

## **CONSTELACIONES FAMILIARES (I): SOMOS FAMILIA**



Las Constelaciones Familiares (CCFF) fueron desarrolladas en los primeros 80 por el terapeuta alemán Bert Hellinger a partir de experiencias de grupo previas. Son ya más de 25 años de historia, pero son menos los años que se conocen en España. En los tiempos más recientes se multiplican las ofertas para poder realizar CCFF. Vamos a conocerlas mejor en algunas entregas. En esta primera queremos acercarnos a algunos conceptos básicos que nunca no pueden ser olvidados.

Estos conceptos son útiles incluso para ser tenidos en cuenta aisladamente, para evaluar la situación familiar o para comprenderla mejor, aunque no queramos o no tengamos la posibilidad de hacer una Constelación.

Bert Hellinger, trabajó durante años en Suráfrica donde conoció las Dinámicas de Grupo. A su regreso a Alemania, a partir de 1979 se centró en Terapia Familiar o Terapia Sistémica. Para esta escuela psicológica la familia es la estructura social y personal básica, en la que venimos al mundo y en la que nos vamos de él. Los dones más preciados como la Vida, la educación, los valores, la fe... los recibimos fundamentalmente en su seno. Es más: cualquier deseo de cambio de vida de un individuo que no tenga en cuenta al resto de su familia está condenado al fracaso.

La influencia familiar es tan grande que cuando algo no funciona en su seno influye a todos y cada uno de sus miembros, aunque de distinta manera y con diferente intensidad. También es necesario reconocer que los principales problemas existenciales tienen que ver con la familia (actual o de origen): las relaciones de pareja, el reconocimiento de mis padres o la introyección de los mensajes en mi educación familiar.

No está de más reconocer que la familia es también el ámbito primordial del Amor, donde la entrega incondicional se vive de una manera más "natural y espontánea". Por eso en CCFF el Amor es la fuerza y el sentido de su intervención, es decir, es una herramienta profundamente amorosa y persigue restituir el Amor en la vida personal y familiar de una persona.

¡Para bien o para mal somos familia!