

Consignes

Pour les participants aux constellations

- Éteindre les téléphones portables
- Ne pas prendre de notes
- Être ponctuel et rester la totalité de l'atelier
- Rester calme et sobre de façon à ne pas contrarier le travail énergétique en cours
- Être le plus discret possible pendant une constellation : on ne se lève pas, on ne discute pas
- Ne pas se consoler les uns les autres pendant la constellation et pendant les pauses. Il s'agit de permettre à la personne constellée de prendre la responsabilité de ses émotions et de les exprimer
- Être dans le non-jugement face aux vécus et histoires familiales difficiles
- Même si la situation du constellé résonne avec son vécu, se rappeler constamment qui on représente (père, mère...) et mettre de côté sa propre histoire, le temps de la constellation (même si cela résonne en soi)
- Ne pas reparler des constellations à l'extérieur ni avec les personnes du groupe, ni avec des personnes extérieures. Cela pourrait perturber l'évolution de la constellation dans la « matière », dans les systèmes et « ce qui se passe, ce qui est dit, ce qui est ressenti » lors de cette journée dans les constellations est confidentiel.
La confidentialité est essentielle pour créer un climat de confiance propice à un travail de groupe profond.
- Ne pas hésiter à m'interpeller si des émotions et/ou des sensations persistent après la constellation ou sont trop fortes durant la constellation
- Possibilité de me contacter après la constellation s'il reste des perturbations

Merci de vous engager à respecter ces consignes.
Christine