



# CONSTELACIONES INDIVIDUALES



# Constelaciones Individuales

## Constelaciones Individuales

Este abordaje es facilitado y permite al consultante abstraerse de su mirada subjetiva por un momento y expresar lo que el alma de cada miembro va experimentando en la Constelación.

Se genera un "campo cuántico" de la misma forma que en las sesiones grupales.

## Es recomendable la terapia individual cuando:

- Se desea explorar más de una situación limitante.
- Se necesita a nivel personal tener privacidad.
- Se siente dificultad en el trabajo en grupo.
- Por cuestiones de coincidencia en tiempo y distancia entre facilitador y consultante.

## Material de trabajo

En las Constelaciones Individuales se puede trabajar con objetos: figuras, muñecos, papeles o fieltros en el suelo, semillas, zapatos, vasos de diversos materiales, tarjetas, mensajes en tarjetas o papeles, siempre y cuando el Facilitador esté en concordancia con el campo. Cualquier elemento seguirá revelando información que amplía la comprensión del consultante y permite representar la situación planteada, de la misma forma que en las Constelaciones en grupo. También será necesaria una mesa o tabla giratoria.

El consultante toma su papel activamente y siente hacia dónde acercarse o alejarse, lo mismo que si se hiciera con personas, desplegándose así la Geometría Interna e inconsciente de su sistema y de su lugar y correlación con los miembros del clan.

La información que esté disponible dentro de los límites de la Conciencia en el propio Sistema nos revelará las dinámicas en las que el consultante se encuentra inmerso, por las que se esté transgrediendo alguno de los Órdenes del amor.

Al igual que en una sesión grupal, el trabajo del constelador siempre consistirá en restablecer el orden que se encuentra interfiriendo en los asuntos de vida del consultante y considerando los órdenes de la ayuda.

## Desarrollo de una constelación individual

- Identificar la demanda del cliente.
- Explicar al cliente que es una constelación individual.
- El consultante plantea el tema a tratar y luego interactúa con los elementos representativos. Es el portavoz del estado y las necesidades de cada miembro del sistema.
- Elegir a los representantes y mostrar la imagen interna del cliente. Escenificar con objetos. La narrativa del cliente y el posicionamiento de cada uno de los representantes ayuda a que el cliente pueda ampliar la mirada de la situación e integrar posteriormente la solución.
- Observación. Consiste en la percepción de la imagen inicial, la impresión de la imagen general y de cada uno de los representantes. Aquí se describe a los representantes: género, vestimenta, colores, posturas, miradas, distancia, simetrías, ubicación, relación entre ellos, sentimientos, etcétera.
- Descripción de lo obvio: acerca de la imagen de los muñecos y del comportamiento del cliente.

## Duración de la sesión

El tiempo varía de acuerdo al establecimiento de la relación terapeuta - cliente. Los conocimientos acerca de la teoría que sustenta el trabajo sistémico de las Constelaciones Familiares, la atención plena y la experiencia del Facilitador influyen en la duración de la entrevista, pudiendo ser prudente un tiempo de entre 50 a 90 minutos.

Dada la trascendencia y el impacto de esta herramienta en la vida del cliente, es indispensable ser conciso y apegarse a la Metodología y los Principios del Trabajo de las Constelaciones Familiares.

## Finalización de una Constelación Individual

La sesión termina cuando se ha encontrado el "embrollo sistémico" con el que se encontraba implicado el origen de su asunto o tema, cuando se ha restablecido el orden y cuando se han reconocido y liberado lealtades o cargas inconscientes del consultante.

Referencia

Mitnik, A. (2019). Manual Práctico de Constelaciones Familiares. Córdoba, Argentina: OBELISCO.

Sánchez , F. (2009). Constelaciones Familiares: una guía de trabajo. España: rigden institut gestalt.