



## Costellazioni Familiari

Chiarire il passato per progettare un futuro migliore

In ogni nucleo familiare esistono degli ordini strutturali fissi che vengono utilizzati per mantenere in equilibrio l'intero sistema e sono così potenti da trasmettersi di generazione in generazione. Sulla base di queste dinamiche, quasi sempre inconsce, può accadere di attribuire a sé stessi o ad altri membri del gruppo, responsabilità, ruoli e aspettative che creano conflitti, tensioni e disagi, che causano sofferenza e indeboliscono lo stato di salute.

Partecipare ad una costellazione familiare offre la possibilità di comprendere quanto la vita di ciascuno sia condizionata da sentimenti e comportamenti che non sono veramente propri, ma che ognuno si è caricato nel tentativo di mantenere ordine e armonia all'interno del sistema.

Attraverso una acquisita consapevolezza, è possibile trovare un nuovo equilibrio, e vivere ogni relazione in modo più soddisfacente.

### Come prepararsi ad un incontro di Costellazioni Familiari

*Informati sulla tua storia familiare, ecco alcuni esempi di domande:*

1. Come si sono conosciuti i tuoi genitori e quanti anni avevano?
2. Quanti anni avevano quando si sono sposati?
3. Stanno ancora insieme o si sono separati?
4. Quanti fratelli/sorelle hai?
5. Quanti Fratelli/sorelle hanno i tuoi genitori?
6. Qualcuno dei tuoi fratelli ha avuto un destino particolare?
7. Qualcuno della famiglia è stato in guerra?
8. C'è qualcuno che ha lasciato un'eredità o ha ereditato un ingente patrimonio?
9. In famiglia qualcuno è stato vittima di un crimine?
10. Qualcuno è emigrato?
11. Ci sono state delle adozioni?
12. C'è stato un aborto?
13. C'è qualcuno con genitori di diverse nazionalità?

GLI INCONTRI SARANNO CONDOTTI DA:

**Enrica Scambia** Counselor SICO, docente del Sistema Rio Abierto, facilitatrice di Costellazioni Familiari.

**[www.ginnasticaemo.com](http://www.ginnasticaemo.com)**

PER PRENOTAZIONI E INFORMAZIONI:

tel: 06.45217222 – 335.363854 – [centrolistico@aconet.biz](mailto:centrolistico@aconet.biz)

[www.laviadelcuore.biz](http://www.laviadelcuore.biz)