


EXPANSÃO, APLICABILIDADE E EFEITOS DA CONSTELAÇÃO SISTÊMICA E FAMILIAR NO BRASIL

 <https://doi.org/10.56238/arev6n4-320>

Data de submissão: 19/11/2024

Data de publicação: 19/12/2024

Vanêssa Emanuela Marques de Paula

Graduado em Direito pela Faculdade de Direito do Vale do Rio Doce (1997). Pós-graduado em Direito Civil e Processo Civil pela Faculdade de Direito do Vale do Rio Doce (1999). Pós-graduado em Direito Civil pela Escola Superior de Direito da OABMG (2020). Mestre em Inovação Tecnológica e Propriedade Intelectual (UFMG). Doutoranda em Inovação Tecnológica e Propriedade Intelectual (UFMG). Facilitadora e Professora de Constelação Sistêmica e Familiar do Instituto Imensa Vida.

E-mail: vanessa_emanuela@hotmail.com

Currículo Lattes: <http://lattes.cnpq.br/4287196543678020>

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4876-0888>

Vasco Ariston de Carvalho Azevedo

Membro da Academia Brasileira de Ciências, Comendador da Ordem do Mérito Científico do MCTI, do comitê consultivo de Genética e do grupo de trabalho sobre políticas públicas em Biotecnologia e Recursos Genéticos do COBRG/CNPq, coordenador do Laboratório Internacional Associado Bact-infla do INRA e da UFMG. Professor Titular, pesquisador 1A do CNPq. Possui graduação em Medicina Veterinária pela Faculdade de Medicina Veterinária da Universidade Federal da Bahia (1986), mestrado (1989) e doutorado (1993) em Genética de Microrganismos pelo Institut National Agronomique Paris Grignon. Pós-doutorado no Departamento de Microbiologia da Escola de Medicina da Universidade da Pensilvânia (EUA, 1994). Professor Titular do Instituto de Ciências Biomédicas da Universidade de São Paulo (2004) e Doutor em Bioinformática pela UFMG (2017).

E-mail: vascoariston@gmail.com

Currículo Lattes: <http://lattes.cnpq.br/1020477751003832>

ORCID: <http://orcid.org/0000-0002-4775-2280>

RESUMO

A Constelação Sistêmica e Familiar, desenvolvida pelo terapeuta alemão Bert Hellinger no final da década de 1970, é uma abordagem terapêutica breve e inovadora. Recria cenas por meio da representação, trazendo à consciência emoções e sentimentos que causam conflitos de relacionamento. Esse processo revela dinâmicas ocultas, lealdades invisíveis e padrões repetitivos dentro dos sistemas, possibilitando sua organização e resignação. A abordagem, que engloba os fundamentos de muitas técnicas terapêuticas, responde de forma rápida e eficiente. Apesar das poucas evidências científicas, ganhou muitos adeptos e se expandiu globalmente devido à sua adaptabilidade e eficácia. Ao longo dos anos, seus fundamentos evoluíram e foram aplicados para além das relações familiares, alcançando outras relações jurídicas, empresariais, educacionais e de saúde. Essa expansão global do método é um testemunho de sua confiabilidade. Este artigo aborda as Constelações Sistêmicas e Familiares, sua expansão mundial e sua aplicabilidade e efeitos em diversas áreas. A metodologia aplicada foi uma revisão bibliográfica combinada com a aplicação de um questionário sobre sua aplicabilidade e efeitos em múltiplos conflitos e pesquisa empírica sobre sua eficácia, riscos e benefícios para a resolução de disputas e desafios. Em conclusão, o método tem ampla aplicabilidade e alcança efeitos rápidos em comparação com outras técnicas ou estratégias, notadamente no contexto familiar onde é mais utilizado. O método enfrenta oposição porque é considerado por muitos como uma pseudociência sem

eficácia científica comprovada ainda. Mesmo assim, é amplamente difundido e utilizado por terapeutas, consultores e coaches em diversas áreas. Como qualquer abordagem terapêutica, alcançar resultados requer preparação e treinamento adequados de facilitadores, ética, responsabilidade e comprometimento.

Palavras-chave: Constelação Sistêmica. Constelação Familiar. Expansão. Aplicabilidade. Efeitos.

1 INTRODUÇÃO

Constelações Sistêmicas e Familiares, desenvolvidas pelo terapeuta alemão Bert Hellinger no final da década de 1970, surgiram como uma abordagem terapêutica inovadora para compreender e resolver dinâmicas relacionais que afetam a vida individual e coletiva. Baseada na ideia de que os indivíduos estão interligados por um sistema de laços familiares e sociais, essa metodologia não apenas explora as relações interpessoais, mas também busca identificar os padrões subjacentes que influenciam comportamentos e decisões. Desde a sua criação, as Constelações Sistêmicas e Familiares se expandiram para além do contexto terapêutico pessoal e familiar, encontrando aplicabilidade em outras relações como jurídica, empresarial, educacional, de saúde, entre outras.

A nível pessoal, a abordagem da Constelação Sistêmica e Familiar é um catalisador para o crescimento pessoal. Promove uma consciência expandida, permitindo que os indivíduos encontrem seu lugar nos relacionamentos. Essa jornada de autodescoberta leva a um maior autoconhecimento, autorresponsabilidade, empoderamento e autonomia, libertando os indivíduos da influência de padrões de relacionamento repetitivos.

A abordagem da Constelação é fundamental para organizar o Sistema dentro do contexto familiar. Promove uma compreensão mais profunda da Hierarquia, pertencimento e equilíbrio nas trocas. Esse entendimento abre caminho para uma melhor comunicação e empatia entre os membros da família, promovendo autonomia, clareza, respeito e liberdade nas relações familiares.

Nas relações jurídicas, essa abordagem contribui para a pacificação dos conflitos, pois cada parte assume a responsabilidade e se coloca no lugar da outra, entendendo sua posição; Isso permite que o conflito seja resolvido de maneira amigável e consciente, sem que terceiros imponham uma decisão.

No ambiente empresarial, os princípios das constelações têm sido utilizados para resolver conflitos, melhorar a comunicação e promover a coesão entre as equipes, fornecendo insights valiosos sobre a dinâmica organizacional. Essa abordagem pode aumentar significativamente a eficácia da equipe e a satisfação no trabalho, destacando sua relevância na gestão contemporânea. Ajuda a escolher produtos, analisar e entender o mercado e respeitar clientes e concorrentes.

As Constelações Sistêmicas e Familiares promovem empatia, respeito, autoconfiança, autoconhecimento e autonomia educacional. Facilitam a compreensão e melhoram as relações entre professores e alunos, profissionais da educação, escolas e famílias, favorecendo assim todo o desempenho acadêmico e o desenvolvimento pessoal e profissional.

Na Saúde, a abordagem da Constelação Sistêmica e Familiar promove o respeito, a aceitação e a compreensão dos sintomas ou doenças, o que possibilita uma melhor resposta ao tratamento,

proporciona força e coragem para o paciente enfrentar as adversidades e, muitas vezes, como no caso das doenças psicossomáticas, possibilita o desaparecimento dos sintomas.

Este artigo explora as Constelações Sistêmicas e Familiares, sua evolução e expansão mundial, sua aplicabilidade em diversas áreas e os efeitos observados em diferentes contextos. Ao abordar essas questões, buscamos contribuir para uma compreensão mais profunda do potencial e das implicações práticas dessa abordagem na promoção de relacionamentos e ambientes mais saudáveis e promissores.

2 METODOLOGIA

2.1 REVISÃO DA LITERATURA

Foi realizada extensa pesquisa bibliográfica para compreender os fundamentos das Constelações Sistêmicas e Familiares, sua expansão pelo mundo, sua evolução como abordagem terapêutica, sua aplicabilidade em diferentes áreas e os efeitos alcançados. As fontes consultadas incluíram:

- Obras de Bert Hellinger e outros autores: Textos fundamentais que descrevem os princípios e práticas das Constelações Sistêmicas e Familiares.
- Artigos acadêmicos: Estudos revisados por pares que abordam a eficácia, evolução, aplicação e efeitos da abordagem.
- Relatos Profissionais: Pesquisa com profissionais de Constelações Sistêmicas e Familiares que atuam em diferentes áreas e seus relatos sobre a abordagem, sua evolução, sua aplicação, sua eficácia e seus efeitos em outros contextos.

2.2 PESQUISA EMPÍRICA

Um questionário foi desenvolvido e aplicado para coletar dados sobre a abordagem da Constelação Sistêmica e Familiar, sua aplicabilidade, evolução, desenvolvimento, efetividade e efeitos. O questionário foi distribuído a Facilitadores da Abordagem com diversas formações profissionais, incluindo terapeutas, psicólogos, administradores, advogados e outros. A coleta de dados incluiu:

- Envio do Questionário: O questionário foi distribuído a uma amostra diversificada de profissionais utilizando uma plataforma online (WhatsApp, E-mail, Google Forms).
- Análise de Dados: Avaliação quantitativa e qualitativa das respostas para identificar padrões e tendências, eficácia, aplicação, expansão e efeitos da Constelação Sistêmica e Familiar em diversos contextos.

2.3 ANÁLISE ESTATÍSTICA

Na pesquisa empírica, o questionário com 19 (dezenove) questões sobre Constelação Sistêmica e Familiar, a formação de seus facilitadores, seu perfil, sua aplicabilidade, efeitos e efetividade foi enviado a 650 (seiscentos e cinquenta) profissionais de diferentes formações profissionais que utilizam a abordagem e seus princípios, incluindo terapeutas, psicólogos, advogados, administradores, entre outros.

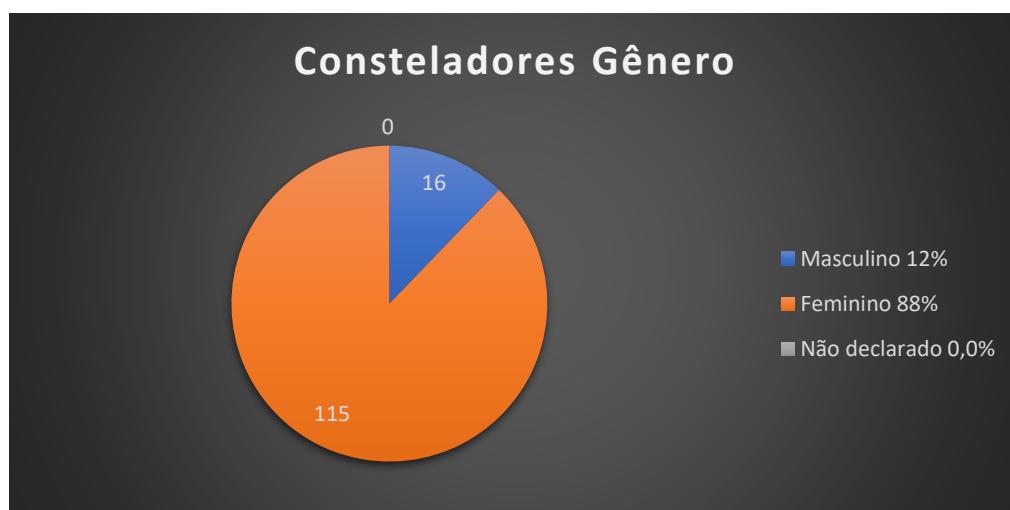
Foram respondidos 131 (cento e trinta e um) questionários, correspondendo a uma taxa de resposta de 20,15% (vinte e quinze por cento).

3 RESULTADOS

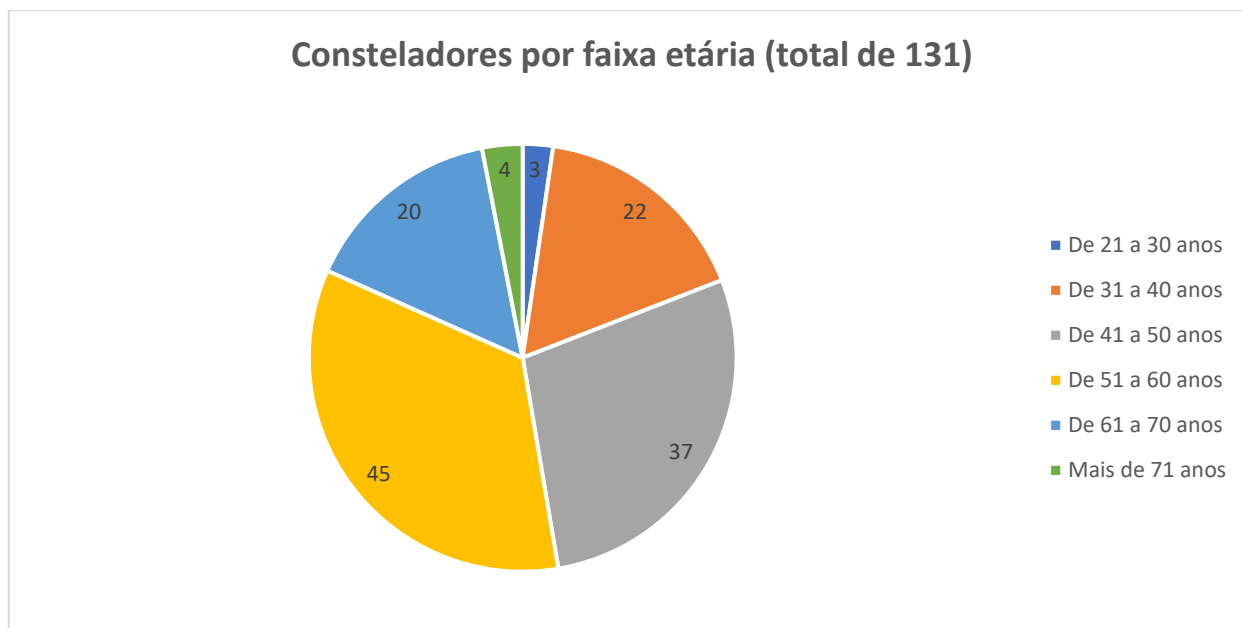
3.1 ANÁLISE QUANTITATIVA

Considerando a aplicação do questionário a 650 Facilitadores de Constelações Sistêmicas e Familiares, obteve-se um índice de 20,15% de respondentes. Em uma análise quantitativa, encontramos os seguintes resultados:

3.1.1 Consteladores sexo

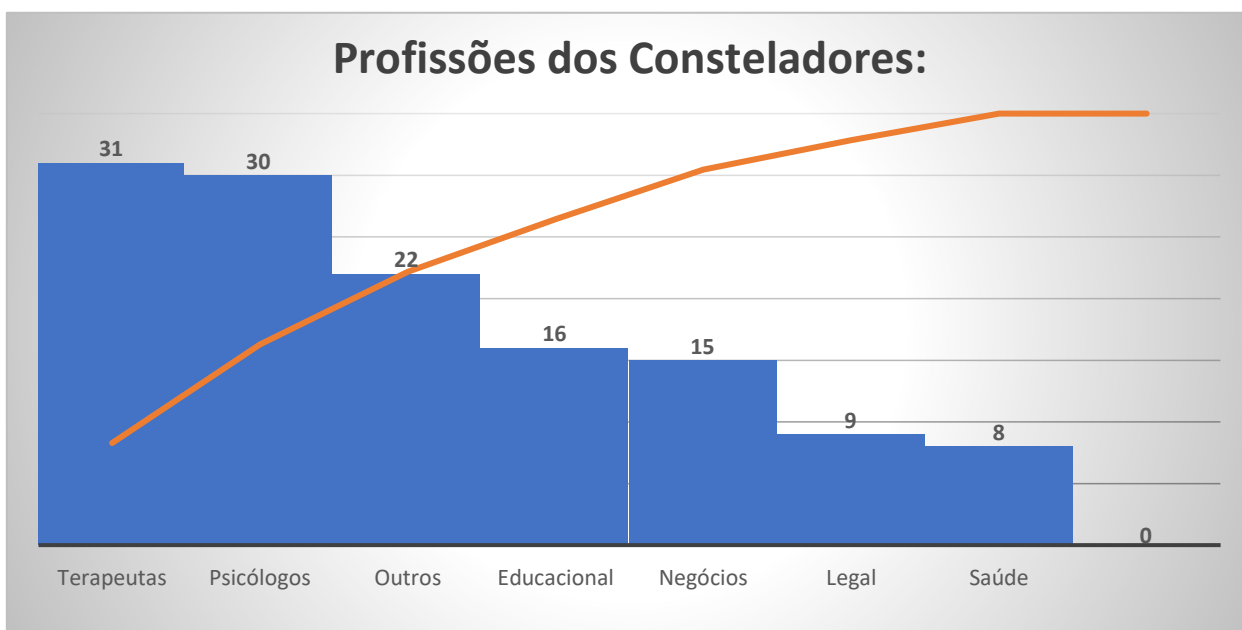


3.1.2 Faixa etária dos consteladores



3.1.3 Profissões dos consteladores

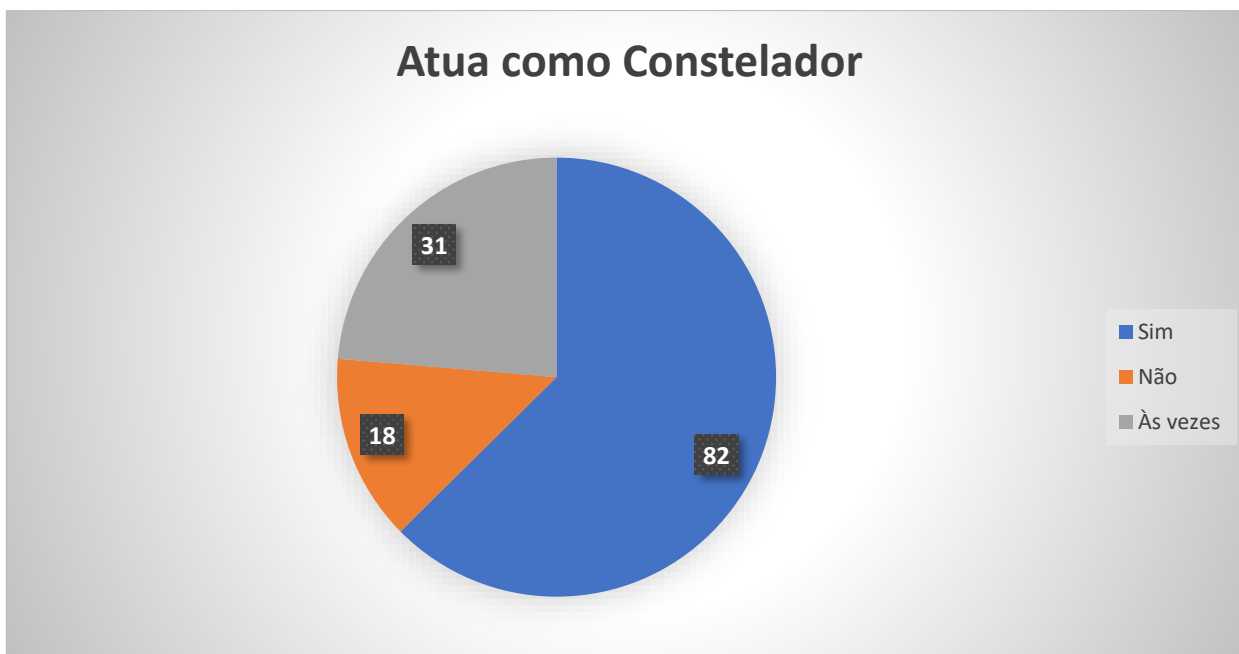
Dos 131 respondentes, o número mais significativo de Consteladores respondidos foram terapeutas (31) e psicólogos (30). Houve também menos Consteladores atuando nas seguintes áreas: educação (16), negócios (15), direito (09), saúde (08) e outras (22).



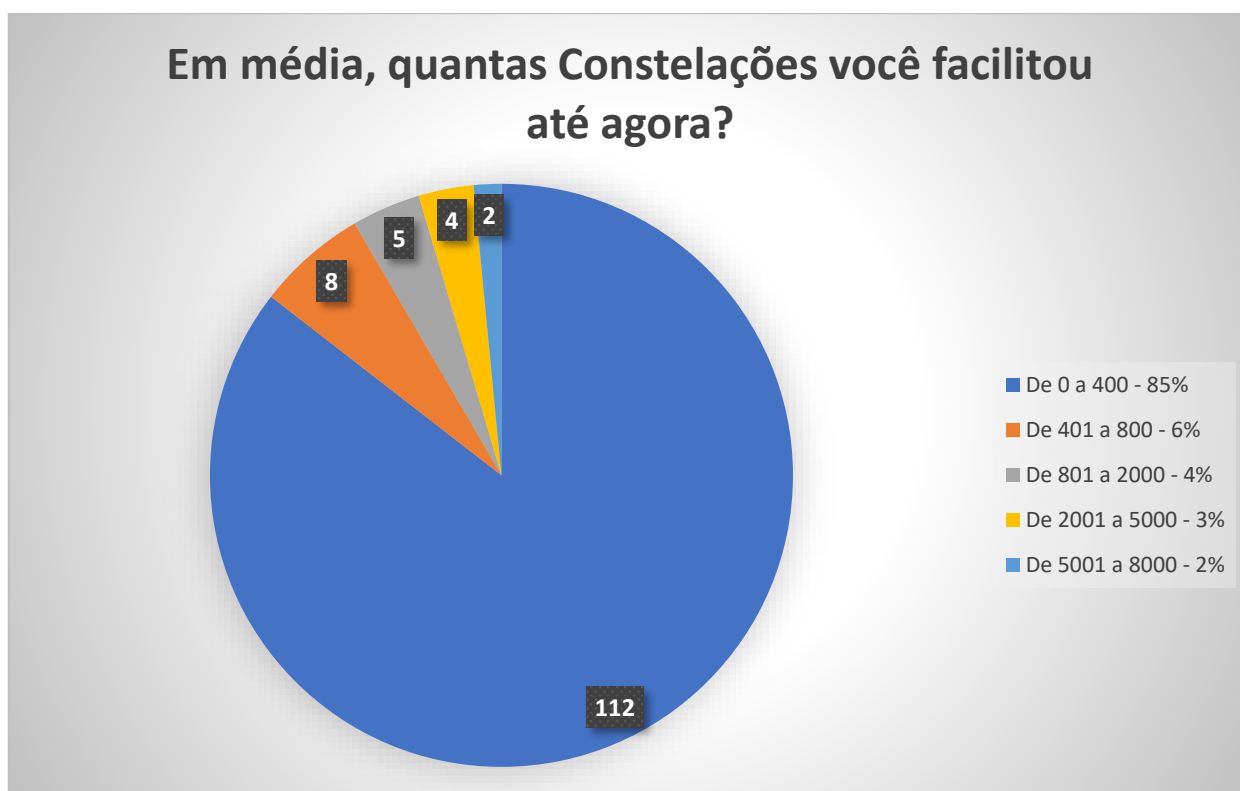
3.1.4 Período de treinamento do constelador



3.1.5 Você trabalha como constelador?



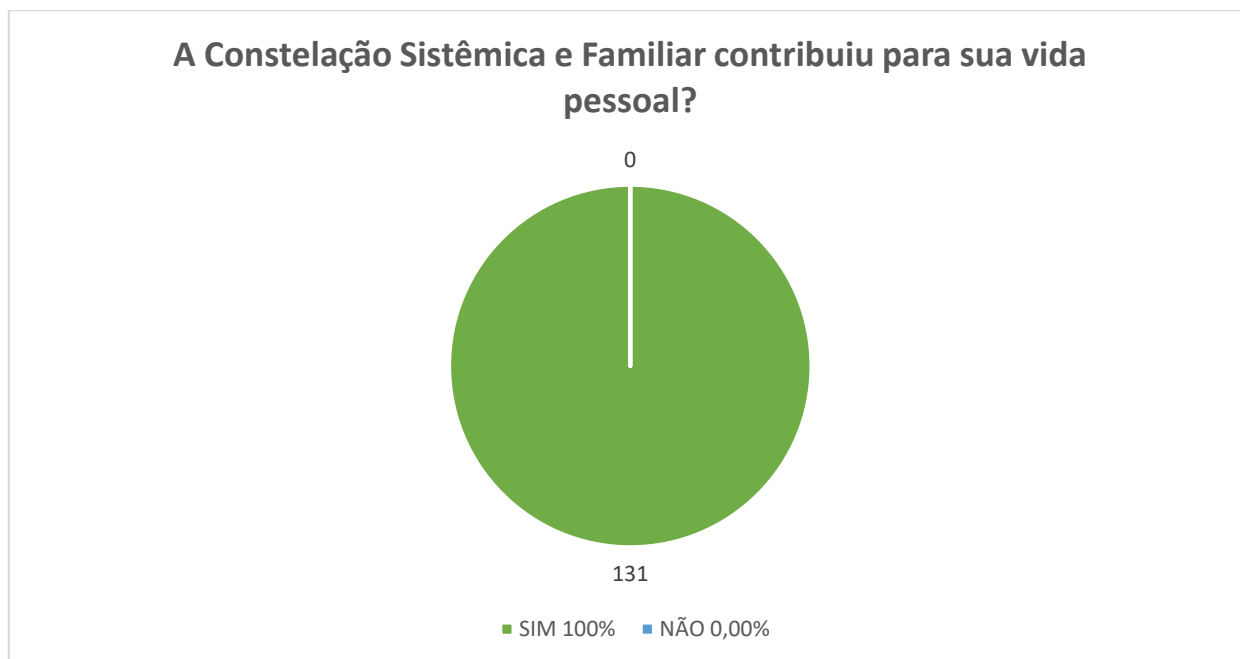
3.1.6 Em média, quantas constelações você facilitou até agora?



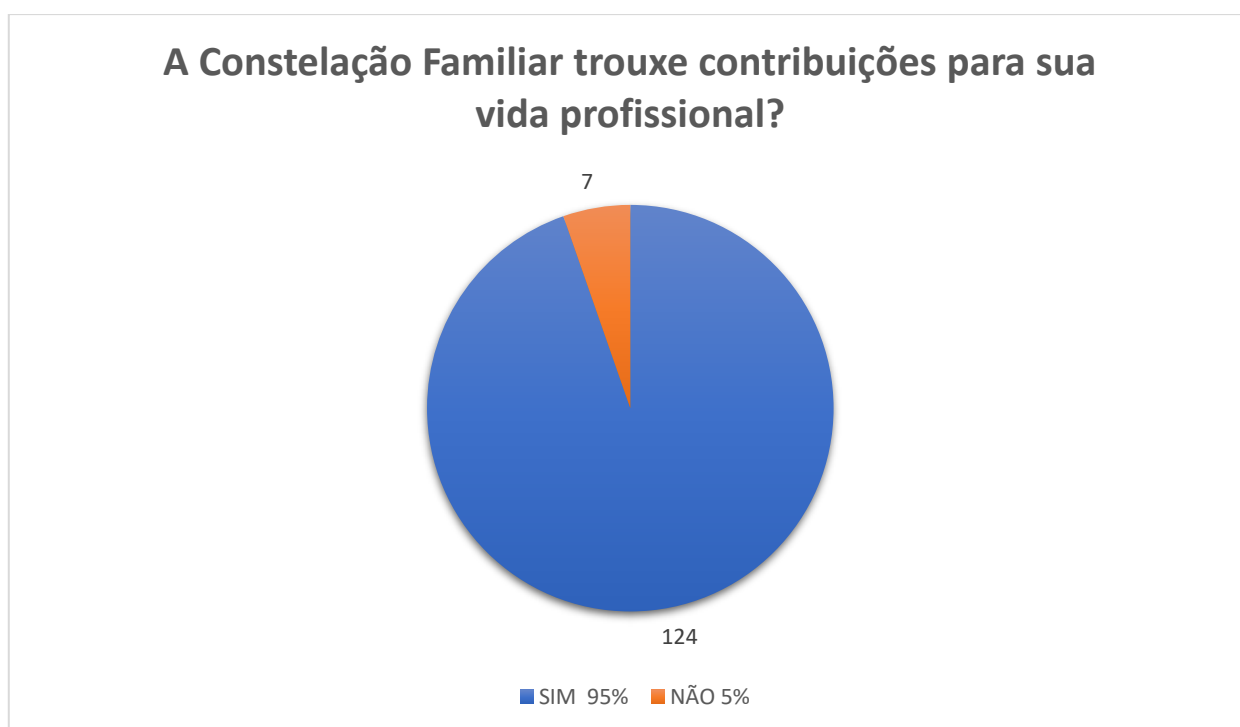
3.1.7 Você aplica constelações sistêmicas e familiares e/ou seus fundamentos em outra atividade profissional?



3.1.8 As constelações sistêmicas e familiares contribuíram para sua vida pessoal?



3.1.9 As constelações sistêmicas e familiares contribuíram para sua vida profissional?



3.1.10 Você notou mudanças no relacionamento após constelação sistêmica e familiar?



3.1.11 Resumindo

Com base nas respostas obtidas em uma análise quantitativa, observamos que a maioria dos Facilitadores de Constelação Sistêmica e Familiar são mulheres entre 40 e 60 anos de idade, em sua maioria terapeutas e psicólogas que se formaram em 2016. Eles realizaram uma média de até 400 consultas e aplicaram a técnica em outras atividades profissionais. A maioria se beneficiou de melhorias em seus relacionamentos profissionais, e todos eles experimentaram melhorias em seus relacionamentos gerais com os outros.

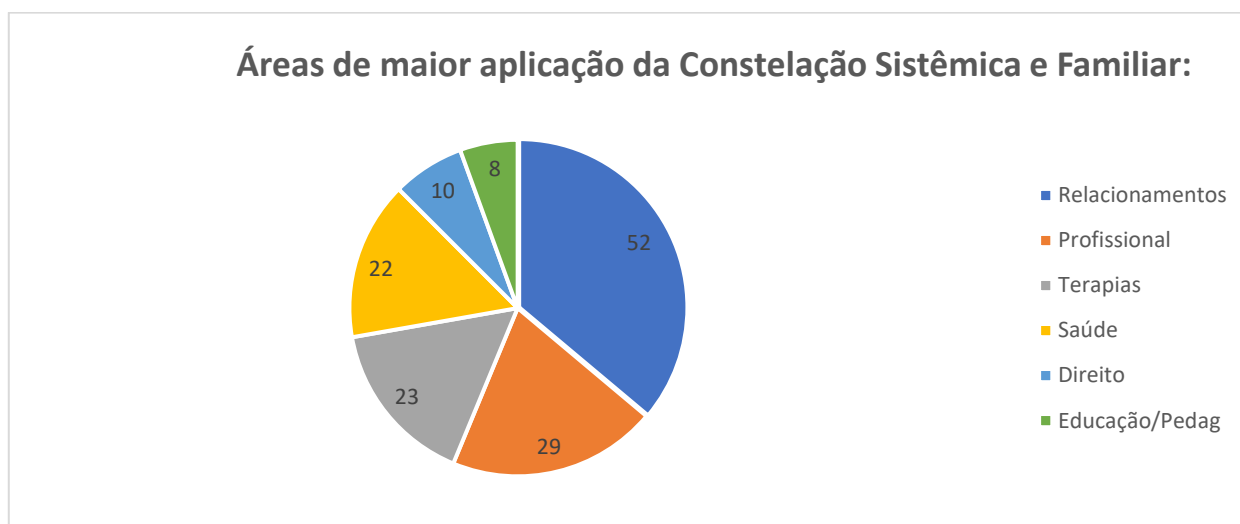
3.2 ANÁLISE QUALITATIVA

Considerando as respostas ao questionário, em uma análise qualitativa, observamos os seguintes resultados:

3.2.1 Áreas de aplicação mais significativa da constelação sistêmica e familiar

Com base nas respostas dos Consteladores ao questionário, podemos observar que a Constelação Sistêmica e Familiar tem maior aplicabilidade na área de relacionamentos (família, casais, pais e filhos - 52), seguida de aplicação na área profissional (trabalho, negócios, finanças, comunicação e marketing - 29), área de terapias (autoconhecimento e desenvolvimento pessoal - 23), área de Saúde

(sintomas e doenças - 22), área do Direito (justiça e conciliação - 10) e área da educação (educação e pedagogia - 8). Essa gama diversificada de aplicações ressalta a versatilidade das Constelações Sistêmicas e Familiares, tornando-a uma técnica intrigante e abrangente.



3.2.2 Percentual de resultados positivos após constelação sistêmica e familiar

Considerando as respostas do questionário, estas indicam uma média final de 84% (oitenta e quatro por cento) de resultados positivos após a Constelação Sistêmica e Familiar. Essa alta porcentagem de efeitos positivos destaca a eficácia das Constelações Sistêmicas e Familiares, inculcando confiança em seu potencial de trazer mudanças positivas.

3.2.3 Histórias de sucesso após constelação sistêmica e familiar

Por meio das respostas ao questionário, podemos observar que a Constelação Sistêmica e Familiar foi bem-sucedida em diversas situações, como reconciliação entre pais e filhos, harmonização nas relações de casal, reconciliação com o passado e liberdade para seguir em frente com a própria vida; alívio de sintomas e cura de doenças como insônia, síndrome do pânico, depressão, dores e limitações musculares, infertilidade ou dificuldade em engravidar, alcoolismo; resolução de processos judiciais envolvendo herança, guarda de filhos, partilha de bens e divórcio; transição de carreira; tomada de decisão; liberação de traumas; recuperação da autoestima; identificação de propósito de vida e muitos outros casos. Percebemos então que as Constelações Sistêmicas e Familiares atuam em diversas áreas da vida e promovem uma redefinição das relações humanas conflituosas, promovendo paz e equilíbrio, trazendo clareza e leveza, e ampliando a consciência sobre si mesmo e as relações com os outros.

3.2.4 Contribuições para a vida pessoal

Por meio das respostas ao questionário, identificamos inúmeras contribuições para a vida pessoal, como autoestima, autoconhecimento, autoestima, compreensão e compreensão de pessoas e relacionamentos, pertencimento ao Sistema, mudança de atitude diante de conflitos e sintomas, autorresponsabilização, alívio ou cura de sintomas e doenças, liberdade para agir, liberação de culpa e trauma, melhora nas relações familiares e outros.

3.2.5 Contribuições para a vida profissional

No que diz respeito à vida profissional, a Constelação Sistêmica e Familiar promove diversas contribuições: confiança, segurança, conhecimento, responsabilidade, aceitação, resiliência, compreensão, mudança de atitudes e posturas, inclusão, empatia, engajamento, fluidez nas relações financeiras, prosperidade, sucesso, novas oportunidades, estímulo, agregação, tolerância, flexibilidade, autocontrole, expansão da consciência, transição de carreira, entre outros.

3.2.6 Mudanças nos relacionamentos

Em diferentes relacionamentos, as Constelações Sistêmicas e Familiares ajudam na autonomia, confiança, liberdade de comunicação, compreensão, interação com os outros, compromisso, respeito, não julgamento, aceitação, dissensão, amor, maturidade, equilíbrio, leveza, fluidez, encontro, desapego, consciência do meu lugar, espontaneidade e coragem para me expressar, entre outras coisas.

3.2.7 O que pode ser melhorado na formação de consteladores

As respostas ao questionário indicam que a Formação de Consteladores pode ser aprimorada em termos de conteúdo, com profundidade teórica e aspectos mais práticos; mais interação e conhecimento entre os alunos; intervalos mais curtos entre os módulos; participação em imersões e workshops sobre temas diversos; supervisão e treinamento; avaliação do treinamento pós-treinamento; cuidar dos cuidadores, oferecendo suporte terapêutico aos alunos; oferecendo especializações em diferentes áreas de atividade; incluir e abordar questões éticas no treinamento; regular os cursos e a profissão; compilação de material didático, entre outros.

3.2.8 Quais características pessoais podem contribuir para a formação de consteladores

Algumas características pessoais podem contribuir para a Formação de Consteladores, como disponibilidade, sensibilidade, empatia, escuta neutra e imparcial, intuição, maturidade, amorosidade,

mente aberta, engajamento, foco, humildade, observação, dedicação, confiança, comprometimento, responsabilidade, coragem, amorosidade e presença.

3.2.9 Resumindo

A partir da análise qualitativa das respostas ao questionário, podemos observar que a aplicação e os efeitos mais excelentes das Constelações Sistêmicas e Familiares estão na área de relacionamentos diversos, seguida da área profissional. Uma média de 84% (oitenta e quatro por cento) de efeitos positivos é alcançada em diversas áreas de aplicação, com a técnica trazendo diversos benefícios como autoconhecimento, empatia, amor, respeito, segurança, liberdade, equilíbrio, leveza e muitos outros. Há também a necessidade de melhor formação de profissionais com mais conteúdo teórico, formação, supervisão e especialização, além de um edital para a regulamentação dos cursos de formação e da profissão de Constelador. Além disso, pessoas com características como disponibilidade, sensibilidade, imparcialidade, capacidade de escuta, dedicação, confiança, entre outras, podem contribuir para uma melhor formação profissional dos facilitadores da Constelação, mesmo que essas habilidades não sejam pré-requisitos.

3.3 RESULTADOS OBSERVADOS

Os resultados empíricos obtidos por meio de pesquisas com profissionais da área indicam sua eficácia na resolução de conflitos e na promoção de uma compreensão mais profunda da dinâmica sistêmica. No entanto, a prática enfrenta críticas relacionadas à falta de evidências científicas rigorosas e à percepção de que é uma pseudociência. Mesmo assim, a técnica impacta positivamente na melhoria das relações interpessoais e na resolução de questões complexas.

Em relação aos que aplicam a abordagem, observamos a necessidade de uma formação profissional mais rigorosa, com cursos que ofereçam mais conteúdo teórico e prático, princípios éticos, especializações, estudos aprofundados e experiências presenciais e supervisionadas. Em suma, há necessidade de regulamentar os cursos de formação e o exercício da atividade para garantir os direitos e deveres de todos os envolvidos com resultados mais efetivos e seguros.

4 DISCUSSÃO

Este artigo aborda como as Constelações Sistêmicas e Familiares se expandiram em todo o mundo, como sua aplicabilidade em várias áreas de prática evoluiu e quais efeitos essa abordagem alcançou. Em última análise, a abordagem da Constelação Sistêmica e Familiar é eficaz no que propõe? Como tem contribuído para o bem-estar individual e coletivo?

Ele foi considerado por muitos como uma pseudociência, pois não possui metodologia específica ou comprovação científica rigorosa de sua eficácia, Constelações Sistêmicas e Familiares, desenvolvidas pelo alemão Bert Hellinger com base em observações de padrões de comportamento repetitivo, experiências terapêuticas, estudos de outras teorias e ciências relacionais, e insights de sua experiência de vida, tornou-se conhecida mundialmente por apresentar efeitos rápidos e transformadores, promovendo melhorias na vida das pessoas em vários contextos relacionais.

Bert Hellinger não criou a técnica. Ele aprendeu sobre isso nos Estados Unidos quando participou de um seminário de Ruth Mc Clendon e Les Kadis[1]. Sua terapeuta contemporânea, Thea Schönfelder, também praticou a técnica. Virginia Satir praticou a Terapia Familiar por meio da representação e posicionamento dos membros do Sistema. Através do contato com outros terapeutas, como Arthur Janov (O Grito Primal), Eric Berne (Análise Transacional), Fritz Perls (Gestalt), Freud (Psicanálise), Moreno (Psicodrama), entre outros, Bert desenvolveu então a técnica da Constelação Sistêmica e Familiar, trazendo novos conceitos como consciência individual, coletiva e universal; a força das leis sistêmicas de Pertencimento, Equilíbrio e Hierarquia nos relacionamentos; lealdade sistêmica, fenomenologia, transgeracionalidade e outros [2].

As Constelações Sistêmicas e Familiares estão presentes em inúmeros países, sendo a Alemanha seu berço. Eles se expandiram por toda a Europa em países como Áustria, Dinamarca, Holanda, Grã-Bretanha, Espanha, Portugal e Itália; em todas as Américas em países como México, Argentina, Brasil, Venezuela, Colômbia, Chile e Estados Unidos; e para outros países e continentes [3].

Desde a sua criação, as Constelações Sistêmicas e Familiares se expandiram para além dos contextos familiares iniciais, apresentando ampla aplicabilidade, com efeitos positivos relatados em áreas como a Saúde, onde a técnica tem sido utilizada para tratar questões psicossomáticas e promover uma compreensão mais profunda das condições de saúde do paciente; Organizações, onde as Constelações têm sido aplicadas para resolver conflitos, melhorar a comunicação e aumentar a coesão entre as equipes e, conseqüentemente, melhorar a produtividade; Educação e Justiça, onde a abordagem também foi explorada para promover a resolução de conflitos e melhorar as dinâmicas relacionais; Ambiente, promovendo uma melhor interação entre as pessoas e os seus ambientes familiar, profissional e social; No ambiente familiar, é amplamente utilizado para resolver conflitos familiares, promover a reconciliação e compreender padrões transgeracionais.

No Brasil, as Constelações Sistêmicas e Familiares foram incorporadas ao Sistema Único de Saúde (SUS) por meio da Portaria GM/MS nº 971, de 3 de maio de 2006, editada pelo Ministério da Saúde, e reconhecida como Prática Integrativa e Complementar [4].

No Poder Judiciário brasileiro, por meio da Resolução CNJ nº 125/2010 do Conselho Nacional de Justiça (CNJ), as Constelações Sistêmicas e Familiares passaram a ser utilizadas em quase todos os Tribunais para incentivar práticas que tratem adequadamente os conflitos, promovendo a paz entre as partes contrárias [5]. Recentemente, em 2023, o CNJ reavaliou a questão e sugeriu restringir o uso de Constelações Sistêmicas e Familiares em casos envolvendo violência doméstica para prevenir o risco de revitimização das vítimas por profissionais que não são adequadamente treinados, tendo em vista que a formação e a profissão ainda não foram regulamentadas.

Apesar de todas as críticas e polêmicas, é inegável que a Constelação Sistêmica e Familiar de Bert Hellinger se expandiu pelo mundo e em vários contextos além da família, evoluindo em sua técnica através da incorporação de outras teorias e práticas como Feng Shui, Astrologia, Meditação e outras, alcançando efeitos positivos na grande maioria dos casos. Vale a pena notar que o método Hellinger original é o mais amplamente utilizado e tem as evidências mais significativas de efeitos.

Como podemos definir Constelação Sistêmica e Familiar?

Adhara Campos Vieira define Constelação Sistêmica e Familiar como:

"uma técnica terapêutica breve, que trabalha com representações e imagens e é voltada para soluções, como uma filosofia prática, baseada nas leis ou ordens sistêmicas do amor, enumeradas pelo alemão, Bert Hellinger, filósofo, pedagogo e terapeuta, que sintetizou essa abordagem a partir dos conhecimentos vivenciados ao longo dos anos em que passou pelas mais diversas terapias e filosofias." (VIEIRA, 2020) [6]

Hellinger era um grande observador das relações humanas. Combinando suas experiências de vida, seus conhecimentos e estudos, e suas diversas experiências terapêuticas, desenvolveu a técnica das Constelações Sistêmicas e Familiares, que, utilizando a representação, as leis sistêmicas de Pertencimento, Hierarquia e Equilíbrio entre Dar e Receber, os vários níveis de consciência e inconsciência, a fenomenologia e a Teoria dos Campos Mórficos de Rupert Sheldrake, podem identificar a origem dos emaranhamentos e conflitos, possibilitando uma reorganização do Sistema, a ressignificação de fatos e traumas, promovendo o equilíbrio nas relações e a liberação de lealdades e padrões que se repetem ao longo de gerações.

Na lei do Equilíbrio entre Dar e Receber, aqueles na mesma Hierarquia devem respeitar uns aos outros igualmente, dando e recebendo.

A lei natural da Pertença pressupõe que todos os que nascem ou estão integrados num Sistema têm igual direito a pertencer a ele, independentemente dos factos e situações que possam ocorrer. O Sistema não permite a exclusão de seus membros.

Sob a lei da Hierarquia, aquele que veio antes tem precedência e deve ser respeitado. No entanto, em relação aos sistemas, o Sistema atual prefere o Sistema anterior que o precedeu.

Receber proporcionalmente fortalece o relacionamento. Entre membros de diferentes hierarquias, aqueles que vieram antes podem dar aos que vieram depois sem esperar compensação, enquanto aqueles que recebem são responsáveis pela aceitação e gratidão e podem transmitir o que receberam.

Observar essas leis diariamente permite manter um relacionamento saudável, acessível e próspero entre todos.

A aplicação das Constelações Sistêmicas e Familiares pode acontecer de diversas formas: no cuidado individual, utilizando recursos como bonecos e outras âncoras para representação; no atendimento em grupo, onde os participantes do grupo são os representantes do Sistema em questão; e até mesmo no autocuidado, utilizando técnicas de meditação e visualização.

A Constelação Sistêmica e Familiar funciona como uma "lanterna", colocando luz onde antes havia apenas escuridão e neblina. A visão da consciência se expande, e então podemos vislumbrar soluções de nós mesmos, não soluções propostas por terceiros. Para que uma sessão de Constelação Sistêmica e Familiar seja bem-sucedida, é fundamental que a pessoa que está sendo constelada adote uma postura de abertura para coisas novas e mudanças, colocando-se à disposição e sem julgamentos ao que está prestes a ser revelado. Ao se tornarem conscientes, eles devem usar sua vontade para mudar sua postura e se libertar de emaranhados sistêmicos.

No processo da Constelação, a representação traz à tona a consciência de acontecimentos dolorosos, qual foi a participação ou contribuição de cada um para o ocorrido, e olha para a solução, ou seja, qual postura se pode tomar para se libertar das amarras do passado e seguir em frente. Além da percepção de sentimentos pelos representantes, são utilizadas frases impactantes, e são realizados movimentos e reposicionamentos para ajudar na compreensão do tema que está sendo trabalhado. No final, o cliente se sente aliviado, pois está ciente dos acontecimentos e se permite deixar para trás o que não lhe pertence mais, libertando-se para seguir em frente com suas forças, fazendo suas próprias escolhas e não seguindo mais os padrões repetitivos de seus ancestrais.

Por fim, respondendo à discussão: "A abordagem da Constelação Sistêmica e Familiar é eficaz no que se propõe? Como isso contribuiu para o bem-estar individual e coletivo?"

Diante de tudo o que foi pesquisado e apresentado acima, mesmo que a Constelação Sistêmica e Familiar não tenha uma metodologia de aplicação padrão, ainda não há comprovação científica de sua eficácia e efeitos, e a técnica, a formação de facilitadores e a profissão precisam ser regulamentadas para garantir melhor segurança para todos, pelo que podemos observar, Com base nas respostas das

pessoas ao questionário, é que sim, a abordagem é prática dentro do que se propõe, uma vez que as pessoas que se submetem à técnica relatam pelo menos alguma melhora em sua vida pessoal, familiar ou profissional. Dessa forma, as Constelações Sistêmicas e Familiares contribuem para o bem-estar individual e coletivo ao promover a pacificação dos conflitos relacionais, a autorresponsabilização, o autoconhecimento, a empatia, o respeito e o não julgamento.

5 CONCLUSÃO

As Constelações Sistêmicas e Familiares representam uma abordagem terapêutica inovadora que se expandiu e evoluiu ao longo dos anos, demonstrando aplicabilidade em vários contextos.

Apesar das críticas e da necessidade de evidências científicas mais rigorosas, a técnica continua sendo amplamente utilizada e valorizada por muitos profissionais.

Pesquisas mostram que as Constelações oferecem uma abordagem prática para a resolução de conflitos e promovem uma compreensão da dinâmica sistêmica, com efeitos positivos observados em vários contextos.

Existem riscos decorrentes do uso indevido da técnica por profissionais não qualificados, o que requer regulamentação legal da prática com base em evidências científicas, treinamento e educação adequados para quem aplica o método e consideração de questões éticas e morais para seu uso.

Futuras investigações e estudos rigorosos são necessários para consolidar a validade científica da técnica, expandir sua aplicação prática e fornecer uma base para sua regulamentação legal.

REFERÊNCIAS

Hellinger, B. (2014). *Um lugar para os excluídos: conversas sobre os caminhos de uma vida* (3ª ed., p. 50). Belo Horizonte: Atman.

Vieira, A. C. (2019). *A Constelação Sistêmica no Judiciário* (p. 63-68). Belo Horizonte: Editora D'Plácido.

Paula, V. E. M. de., Akinruli, S. A., Akinruli, L. C. M. C., & Azevedo, V. A. de C. (2020). Constelação sistêmica e familiar no campo da inovação social: percursos de expansão e capilarização nas ciências. In *Anais Eletrônicos do XVII Congresso Virtual de Administração (CONVIBRA 2020)* (p. 1-15).

Brasil. Ministério da Saúde. (2006). Portaria GM/MS nº 971, de 3 de maio de 2006. Dispõe sobre a implantação da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PNPIC). Disponível em:
[https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2006/prt0971_03_05_2006.html](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2006/prt0971_03_05_2006.html). Acessado em 30/09/2024.

Brasil. Conselho Nacional de Justiça (CNJ). (2010). Resolução CNJ nº 125, de 29 de novembro de 2010. Dispõe sobre a Política Judiciária Nacional de tratamento adequado dos conflitos de interesses no âmbito do Poder Judiciário e dá outras providências. Disponível em:
<https://atos.cnj.jus.br/atos/detalhar/156>. Acessado em 30/09/2024.

Vieira, A. C. (2020). *Constelação Sistêmica na violência contra a mulher: perigo ou solução* (p. 53-54). Brasília: BIPDH.

Nota: As referências estão em português porque os dados da pesquisa se referem à Constelação Sistêmica e Familiar no Brasil.