flessibilità:** Le sessioni a distanza possono essere programmate in modo più flessibile, in base alle esigenze del cliente e del facilitatore.
- **Comfort e sicurezza:** Le persone possono sentirsi più a proprio agio e in un ambiente sicuro partecipando alle sessioni di costellazioni familiari dal proprio spazio personale





LE COMPETENZE DI UN COSTELLATORE FAMILIARE

- **Formazione e conoscenza:** solida formazione nella teoria e nella pratica delle costellazioni familiari.
- **Empatia e competenze di ascolto attivo.**
- **Capacità di osservazione e analisi:** riconoscere i modelli di comportamento e le tensioni nascoste che influenzano il sistema familiare.
- **Intuizione e sensibilità:** per percepire le energie e le emozioni durante la costellazione.
- **Abilità comunicative:** chiarezza e sintesi.
- **Flessibilità e adattabilità**
- **Etica professionale:** deve garantire un ambiente sicuro, protetto e rispettoso.
- **Autocoscienza e sviluppo personale:** deve essere consapevole delle proprie emozioni, paure e modelli familiari, lavorando costantemente sulla propria crescita personale.





SBocchi LAVORATIVI DEL COSTELLATORE FAMILIARE

Un costellatore familiare può trovare diverse opportunità di lavoro e collaborazione nel campo del benessere e dello sviluppo personale. Ecco alcuni possibili sbocchi lavorativi:

- **Pratica privata:** sessioni individuali e di gruppo di costellazioni familiari.
- **Collaborazione con centri di terapia e consulenza:** come parte di un approccio olistico al benessere e allo sviluppo personale del cliente.
- **Collaborazione con istituzioni e aziende:** lavoro con scuole, ospedali, aziende.
- **Integrazione in altre professioni:** insegnamento, psicologia, coaching, mediazione familiare, consulenza aziendale.

La carriera di un costellatore familiare può quindi essere molto varia e flessibile, a seconda delle proprie competenze, interessi e ambizioni professionali.

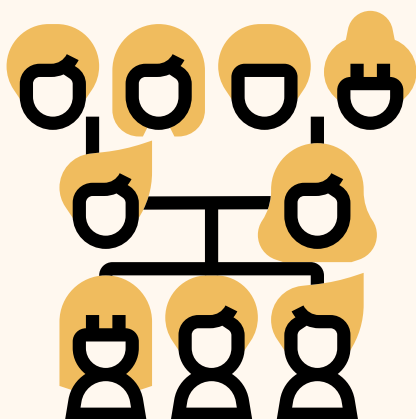




LA FORMAZIONE DEL COSTELLATORE FAMILIARE

Frequentando la Scuola per diventare Costellatore Familiare, acquisirai una serie di competenze teoriche e pratiche che ti permetteranno di condurre sessioni di costellazioni familiari in modo efficace e sicuro. Alcune delle competenze che potresti acquisire includono:

- **Conoscenza teorica:** le origini, i principi e le leggi sistemiche, la psicogenealogia e il genogramma.
- **Tecniche e metodi:** competenze pratiche per condurre sessioni di costellazioni familiari, sia in presenza che a distanza.
- **Intuizione e percezione sistemica:** capacità di percepire le dinamiche nascoste all'interno dei sistemi familiari.
- **Etica professionale:** come rispettare i confini, la privacy e l'autonomia del cliente.
- **Autoconsapevolezza e crescita personale:** capacità di introspezione, empatia e resilienza.
- **Supervisione e apprendimento continuo:** per mantenere e migliorare le proprie competenze come Costellatore familiare.



*Se i nostri genitori non si amavano
e non si capivano, come facciamo
a sapere che aspetto ha l'amore?
L'eredità più preziosa che i genitori
possono dare ai propri figli è la
propria felicità. I nostri genitori
potrebbero essere in grado di
lasciarci denaro, case e terra, ma
potrebbero non essere persone
felici. Se abbiamo genitori felici,
abbiamo ricevuto l'eredità più ricca
di tutte.*

(Thich Nhat Hanh)



I LIMITI DELL'AIUTARE

Il primo disordine dell'aiutare inizia quando vogliamo dare ciò che non abbiamo e prendere ciò di cui non abbiamo bisogno. Oppure quando ci aspettiamo e pretendiamo dall'altro ciò che non ci può dare, perché non lo possiede. Ma anche quando NON dobbiamo dare perché sottrarremmo all'altro qualcosa che può o deve sopportare da solo.

Dare e prendere hanno dunque dei limiti. Riconoscere tali limiti e rispettarli fa parte dell'arte dell'aiutare.

(Bert Hellinger)



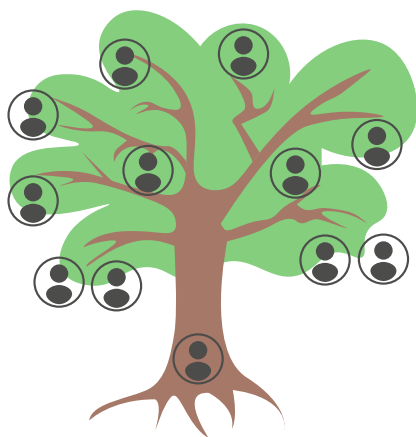
L'EQUILIBRIO DEI RUOLI

Il genitore è quello "grande" e dà, il figlio è quello "piccolo" e prende. Mantenere l'equilibrio dei ruoli in una famiglia è importante. Un sovvertimento dei ruoli tra genitori e figlio può generare problemi, allontanamenti e sofferenze.



L'ALBERO SI GIUDICA DAI FRUTTI

Un albero si giudica sempre dai suoi frutti. Se i frutti sono amari, anche se vengono da uno splendido albero maestoso, l'albero è cattivo. Se i frutti sono buoni, anche se provengono da un alberello tutto storto, è un albero meraviglioso. L'albero in noi è tutta la nostra famiglia, passata e futura, e noi ne siamo i frutti.



(A. Jodorowsky)

Come diventare Costellatore Familiare



01

LEGGI CON ATTENZIONE

Vai alla pagina del sito
(www.universitadelsociale.org) e leggi con
attenzione fino in fondo.

02

PRENOTA UN COLLOQUIO

Prenota via whatsapp un colloquio di
orientamento e informazioni con me.

03

ISCRIVITI

Richiedi il form di iscrizione a:

Segreteria@universitadel sociale.org

04

INIZIA A STUDIARE

Inizia a studiare i videocorsi.

