



PÓS-GRADUAÇÃO

DALINNI DE OLIVEIRA

**CONSTELAÇÕES SISTÊMICAS ANCORADAS POR RECURSOS DE
PNL – PROGRAMAÇÃO NEUROLIGUÍSTICA**

CURITIBA - PR

2021

CONSTELAÇÕES SISTÊMICAS ANCORADAS POR RECURSOS DE PNL – PROGRAMAÇÃO NEUROLINGÜÍSTICA

Dalinni de Oliveira¹

Vera Lúcia Boeing²

RESUMO

Este artigo foi elaborado utilizando-se o método de pesquisa bibliográfica em PNL – Programação Neurolinguística, PNL Sistêmica e dinâmicas de Constelação Familiar, através das obras de Bert Hellinger, desenvolvedor da técnica terapêutica de Constelação Sistêmica, traçando um paralelo comparativo objetivo e sucinto, das ferramentas utilizadas pelas ciências acima citadas, usando como fonte de pesquisa obras de pesquisadores da PNL. Será explorada principalmente a parte da PNL que trata o mundo do indivíduo como o resultado de um grande todo e através desse todo desenvolve filtros que o possibilita a criar seu próprio mundo.

Palavras-chave: Constelação Sistêmica, PNL, PNL Sistêmica, PNL Ericksoriana, Rapport.

¹ Licenciatura plena em matemática - UNICEUB – DF. Mestrado em Tecnologia - Área de concentração de Educação Tecnológica - CEFET – PR. Master Coach e PNL com a Vera Boeing.

² Mestre em Psicologia, especialista em Recursos Humanos, consultora de empresas e psicoterapeuta há mais de 30 anos e em Constelações Sistêmicas, 20 anos.

O que se deseja evidenciar, a partir do presente trabalho, é a aplicação da PNL na prática terapêutica proposta pelas Constelações Sistêmicas, mostrar como os pressupostos da PNL colaboram para eliciar, identificar e constelar o tema do cliente, baseando-se no fato de que cada pessoa vê o mundo a seu modo, ou seja, respeitando o conceito de que cada um é a combinação de várias informações que foram sendo acumuladas através da vivência de várias gerações e do meio atual.

O constelador bem treinado, quando possuidor do conhecimento das duas ferramentas, PNL e Constelações Sistêmicas, e das possibilidades oferecidas por ambas, geralmente, consegue conduzir o processo de forma leve e objetiva facilitando ao cliente a definição e a fidelidade ao tema, caso este procure por um motivo ou outro se desviar dele.

PNL, o mundo do indivíduo e a Constelação Sistêmica

A PNL como ferramenta, que se dispõe a respeitar a forma de ver o mundo a partir do olhar individual e partindo do pressuposto de “*que o mapa não é o território*”³, se torna parte importante no processo de Constelação Sistêmica, onde o mundo que deve ser observado é o do cliente e sempre através dos olhos dele

A PNL de Milton Erickson age sobre o que chamamos de princípios Ericksorianos⁴, e seu foco implícita ou explicitamente, é fortalecer a autonomia do cliente. Quando Erickson falava com seus clientes seu foco era ser ouvido pelo inconsciente desta pessoa, então, ele usava um tom de voz suave, indutora, envolvente e hipnótica, esta característica é muitas vezes utilizada pelo facilitador de uma constelação com o mesmo propósito.

Já a PNL Sistêmica veio com a intenção de expandir os modelos e distinções existentes na PNL, colocando-os numa perspectiva generativa, trazendo um pensamento mais abrangente para a prática da PNL integrando os conceitos de estados, relação entre consciência e inconsciência, posições perceptuais, descrições

³ - Os pressupostos da PNL, em todo o trabalho, estarão com fonte *itálica*.

⁴ - Princípios Ericksorianos: 1-Toda pessoa é única e cria sua própria metáfora. 2 - O problema está dentro e não fora. 3 - Um grau de mudança cria mudança em todos os sistemas relacionados. 4 -O tempo não tem significado. 5 -Todo problema tem uma solução. 6 - A mente inconsciente reúne todas as peças do quebra cabeça. 7 - Há poder no intercâmbio da vulnerabilidade. (ADLER, 2010, p. 23-24)

múltiplas e filtros de percepção dos cinco sentidos, tornando-se mais ecológica. Ela inclui processos somáticos e dinâmicas do sistema mais amplo, tornando-se uma unidade das três mentes conceituais: Mente cognitiva (centrada no cérebro), mente somática (centrada no corpo físico) e mente do campo (centrada nas relações com outros sistemas), entretanto, mantendo a essência da PNL.

Robert Dilts, precursor da PNL Sistêmica, desenvolveu uma relação entre valores neurológicos, chamados por ele de “níveis neurológicos”, baseados em processos mentais e psicológicos, onde as pessoas colocam em sequência suas imagens internas e externas. Em um dos níveis estão as crenças e valores de uma pessoa e cita que estas “crenças não se baseiam necessariamente em uma estrutura lógica de ideias” (DILTS, 1993, p. 27), mas exercem uma forte influência sobre as decisões e construção dos mapas mentais dos indivíduos.

De forma similar Hellinger estabeleceu a relação entre o consciente (razão) e o inconsciente (oculto), com a existência de crenças e comportamentos repetitivos, ao sentido de pertencimento e a existência de certas doenças, aqui eles foram chamados de “campos mentais” ou “campo dos pensamentos”, observou também que estes campos mentais sofriam influência de ideias e suposições de um campo comum ao núcleo do cliente ao qual ele chamou de “campos espirituais”.

Ambos usam a palavra crenças como influenciadora da mente e das ações das pessoas, portanto, pode ser útil unir a filosofia desses estudiosos em uma única ferramenta que permite trabalhar o inconsciente das pessoas com o objetivo de autoconhecimento, desenvolvimento de percepção e possibilidades de mudar aquilo que está incomodando ou se tornando um entrave na vida do cliente.

Um problema que incomoda uma pessoa nem sempre foi iniciado por ela, pode ser apenas a repetição de comportamentos que se perpetuam através de vários anos, séculos, gerações em nossas famílias. Quando estes fenômenos são percebidos e observados nos mostra que a dificuldade do cliente pode estar ligada a percepção familiar sobre o assunto em questão, não necessariamente nele ou em suas ações. Aqui entra um outro fator também bastante explorado nas constelações que são os “campos mórficos”, apresentados por Sheldrake e relacionados aos estudo de HELLINGER (2020, p. 22) onde ele expõe “nossa alma comum se move dentro de um certo campo mental que age sob certas ideias e suposições.”

Neste discurso fica claro que os estudos em PNL, PNL Sistêmica e Constelação Sistêmica estão relacionados e se complementam. Atualmente há a da

física quântica, área da ciência que tem demonstrado a correlação e complementação entre estas disciplinas através de estudo das energias geradas pelos processos mentais e as sinergias que podem ser criadas através dos pensamentos, reforçando o conceito de que o ser é parte do todo.

Sendo assim, os pensamentos que estão ligados aos campos mórficos e espiritual e “os campos mentais (ou campos de pensamento) existem para servir uma alma comum e a coesão dos seus membros”(HELLINGER, 2020, p. 23), é perfeitamente conectado a proposta de Hellinger sobre campo estabelecido em um atendimento de constelação, onde mesmo sem ter conhecimento dos problemas vividos pelo cliente, os representantes agem de acordo com o movimento estabelecido pela vida e energias emanadas dele.

PNL sistêmica, estratégias Ericksorianas e sua colaboração no desenrolar de uma sessão de constelação sistêmica.

A utilização dos conceitos da PNL em Constelações Sistêmicas permite ao constelador acurar a sua percepção para o que está sendo relatado pelo constelado, procurando sentir o que se encontra além do significado das palavras, aquilo que inconscientemente o cliente guarda. Esta percepção ativa e consciente traz mais recursos e assertividade, para o facilitador, na condução de uma sessão de Constelação Sistêmica, possibilitando criar frases, perguntas e metáforas que possam proporcionar a mudança de estado de quem está sendo constelado.

Tanto na PNL como nas Constelações Sistêmicas o cliente precisa assumir sua postura de dono de sua vida, tomar a postura de adulto responsável por decisões para que possa entender, observar e assimilar o que será apresentado no campo pelo tema em questão.

O constelador que possui conhecimento e entendimento dos pressupostos da PNL pode trabalhar com as perguntas e as falas que utilizam padrões de generalizações proporcionados pelo modelo Ericksoriano e a PNL Sistêmica para identificar com assertividade e profundidade o tema do cliente, e entender as responsabilidades estabelecidas pelos enquadramentos da PNL e os limites do constelando e do constelador.

Quem está facilitando uma constelação deverá assumir uma postura de observador do campo, e a condução neutra das perguntas e observações a serem nele introduzidas, observando sempre as ordens da ajuda, principalmente aquela que enfatiza “que a empatia do ajudante deve ser menos pessoal, mas sobretudo sistêmica. Ele não se envolve num relacionamento pessoal com o cliente”(HELLINGER, 2005, p. 13)

A comunicação verbal, que é realizada através da frase gramatical, inclusive aquelas tradicionalmente utilizadas no campo de constelação, nos conduz ao mundo objetivo, nestas situações se torna necessário estabelecer e manter rapport com a finalidade de obter empatia, observar e sentir o mundo não verbal, as relações expostas pelo cliente e principalmente procurar entender e/ou acessar seus níveis neurológicos relacionados ao tema abordado.

No momento em que os níveis neurológicos estão sendo trabalhados, o cliente passa a ter consciência ou observar, de acordo com sua capacidade de percepção e confrontação a sua mais profunda identidade, crenças e valores que foram perpetuados em seu meio de trabalho, familiar e por seus ancestrais (perpetuadas pelo seu clã) ao longo de sua existência.

Caso o cliente persista em se manter na criança e apresentar resistência em olhar para o tema como seu pode-se fazer uso de metáforas, que é outra ferramenta utilizada com frequência pela PNL e também empregada eficazmente pela técnica de constelação.

As metáforas, também eram utilizadas por Milton Erickson e Bert Hellinger demonstra que já a utilizava como ferramenta em seu trabalho. Este recurso consiste em contar histórias com fins terapêuticos utilizando enredos, que servem ao cliente ou ao grupo presente como um todo. De acordo com Hellinger estas narrativas são uma forma elegante, respeitosa e eficaz de conduzir o cliente sem interferir em seu mapa mental.

Milton Erickson imediatamente aceitava tudo o que o cliente mostrava. Reparava nos mínimos sinais corporais e lia neles a verdadeira questão do cliente, [...] conduzia o cliente por desvios, sem que fosse imediatamente visível aonde o caminho levava, até chegar ao que lhe correspondia de modo mais profundo (HELLINGER, 2006, p. 30).

A utilização de metáforas pode se mostrar eficiente quando algo precisa ser revelado ao cliente e este tem dificuldade em encarar sua realidade. Metáforas são interpretadas de acordo com o inconsciente de cada um, porém, para a sua utilização é necessário habilidade, conhecimento e experiência do constelador para que surta exatamente o efeito desejado e consequente a mudança do estado.

O Modelo de Milton, campos mórficos e PNL sistêmica.

Fenomenologia é o estudo da experiência subjetiva da consciência, seu objetivo é conhecer os fenômenos tais quais eles se apresentam na consciência humana. Ela surge como uma ciência que valoriza a experiência e sua intencionalidade, é a relação entre a consciência humana e o que há a seu redor, sendo assim, ela se destina a investigar e descrever os fenômenos enquanto experiência subjetiva.

A partir da agregação da fenomenologia aos conceitos já existentes da PNL, Robert Dilts e Todd Epstein criam o que conhecemos hoje como PNL Sistêmica, no final da década de 80, com o propósito de enfatizar a “ecologia” do indivíduo e assim agregar conceitos do pensamento sistêmico na prática da PNL.

Prática esta que com a introdução de novos métodos e novas ferramentas baseadas na relação entre consciência e inconsciência, posições perceptuais ou perceptivas, descrições múltiplas, filtros de percepção e definição do estado atual e do estado desejado, incluindo o processo somático e conceitos mais amplos de sistema, agregando ainda os três estados da mente: Mente cognitiva (centrada no cérebro), mente somática (centrada no corpo físico) e mente do campo (centrado nas relações com outros sistemas), a PNL ganha um contorno mais humano e um ponto de vista sistêmico.

PNL Sistêmica amplia a consciência dos cinco sentidos, possibilitando a compreensão de situações complexas através da observação do olhar, ouvir e sentir, e entender que em situações complexas o que é notado é apenas uma parte do todo. Este novo olhar, mais amplo, possibilita por si só a ressignificação do problema levando o cliente a encontrar a solução sob sua perspectiva, expandindo assim os seus filtros.

Hellinger agregou ao seu trabalho estes conhecimentos e ainda o expandiu e fortificou utilizando os conceitos de “campos mórficos” desenvolvidos por Rupert Sheldrake onde é apresentado a hipótese de que existem campos de informações não materiais que são transmitidos por Ressonância Mórfica. Essa ressonância é o processo no qual acontecimentos e comportamentos de organismos no passado influenciam organismos no presente (SHELDRAKE, 2016).

Este campo sugerido por Sheldrake abrange sistemas similares e que compartilham entre si características semelhantes em sua formação, potencializando sua influência nos indivíduos que compõem o sistema maior, chamado de campo morfogenético. Este conceito veio de perfeito encontro ao conceito de Constelação Sistêmica e caminha complementando as teorias da PNL sistêmica.

Em constelação quando um campo é estabelecido as energias e sinergias que o permeia é o resultado das influências informacionais dos clientes, seu sistema de pertencimento e de sistemas maiores, que podem fazer parte campos mórficos. Não se pode desconsiderar o sistema dos participantes, que apesar de não interferir diretamente no processo, seguem o movimento sistêmico de cada cliente e os movimentos de mudança poderá influenciar a todos que pertencem ao seu grupo familiar, mesmo sem ter conhecimento do tema que está sendo trabalhado.

Uma sessão de constelação ancorada por pressupostos da PNL⁵

Pressupostos são leis e crenças que fazem parte do indivíduo mesmo sem que ele tenha a consciência de sua existência. Eles estão intrínsecos a pessoa. É necessário saber identificar em qual deles o cliente ancora sua realidade e suas opiniões, é aquilo tido por ele como indiscutível, o que faz a pessoa não sair do lugar, que lhe impede de fazer escolhas diferentes ou mesmo olhar algo diferente do que está habituado.

Vários pressupostos, senão todos, são utilizados em algum momento, em uma sessão de constelação, alguns já foram mencionados neste texto, porém aqui serão tratados de forma mais explícita aqueles que são comumente utilizados.

⁵ Neste tópico estão descritos apenas alguns pressupostos da PNL, outros poderão ser encontrados na literatura referente.

Transmitir conforto e confiança a quem está sendo constelado permite uma comunicação mais efetiva. *é impossível não se comunicar e o resultado da comunicação é a resposta que se obtém*, sendo assim é importante para o facilitador manter os canais sensoriais limpos com o objetivo de receber e transmitir uma comunicação sem ruídos, livre de influências dos conceitos e preconceitos tanto de quem recebe quanto de quem transmite a comunicação. Estes dois pressupostos são aplicados em praticamente todas as técnicas terapêuticas, pois temos que nos prender ao tema trazido pelo cliente e sempre manter o foco no seu modo de olhar para ele.

Entender que o *mapa não é o território* é uma premissa básica para entender a ecologia do cliente e aceitar que *todo comportamento tem, ou teve uma intenção positiva* é quando devemos levar em consideração a 5ª Ordem da Ajuda que prega que “o amor a cada um como ele é, por mais que ele seja diferente de mim” (HELLINGER, 2010. p.14) se torna a forma mais respeitosa de aceitar o outro.

Ao estabelecer o primeiro contato com o cliente, observa-se inicialmente seu comportamento, como respira, como se senta, como se veste neste momento se atém aos pressupostos de que *a informação mais importante sobre alguém é o seu comportamento*, porém *a pessoa não é o seu comportamento* neste instante seu comportamento é o resultado do motivo pelo qual ela procura o terapeuta, ele já identificou que há algo a ser mudado, mas ainda não identificou o quê ou como fazer. *o corpo e a mente influenciam-se um ao outro* com este outro pressuposto voltamos ao ciclo de cura, onde observamos o cliente, seu comportamento, e seus sentidos envolvidos na sessão: respiração, sudorese, cor da pele, temperatura, tensão muscular, etc.... e em rapport com ele percebe-se se é necessário proporcionar ao cliente continuar a linha de trabalho ou oferecer a ele uma outra possibilidade a ser olhada, através de uma pergunta ou frase que não seja invasiva.

Não se deve esquecer que *as pessoas têm todos os recursos que necessitam*, nada está certo ou errado tudo foi apenas o resultado de uma escolha baseada em seus recursos, diante do tema em questão, e estes são individuais e baseados no comportamento expressado em determinadas situações, iguais ou semelhantes ao conflito que se mostra. Porém, *tudo tende para a união e para que se torne uma totalidade em nós*, totalidade esta que surge quando o cliente consegue reintegrar as partes dele e/ou do sistema ao qual ele faz parte. É quando se compreende e se internaliza que se é um todo e um ser ao mesmo tempo.

Todos os pressupostos apresentados acima estão presentes em uma constelação, eles aparecem nos trabalhos de Bert Hellinger com palavras diferentes mas com igual sentido, um exemplo está em seu livro *As leis da Cura* onde ele diz que o “amor do espírito é uma visão mental, uma posição, uma atitude”(2020, p.65) onde em poucas palavras ele traduz alguns dos pressupostos que aqui foram citados.

Quando um cliente é tratado, uma das premissas básicas para toda sessão de psicoterapia é que ele assuma a posição de adulto, que ele entenda que *é dono da sua mente e, portanto dos seus resultados*, quando isso acontece ele percebe onde está em seu sistema, sua ordem e suas responsabilidades dentro dele e quando gera o sentimento de pertencer ele encontra a cura. Cabe ao Terapeuta ou Facilitador de uma constelação saber usar e adequar todas as ferramentas a seu alcance para esta finalidade.

Rapport e acuidade visual

De acordo com HELLINGER (2006, p.30) “Com a PNL a gente aprende a dissolver, através de modificações mínimas, a rigidez de atitudes esclerosadas e as imagens internas que as acompanham”, sendo assim, durante a condução de uma sessão de Constelação estar atento aos sinais corporais do cliente é aprender sobre sua fisiologia é estar em Rapport com ele.

O Rapport é a conexão profunda entre o cliente e o constelador. Ele acontece através do desenvolvimento da acuidade visual e da entrega descompromissada do constelador às necessidades do cliente, é a “empatia genuína” do seu problema através da observação de seus movimentos, respiração, coloração da face, etc..

Acompanhar é uma maneira de você alinhar com o seu cliente através da respiração, gestos, tom de voz, o modo como se senta, movimenta o seu corpo ou muda se tom emocional. Ao acompanhar, você ajusta seu comportamento para espelhar ou imitar o seu cliente em todas as áreas. Quando é feito corretamente, o cliente sente que há “empatia genuína” por ele pela situação que está vivendo (ADLER, 2010, P. 36).

Este acompanhar, ou rapport, oferece ao facilitador da constelação a oportunidade de elaborar frases coerentes com o campo e o estado do cliente. Esta é uma técnica utilizada na PNL Ericksoniana descrita como um leve estado de transe

em que o cliente se coloca diante do campo, onde ele, em profundo contato com se entrega ao processo de cura.

Em rapport o facilitador da constelação, durante toda a sessão emprega a escuta ativa que é o ato de olhar para o cliente como um todo: voz, movimento, quem ele escolheu primeiro para ser representado, em que posição ele colocou os representantes, etc., é a percepção dos sentidos, a compreensão e a sintonia com campo de memórias do cliente, seu campo mórfico. É importante frisar que o interesse do constelador seja legítimo, empático, porém não invasivo, se mantendo sempre dentro das ordens propostas para a ajuda.

O constelador deve estar atento as revelações que emergem no campo e checar com perguntas e falas de PNL ou ainda ouvir a fala como uma metáfora, talvez como um fato ocorrido com outra pessoa. É relevante observar quais as crenças da pessoa e da família em relação ao tema, quais as dinâmicas que o prendem e se possível verificar onde está sua origem no sistema familiar e como elas atuam em seus membros.

Estar presente e sempre do lado cliente é a postura esperada do facilitador de uma constelação, em atenção e rapport, sempre em uma postura empática com a finalidade de sentir qual a melhor frase a ser usada no momento, estar atento a movimentação do campo e se há necessidade de inserir um novo elemento. Estar presente a acompanhar sem interferir.

Considerações Finais

Este trabalho buscou mostrar como a PNL e as Técnicas de constelações sistêmicas se completam, mais especificamente como a PNL pode ser utilizada nas Constelações, já que muitos consteladores por terem em mente que as Constelações sistêmicas estão ligada mais ao campo espiritual do que ao campo mental, não as utilizam por verem nestas duas ferramentas algum tipo de conflito. Aqui ficou apresentado de forma rápida e simples que é possível integrar PNL e Constelações sem ferir os princípios da segunda.

Ficou evidenciado em vários tópicos que o próprio HELLINGER tinha conhecimento dessa ferramenta e que a adequou as finalidades de seu trabalho. Cabe ainda diversos outros esclarecimentos sobre o tema tais como: é possível que a PNL

sistêmica tenha sofrido alguma influência dos conceitos de Constelação, criados por Helliger? A PNL e seus pressupostos tem correlação com os campos mórficos e campos espirituais? Como os comportamentos e atitudes delineados pela PNL podem afetar o campo de uma constelação? Há relação entre PNL, Constelações Sistêmicas e Física Quântica? Para muitas dessas perguntas há hipóteses a serem estudadas que poderão ser integradas em vários processos terapêuticos já existentes ou que ainda poderão surgir.

REFERÊNCIAS

- ADLER, Paul S. **Hipnose Ericksoriana: Estratégias para a Comunicação Efetiva**. Rio de Janeiro: Qualitymark, 2010.
- BLANDER, Richard; GRINDER, John. **Ressignificando: Programação Neurolinguística e a Transformação do Significado**. 8 ed. São Paulo. Summus, 1986.
- BOEING, Vera L. **Pressupostos – Crenças de excelência**. Apostila do Curso de Especialista em MBA em Gestão de Reações Humanas com enfoque sistêmico nas Novas Constelações Familiares. Curitiba: Faculdade de Ampere, 2018.
- _____. **As Novas Constelações sistêmicas** - Histórico, visão e aportes. Apostila do Curso de Especialista em MBA em Gestão de Reações Humanas com enfoque sistêmico nas Novas Constelações Familiares. Curitiba: Faculdade de Ampere, 2020.
- DILTS, Robert; HALLBOM, Tim; SMITH Suzi. **Crenças: Caminhos para a saúde e bem-estar**. 7 ed. São Paulo. Summus, 1993.
- HELLINGER, Bert. **Ordens da Ajuda**. Minas Gerais: Atman, 2005.
- _____. **Um lugar para os excluídos: conversas sobre os caminhos de uma vida**. Belo Horizonte: Atman, 2006.
- _____. **Ordens do Amor**. 22 ed. São Paulo: Cultrix, 2010.
- _____. **As Leis da Cura: Estar bem e Continuar Bem**. Lisboa: Marcador, 2020.
- SHELDRAKE, Rupert. **Uma nova ciência da Vida**. Rio de Janeiro: Cutrix, 2016.
- XAVIER, Eliane. **O Quantum Primordial: O encontro da ciência, espiritualidade e autoconhecimento**. Paraná, 2019