
Constellation familiale

Avec Rosanna Rodio





Qu'est ce qu'une constellation familiale ?

La constellation familiale est une approche thérapeutique qui se vit en groupe.

Une constellation familiale est une mise en scène vivante et symbolique d'une problématique personnelle.

C'est un processus d'exploration, proche de ce qui est montré dans Le Chemin de l'Olivier sur Netflix : des éléments invisibles deviennent perceptibles à travers les représentants, pour éclairer et mettre du sens sur une situation.



Un peu de moi ...

Je suis Rosanna, coach thérapeute depuis 2021. Depuis toujours, je suis naturellement attirée par la compréhension des relations humaines, des dynamiques familiales et de ce qui influencent inconsciemment nos comportements. Les constellations familiales viennent enrichir mon approche en offrant un regard différent sur certaines problématiques et en permettant d'explorer ce qui se joue parfois au-delà du visible.

Mon objectif reste le même : vous accompagner vers davantage de compréhension, de liberté intérieure et d'autonomie dans votre vie.

Les constellations familiales offrent un espace de transformation, qui demande ouverture, implication et intégration dans le temps.

Les constellations familiales sont un outil puissant, mais elles ne constituent pas une solution magique. Une séance peut ouvrir des prises de conscience importantes, permettre de comprendre certaines dynamiques et créer un mouvement intérieur profond. Cependant, aucun outil ne peut remplacer votre implication personnelle. Votre évolution repose également sur :

- La responsabilité que vous prenez dans votre propre vie.
- Votre capacité à accueillir et traverser vos émotions.
- Le travail que vous effectuez sur vos croyances et vos blocages.
- Les actions concrètes que vous mettez en place au quotidien.
- La qualité des relations que vous entretenez avec les autres et avec vous-même.

La constellation ouvre une porte. C'est ensuite à chacun de poursuivre le chemin.

Dans quels cas les constellations familiales peuvent-elles être bénéfiques ?



Relations humaines compliquées (familiales ou amoureuses par exemple)

Les constellations permettent de mettre en lumière des dynamiques invisibles, des blessures anciennes ou des loyautés inconscientes qui influencent la relation aujourd'hui. Elles apportent souvent une meilleure compréhension et un apaisement des tensions.



Schémas répétitifs et blocages de vie

Lorsque les mêmes situations se reproduisent malgré les efforts (échecs amoureux, difficultés financières, manque de confiance...), la constellation aide à identifier ce qui entretient ce schéma et à retrouver davantage de liberté de choix.



Sentiment de mal-être sans explication claire

Quand une personne porte un poids, une tristesse, une culpabilité ou une peur qu'elle ne comprend pas, la constellation peut révéler des événements ou des influences inconscientes et permettre de redonner du sens à ce qui est vécu.

Comment se déroule une séance de constellation familiale ?

Pour le constellé – 90 €

La démarche débute par un rendez-vous préparatoire individuel d'environ 30 minutes, en présentiel ou en visioconférence.

Cette première rencontre permet de faire connaissance, de comprendre votre situation, de clarifier la problématique que vous souhaitez travailler et de définir un objectif précis pour la constellation. Plus l'intention est claire, plus le travail en groupe pourra être pertinent et ciblé.

Le jour de la constellation

Lors de la séance en groupe, vous devenez “le constellé”.

Une fois la constellation mise en place, vous restez la plupart du temps spectateur de la scène qui se déroule devant vous.

Cette position d'observateur est importante car elle vous permet de prendre du recul sur votre situation, de voir certaines dynamiques sous un angle nouveau et de laisser émerger des prises de conscience sans être dans l'analyse mentale.

Des représentants sont alors choisis pour incarner les différents éléments liés à votre problématique. Selon les besoins, ils peuvent représenter des membres de votre famille, des ancêtres, des émotions, des événements ou toute autre composante importante du sujet travaillé.

Au fur et à mesure de la séance, les représentants prennent place dans l'espace. Ils expriment ensuite ce qu'ils ressentent, les mouvements qu'ils ont envie de faire ou les émotions qui émergent.

Pendant toute la constellation, j'utilise des baguettes de sourcier comme outil de guidage. Elles m'aident à vérifier les placements, à identifier les personnes ou éléments qui ont besoin d'être intégrés au travail et à ajuster la constellation afin qu'elle soit la plus juste possible.



Au fil de la séance, certaines dynamiques deviennent visibles. Des repositionnements peuvent être effectués, de nouveaux représentants peuvent intervenir et certains éléments oubliés ou mis de côté peuvent être remis à leur juste place.

Quand la constellation se termine-t-elle ?

La constellation se poursuit jusqu'à ce qu'un nouvel équilibre apparaisse.

Concrètement, cela signifie que chaque représentant retrouve sa juste place dans le système et que la problématique initiale montre un mouvement d'apaisement ou de déblocage.

Chaque constellation est unique. Certaines apportent des réponses immédiates, d'autres amorcent un processus qui continuera à se déployer dans les jours ou les semaines qui suivent.

Comment se déroule une séance de constellation familiale ?

Pour le représentant – 25 €

En tant que représentant, vous pouvez être amené(e) à incarner différentes figures ou éléments du système familial ou émotionnel de la personne qui travaille sa constellation, par exemple :

- un membre de la famille (parent, enfant, frère, sœur, grand-parent...)
- une émotion (peur, colère, tristesse, amour...)
- une dynamique relationnelle (distance, conflit, protection, loyauté...)
- parfois même un symptôme, un blocage ou une partie symbolique de la situation

Il n'y a pas de rôle à "jouer" au sens mental du terme. Vous n'avez rien à inventer. Vous vous laissez simplement traverser par ce qui se présente, dans l'instant.

Ce que vous pouvez ressentir en tant que représentant

Il est fréquent que les représentants ressentent des sensations très variées, qui ne leur appartiennent pas personnellement, comme :

- des émotions soudaines (tristesse, joie, tension, soulagement...)
- des sensations corporelles (chaleur, froid, lourdeur, agitation, détente...)
- des élans de mouvement ou des envies de se positionner différemment dans l'espace
- des perceptions plus subtiles, parfois difficiles à nommer, mais très claires dans le ressenti

Ces ressentis ne sont ni "à analyser" ni "à interpréter" mentalement : ils servent avant tout d'indications au service de la dynamique qui est en train de se révéler dans la constellation.

Un travail qui vous impacte aussi, même indirectement

Même si vous n'êtes pas la personne qui travaille sa propre histoire, **le fait d'être représentant peut avoir un effet juste et bénéfique sur votre propre système intérieur.**

Il arrive souvent que certaines thématiques résonnent avec votre vécu personnel, cela ouvre des prises de conscience, des libérations ou des mises en mouvement intérieures.

Chaque expérience en tant que représentant est donc aussi une expérience personnelle, mais qui se fait de manière indirecte et respectueuse de votre rythme.

Le placement des représentants : un outil de justesse

Dans ma pratique, j'utilise des baguettes de sourcier afin de m'accompagner dans le placement des représentants dans l'espace. Cet outil me permet de renforcer la précision du positionnement, en soutenant une lecture plus fine et plus neutre du champ informationnel.

Cela contribue à créer un espace structuré, sécurisant et au plus proche de ce qui cherche à se révéler dans le système.

Mes consultations individuelles



Consultation de couple - 80 €

Sert à mieux communiquer, comprendre les blocages et retrouver de l'harmonie dans le couple.



Accompagnement individuel - 70 €

Technique de Programmation Neuro Linguistique, EFT, Coaching, Sophrologie



Archives Akashiques - 80 €

elles servent à accéder symboliquement à des informations sur son chemin de vie, ses blocages et ses expériences d'âme pour mieux se comprendre et évoluer.

Appelez-moi dès aujourd'hui !

Rosanna Rodio

2 B impasse des roseaux
57500 Saint-Avold

Siret : 91487446600016



www.rosamum.fr



0677889601