



ATELIER CONSTELLATIONS SYSTEMIQUES ET FAMILIALES

Vous traversez un blocage récurrent ou vous ressentez une charge émotionnelle pesante ?
Vous observez des tensions dans vos relations ou vous vivez une situation difficile sur le plan familial, amoureux ou professionnel ?

Les constellations systémiques et familiales en groupe offrent un espace puissant et bienveillant pour mettre en lumière ce qui se joue dans l'ombre et libérer certains blocages.

Qu'est-ce qu'une constellation de groupe ?

Une constellation de groupe est une mise en espace de votre système : votre famille, une situation, une problématique ou encore un symptôme. Au lieu de simplement parler du problème, nous allons le "matérialiser" dans l'espace grâce aux participants de l'atelier.

Deux manières de participer

- **Le Constellant** : C'est la personne qui vient avec une demande ou une problématique. Elle choisit des personnes dans le groupe pour représenter les membres de sa famille ou les éléments liés à la situation. Elle commence par observer puis participe progressivement à sa propre constellation afin de vivre et ressentir les mouvements de résolution et de libération
- **Le Représentant** : C'est la personne qui ne dépose pas sa propre histoire, mais qui accepte de représenter un membre de la famille ou un élément du système du constellant.

Le saviez-vous ?

On ne devient jamais représentant par hasard. Le rôle joué entre souvent en résonance avec notre propre histoire et peut apporter de profondes prises de conscience, en douceur.

Le cadre de l'atelier

Pour que le travail puisse se vivre dans un climat de confiance et de sécurité, chaque atelier repose sur trois piliers essentiels :

- **La Confidentialité** : Tout ce qui est dit et vécu durant l'atelier reste dans l'atelier.
- **La Bienveillance et le non-jugement** : L'histoire de chacun est accueillie avec respect, écoute et ouverture du cœur.
- **La Liberté** : Rien n'est jamais imposé. Si un rôle vous semble inconfortable, vous êtes libre de refuser ou de vous retirer à tout moment.

En pratique

- **Durée** : Une demi-journée, soit environ 4 heures - (8h00 à 12h00 ou 14h00 à 18h00)
- **Déroulement** : Nous commençons par un temps d'accueil et d'ancrage afin de créer une dynamique de groupe sécurisante, puis nous réalisons les constellations (Environ 3 par demi-journée). Une pause conviviale est prévue au milieu de l'atelier.
- **Tarif** : 60 euros