



# trans Formação em Constelações Sistémicas

2023 / 2024

Porto

Ao longo do meu próprio processo terapêutico deparei-me com a Metodologia das Constelações Familiares que revelaram ser para mim, não só uma ajuda imensa para o meu desenvolvimento pessoal, como uma potente ferramenta para poder promover um acompanhamento terapêutico, profundo e eficaz, a todas as pessoas que me solicitam esta ajuda.

Desta forma, e por acreditar que só passando pela experiência pessoal do processo de desenvolvimento e cura é que poderemos aplicá-lo a alguém, desenvolvi esta formação que promove e se centra no acompanhamento terapêutico do indivíduo. No final do processo, poderá revelar-se uma pessoa mais serena e equilibrada com a sua “realidade” e daí poder colocar-se como um verdadeiro profissional, capaz de estar compassivamente ao lado do “outro”, promovendo-lhe a ajuda necessária.

**Bases da Formação:** Através da metodologia das Constelações, desenvolvida por **Bert Hellinger**, tenho constatado a possibilidade de permitir que o indivíduo experimente observar a partir do **Ponto de Vista da Testemunha**, todo um teatro interno, um drama que existe dentro de si e que se manifesta na sua realidade atual. Desta forma pode aprender a lidar com estes estados de consciência que ficaram congelados e que por vezes nos assaltam e nos “possuem” tomando conta das nossas ações no dia-a-dia.

Este trabalho de Constelações Sistémicas que desenvolvi, também tem como base o “**Processo da Presença**” de Michael Brown. Este processo permite-nos ter acesso a uma “base de dados” de informação que provavelmente poderá estar desorganizada. Este processo ativará a Consciência da presença do SER que somos e desta forma podemos encontrar uma harmonia dentro do caos.

A proposta deste trabalho é que o indivíduo possa aprender a estar num estado de serenidade e paz, mesmo diante do caos, e aí desfrutar da experiência de viver o que quer que esteja a viver.

**Silvana Ferreira**



## Desenvolvimento:

**“Professor é aquele que facilita ao aluno a descoberta daquilo que ele intuitivamente já sabe”**

Para poder ser Facilitador de Constelações é necessário **primeiro** despertar em si e reconhecer o **facilitador e terapeuta de seus próprios processos**. Só desta forma poderá em segurança ajudar a facilitar o processo de alguém. A proposta não é “ensinar” debaixo do modelo ortodoxo de ensino, mas ensinar no sentido de facilitar que o outro encontre esse “terapeuta” em si mesmo.

Só desta forma, quando estiver no papel de terapeuta de alguém, poderá reconhecer no outro a força que existe ali e assim ajudá-lo a despertá-la.

## A quem se destina esta formação:

**“A nossa responsabilidade para com o outro, começa com o cuidado que temos connosco”**

Professores, educadores de infância, médicos e outros profissionais de saúde, assistentes sociais, psicólogos, fisioterapeutas, advogados, gestores de RH, etc... A todo profissional que deseje exercer a sua profissão a partir de um ponto de vista sistémico, holístico, mais de acordo com a sua forma de SER e ESTAR na vida.

A todo o indivíduo que deseje profundamente facilitar o processo do despertar de consciência a outros indivíduos, começando por si próprio.

É um caminho de profundo respeito por si e pelos outros.

## Duração:

**“A eternidade é viver plenamente no presente”**

O curso será ministrado de Setembro de 2023 a Julho de 2024. É composto por 9 Workshops de fim-de-semana, com intervalos de 4 a 6 semanas entre módulos e intercalados com 8 encontros de supervisão.



## Local:

O curso, bem como a supervisão, decorrerá no Hotel Mercure Porto / Gaia, junto ao Arrábida Shopping.

## Formador:

Coordenadora e formadora principal **Silvana Ferreira** –

Licenciada em Psicologia Clínica,  
Facilitadora de Constelações Familiares, em grupo e individuais, desde 2003.  
Terapeuta em D.M.P. (Deep Memory Process) por Roger Woolger.  
Terapeuta Transpessoal (Escuela de Desarrollo Tranpersonal).

Módulos específicos poderão ser ministrados por técnicos de qualidade reconhecida nas respetivas áreas.

## Benefícios aos alunos:

- Os formandos poderão convidar uma pessoa, para participar gratuitamente em cada um dos Workshops abertos que acontecem nas tardes de Sábado de cada módulo. (até à lotação da sala e enquanto as regras de convivência assim o permitirem)
- Acesso a participação em outros Workshops de Constelações ministrados por mim, fora do âmbito da formação pelo valor simbólico de 10 €, durante o decorrer do curso.
- Desconto de 10% em consultas individuais.



## Valores

	VALOR DO CURSO	VALOR C/ IVA EMPRESAS		VALOR C/ IVA PARTICULARES
PRONTO PAGAMENTO	<b>2.150</b>	2.644,50		2.397,25
MENSALIDADES	<b>2.300</b>	189,00	<b>INSCRIÇÃO</b>	254,50
		240,00	<b>11 MENSALIDADES</b>	210,00

**Texto fatura Empresas:** Curso de dinamização e gestão de grupos. (sujeito a IVA)

**Texto fatura Particulares:** Formação em dinamização e gestão de grupos (sujeito a IVA)

+  
Terapia de grupo em Psicologia (isento de IVA)

## Requisito para a participação:

Acompanhamento terapêutico, para integração dos processos, com o terapeuta de sua eleição.

## Horário:

Das 9h30 às 19h30 com intervalo para almoço. Pausa às 11h e coffee-break às 17h

## Datas:

	Data Módulos	Intervalo semanas	Supervisão	Data
1	30 Setembro - 1 Outubro	5	Sexta 20 Out	(3 sem.)
2	04 - 05 Novembro	6	Sexta 17/11	
3	16 - 17 Dezembro	4	Sexta 29/12	
4	13 - 14 Janeiro	5	Sexta 26/01	
5	17 - 18 Fevereiro	5	Sexta 01/03	
6	23 - 24 Março	4	Sexta 05/04	
7	20 - 21 Abril	5	Sexta 03/05	
8	25 - 26 Maio	6	Sexta 07/06	
9	6 - 7 Julho		---	



## **Programa da Formação/ Processo Terapêutico**

### **Módulo I**

#### **Introdução à Metodologia Sistémica**

##### **1. A visão sistémica**

- A constelação acontece SEMPRE no presente.
- Os Campos mórficos e morfogenéticos
- Os sistemas aos quais pertencemos: família, organizações, ensino, etc.
- As sincronicidades familiares
- Sistemas de vinculação da Alma

##### **2. O Phenomenon ad ressonância**

- Confiar nas próprias sensações
- Separar os assuntos próprios dos alheios
- O grupo como campo do saber
- A informação que trago em mim é a única que posso lidar
- Aprender a lidar com os ficheiros de informação que trazemos do nosso sistema familiar de origem.

### **Módulo II**

#### **As ordens do amor**

##### **1. Família de Origem e Organização do Sistema Familiar**

- As ordens do amor – pertencer/ excluir - equilíbrio entre o dar e o receber - hierarquia sistémica
- Lealdades familiares



- Hierarquia
- A lei de pertença

## 2. **A necessidade de proteger o sistema familiar**

- A renúncia à felicidade como tentativa de equilíbrio
- A aceitação do destino
- As crianças se sacrificam para manutenção do sistema
- “ Antes de tu ires eu vou “ –
- A repetição do padrão dos pais ao longo da vida adulta, na tentativa ilusória de consertar o “Sistema Familiar”
- A observação da “fotografia” familiar.

## 3. **A relação entre pais e filhos**

- Os pais dão e os filhos recebem – É uma lei da vida.
- Perturbações entre pais e filhos. *Quem não se sente filho não consegue ser pai/mãe*
- Tomar a vida dos pais, e não as suas confusões
- A permissão para amar –
- Reconhecer o meu lugar dentro do Sistema Familiar. O lugar certo é o mais saudável.
- A interrupção do movimento amoroso / manifestações físicas e emocionais
- Identificação das emoções primárias e secundárias
- O meu pai – o que carrego do meu pai em mim.
- A minha mãe – o que carrego da mãe em mim
- O meu sistema fraternal – a ordem – morte prematura de irmãos
- O direito de existir
- O direito de saber a origem
- O país onde moro e o país onde nasci.
- A importância do cenário familiar na época em que nasci
- A desidentificação sistémica através da limpeza das crenças familiares.
- O respeito e a submissão
- O pertencer com liberdade para SER



### **Módulo III**

## **O Eu Infantil – Crescer emocionalmente**

- A ferida sistémica do Eu infantil
- Trauma transgeracional / Trauma pessoal
- O desenvolvimento do corpo emocional – dos 0 aos 7 anos
- O processo de nascimento e os sentimentos primários
- Processo de vinculação e traumas geracionais
- Curar a ferida emocional para poder estar presente na experiência da vida.
- A visão do facto do ponto de vista do Eu infantil ferido
- Trauma – o conceito de trauma no Sistema Familiar
- Diante da ameaça, a escolha – lutar, fugir ou morrer
- A ferida do Eu infantil dos nossos pais e a nossa identificação com esta dor
- A ferida do Eu infantil e o desenvolvimento da personalidade sobrevivente
- A cura da ferida do Eu infantil e o contacto com a energia vital
- A recuperação da inocência para sentir a Vida
- Ninguém me vai salvar. Só eu me posso salvar
- O resgate da ferida como processo de a
- Amadurecimento emocional.
- Resgate o Eu infantil ferido e reencontro os meus pais.

### **Módulo IV**

## **Relações de Casal – Maternidade / Paternidade**

- 1. O início da vida em casal começa com deixar a casa dos meus pais....**
  - Homens completos e mulheres completas
  - A criação de um novo sistema familiar.



- A maturidade emocional para poder criar o novo sistema - Quem sou EU
- As transferências: sou o seu pai...Sou a sua mãe / És o meu pai...és a minha mãe .
- A fidelidade e a lealdade ao novo sistema que se inicia

## 2. Quem sou na relação? A partir de que parte de mim “estou” a agir no relacionamento?

- Ferida emocional e personalidade de sobrevivência...
- A responsabilidade por mim a 100%. A responsabilidade em 50% sobre a relação
- Ninguém vai me salvar...Não vou salvar ninguém...
- Os imprevistos/previstos na relação – como preservar a relação frente ao 3º elemento: Filhos, sucesso, insucesso, doença, perdas, etc...
- Relações de dependência – *Amo-te tanto que não preciso mais de ti.*
- A entrega nas relações – Diferença entre entrega e submissão

## 3. Relacionamentos anteriores

- Divórcios – Viuvez - outros...
- Cada um tem o seu lugar. Os primeiros têm precedência – o casal vem antes dos filhos...
- Olhar para os meus relacionamentos passados e integrar a experiência para libertar-se do padrão.
- **O novo paradigma das relações de casal**
- O ir mais longe na relação... quem é o propulsor...
- A crise como caminho para a criação de algo NOVO.
- Estamos polarizados em que qualidade de energia – feminina ou masculina.
- Fidelidade a partir do coração
- Famílias Benetton - as novas regras sistémicas

# Módulo V

## A Metodologia Sistémica no âmbito profissional

### 1 · Funcionamento dos Sistemas

- · As leis sistémicas dentro das organizações profissionais
- · Sistemas Organizacionais oriundos de Sistemas Familiares – a ordem tem que ser respeitada
- · Definição das competências a partir do reconhecimento do lugar dentro do sistema
- · O dinheiro



- Como posso melhorar a minha relação com o dinheiro?

## 2. O que o dinheiro significa para mim?

Como o sistema de crenças que trazemos a partir do nosso sistema familiar de origem, pode influir na nossa relação com o dinheiro.

- A intenção que coloco no meu dinheiro
- “Não tenho tempo para nada” – O que é o tempo para mim?

## 3. O sucesso – o Trabalho

- Como posso aceitar o sucesso na minha vida?
- O medo do sucesso
- O Complexo de Jonas
- Qual é a verdadeira leitura que estou a fazer do tema : trabalho
- Como Posso melhorar a minha relação com o trabalho e as minhas relações no trabalho
- Os verdadeiros contractos se redigem no “coração”.

## 4. O tempo

- Como posso melhorar a minha relação com o Tempo na minha vida?

# Modulo VI

## Aprofundando as questões da família de origem

### Temas Especiais

#### 1. Conhecer a história da minha família

- Genograma,
- Biografia e revisão da história pessoal de cada um
- Os segredos, a vergonha, “o que não se diz”, e o “inconfessável”
- Perpetradores e vítimas unidos pelo destino (abusos sexuais dentro e fora do sistema familiar)
- Reconhecer e honrar os ancestrais



- Consciência, inocência e culpa

## 2. A morte e seus efeitos

- O aborto e as suas consequências
- Ancestrais que participaram em guerras
- Mortes traumáticas no sistema familiar

## 3. Os movimentos ad alma

- Heranças – o justo equilíbrio
- Adopção
- Os excluídos

# Módulo VII

## A linguagem da Alma através do meu dia-a-dia

### 1. Doença como linguagem da alma

- A repetição das doenças no sistema familiar
- O que a minha doença me transmite sobre a minha alma
- Aprender para não repetir o padrão
- Aprender a sair do medo
- Tomar a responsabilidade pela sua cura
- Não sofrer sozinho – partilhar a dor.
- Curar-se para poder facilitar a cura
- O terapeuta como um facilitador da cura através do acto de consolar acolhendo porque reconhece que um dia passou por ali.
- Ver o reflexo de mim no mundo
- Identificar o reflexo e não cair no “padrão da culpa”
- Sair do drama.



## Modulo VIII

### A atitude interior

#### 1. Mudança de paradigma – Olhar o mundo através de mim.

- As relações pautadas pela adição e pela aflição.
- Reconhecer a dor para poder curar
- Os meus fantasmas emocionais, conhecê-los para não os temer.
- O reconhecimento do padrão emocional dominante na minha experiência de vida.
- Distanciar-se do padrão para poder aprender com ele
- Aprender a desligar do resultado externo e focar-se no interno.
- O despertar do terapeuta interno facilitando os meus próprios processos
- A Constelação acontece dentro de mim.
- O despertar da **testemunha** da minha vida
- A diferença entre **testemunha** e o espião
- O contacto com a Presença – Quem Sou?
- A Presença acompanha a acção.
- A desidentificação daquilo que sou daquilo que sinto
- A identificação das emoções que estão na sombra
- A Constelação como laboratório do meu teatro interno
- Quando os “personagens do drama” agem sozinhos.
- A Presença acolhe o personagem
- A crise de “cura”
- Para eliminar um padrão há que experimentar uma acção e repeti-la.

## Módulo IX

### O Campo inteligente

1. **A mais-valia das Constelações na tomada de Consciência: “Eu não sou o que sinto, sou o Ser que sente”**
  - Estar ao “serviço do sistema”



- A plasticidade do nosso corpo
- O poder da intenção nas Constelações.

## 2 .Olhar, esperar e respirar

- A escuta atenta
- A observação e a postura corporal
- Observar os movimentos
- A curiosidade anula o efeito
- A intenção é o que conta
- Sujeitos ocultos
- Encontrar a ordem dentro do sistema

## 3. Realização – Prática e Temas específicos

- Colocações com figuras e objectos
- Colocação Familiar na consulta individual
- Trabalho com clientes dos formandos
- O grupo como espelho dos meus processos
- A atitude compassiva comigo e com os colegas de grupo
- Questões éticas no trabalho de constelações
- A ética para com o paciente e outros profissionais
- Não à futurologia - Não ao espectáculo
- A ética profissional – o respeito pela sua história e pela história do outro
- O grupo como recurso de cura
- O respeito ao processo de todos.

## Metodologia da Formação:

Passar pelo processo terapêutico através da Metodologia das Constelações é a base desta formação. Somente fazendo este “mergulho” poderá o aluno entrar em contacto com a técnica.

Todo o aluno trabalhará os seus temas pessoais em Constelação ao longo de todo o curso.

A prática da meditação e contacto com a respiração consciente serão pontos chaves ao longo da formação durante os módulos e fora deles.

### Actividades durante os Módulos

Meditação

Andar ao sabor de alguém.



Escuto-te em silêncio

O que vejo em ti...quem sou