



ATELIER DE CONSTELLATIONS FAMILIALES CERCLE D'AMIS - ANNÉE 2018/2019

Merci d'envoyer vos courrier à : Osez La Vie - Adresse postale siège social -5B rue Parguez - 25000 Besançon

ANIMATION : Florence Bouillard - **HORAIRES :** 13H30 / 18H30
LIEU : Le MUSIGONE – 21 rue du Polygone 25000 Besançon

Dates choisies : samedis 6/10/2018, 08/12/2018, 19/01/2019, 16/03/2019, 04/05/2019, 15/06/2019. (Barrer les dates inutiles). *Adhésion indispensable.*

NOM.....PRÉNOM.....
ADRESSE.....
TÉL.....EMAIL.....

Je suis déjà adhérent à "OSEZ LA VIE" : OUI / NON

TARIF POUR ÊTRE REPRÉSENTANT

Nbre d'ateliers	Cercle d'Amis	Tarif normal (pour info)	Consteller
6	120	150	55
5	100	125	55
4	85	100	55
3	70	75	55

*En participant à cet atelier, j'accepte sans réserve les conditions de participation et j'ai lu le "Bulletin CF ci-dessous". Je participe aux activités de l'atelier sous ma pleine et entière responsabilité et dans le cadre posé par l'association Osez La Vie et l'animatrice de Constellation. (L'association peut annuler mon inscription en cas de non respect du cadre - la somme versée restant acquise). Je respecte les horaires de début et de fin d'atelier. Je reconnais le caractère ferme de cette inscription. En cas d'annulation de ma part, la somme versée reste acquise. (Seule une annulation de l'organisateur prévoit un remboursement au prorata du nombre d'heures réalisées. L'organisateur décline toute responsabilité en cas de contraintes de changements éventuels et des conséquences qui pourraient en résulter (trains, hôtel et etc). Je m'engage à garder le silence absolu sur les informations personnelles des participants. **Cette inscription ne sera enregistrée qu'à la réception de la totalité du règlement (inscription aux ateliers + adhésion à "Osez La Vie" l'adhésion réglée aujourd'hui, prend fin le 31/12/2019).** Pour 2019, il vous sera remis une carte de membre qui vous permettra de participer à toutes les activités de l'association.*

JE REGLE :

NOMBRE D'ATELIER	TARIF	ADHESION	TOTAL
	€	€	€

Merci de cocher ces cases ci-dessous, en fonction de vos besoins

- Je demande une attestation de présence édité par Osez la Vie
- Je demande une facture édité par Osez La Vie

Règlement : CB, espèces, chèque n° à l'ordre de OSEZ LA VIE

Date et signature (Précédé de Lu et Approuvé) Merci de lire attentivement les pages suivantes.

**Seules la Page 1 de ce document est à transmettre avec votre règlement, vous gardez les autres pages pour votre information.*

CONSIGNES D'INSCRIPTION

Pour s'inscrire : Envoyer le bulletin précédent avec la totalité du règlement. **Annulation** : En cas d'annulation d'un programme de notre part, la somme versée vous sera remboursée au prorata du nombre d'heure déjà effectuées. En cas d'annulation écrite de votre part – plus d'1 mois avant le début du programme, une somme forfaitaire de 25 € pour frais administratifs sera conservée, le reste vous sera remboursé. Moins d' 1 mois avant le début du programme la somme globale sera conservée en totalité. Les dossiers d'annulation seront régularisés par notre secrétariat dans les 2 mois qui suit votre annulation. Tout programme démarré puis interrompu du fait du participant est dû dans son intégralité. Aucune inscription pour consteller ne sera réservée sans le versement de la PAF et de l'adhésion.

CADRE D'ACCUEIL POUR LES GROUPES DE CONSTELLATIONS SYSTÉMIQUES

Les participants peuvent être représentant actif, participant témoin ou constellant. Pour le confort de tous, il est important que certaines règles de fonctionnement soient bien comprises et respectées.

Responsabilité : Chacun est responsable de lui-même, chacun a le pouvoir de se changer lui-même. Personne n'est responsable à la place de l'autre et n'a le pouvoir de le changer. Le vécu de chacun lui appartient. Chacun doit s'exprimer dans le respect de lui-même, des autres et des rôles exercés. • **Je participe aux activités du stage sous ma pleine et entière responsabilité.**

Confidentialité : Une constellation agit dans l'inconscient du représenté, à partir de ses mémoires conscientes et inconscientes. Ce qui se passe pendant la constellation ne doit en aucun cas sortir du groupe. Pour éviter la perte de l'énergie nouvellement arrivée et par respect de la famille et du constellant, il est demandé de ne plus parler d'une constellation lorsqu'elle est terminée. **Je m'engage à garder le silence absolu sur les constellations auxquelles j'ai assisté.**

Pendant la constellation pour le représentant (celui qui représente quelqu'un de l'environnement du constellant). Il existe un champ morphique appelé « Champ qui sait » La situation qui se montre est l'expression du "champ subtil et inconscient qui sait", dans l' "ici et maintenant". Servir, c'est reconnaître et respecter ce "champ". Il n'est pas nécessaire de faire des interprétations. L'animateur(trice) émet parfois des hypothèses et fait des propositions. Le représentant se met pendant un laps de temps, au service de celui qu'il représente.

Pour le représenté (le constellant) : Accueillir la situation qui se montre, c'est la reconnaître sans la refuser ni avoir peur, accueillir au lieu de juger. La situation qui se présente révèle une mémoire qui appartient au représenté et qui peut de ce fait être reconnue, surmontée, dépassée, transformée. Être sans attente. Une constellation ne cherche pas une guérison, ni une solution, ni un résultat. Elle vise à permettre une prise de conscience, un lâcher-prise, à laisser circuler l'amour et l'énergie de la vie. Cet effet n'est pas toujours apparent sur le moment et il se poursuit souvent après la constellation, dans les jours, les mois, les années qui suivent.

Communication non violente et bienveillante. Ne jamais forcer les autres représentants. Seulement lorsqu'il est invité à le faire par l'animateur(trice), chacun s'exprime pour lui-même et non à la place de l'autre. Les conseils, les "tu", les "on", les "il faut, on doit" sont à éviter. Les situations de pouvoir, de conflit, les colères doivent toujours être verbalisés, sans passage à l'acte, en réduisant considérablement l'expression corporelle. Ne juger personne, ne critiquer personne. Chacun doit rester à sa place, dans sa fonction, et respecter les autres, ne pas chercher à les bousculer ou à prendre leur place.

Authenticité. Apprendre à se centrer, à ressentir sans interpréter. Laisser parler le corps. Rester fidèle à son ressenti. Représenter n'est pas jouer un rôle. C'est restituer avec justesse ce qui est senti. N'accepter une proposition que si on la sent juste ou bien reformuler. Distinguer son histoire et celle de l'autre. En fin de constellation, restituer, rendre au représenté ce qui lui appartient : son histoire et son identité. Reprendre sa propre identité et son histoire. Quand vous représentez un rôle, il n'est pas nécessaire de vous identifier à ce rôle. Juste ressentir physiquement, émotionnellement et restituer l'information, suffit. Communiquer à l'animateur(trice) le jour-même et les jours suivants en cas de questionnements, de difficultés ou de souffrances persistantes.

QUE SONT LES CONSTELLATIONS ?

Les constellations familiales et systémiques sont étonnantes pour mettre en lumière les conflits quotidiens personnels, familiaux tels que gagner sa vie, trouver un travail, une compagne ou un compagnon, mieux vivre la maladie, sortir des accidents, se sentir mieux professionnellement et dans la société ...

Elles ont pour but d'apaiser l'image intérieure de notre relation entre les parents, enfants, la famille en général, de proposer des solutions dans les conflits de voisinage ou d'entreprise, associatifs, ou un éclairage dans des concepts comme l'argent, le travail ... elles aident à clarifier une intuition dans des décisions importantes et lâcher le passé pour vivre l'instant présent plus sereinement. Elles sont utilisées également dans le cadre de supervisions professionnelles.

En pratique, les constellations se déroulent en groupe. La personne qui fait sa constellation clarifie sa demande initiale avec l'aide du praticien et choisit des personnes pour représenter les membres de sa famille, ses collègues ou sa maladie (par exemple) dans le groupe présent. Les représentants se laissent alors guider par les mouvements lents qui s'inscrivent en eux tout en restant eux-mêmes. Le praticien intervient quand il juge que la situation qui se montre est bloquée, pour tester des phrases réparatrices, faire entrer un autre personnage du système ou propose une orientation dans l'espace, qui respecte les "ordres de l'amour".

Cet outil est d'une efficacité impressionnante. Il apaise les blessures du clan familial ou systémique de façon à ce que ne se transmettent pas les conflits et violences de génération en génération.

Chaque participant repart transformé, même s'il ne constelle pas ses difficultés. Car nous sommes tous en interdépendance et ce qui se montre touche la part inconsciente de chacun d'entre-nous.

Aucun suivi psycho-thérapeutique n'est exigé, mais il peut être souhaitable, pour certains, d'avoir suffisamment travaillé sur ses propres blessures d'enfance pour s'ouvrir pleinement aux constellations. Les constellations permettent de voir ce qui est à lâcher-prise, à honorer, pour permettre de se diriger vers plus de Vie, plus de Joie dans l'instant présent – et laisser le passé dans le passé.

Il est possible d'utiliser l'outil phénoménologique des constellations de manière individuelle avec des figurines ou des feuilles au sol.