



ESPAI LLAVORS

PRENDRE LA VIDA

Grup de Treball Personal en Constel·lacions
Familiars, Sistèmiques i Ancestrals (1r Cicle)



ESPAI LLAVORS



PRESENTACIÓ

Les Constel·lacions Familiars, Sistèmiques i Ancestrals són un mètode meravellós que ens va arribar de la mà d'en Bert Hellinger. En aquests moments, molts professionals de l'ajuda, l'han expandit i l'estan utilitzant per millorar el benestar personal i social. Aquesta tècnica ens obre el camí a l'autoconeixement i el desenvolupament personal i també a una millora de les nostres relacions i, per tant, és una possibilitat per travessar el conflicte.

El treball és profund, directe i sanador a nivell físic, emocional, mental i d'ànima. Aporta resolució personal i transpersonal. Permet revisar ferides profundes, integració de parts d'un mateix i també de l'ànima del sistema familiar i de qualsevol sistema.

El format del grup parteix de l'estructura d'AD's ESCOLA que va crear la Carmen Boix i Casas, mestra, renaixedora i constel·ladora amb qui alguns de nosaltres vam ser acompanyats en l'àmbit personal i formats en l'àmbit professional. L'Equip d'Espai Llavors amb el lideratge d'Ester Puigdemont i Margarita Dilmé, el curs incorpora eines ancestrals i xamaniques i hi inclou propostes desde la sistèmica creativa i treballs de canalització i neteja energètic apresos amb Bea Cardona.

A vegades podem sentir energia de frustració, dolor, dificultat de tirar endavant amb la vida. Les Constel·lacions Familiars Sistèmiques i Ancestrals ens aporten llum, força, claredat i, sobretot, ordre. Ens permeten resoldre dinàmiques molt arrelades en els sistemes i els membres que en formen part i ens obren la possibilitat de ser i sentir més llibertat, més maduresa, més realització, més responsabilitat davant la pròpia vida.

Aquest primer cicle està enfocat en seguir posant ordre i enfocar les constel·lacions en l'àmbit personal de cada membre que confeccioni el grup.

Hi ha una proposta de 2n cicle (10 trobades) que la proposta és com aplicar les constel·lacions en l'àmbit laboral.





INTRODUCCIÓ

El Grup de Treball Personal i Formació en Constel·lacions Familiars, Sistèmiques i Ancestrals (1r cicle), pretén crear un espai on poder créixer a través de l'autoconeixement, la descoberta i l'acceptació del sistema familiar del qual formem part. El Grup permet un espai de contenció on poder explorar, observar, expressar i ordenar moments de la pròpia vida, moments d'ànima i també del que arriba a nivell sistèmic.

El cicle proposa dues possibilitats:

- Opció 1_ 90 h presencials 40 h voluntàries d'assistència als tallers de CFS com a representant- Cicle de 120h amb un diploma d'assistència.
- Opció 2_120h i 40 hores de representant a tallers i 50 h de treball individual recomanat que es pot realitzar a través de lectures, propostes d'activitats i/o treball de recollida de l'experiència (format diari o capsa de records)

El segon cicle pretén donar eines de com fer ús de la mirada sistèmica, donar eines i recursos per aplicar les constel·lacions, la pedagogia sistèmica, la relació d'ajuda, ... a l'àmbit professional de cadascú.



DIRIGIT A:

Aquesta proposta està pensada per tota aquella persona que tingui inquietud de millora de la seva vida tant a nivell laboral, familiar, com personal. Tota persona que vulgui resoldre conflictes presents, actius i/o latents i vulgui conèixer-se més, millor i desenvolupar noves maneres pel seu dia a dia.

Tant el primer cicle (GTP Prendre la Vida) com el segon cicle (EINES) són oberts a totes aquelles persones que es vulguin créixer com persona i formar com a professionals en aquest àmbit i també a persones que ja treballen en el món de la relació d'ajuda (Psicòlegs, Mestres, Infermeres, Metges, Mediadors, Educadors Socials, Integradors, Psicopedagogs, Terapeutes Gestalt, Monitors de Lleure, etc.)





OBJECTIUS:

- Resoldre conflictes amb un mateix, la família, la parella i el treball.
- Fer ús dels principis de les Constel·lacions Familiars i Ancestrals per l'autoconeixement i el desenvolupament personal.
- Familiaritzar-se amb els ordres de l'amor i la força de la reconciliació.
- Revisar i posar llum a conflictes del moment present personals, laborals, socials i ancestrals.
- Conèixer les bases de les Constel·lacions i dinàmiques sistèmiques i reconèixer com ens influeixen.
- Utilitzar el coneixement de les Constel·lacions Familiars, Sistèmiques i Ancestrals pel dia a dia tant a nivell personal com professional.
- Prendre la força i l'oportunitat del treball amb grup com a espai de contenció, suport i aprenentatge.
- Integrar la responsabilitat de la cura d'un mateix, l'escolta i l'acció davant la pròpia vida.
- Reconèixer la pròpia vida com el millor èxit.
- Conectar amb les nostres potencialitats, capacitats, essència i mostrar-les i expressar-les amb humilitat i presència.
- Prendre la vida i la força del sistema familiar.
- Aportar ordre al propi sistema familiar i laboral.
- Incrementar l'observació, la percepció, la creativitat, la comprensió empàtica necessàries per una comunicació eficaç i eficient.
- Aprendre i aprofundir en el coneixement dels sistemes i subsistemes humans (familiarls, laborals, organitzacionals, socials, etc.)
- Interioritzar el treball per poder-lo aplicar en el teu sector laboral.
- Practicar l'eina de les constel·lacions des d'un lloc de respecte i servei.
- Generar a un mateix una a un mateix una actitud terapèutica de consciència, acceptació, comprensió, serenitat, humilitat i quietud interior.



METODOLOGIA:

L'aprenentatge és vivencial, pràctic, artístic i també teòric. Diem que és vivencial perquè a través dels Moviments Sistèmics i les Constel·lacions Familiars Sistèmiques revisem diferents moments de vida del present, passat i també futur.

Quan diem artístic és perquè algunes propostes seran fetes a través de la sistèmica creativa, un treball que parteix de la unió de l'experiència de les constel·lacions més la vessant creativa i artística. I la part teòrica es farà a través d'exposicions, lectures, visionats de documentals, etc.

La paraula Ancestral la fem servir per explicar que alguns treballs seran fets a través d'eines antigues i/o xamàniques segons els treballs ho requereixin.

Aquest curs aporta elements per la transformació integral de la persona. La vivència, la pròpia experiència fan que assolim i integrem competències que ens serveixen per millorar les nostres relacions i la nostra capacitat d'acompanyar altres persones.

Les sessions seran presencials amb opcions on-line (en casos excepcionals).



TEMPORALITZACIÓ

El Grup de Treball es compon de 9 mòduls i hi ha dues entrades a l'any (Març 2024). **Les dates són pràcticament sempre el primer cap de setmana de mes.** Una opció és fer el primers 9 mesos (GTP) i decidir si es vol fer el segon cycle per enfocar-ho a l'àmbit laboral (CFAP)

Horari:

Opció 1- Dissabtes de 10h a 14:30h i 16:00h a 20h

Opció 2- Divendres de 18 h a 21h

Dissabte de 10h a 14:30h i 16:00h a 20h

També inclou l'assistència voluntària als tallers de constel·lacions com a representant que es duen a terme a Espai LLavors.



INVERSIÓ

El Grup de Terball Personal i Constel·lacins Familiars Sistèmiques i Ancestrals, té un cost de 150 € (opció 2) al mes/mòdul (9 mòduls de 12 hores) i 115€ (opció 1). No hi ha matricula. Es demana 60 € per fer la inscripció (aportació soci).

Un tutor-acompanyant referent i docents especialistes.

Acompanyament terapèutic i de suport durant les sessions.

Material de suport dels temes tractats.

Supervisió del diari de seguiment.

Assistència als tallers de constel·lacions com a representant.



TITULACIÓ

En finalitzar el curs, es lliurarà el Diploma acreditatiu, sempre que s'hagi assistit a un mínim del 90 % dels mòduls assistencials i s'hagi efectuat el pagament sencer del curs.





PROGRAMA PRIMER CICLE

Mòdul 1. El sistema familiar i la gestió emocional

- Els vincles sistèmics i la relació
- La consciència (sistèmica, personal i social)
- Els ordres de l'Amor
- Les emocions i la seva gestió

Mòdul 2. La família d'origen i el guió natal

- Prendre els pares.
- El destí familiar.
- El propi neixament i l'empremta emocional.
- Tipus de famílies.
- Les adopcions.
- La reproducció assistida.

Mòdul 3. La família actual i la infantesa.

- La relació amb els pares.
- La relació amb els germans.
- L'infant interior ferit. L'infant interior sa.
- Les herències i el donar i el prendre en el si de la família.

Mòdul 4. L'escola, l'entorn social. La percepció i la mirada quàntica

- L'escolarització i l'aprenentatge.
- La creativitat.
- La relació amb l'entorn.
- La resolució de conflictes i la mediació des de la mirada sistèmica.
- La percepció i la mirada quàntica.

Mòdul 5. La sexualitat i l'amor. La relació de parella.

- La grandesa de la sexualitat.
- La relació de parella: el compromís i la infidelitat.
- Elements que faciliten la relació de parella.
- La solteria i la soledat.
- Les ajudes a la fecundació i a la vida i els vincles sistèmics.

Mòdul 6. El treball i les organitzacions laborals.

- Prespectiva sistèmica del treball.
- El sistema familiar i les relacions laborals.
- Elements sistèmics que faciliten el treball
- El propòsit de vida i el treball





Mòdul 7. Salut i Malaltia. Destí familiar i personal

- La Salut i la Malaltia.
- Trauma sistèmic i trauma personal.
- El dolor, el patiment i la pèrdua.
- El destí i la llibertat personal.
- El que ajuda a la salut.
- Les transferències i contratransferències sistèmiques.

Mòdul 8. Víctimes, perimetradors i salvadors. La mort i el morir. El dol

- Les petjades dels conflictes i les guerres.
- Els rols de víctimes i perpetradors dins els sistemes.
- La solució, la pau, la justícia.
- La culpa, el destí, el desig d'aniquilar.
- El respecte.
- La mort i el morir.

Mòdul 9. La prosperitat, el diner i l'èxit personal i social

- Elements que contribueixen a la prosperitat.
- Èxit personal i social i sistema familiar.
- El diner i el sistema familiar.
- El treball i la prosperitat
- Els permisos i les fidelitats sistèmiques.

Mòdul 10. Espiritualitat i transcendència

- Sentir la vida i la transcendència
- El concepte d'ànima familiar segons les constel·lacions
- La psicobiologia de l'espiritualitat
- Les ones cerebrals i la coherència cardíaca
- El camí espiritual
- El concepte de dualitat i unitat

* L'ordre dels continguts es farà en funció de les necessitats i el moment de la incorporació de les persones del grup.



PROGRAMA (SEGON CICLE)

Procés de sanació del trauma. El nen interior sa i ferit._____

- El trauma de pèrdua i el de perill de mort.
- Trauma acumulatiu i trauma sistèmic.
- Acompanyament del trauma en CF.
- Tractaments complementaris.

El perfil del professional sistèmic: Lideratge, percepció i mirada fenomenològica_____

- L'actitud del professional
- Recursos i eines del professional
- Tipus de lideratges
- La fenomenologia, la percepció i el llenguatge corporal
- La vocació.

La relació d'ajuda_____

- La relació professional d'ajuda.
- Els ordres de l'ajuda de Bert Hellinger.
- Elements de la relació d'ajuda de Carl Rogers.
- Implicacions sistèmiques: identificació, seguiment i apropament.
- Transferència i contratransferències en el treball terapèutic.

Eines ancestrals i xamaniques. _____

- Els arquetips
- Treball de somnis.
- Introducció treball amb tambó i veu.
- Les constel·lacions Ancestrals.
- Els decrets.

Creativitat_____

- El ser humà com a ser creatiu.
- Improvisació i intuïció.
- Escolta i potencialitats.
- Expressió corporal
- Sintonització amb el camp.

Les Constel·lacions en les sessions individuals. _____

- Ús dels ninots en sessions individuals
- Les diferents aplicacions de les Constel·lacions individuals.
- El procés de la constel·lació individual.
- Els anclatges, els coixins i les seves aplicacions.

Constel·lacions contextualitzades en l'àmbit laboral

- La visió sistèmica de les constel·lacions
- Ordres i principis en les organitzacions
- Les constel·lacions en empreses familiars.
- Les constel·lacions en diferents àmbits laborals.

Dinàmiques sistèmiques i procediment de les constel·lacions

- Dinàmiques ocultes i específiques de constel·lacions
- Sistèmica creativa
- Les constel·lacions i l'art.
- Recursos de PNL: Reimprinting i la línia del temps.
- La Constel·lació pas a pas.

Rituals de llenguatge, contes i metàfores

- L'ús de les metàfores i els contes en les constel·lacions.
- Els rituals de llenguatge i frases de sanació.
- La percepció dels detalls i els moviments

Més eines i supervisió

- Les constel·lacions imaginatives
- Mètode camp
- Cadira buida-sistèmica
- El treball amb les subparts
- Pràctiques de Moviments sistèmics

Pràctiques i supervisió

- Procés de la constel·lació grupal
- La roda terapèutica
- L'entrevista a l'inici
- Pràctiques supervisades

I ara hi haurà espai de pràctiques un cop al més obert per tothom qui hagi fet 18 mesos de Treball Personal.





EQUIP PROFESSIONAL

Coordinat, dirigit i tutoritzat per Ester Puigdemont i Margarita Dilmé.

Diferents intervencions durant tot el programa per l'equip d'Espai LLavors/pots consultar la web_ www.espaillavors.com

ESTER PUIGDEMONT I MELIAN

Diplomada en Infermeria i en Educació infantil. Més de 15 anys d'experiència docent en diferents etapes.

Experta Universitària en Constel·lacions Familiars (RCU) a través d'AD's ESCOLA amb la Carmen Boix i Casas. Màster en Pedagogia Sistèmica Cudec amb l'enfocament de Bert Hellinger.

Acompanyant, formadora i terapeuta sistèmica en grup i individual (10 anys).

Formada en diferents disciplines artístiques (cant, dansa i diverses tècniques corporals) i més de 20 anys d'experiència creant i participant com a coreògrafa i ballarina amateur al públic.

Directora i Creadora d'Espai Llavors i del treball de sistèmica creativa.

MARGARITA DILMÉ I MARTOS

Estudia Administració i Finances però la seva curiositat se centrava en aconseguir benestar en el seu entorn. La seva búsqueda està en l'entorn dels remeis amb herbes, contes amb missatges..., Va ser mare i a partir d'aquí va dedicar-se uns anys exclusivament a la criança i la cura de la família.

Experta Universitària en Constel·lacions Familiars (RCU) a través d'AD's ESCOLA amb la Carmen Boix i Casas.

Formada en Argromerterapia amb el seu creador, Jaume Feliu, un gran home inquiet curiós i connectat a la vida. Una gran eina de diagnòstic i una gran eina per trobar l'equilibri del cos.

Canalitzadora amb la mirada de Bea Cardona (Om Bethsaida).

NEUS SANTIAGO I CASTELLÓ

Diplomada en Educació Infantil i Primària a la UViC. Postgrau en desenvolupament i expressió Psicomotrius a la UVic.

Formació en diferents tècniques de treball corporal: intervenció pedagògica i moviment, massatge infantil, ioga per nens, seitaï,..

Formació en Educació Viva i acompanyament emocional al CRAEV de Barcelona (grau I i II)

Formada en diferents pràctiques d'acompanyament emocional: escoltar el cos per escoltar el cor, emocions i educació, comunicació no violenta, educar el tresor de les emocions...

Formació en diferents tècniques artístiques-creatives: ceràmica, pintura...

Facilitadora de Biodansa per l'escola de «Biodanza Otra Mirada» amb Víctor Lemel.





GRUP DE TREBALL PERSONAL I FORMACIÓ EN CONSTEL·LACIONS FAMILIARS, SISTÈMIQUES I ANCESTRALS

Associació AD's ESCOLA
Passeig de l'Indústria, 34 Entr. B
17820 Banyoles (Girona) Tel. 615324440

www.espaillavors.com
[@espaillavorsbanyoles](https://www.instagram.com/espaillavorsbanyoles)



ESPAI LLAVORS