



CONSTELLATION FAMILIALE

THÉRAPIE INDIVIDUELLE

Votre thérapeute : Antonina Caridi

La constellation familiale est une méthode thérapeutique qui **met en lumière les schémas inconscients** hérités de notre système familial. En représentant symboliquement les membres de sa famille (ou d'un thème personnel), la personne accompagnée peut observer les dynamiques cachées et libérer des blocages émotionnels ou relationnels, souvent transmis sur plusieurs générations. C'est un outil puissant pour se réconcilier avec son histoire et retrouver sa juste place.

Les bienfaits

La constellation familiale offre un espace de libération et de réconciliation intérieure. Elle permet :

- D'**apaiser les conflits** ou tensions relationnelles dans la famille
- D'**identifier et libérer des charges émotionnelles** héritées (culpabilité, peurs, non-dits...)
- De **se reconnecter** à ses ressources intérieures et à son histoire
- De **soulager les loyautés inconscientes** qui freinent la guérison ou l'apaisement
- De **retrouver sa place au sein de sa famille** et de sa vie
- D'**offrir un espace de réconciliation**, d'acceptation et de transformation



Les techniques

À partir d'un thème personnel, notre thérapeute invite à **représenter symboliquement des membres de la famille ou des éléments liés à la problématique**. Cela permet de visualiser les dynamiques en jeu, de les ressentir et, souvent, de les réharmoniser. La séance se vit dans un cadre bienveillant et en toute confidentialité.



- 🍃 Durée : 60 min
- 🍃 Adapté aux enfants, ados et adultes : oui
- 🍃 Pris en charge par LAMAL et OCAS : non