

## CONSTELAÇÃO FAMILIAR ONLINE EM GRUPO NA ÁGUA

A **Constelação Familiar Online em Grupo na Água** é uma sessão vivencial de consciência sistémica, realizada online, onde o campo é representado através da água.

Nesta abordagem, a dinâmica sistémica é trabalhada através da água, permitindo observar padrões, bloqueios, emoções e dinâmicas familiares que podem estar a influenciar a vida da pessoa.

É um espaço seguro e acolhedor para olhar para aquilo que pede para ser visto, integrar novas perceções e abrir caminho para movimentos mais conscientes.

### Objetivo

O objetivo desta sessão é proporcionar uma experiência de autoconhecimento em grupo, onde poderás:

- Olhar para padrões familiares, emocionais ou relacionais;
- Compreender dinâmicas inconscientes que se repetem;
- Trazer clareza a situações bloqueadas;
- Observar movimentos sistémicos através da água;
- Integrar novas perceções com mais leveza e consciência.

Mesmo quando participas sem constelar, podes beneficiar das aprendizagens e movimentos que surgem no campo do grupo.

### Esta sessão é para ti se...

- Sentes que há padrões que se repetem na tua vida;
- Queres olhar para temas familiares, relacionais ou emocionais;
- Estás a viver uma fase de mudança, bloqueio ou decisão;
- Procuras compreender melhor determinadas emoções ou dificuldades;
- Estás disponível para participar com abertura, respeito e presença.

### Esta sessão não é para ti se...

- Procuras uma solução rápida ou uma resposta imediata;
- Não te sentes confortável num espaço de partilha em grupo;
- Procuras aconselhamento médico, psicológico ou jurídico;
- Não estás disponível para respeitar o ritmo do processo.

### Como funciona

- **Formato:** Online, em grupo
- **Plataforma:** Zoom
- **Duração:** Cerca de 2 horas
- **Campo:** Representado através da água
- **Facilitadora:** Joana Albuquerque
- **Participação:** Como participante ou como constelado/a

Durante a sessão, a dinâmica sistémica é trabalhada através da água, com facilitação orientada e acompanhamento atento do processo de cada pessoa, permitindo que os movimentos sistémicos se revelem de forma subtil, cuidada e respeitosa.

Cada sessão poderá incluir uma ou mais constelações, dependendo do tempo disponível e da dinâmica do grupo.

### **O que está incluído**

- Participação numa sessão online em grupo;
- Facilitação do campo na água;
- Observação dos movimentos sistémicos;
- Partilha e integração das perceções que emergem durante a sessão.

### **Investimento**

- **Participante:** 15 €
- **Constelado/a:** 40 €

As vagas são limitadas.

### **Formas de pagamento**

- MB WAY

A inscrição fica confirmada após pagamento.

### **Política de Cancelamento**

O valor não é reembolsável, mas pode ser transferido para outra sessão mediante aviso prévio até 24 horas antes da sessão marcada.

### **Facilitadora**

#### **Joana Albuquerque**

Acompanho processos de autoconhecimento, desenvolvimento pessoal e consciência emocional, criando espaços de presença, escuta e transformação.

Neste trabalho com Constelação Familiar na Água, facilito o campo com cuidado, respeito e sensibilidade, permitindo que cada processo se revele ao seu ritmo.

### **Contactos**

963 053 730

info@constantlyspring.com

[www.constantlyspring.com](http://www.constantlyspring.com)

### **Queres participar?**

Se sentes que este espaço pode ser para ti, entra em contacto para mais informações ou inscrição.