

# Você sabe o que é **'CONSTELAÇÃO FAMILIAR'?**

**TALVEZ VOCÊ JÁ TENHA OUVIDO** a expressão “Constelação Familiar”, mas você sabe o que significa? Trata-se de uma prática de medicina alternativa criada pelo psicoterapeuta alemão Bert Hellinger. Cada vez mais popular, no Brasil é adotada pelo SUS (Sistema Único de Saúde) e pelo Sistema Judiciário.

POR BRUNA CAROLINE

## *Prática analisa comportamentos passados de geração em geração*

“O método estuda os padrões de comportamento de grupos familiares através de suas gerações, trazendo para a consciência esses padrões e realizando a quebra dos mesmos”, explica a consteladora familiar e advogada, Rebeca Mamedo Chuluck, de São José dos Campos.

Entre os benefícios proporcionados pela técnica estão o encontro do indivíduo dentro do sistema familiar e a ruptura de comportamentos prejudiciais. “Entender porque agimos de determinada forma nos ambientes em que somos inseridos, é um dos

resultados alcançados pela técnica”, conta a servidora pública Deise Brandes Barcellos Rossini, de São José. Introduzida na técnica como participante, atualmente a servidora também atua como facilitadora de constelações.

Ela acrescenta que a ampliação da consciência é o ponto principal do método. “O maior benefício dessa ampliação de consciência é poder se auto conhecer, se auto amar e, o mais importante, se auto perdoar”, explica Deise.

### SESSÕES

As sessões de Constelação Familiar podem ser realizadas em grupo, com participantes que interpretam o sistema familiar, ou individualmente, com o auxílio de bonecos.

Rebeca explica que as sessões têm duração de, aproximadamente, duas horas, sendo possível perceber os resultados após a primeira sessão. A consteladora esclarece, porém, que a terapia não pode ser realizada sempre. “Constelação de assuntos diferentes pode ser feita com um mês de diferença. Já de assuntos iguais, o tempo mínimo é de seis meses”.

### POPULARIZAÇÃO

A Constelação Familiar é uma das Práticas Integrativas



**O maior benefício dessa ampliação de consciência é poder se auto conhecer, se auto amar e, o mais importante, se auto perdoar”**

*Deise Rossini, facilitadora de constelações*

e Complementares oferecidas, gratuitamente, por meio do SUS, como complemento a tratamentos. O Sistema Judiciário também faz uso do método. Na Justiça, a técnica é utilizada para ajudar a solucionar conflitos.

Vale ressaltar, no entanto, que a prática não tem eficácia científica comprovada. O Conselho Federal de Medicina, inclusive, critica a oferta da terapia, assim como de outras Práticas Integrativas e Complementares, pelo SUS.

