



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

TROTTA, Ernani Eduardo; BEZERRA, Juliana Lima. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XIV, IX, 2009. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2009. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-16-3]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

1

CONSTELAÇÕES FAMILIARES E SEU EMPREGO EM PSICOTERAPIA CORPORAL

**Ernani Eduardo Trotta
Juliana Lima Bezerra**

RESUMO

A incorporação de novos recursos terapêuticos pode contribuir para a ampliação da eficácia das psicoterapias corporais. As constelações sistêmicas são uma abordagem terapêutica desenvolvida por Bert Hellinger que, por sua característica essencialmente vivencial e fortemente referenciada em sensações corporais, pode ser empregada em associação ou complementação à abordagem das psicoterapias corporais. Hellinger descobriu que, além do inconsciente individual, existe um inconsciente familiar engendrado a partir de todos os episódios que compõem a história de uma família, e que é regido por determinadas “ordens naturais” que, ao serem restauradas, exercem efeito terapêutico sobre o paciente. Quando alguém monta sua constelação, transmite aos representantes uma imagem espacial e energética do campo relacional existente entre as pessoas da família, permitindo-lhes sintonizar-se ou “canalizar” estes sentimentos e impulsos. Este fenômeno, que pode ser explicado pela teoria dos campos morfogenéticos formulada por Rupert Sheldrake, expressa-se essencialmente através de sensações corporais que podem ser exploradas pelo terapeuta.

Palavras-chave: Constelação Familiar. Psicoterapia Corporal. Inconsciente Familiar.

A Constelação Familiar é uma abordagem terapêutica criada pelo alemão Bert Hellinger a partir de muitos anos de observação de fenômenos que ocorriam em grupos terapêuticos que ele coordenava. O trabalho não se baseia em alguma teoria psicológica previamente estabelecida. Foram as observações e experimentações práticas que geraram a teoria e não o inverso. Por isto, Hellinger o define como um trabalho de cunho fenomenológico e sua fundamentação é principalmente antropológica, filosófica e humanística.

De forma semelhante às Psicoterapias Corporais, a Constelação Familiar é uma abordagem terapêutica vivencial e fortemente referenciada em sensações corporais. Sua metodologia original foi desenvolvida em trabalhos de grupo, mas sua compreensão filosófica acerca do ser humano e da forma como este está fortemente envolvido por seus vínculos familiares oferece uma riquíssima contribuição às terapias individuais. Assim, neste trabalho daremos



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

TROTTA, Ernani Eduardo; BEZERRA, Juliana Lima. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XIV, IX, 2009. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2009. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-16-3]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

2

mais enfoque às contribuições do pensamento de Hellinger para a clínica individual, e não às especificidades de sua prática.

Uma base conceitual central desta abordagem pode ser resumida dizendo-se que, além dos inconscientes individual e coletivo existe também, segundo Hellinger (1996), um inconsciente familiar compartilhado pelos membros de uma mesma família. Este inconsciente familiar transmite-se às gerações seguintes, e é estruturado a partir de todos os acontecimentos que compõem a história da família (nascimentos, mortes, uniões, separações, rejeições e exclusões, sucessos, fracassos, padrões de conduta, etc). Influencia de forma intensa os membros da família, afetando significativamente suas vidas.

Hellinger (1998) afirma ainda que qualquer grupo humano constitui um sistema, que está sempre em busca de equilíbrio. As pessoas que fazem parte de um mesmo grupo passam a ser ligadas pelo vínculo e, a partir destes vínculos, são tomadas a serviço do todo maior e estão invariavelmente sujeitas às leis que regem o funcionamento deste sistema. A partir de sua prática com grupos, Hellinger observou que os vínculos humanos seguem determinadas “leis” ou “ordens”, que quando desrespeitadas, ocasionam uma forte sensação de pressão ou tensão sobre alguns membros específicos do sistema (que com o tempo podem vir a apresentar disfunções, sintomas ou doenças), e também um mal estar em todas as pessoas que pertencem àquele sistema. Exemplos de algumas destas ordens são: o direito ao pertencimento de todas as pessoas que fazem parte do sistema (ver reconhecido o seu lugar naquele grupo); o resgate dos impulsos primários interrompidos; a necessidade de equilíbrio e justiça; a ordem de precedência entre as gerações; a força dos laços de sangue; o direito a seguir as próprias escolhas; a reverência aos mortos; o equilíbrio entre o dar e o receber, e outros (Hellinger, 1996).

Nas famílias isto é especialmente intenso, pois as pessoas de uma mesma família são ligadas por laços de sangue que tornam o vínculo mais forte e indissolúvel. Um indivíduo não funciona de forma isolada em relação a seu sistema familiar, e os laços que unem as pessoas de uma mesma família não



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

TROTTA, Emani Eduardo; BEZERRA, Juliana Lima. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XIV, IX, 2009. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2009. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-16-3]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

3

podem ser rompidos, ao contrário de outros tipos de grupo, como círculos de amizade, de trabalho etc.

É devido a este forte laço que alguns membros da família ficam de alguma forma identificados ou “*emaranhados*” a outros membros da família, freqüentemente de gerações anteriores, que foram “*excluídos*” ou que tiveram um percurso de vida sofrido ou um “*destino*” infeliz (a palavra *destino* tem um significado próprio na teoria de Hellinger, que não poderia ser explicado em poucas palavras). Segundo Hellinger, (2005), quando não é possível que o sistema familiar encontre equilíbrio através das pessoas de uma mesma geração, os membros de gerações seguintes são “*convocados*” pelo inconsciente familiar a compensar este desequilíbrio, e se este processo não se torna consciente, podem vir a sacrificar sua saúde para, por exemplo, “*representar*” uma pessoa da família que foi anteriormente excluída. Algumas vezes o membro emaranhado nem sequer tem conhecimento consciente do episódio de exclusão que ocorreu com seu familiar. Porém, ele capta estas informações do inconsciente familiar e retoma/revive o “*destino*” desta pessoa, ou tenta compensar ou fazer o que outro familiar “*deveria*” ter feito. Pode acontecer ainda que, ao perceber que um dos pais está emaranhado e tenta repetir o destino de alguém, um filho decide inconscientemente tomar para si esta “*missão reparadora*” equivocada e, por exemplo, ele adocece, ou fracassa, ou deprime no lugar de seu pai ou mãe.

O caminho para a cura, ou liberação em relação aos emaranhamentos familiares, segundo Hellinger (2005), é o resgate do impulso primário, via de regra um impulso afetivo de natureza amorosa, em relação às pessoas da família, em especial aqueles direcionados às figuras parentais. Ainda que este sentimento esteja muito profundamente reprimido, é por amor que uma pessoa se oferece em sacrifício para salvar a outro membro da família, mesmo que isso aconteça de forma totalmente inconsciente. Para Hellinger “*(...) é importante a observação de Freud, de que o inconsciente não conhece tempo. Assim, alguém pode tentar a posteriori salvar alguém da morte ou da culpa (...). Isso não envolve contradição para o inconsciente*” (Hellinger, 2005: p. 137).



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

TROTTA, Ermani Eduardo; BEZERRA, Juliana Lima. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XIV, IX, 2009. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2009. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-16-3]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

4

Quando a pessoa se torna consciente de que está tentando tomar para si um destino que não é seu, ela se dá conta de que esse pensamento é mágico, e não é possível na realidade. A isto Hellinger (2005) denomina “amor mágico”. Mas o resgate do sentimento de amor original é fundamental para que a pessoa possa dar o próximo passo em direção à liberação e à cura, que é o desenvolvimento do “amor consciente” (Hellinger, 2005). O amor consciente compreende que cada pessoa da família deve arcar com as conseqüências de suas próprias escolhas e de seu próprio destino, se comove com a dor alheia, e aceita que a única maneira verdadeira de uma pessoa fazer o bem a seu sistema familiar é fazendo algo de bom da própria vida. A pessoa continua seu caminho e faz algo de bom em homenagem àqueles que precisaram sofrer ou sacrificar-se para que ela agora pudesse estar ali; e fazendo isso ela dá um lugar de honra e respeito em seu coração a todas as pessoas de sua família, e assim pode ficar em paz.

Quando alguém monta sua constelação, escolhendo e posicionando os representantes de si próprio e de cada membro da família, ele transmite aos representantes uma imagem espacial e energética do campo relacional existente entre estas pessoas. E os representantes podem sintonizar-se ou “canalizar” os sentimentos e impulsos de cada uma destas pessoas. Este fenômeno pode ser explicado pela teoria dos campos morfogenéticos formulada por Rupert Sheldrake (1995). Esta teoria, baseada em diversas pesquisas, indica que nossa atividade mental gera um campo energético que se estende além de nosso cérebro, no tempo e no espaço, promovendo vibrações que atuam como canais de comunicação de informações que podem ser captadas por vários indivíduos de um mesmo grupo.

A importância de auxiliar o paciente a resgatar os impulsos primários dirigidos aos primeiros objetos de amor é perfeitamente coerente com a teoria reichiana (Reich, 1984), que afirma que é justamente a frustração destes impulsos que dá origem aos impulsos de ódio e hostilidade. Para Reich, “*Se uma pessoa encontra obstáculos intransponíveis nos seus esforços para experimentar o amor ou a satisfação das exigências sexuais, começa a odiar. (...) Em suma, o amor contrariado causa angústia (...); e a angústia inibe as*



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

TROTTA, Ernani Eduardo; BEZERRA, Juliana Lima. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XIV, IX, 2009. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2009. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-16-3]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

5

exigências do ódio e do amor” (Reich, 1984: p. 133). Desta forma, Reich (2004) ressalta que estes impulsos hostis precisam ser liberados para que os impulsos amorosos e libidinais sejam resgatados, mas é importante que o terapeuta tenha em mente que o objetivo final do tratamento é a recuperação destes impulsos primários.

Por tudo isso, a compreensão humanística trazida por Hellinger oferece uma grande contribuição às terapias individuais, uma vez que chama a atenção para o fato de que nenhum indivíduo pode ser compreendido fora de seus relacionamentos. Isolar o indivíduo de seus vínculos é algo que o enfraquece e tira suas reais possibilidades de cura e liberação.

A Psicoterapia Corporal, por outro lado, dispõe de inúmeros recursos e técnicas que podem ajudar enormemente à pessoa a expressar, ressignificar e elaborar os sentimentos negativos secundários que impedem que o impulso primário possa emergir. Sabemos, pela nossa prática clínica, que o resgate do sentimento de amor e o movimento em direção à reconciliação são os mais difíceis, delicados e complexos desafios do processo terapêutico. Segundo o próprio Hellinger, *“o que eu transmito, eu chamo de estímulos para um crescimento que continua depois. Está claro para mim que, com muita freqüência, ainda é preciso haver muitas outras intervenções para que o crescimento se complete”* (Hellinger, 2005: p. 138).

Desta forma, a Constelação não substitui a terapia individual, mas, ao contrário, acrescenta-se a ela contribuindo para impulsioná-la; e por outro lado necessita do apoio dela para elaborar o que foi constelado. Continuamos tendo a Psicoterapia Reichiana como eixo principal do nosso trabalho clínico, porque a consideramos a abordagem mais eficaz que conhecemos até agora. Mas como sabemos que ela também apresenta limitações, e não é capaz de, sozinha, dar conta da complexidade humana, acreditamos que pode aumentar muito sua eficácia quando associada a recursos terapêuticos complementares. E, dentre eles, consideramos a Constelação Familiar particularmente útil, principalmente por sua rica base conceitual.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

6

TROTTA, Ernani Eduardo; BEZERRA, Juliana Lima. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XIV, IX, 2009. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2009. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-16-3]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

REFERÊNCIAS

HELLINGER, B. **A Simetria Oculta do Amor**. Cultrix, São Paulo, 1998.

HELLINGER, B. e TEN HÖVEL, G. **Constelações Familiares**. Cultrix, São Paulo, 1996.

HELLINGER, B. **Ordens da Ajuda**. Atman, Patos de Minas, 2005.

_____**Religião, Psicoterapia e Aconselhamento Espiritual**. Cultrix, São Paulo, 2005.

REICH, W. **Análise do Caráter**. Martins Fontes, São Paulo, 2004.

_____**A Função do Orgasmo**. Brasiliense, São Paulo, 1984.

SHELDRAKE, R. **A Ressonância Mórfica e a Presença do Passado**. Crença e Razão, Rio de Janeiro, 1995.

Ernani Eduardo Trotta/RJ - Coordenador do Núcleo de Psicoterapia Reichiana/RJ (www.nucleopsic.org.br), Professor do Departamento de Neurobiologia da UFF/RJ, Doutorado pela UFRJ, Pós-doutorado pelo Instituto de Psiquiatria de Londres, psicoterapeuta corporal e terapeuta de EMDR e Constelações familiares.

E-mail: eduardotrotta@terra.com.br

Juliana Lima Bezerra/RJ - membro do Núcleo de Psicoterapia Reichiana/RJ; professora assistente no Curso de Formação em Orgonoterapia pelo Núcleo de Psicoterapia Reichiana; psicoterapeuta corporal; terapeuta em Constelações Familiares em formação pelo Instituto de Filosofia Prática e Ciências Humanas.

E-mail: julianalbz@gmail.com