

Roberto C. O. Paes

# Constelação Familiar

## Sistêmica



Conheça esta psicoterapia e  
saiba como ela pode trazer melhoras  
sensíveis para a sua vida

© 2024 - Roberto C. O. Paes  
Todos os direitos reservados.

Proibida a reprodução do todo ou partes  
do conteúdo desta obra (texto e imagens) sem a prévia autorização  
do(s) proprietário(s) do(s) direitos autorais.

Texto: Roberto C. O. Paes  
Revisão gramatical: Gabrielle Silva  
Diagramação: Writers Edirtora e Comunicação Ltda.  
Imagens: Depositphotos

Roberto C. O. Paes  
Rua Javri, 181 - Bloco B - Conj. 43  
Vila Eldízia - Sto. André - SP  
Cep: 09181-510 - Brasil

Web site: [www.robertocopaes.com.br](http://www.robertocopaes.com.br)  
E-mail: [rpaes@robertocopaes.com.br](mailto:rpaes@robertocopaes.com.br)  
Celular: +55 (11) 99021-7772

Roberto C. O. Paes

Constelação  
**Familiar**  
Sistêmica

Conheça esta  
psicoterapia e  
saiba como ela  
pode trazer melhoras  
sensíveis para  
a sua vida

1º Edição  
Agosto de 2024



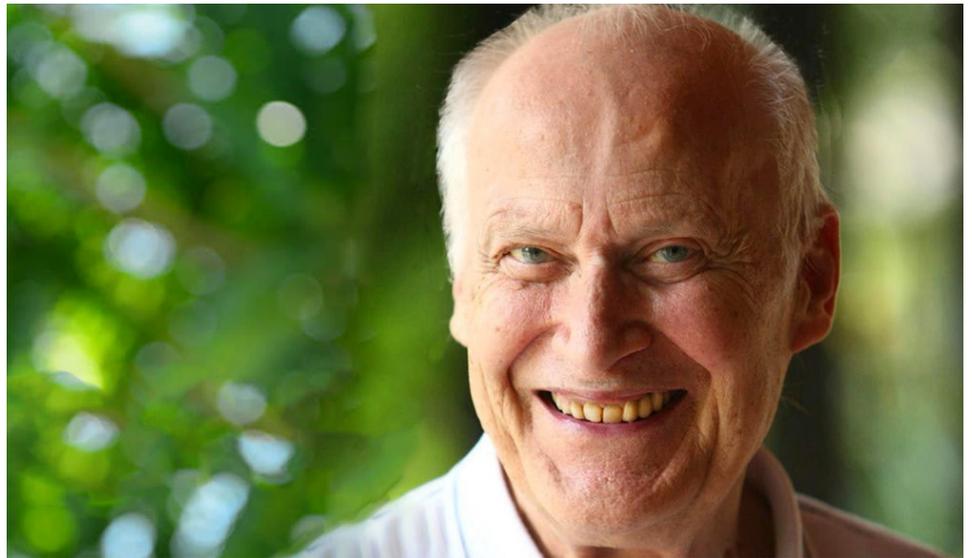
## O que é a constelação familiar

A Constelação Familiar Sistêmica foi criada pelo estudioso e teórico alemão Bert Hellinger, por volta de 1973, como um novo processo psicoterápico e tendo como base seus estudos na área da Filosofia, Psicanálise, Psicologia, Dinâmica de Grupo, Gestalt-Terapia, Terapia Primal, entre outras.

Assim, como muitas outras terapias, a Constelação Familiar Sistêmica busca soluções para os problemas que incomodam os seres humanos e tenta, através da dissolução destas questões harmonizar a mente e o corpo de um indivíduo, eliminando o seu sofrimento.

Enquanto a Psicanálise, por exemplo, vasculha a vivência de um indivíduo em busca de traumas, a Constelação Familiar Sistêmica parte do pressuposto de que um indivíduo sofre devido a desarranjos em seu sistema familiar.

Diante desse pressuposto, durante uma sessão de Constelação Familiar Sistêmica, busca - se, através de uma dinâmica própria (que lembra em muito o Psicodrama) detectar o que Hellinger chama de "emaranhamentos" e com a ajuda do Constelador, os representantes que atuam como os familiares do constelado, são conduzidos a uma harmonização do sistema familiar.



## Quem foi Bert Hellinger

Bert Hellinger, nome pelo qual ficou conhecido Anton “Seibert” Hellinger, nasceu na Alemanha, em 1925. Na juventude ele estudou em um internato católico e desde muito jovem desejou seguir a vida religiosa. Ele estudou Filosofia, Teologia e Pedagogia e aos 29 anos tornou-se membro da Ordem dos Missionários Católicos. Passados alguns anos, ele foi trabalhar durante, 16 anos, na África do Sul, primeiramente como professor e, mais tarde, ocupou cargos de alta responsabilidade na diocese a qual pertencia.

Hellinger começa a tomar conhecimento do universo das terapias ao ser apresentado para Dinâmica de Grupo, em 1964. A partir daí seu interesse o levou a conhecer a Gestalt-Terapia e a Psicanálise. Em 1973 Hellinger se muda para os Estados Unidos e vai estudar Terapia Primal com Arthur Janov e, também, nesta época se interessa pela Análise Transacional. Com toda esta bagagem, ele decide desenvolver seu próprio método terapêutico e cria a “Colocação do Familiar”, que mais tarde viria a ser conhecida em praticamente todo o mundo como “Constelação Familiar”.

Desde então seu método terapêutico começou a ganhar corpo e conquistar adeptos e pacientes e se espalha pelo mundo. Sua terapia, assim como a Psicanálise na época em que Freud começou a desenvolvê-la, sofreu severos ataques e críticas. Inclusive, o próprio Hellinger, devido a suas afirmações, chegou a ser acusado de simpatizar com Adolf Hitler e o Nacional Socialismo alemão.

Apesar disso, a “Constelação Familiar” cresceu, ganhou corpo e hoje é praticada por Consteladores em diversos países do mundo. Hellinger escreveu uma centena de livros a respeito deste assunto, na maioria deles apresentando conceitos teóricos e, também, descrevendo pormenorizadamente as Constelações que ele mesmo realizou durante palestras e cursos realizados por todo o mundo e, inclusive, no Brasil. Após a sua morte sua segunda esposa, Sophie Hellinger, deu continuidade e expandiu a teoria e o trabalho desenvolvidos por ele.



## Os princípios da Constelação Familiar

Bert Hellinger acreditava que os indivíduos de uma família compartilham uma ligação energética, uma espécie de inconsciente coletivo, como afirmava o Psicanalista Carl Gustav Jung e que permanece ativa através das gerações de uma família. Além disso, Hellinger acreditava também que os destinos das pessoas que pertencem a uma família estão ligados e que problemas de ordem emocional e até mesmo doenças físicas são originadas pelo que ele chamou de “emaranhamentos” nestes laços energéticos.

Neste sentido, a Constelação Familiar Sistêmica, enquanto método terapêutico e através de sua dinâmica, tem por finalidade trazer para o consciente da pessoa constelada quais são estes emaranhamentos e, em seguida, através da dissolução destes promover a melhora da condição deste paciente.

A realização de uma sessão de Constelação Familiar Sistêmica, aos olhos de quem a acompanha pela primeira vez, lembra uma encenação teatral, onde “atores” – personagens que Hellinger chama de “representantes” – encenam os familiares do indivíduo constelado. Uma vez que estes representantes são colocados no “campo da Constelação”, inexplicavelmente, eles passam a sentir e vivenciar todas as emoções e conflitos dos familiares que eles representam, sem saber quem eles estão representando e sem saber absolutamente nada a respeito de quem estão representando.

É durante esta representação, ao fazer perguntas bastante simples a cada um dos representantes, que o Constelador e o constelado começam a tomar consciência dos “emaranhamentos” existentes e, com a intervenção do constelador, os representantes são rearranjados na ordem sistêmica até que o reequilíbrio reapareça na constelação do paciente.

Não existe ainda uma explicação científica para o que acontece no campo da constelação e muito menos ainda uma explicação que nos faça entender como um mero representante, sem conhecer nada a

respeito da vida da pessoa que ele representa, se torna capaz de sentir e até mesmo de incorporar e apresentar características físicas do representado.

Porém, é isso o que acontece e, mais tarde, acaba se comprovando através da confirmação do constelado sobre as semelhanças e até mesmo os comportamentos assistidos durante a constelação. Como Hellinger afirmava, trata-se de um fenômeno que acontece e que não necessariamente precisamos da ciência para comprovar. Em diversos de seus livros, Hellinger narra milhares de constelações que realizou, com centenas de participantes e milhares de pessoas assistindo, onde sempre este fenômeno se manifestou e a reordenação das ligações familiares aconteceu.

## As leis que orientam a sistêmica de uma família

A base teórica que fundamenta as Constelações Familiares é bastante simples e se resume à aplicação de três leis criadas – ou percebidas – por Hellinger e que, se não estiverem sendo cumpridas, criam os “emaranhamentos”:

### 1ª Lei



Todos os que fazem parte de uma família pertencem a ela e precisam ser reconhecidos por sua geração e pelas gerações seguintes.

### 2ª Lei



Dentro de uma família existe e deve ser respeitada uma hierarquia que é ordenada dos mais velhos para os mais novos.

### 3ª Lei



Deve haver um equilíbrio entre o ofertar e o receber entre os membros de uma família.



## As maneiras de realizar uma Constelação Familiar

A, digamos, maneira tradicional de realizar uma constelação é presencial, onde estão o constelado, o Constelador e os expectadores, pessoas que podem e se dispõem a, eventualmente, se tornarem representantes da família do constelado.

Com o surgimento da COVID-19, da pandemia e a necessidade de ficarmos isolados surgiu, também, a constelação online. Nela, todos os participantes se conectam através de um software de vídeo conferência e para a representação do campo e do posicionamento dos representantes utilizam-se bonecos. Apesar de não estarem presentes fisicamente, a constelação transcorre normalmente.

Além disso, também podem ser realizadas Constelações Familiares Sistêmicas individuais, contando com a presença do constelador e do constelado e os representantes são bonecos. Neste caso, as sensações e emoções que são levadas em consideração são apenas as do constelado.

## Os diferentes tipos de Constelação Familiar

As constelações familiares, assim como Bert Hellinger as criou e realizava, são em grupo. Ou seja, num local específico diversas pessoas se reúnem e a partir do início da sessão os presentes podem ser convidados para se tornarem representantes enquanto os que restam da plateia agem como espectadores. Nesta modalidade os representantes são convidados a participar ativamente do processo, expressando sentimentos e respondendo a perguntas feitas pelo Constelador.

Apesar de pessoas estarem assistindo a constelações de alguém, isso não significa que a individualidade e os problemas trazidos por esta pessoa serão “escancarados” para quem estiver presente. Na constelação, durante a sua realização, não são revelados – nem aos representantes e nem a quem está assistindo – o que ou quem está sendo representado.

Desta forma, quem participa ou assiste à constelação sabe que algo

está acontecendo, mas não faz a menor ideia do que está sendo representado.

Graças à COVID-19 e as restrições à aglomeração de pessoas, passou-se a realizar constelações online, com a participação de representantes vivos e participativos, tal qual se faz nas constelações de grupo, ou utilizando-se bonecos como representantes. Quando se usa bonecos o Constelador se prende apenas ao que o constelado fala sobre si mesmo, seus sentimentos e suas emoções e se preocupa apenas em ordenar o posicionamento destes bonecos durante a Constelação, até que o constelado se sinta à vontade com a imagem montada.



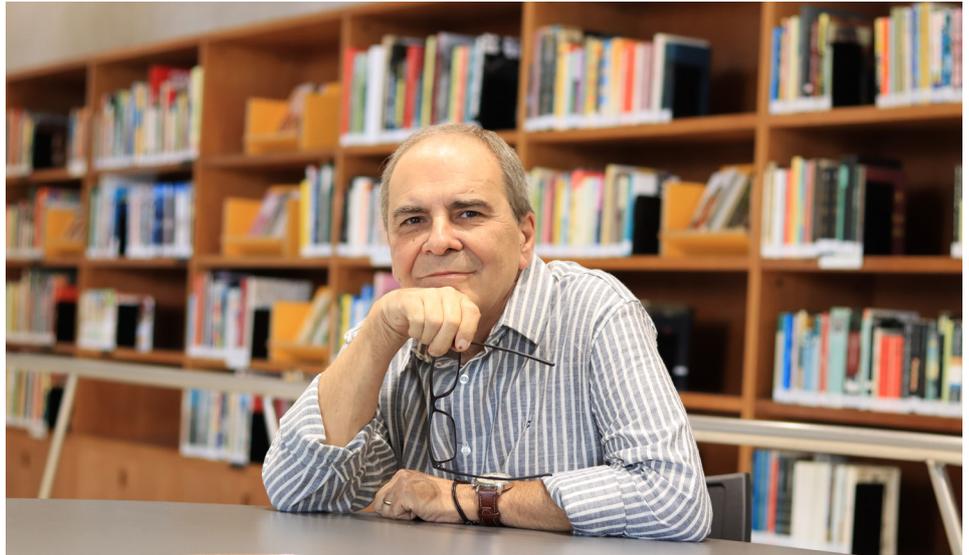
## Fenomenologia em contraponto à ciência

A investigação científica tenta, através de seus métodos, trazer à luz e explicar porque alguns fenômenos acontecem. Isso colabora para o enriquecimento cultural da humanidade e nos permite caminhar na direção de avanços que podem nos ofertar mais conforto e, também, prolongar nossas vidas. A Física e a Engenharia nos deram meios mais eficientes de transporte e encurtaram distâncias. A descoberta de novos medicamentos nos permitiu a cura de muitas doenças e prolongaram a expectativa de vida da raça humana.

Porém, alguns fenômenos a ciência de que dispomos não é ainda capaz de encontrar explicação. E não é porque não podemos explicar alguma coisa que devemos, de imediato, rejeitá-la. Se refletirmos, na idade das Cavernas e até pouco tempo depois de Cristo, muitas civilizações acreditavam que as tempestades elétricas eram a “ira dos deuses”. Só algum tempo depois a ciência explicou estes fenômenos elétricos. Porém, antes desta explicação, os raios insistiam em cair dos céus.

Muito daquilo o que se pode ver enquanto acontece uma Constelação Familiar Sistêmica, não pode ser explicado pela ciência. Como, por exemplo, um representante de um familiar de um constelado pode sentir e se comportar exatamente da mesma forma que aquele familiar? Como explicar que o realinhamento dos representantes dentro do campo da constelação e a aplicação de algumas leis preconizadas pela teoria das Constelações provoquem mudanças no constelado e até mesmo em familiares que nem sabiam que foram incluídos na Constelação.

O fato é que estes fenômenos acontecem e, quem sabe, um dia a nossa ciência seja capaz de explicá-los, aumentando assim, para aqueles que se alegram em duvidar, a certeza de que este método terapêutico pode atingir os objetivos a que se propõe. Por enquanto o que nos resta é acreditar em nossos olhos e nossos ouvidos, é acreditar no fato de que os constelados obtêm o resultado que buscavam ao participar de uma constelação.



## Sobre o Constelador Roberto C. O. Paes

Minha formação inicial na área das Psicoterapias foi voltada para a prática da Psicanálise e eu sigo as linhas freudiana e laciana com meus pacientes. Entretanto, depois de algum tempo, senti que minha prática profissional poderia ser ampliada e apresentar melhores resultados através da inserção de novas ferramentas terapêuticas, como, por exemplo, a hipnose. Algum tempo depois, seguindo a mesma linha de pensamento, incorporei a Constelação Familiar Sistêmica ao meu currículo.

A Constelação Familiar Sistêmica surgiu em meu foco quando comecei a atender pacientes que chegavam repletos de conteúdo a ser analisado e eles me diziam que estas questões trazidas para o divã haviam surgido depois de eles terem passado por uma Constelação.

Comecei então a me aprofundar neste assunto. Em primeiro lugar conversei com os Consteladores de meus pacientes e obtive algumas explicações sobre este método psicoterápico, em seguida comecei a ler sobre o assunto através de livros publicados e de autoria do próprio Bert Hellinger e, como não poderia deixar de acontecer, decidi fazer um curso de formação e depois de vários meses me tornei um Constelador.

Atualmente, participo frequentemente de constelações realizadas por outros profissionais e procuro, de forma prática, aumentar minha vivência neste tipo de terapia. Paralelamente, promovo e conduzo Constelações Familiares Sistêmicas na cidade de Santo André, no Grande ABC paulistano, e estou desenvolvendo um projeto para a realização de Constelações em cidades próximas a São Paulo e que não contam com este tipo de terapia à disposição.

Para me conhecer melhor e saber o que aqueles que são ou já foram meus pacientes acham do meu trabalho acesse minha página de avaliações no Google clicando aqui.



# Roberto Paes

Psicanalista  
Hipnólogo  
Constelador Sistêmico  
Mentor Pessoal e de carreira

Rua Javri, 181 - Bloco B - Conj. 43  
Vila Eldízia - Sto. André - SP

Web site: [www.robertocopaes.com.br](http://www.robertocopaes.com.br)  
E-mail: [rpaes@robertocopaes.com.br](mailto:rpaes@robertocopaes.com.br)  
Celular: +55 (11) 99021-7772