

## Apostila Workshop

### A TRÍADE DO SUCESSO NA VIDA E NA PROFISSÃO

#### Boas-vindas:

Seja muito bem-vindo(a) ao nosso workshop, onde vamos explorar a Tríade do Sucesso: **Família de Origem, O Seu Lugar e o Transbordo**. Esta jornada é uma oportunidade única para mergulharmos profundamente nas estruturas invisíveis que moldam nossas vidas e nossos destinos. Inspirados nos ensinamentos de Bert Hellinger, vamos descobrir como as dinâmicas familiares afetam diretamente o sucesso pessoal e profissional, e como podemos transformar esses padrões em fontes de força e sabedoria.

A vida é como um mosaico em construção, onde cada peça é parte de uma história maior. Às vezes, algumas peças parecem fora do lugar, mas com a clareza e a compreensão corretas, tudo começa a se encaixar. Esse workshop irá guiá-lo(a) por esse processo de montar o seu mosaico pessoal, onde você encontrará o seu verdadeiro lugar no mundo, abrindo espaço para um legado que transcenda o tempo.

Nesta jornada, não estamos sozinhos. Juntos, vamos refletir, aprender e crescer. Aqui, você terá a oportunidade de entender de onde vem, descobrir qual é o seu lugar, e como, a partir desse reconhecimento, você pode transbordar para o mundo com toda a sua força e autenticidade.

Prepare-se para olhar para a sua história com novos olhos e, ao final dessa jornada, construir uma nova visão para o futuro.

#### 1. A FAMÍLIA DE ORIGEM: O INÍCIO DE TUDO

##### Contexto e Importância:

A família de origem é o primeiro sistema do qual fazemos parte, onde tudo começa. É ali que recebemos as primeiras impressões sobre o mundo, formamos nossas crenças mais profundas e absorvemos padrões que irão influenciar nossa vida de maneira direta e invisível. Bert Hellinger, criador das Constelações Sistêmicas, demonstrou como as lealdades familiares, muitas vezes inconscientes, moldam a nossa maneira de viver, amar, trabalhar e tomar decisões.

Quando olhamos para nossa família, estamos olhando para nossas raízes. Esse sistema contém uma vasta quantidade de recursos e, ao mesmo tempo, bloqueios. Muitas das dificuldades que enfrentamos ao longo da vida – seja no trabalho, nas relações ou em nossos projetos pessoais – podem estar conectadas a histórias e padrões que carregamos de nossa família de origem.

Hellinger nos ensina que a vida flui de cima para baixo, dos nossos ancestrais para nós. Esse fluxo de vida traz consigo dons, talentos e sabedoria, mas também traumas, dores e repetições. O grande desafio é reconhecer essa herança, honrá-la e, ao mesmo tempo, deixar o que não nos pertence, liberando-nos para viver de forma mais leve e autêntica.

### **Lealdades Invisíveis:**

Todos nós carregamos lealdades invisíveis à nossa família. Pode ser que, por amor ou por necessidade de pertencimento, sigamos os mesmos padrões de comportamento que nossos pais ou avós, mesmo sem perceber. Essas lealdades podem se manifestar em áreas como dinheiro, sucesso, relacionamentos e até saúde.

Por exemplo, talvez você perceba que, por mais que se esforce, não consegue ultrapassar certo limite financeiro, ou se sente sempre preso em situações repetitivas nos relacionamentos. Isso pode ser reflexo de uma lealdade à escassez, ao sofrimento ou a dificuldades que membros da sua família enfrentaram no passado. Em muitos casos, sem saber, permanecemos fiéis a esses padrões como forma de manter um vínculo profundo com a família.

### **O Impacto dos Padrões Familiares no Sucesso:**

O sucesso, tanto na vida pessoal quanto na profissional, está intimamente ligado ao reconhecimento do lugar que ocupamos em nossa família. Muitas vezes, questões não resolvidas com os pais ou outros membros da família geram bloqueios que afetam diretamente a nossa capacidade de avançar.

Por exemplo, um dos padrões mais comuns é o de sentir que não merece o sucesso ou que, ao prosperar, de alguma forma estaria "traíndo" a família ou abandonando seus entes queridos. Essas questões são delicadas e, muitas vezes, estão escondidas em camadas profundas do nosso inconsciente.

Quando trabalhamos para reconhecer e curar esses padrões, damos o primeiro passo para liberar o fluxo de vida e de sucesso. Ao encontrar o nosso verdadeiro lugar na família, ganhamos força para agir no mundo com mais confiança e autenticidade.

## Questões de Reflexão:

Para começar a refletir sobre a sua família de origem, faça as seguintes perguntas:

- 1. Como minha família lida com o dinheiro e o sucesso?**  
Quais são as crenças que meus pais ou avós têm em relação à prosperidade?
- 2. Que histórias familiares moldaram minha visão de mundo?**  
Existem eventos marcantes que influenciaram a maneira como vejo o sucesso ou as dificuldades?
- 3. Quais padrões emocionais se repetem na minha família?**  
Percebo repetições de comportamentos ou destinos, como fracassos profissionais, relacionamentos difíceis ou problemas de saúde?
- 4. O que eu carrego dos meus pais que não me pertence?**  
Quais responsabilidades, dores ou expectativas que assumi, mas que na verdade são deles?
- 5. Como foi minha transição ao sair da casa dos meus pais?**  
Foi fácil? Ou me senti culpado, como se estivesse abandonando algo importante?

---

Essa reflexão sobre a família de origem é fundamental para entender o que carregamos como bagagem emocional e sistêmica. Ao tomar consciência desses padrões, podemos iniciar o processo de liberação e, assim, nos abrir para novas possibilidades na vida e na profissão.

Essa é apenas a primeira parte da tríade. Ao nos aprofundarmos nos próximos passos, vamos entender como ocupar nosso lugar e, por fim, transbordar com toda a nossa força para o mundo.

## 2. O SEU LUGAR: ONDE VOCÊ SE ENCAIXA NO MUNDO?

### O Contexto Sistêmico de Seu Lugar:

No entendimento das Constelações Sistêmicas de Bert Hellinger, o conceito de "lugar" é central para a harmonia em qualquer sistema, seja na família, no trabalho, ou na sociedade. Encontrar e ocupar o nosso lugar no mundo nos dá força, confiança e clareza. Quando não ocupamos o nosso lugar de forma adequada, os sistemas aos quais pertencemos ficam desequilibrados, causando conflitos internos e externos.

## **O Seu Lugar na Família:**

Na família de origem, cada um de nós tem um lugar específico. Somos filhos, irmãos, netos – e esse lugar define como nos relacionamos com os outros membros da família. Muitas vezes, problemas pessoais ou profissionais surgem quando tentamos ocupar um lugar que não é nosso. Isso pode acontecer, por exemplo, quando assumimos responsabilidades de um pai ou de uma mãe, ou quando tentamos cuidar de irmãos como se fôssemos seus pais.

Há uma hierarquia natural na família, onde os pais dão e os filhos recebem. Quando essa ordem é invertida, os filhos podem crescer com um sentimento de excesso de responsabilidade, como se tivessem que cuidar dos pais ou resolver os problemas deles. Essa inversão pode se refletir em dificuldades no trabalho, nas relações e até na saúde.

## **O Seu Lugar no Trabalho:**

Assim como na família, no ambiente profissional também temos um lugar a ocupar. E, muitas vezes, os padrões que vivenciamos em casa se repetem nas empresas. Se, na família de origem, você assumiu o papel de "pai" ou "mãe", pode ser que no trabalho tenha dificuldades em lidar com hierarquias. Talvez você sinta que precisa resolver tudo sozinho ou tenha problemas em seguir lideranças.

Da mesma forma, quem nunca ocupou o seu lugar de "filho" dentro da família pode encontrar dificuldades em se submeter a chefes ou se posicionar em relação a colegas de trabalho. O equilíbrio vem quando entendemos onde é o nosso lugar, respeitamos as hierarquias e nos permitimos receber orientação quando necessário.

## **A Importância do Seu Lugar nas Relações:**

Nas relações amorosas e de amizade, o "seu lugar" também é fundamental. Aqui, o princípio é de igualdade: somos iguais aos nossos parceiros e amigos, e ambos têm responsabilidades mútuas. Quando ocupamos o lugar de inferior ou superior na relação, ela perde equilíbrio e a conexão se enfraquece.

No caso de uma relação entre pais e filhos, por exemplo, é importante lembrar que os pais sempre dão e os filhos sempre recebem. Isso cria um fluxo de vida saudável, onde os filhos podem crescer com a força devida para se desenvolver no mundo. Se essa ordem é invertida, surgem bloqueios emocionais e relacionais que podem se estender para outras áreas da vida.

## **Reflexos no Empreendedorismo e Liderança:**

Quem ocupa o lugar correto na família de origem tem muito mais facilidade em liderar e empreender. Isso porque, para ser um bom líder ou empreendedor, é preciso entender que você está a serviço da empresa ou do projeto, e não o

contrário. Uma das falas mais poderosas de Hellinger é: "*Eu sirvo à minha empresa.*" Quando invertemos essa dinâmica e colocamos a empresa a nosso serviço, entramos em desarmonia, o que pode gerar falhas de gestão e insucesso.

Para ser um bom líder, é fundamental entender que cada pessoa no sistema empresarial também tem seu lugar. Respeitar essa hierarquia e as responsabilidades de cada um é a chave para criar um ambiente de trabalho harmonioso e produtivo.

## **Reflexão sobre Autorresponsabilidade:**

Ocupar o seu lugar também significa assumir a **autorresponsabilidade**. Cada um de nós é responsável pela sua vida, pelas suas escolhas e pelos seus resultados. Quando culpamos os outros – sejam nossos pais, nossos parceiros ou nossos chefes – estamos fugindo do nosso lugar de adultos responsáveis.

Ser adulto implica olhar para a vida e dizer: "Eu sou o único responsável pelos meus atos e decisões". Isso não significa desconsiderar a importância da nossa história familiar ou os desafios que enfrentamos, mas sim reconhecer que, a partir de certo ponto, somos nós que dirigimos nossa própria vida.

## **Questões para Reflexão:**

Aqui estão algumas perguntas para te ajudar a refletir sobre o seu lugar nos diferentes contextos:

- 1. Qual é o meu lugar na minha família de origem?**  
Me sinto no papel de filho/filha ou estou assumindo responsabilidades que pertencem aos meus pais?
- 2. Como ocupo o meu lugar nas minhas relações de trabalho?**  
Tenho dificuldades em lidar com chefes ou superiores? Tento assumir responsabilidades que não são minhas?
- 3. Como lido com a hierarquia no trabalho?**  
Consigo seguir lideranças e reconhecer o lugar de cada pessoa no sistema empresarial?
- 4. Nas minhas relações amorosas e de amizade, estou em pé de igualdade?**  
Ou me sinto superior ou inferior ao outro?
- 5. Estou assumindo a autorresponsabilidade pela minha vida?**  
Ou ainda culpo meus pais, parceiros ou circunstâncias pelo que acontece comigo?

Essa parte da Tríade, sobre "Seu Lugar", nos ajuda a entender como estamos posicionados nos diferentes sistemas da vida. Quando ocupamos nosso lugar de forma adequada, as relações fluem com mais leveza, o trabalho se torna mais produtivo e nossas emoções encontram equilíbrio. Encontrar e respeitar o próprio lugar é um ato de amor e respeito consigo mesmo e com os outros.

Essa reflexão é essencial para nos capacitar a viver uma vida com mais clareza, segurança e sucesso.

---

Agora, com essa base estabelecida, passamos a entender a importância do lugar que ocupamos em cada sistema. Isso é fundamental para um desenvolvimento pessoal e profissional mais saudável.

### **3. TRANSBORDO: CRESCER ALÉM DO SISTEMA FAMILIAR E DEIXAR SUA MARCA NO MUNDO**

#### **O Que Significa Transbordar?**

O conceito de transbordo refere-se à ideia de que, para viver plenamente e alcançar o verdadeiro sucesso, é necessário crescer além das limitações que herdamos da nossa família e do nosso ambiente inicial. Em termos sistêmicos, significa ultrapassar as barreiras que os sistemas familiares podem criar e explorar todo o nosso potencial como seres únicos.

Transbordar não é apenas superar dificuldades ou obstáculos, mas sim ir além do que nos foi dado, fazendo com que o nosso legado individual vá além do sistema familiar. É a expansão de quem somos, levando a nossa essência para o mundo, não só para nosso benefício, mas para o benefício de muitos.

#### **O Processo de Crescimento**

No sistema familiar, aprendemos e recebemos muito: amor, crenças, valores, e até limitações. Ao longo da vida, crescemos com essas influências, mas chega um momento em que precisamos nos perguntar: "Isso é suficiente para mim? Como posso crescer além do que me foi dado?"

Bert Hellinger sugere que o crescimento pessoal começa quando aceitamos plenamente o que recebemos dos nossos pais, sem julgamentos ou ressentimentos. A partir dessa aceitação, podemos escolher o que queremos manter e o que podemos deixar para trás. Esse é o primeiro passo para o **transbordo** – aceitar o que nos foi dado e, com isso, construir algo novo e maior.

## **Transbordo na Vida e na Carreira**

Na vida profissional, o transbordo é visto quando conseguimos transformar nossas habilidades e experiências em algo que impacta outras pessoas. Não se trata apenas de cumprir funções ou metas, mas de encontrar maneiras de deixar um legado, de influenciar e ajudar os outros através do nosso trabalho. O transbordo é o momento em que você deixa de ser apenas parte de um sistema e se torna um criador dentro dele.

## **Crescendo Além da Cerca Familiar**

No contexto das Constelações Sistêmicas, **crescer além da cerca familiar** significa aceitar o seu lugar e os padrões da família de origem, mas também ter coragem de trilhar o seu próprio caminho. Você é livre para construir seu legado, criando um impacto positivo e duradouro no mundo.

Essa "cerca" muitas vezes são os padrões, as crenças limitantes e as lealdades invisíveis que nos mantêm presos ao sistema familiar. Para transbordar, é necessário sair dessa cerca, crescer em novos territórios, e encontrar a nossa própria autenticidade.

## **Deixar a Sua Marca no Mundo**

Quando falamos de transbordo, também estamos falando de legado. O que você vai deixar para o mundo além do que você recebeu? Como você será lembrado?

Deixar um legado é algo profundamente conectado ao nosso propósito de vida. Muitas vezes, ficamos presos em padrões familiares, repetindo comportamentos e crenças que não nos pertencem. Quando transbordamos, quebramos essas repetições e escolhemos construir algo novo, baseado nas nossas próprias escolhas e na nossa visão de mundo.

Esse legado não precisa ser algo grandioso ou público; pode ser algo que você faz por sua família, seus amigos ou sua comunidade. O importante é que seja autêntico e verdadeiro para quem você é.

## **Ser Lembrado Pelo Que Você Foi, Não Pelo Que Fez**

Hellinger enfatiza que, no final, não somos lembrados pelas nossas realizações materiais ou pelos cargos que ocupamos, mas sim por quem fomos como pessoas. O transbordo nos permite viver uma vida plena, onde somos lembrados pelo impacto positivo que causamos nas vidas das pessoas ao nosso redor, pela nossa autenticidade e pelas nossas contribuições para o bem-estar dos outros.

## Reflexão sobre o Transbordo:

- 1. Quais limitações do sistema familiar ainda me seguram?**  
Reconheço padrões de pensamento ou comportamento que herdei, mas que já não me servem?
- 2. Como posso expandir o que recebi da minha família de origem?**  
De que maneira posso transformar o que aprendi com minha família e criar algo novo, com minha própria assinatura?
- 3. Qual legado quero deixar no mundo?**  
O que estou fazendo hoje para garantir que a minha vida impacte positivamente as pessoas ao meu redor?
- 4. Como estou crescendo além da minha "cerca" familiar?**  
Estou me permitindo explorar novos territórios, tanto pessoal quanto profissionalmente, ou estou preso às expectativas que outros colocaram sobre mim?
- 5. Como quero ser lembrado?**  
Quando olho para minha vida, vejo que estou construindo algo pelo qual quero ser lembrado?

---

## O Transbordo é o Passo Final da Tríade do Sucesso

Depois de entender a nossa família de origem e encontrar o nosso lugar no mundo, o próximo passo natural é transbordar. Esse é o caminho que nos permite viver uma vida de propósito, deixando uma marca única e duradoura no mundo. Transbordar é um ato de amor para conosco e para com o mundo, pois é através dessa expansão que contribuímos para o crescimento e a evolução das gerações futuras.

---

Essa terceira parte sobre o **transbordo** nos inspira a crescer além das limitações e padrões, levando nossa própria essência para o mundo, de forma autêntica e poderosa.

## Uma análise freudiana e junguiana da Tríade do Sucesso: Família de origem, Seu lugar e Transbordo

Ao observar a tríade do sucesso através dos olhos de **Freud e Jung**, mergulhamos em um oceano de símbolos, arquétipos e complexos psíquicos que moldam o comportamento humano. As camadas de nossa psique estão imbricadas com as

forças inconscientes herdadas da nossa linhagem familiar e da nossa vivência. Vamos desdobrar essa tríade, revelando como, nas teorias freudianas e junguianas, cada estágio se enraíza em dinâmicas profundas e primordiais.

## 1. Família de Origem: O inconsciente coletivo e os impulsos reprimidos

**Freud** foi pioneiro em expor a influência das relações familiares, particularmente aquelas formadas na infância, no desenvolvimento psíquico. Para ele, a família de origem representa o primeiro campo de batalhas emocionais. Dentro dessa estrutura, Freud localiza o **Complexo de Édipo**, onde os desejos inconscientes pela figura materna ou paterna e as subseqüentes rivalidades com o outro genitor definem a base das neuroses adultas. A maneira como esses desejos são reprimidos ou expressos cria laços inconscientes com o destino de nossos pais, avós e ancestrais.

No entanto, Freud veria as **lealdades sistêmicas** como repetições neuróticas inconscientes. Nós nos vinculamos aos padrões parentais não por escolha consciente, mas pelo poder das pulsões reprimidas. Freud defenderia que a jornada para o sucesso, na qual rompemos essas lealdades invisíveis, requer um processo de **insight psicanalítico**. É preciso revisitar os desejos edípicos não resolvidos, as ansiedades arcaicas, para que possamos nos libertar desses "fantasmas psíquicos".

Já para **Jung**, a família de origem é o campo onde o **inconsciente coletivo** começa a se manifestar em nós. Através de nossos pais, somos expostos a arquétipos que habitam o inconsciente humano desde tempos imemoriais, como o **Pai**, a **Mãe**, o **Herói** e a **Sombra**. No entanto, a verdadeira questão para Jung é como a pessoa negocia sua **individuação** dentro da família. O papel dos arquétipos pode se manifestar nas relações com pais, irmãos ou figuras de autoridade, e a individuação acontece quando a pessoa aprende a reconhecer esses arquétipos e os integra, em vez de ser consumida por eles.

## 2. Seu Lugar: A luta pelo ego e a integração da sombra

Freud focaria no conceito de **narcisismo** quando falamos sobre "nosso lugar". Para ele, o desenvolvimento saudável do ego depende da resolução de conflitos edípicos e da aceitação da castração simbólica. O "lugar" que ocupamos na sociedade e nas relações é muitas vezes uma projeção de como resolvemos esses conflitos internos. Quando permanecemos atados a lealdades invisíveis à família, estamos psicologicamente presos no que Freud chamaria de **fixação** – um estado em que o desenvolvimento emocional estagna devido à incapacidade de superar um estágio anterior.

Se alguém encontra dificuldades em ocupar seu lugar no trabalho ou nos relacionamentos, Freud poderia argumentar que isso reflete uma **transferência não resolvida** de sentimentos da infância para figuras de autoridade no presente.

Ser incapaz de ocupar "o seu lugar" é, para Freud, uma repetição das lutas infantis de poder e rivalidade, expressas no agora.

Já para **Jung**, ocupar seu lugar está ligado à jornada da **individuação** – o processo de se tornar quem realmente somos, em harmonia com o inconsciente. O “seu lugar” não é simplesmente um papel social ou profissional, mas o resultado de um esforço contínuo de integrar as várias partes de si mesmo, particularmente a **Sombra** – os aspectos de nossa psique que reprimimos ou não reconhecemos. Jung acreditava que se uma pessoa não encontra o seu lugar, é porque ela ainda não integrou plenamente a sua sombra, ou seja, aquelas partes rejeitadas da sua personalidade que podem conter grande poder e criatividade. Encontrar "o seu lugar" exige coragem para confrontar essa escuridão interna e os conflitos que vêm à tona.

### **3. Transbordo: A sublimação freudiana e o Self junguiano**

Freud enxergaria o “transbordo” como o ponto em que a **sublimação** ocorre – o momento em que a energia das pulsões primitivas, especialmente as ligadas à sexualidade e agressão, é redirecionada para objetivos criativos e socialmente aceitáveis. O sucesso, para Freud, é muitas vezes o resultado dessa sublimação bem-sucedida. Ao invés de sermos aprisionados por nossas neuroses e pulsões reprimidas, encontramos uma maneira de canalizar essas energias para o progresso pessoal e o serviço ao coletivo. O transbordo seria, assim, a realização plena da libido em atividades construtivas, marcando a vitória do ego sobre o id.

Em um sentido junguiano, o **transbordo** representa o passo final na jornada da **individuação**, quando o indivíduo transcende seu ego limitado e se conecta com o **Self** – o centro mais profundo de sua psique, onde reside seu verdadeiro potencial. Para Jung, este é o ponto onde o indivíduo começa a expressar não apenas suas ambições pessoais, mas um desejo maior de **deixar uma marca** no mundo, conectando-se com algo que vai além de si mesmo. Esse transbordo é o encontro entre o consciente e o inconsciente, o individual e o coletivo, e ele permite que o indivíduo não só se realize, mas também contribua para a evolução do todo.

O legado, para Jung, é um reflexo da harmonia entre o consciente e o inconsciente. Quando uma pessoa atinge esse estado, suas ações deixam de ser motivadas apenas por questões materiais ou egóicas, e passam a refletir a totalidade de sua psique integrada. Eles deixam de ser controlados pelos complexos familiares ou pelas demandas externas da sociedade e começam a viver a partir de um lugar de profunda autenticidade e propósito.

---

## **Conclusão: Freud e Jung em diálogo**

A tríade do sucesso pode ser compreendida de maneiras diferentes, mas complementares, por Freud e Jung. Para Freud, trata-se de superar as neuroses e sublimações, liberando o ego das amarras dos conflitos reprimidos. Já para Jung, o sucesso é a manifestação de uma psique integrada, onde o indivíduo encontra seu lugar no mundo ao se alinhar com o Self e os arquétipos do inconsciente coletivo.

Em ambos os casos, no entanto, o sucesso verdadeiro – seja ele pessoal, profissional ou espiritual – só pode ser alcançado quando as forças inconscientes que nos controlam são reconhecidas e integradas. A tríade, então, é uma jornada psíquica, uma travessia das sombras em direção à luz.

---

**Agora, com essa jornada de reflexão sobre a tríade completa, podemos passar aos exercícios que te ajudarão a aplicar esses conceitos na sua vida e carreira.**

---

## **Exercícios**

### **A TRÍADE DO SUCESSO NA VIDA E NA PROFISSÃO**

#### **1. FAMÍLIA DE ORIGEM**

##### **1.1. DESENHO DA FAMÍLIA**

###### **1.1.1. Desenho livre da família de origem:**

- **Exercício:** Desenhe sua família de origem como você a percebe. Não se preocupe com a técnica, o importante é como você se vê em relação aos seus pais, irmãos e outros membros importantes. Depois, reflita: *Como você se sente em relação ao seu lugar na família?*

##### **1.2. LEALDADES**

###### **1.2.1. Como minha família lida com o dinheiro?**

- Reflita sobre padrões financeiros herdados. Existe um comportamento de escassez, medo ou abundância? Como isso afeta suas decisões financeiras hoje?

###### **1.2.2. Histórico empresarial dos pais:**

- Existe um histórico de empreendedorismo ou aversão a riscos? Como isso moldou sua visão de sucesso e fracasso?

### 1.2.3. Quais queixas carrego dos meus pais? Liste 5 de pai e 5 de mãe:

- **Exercício:** Liste 5 queixas principais de cada um dos pais. Depois, pergunte-se: *Essas queixas ainda fazem sentido para mim hoje? Como posso liberá-las para crescer?*

## 1.3. PADRÕES INVISÍVEIS

### 1.3.1. Como foi para você sair da casa dos seus pais?

- **Reflexão:** Quais sentimentos emergiram quando você deixou a casa dos seus pais? Houve liberdade, culpa ou sensação de perda?

### 1.3.2. Como você se sentiu?

- Escreva sobre os sentimentos predominantes e como isso impacta sua autonomia hoje.

### 1.3.3. Sentiu que abandonou alguém?

- Pergunte-se: *Existe alguém que eu ainda sinto que deixei para trás? Como isso afeta minhas escolhas atuais?*

---

## 2. O SEU LUGAR

### 2.1. NA FAMÍLIA DE ORIGEM

#### 2.1.1. Nas relações (empresas, casais, amigos, filhos):

- Como você percebe seu lugar nas dinâmicas com seus filhos? Você sente que assume responsabilidade além do que deveria?

#### 2.1.2. Autoresponsabilidade:

- **Reflexão:** *Estou assumindo a responsabilidade pelas minhas ações ou ainda carrego pesos que não são meus?* Pense nas situações em que você se sente pequeno e explore por que isso acontece.

#### 2.1.3. Problemas com hierarquia e chefes:

- Explore se você sente dificuldades em aceitar autoridade. Isso pode estar relacionado com problemas na hierarquia familiar?

---

## 3. TRANSBORDO

### 3.1. Escolher crescer para além da cerca do sistema familiar

- **Exercício:** Escreva uma carta para si mesmo, destacando o que você precisa deixar para trás do seu sistema familiar para se permitir crescer.

## 3.2. Deixar sua marca no mundo construindo um legado

- Pergunte-se: *O que eu quero que as pessoas lembrem sobre mim?* Reflita sobre como você pode alinhar sua vida com essa visão.

## O Mosaico Sistêmico

O **Mosaico Sistêmico - Curso e Treinamento de Formação em Consteladores Sistêmicos** é uma abordagem que integra diferentes disciplinas, como **psicanálise, hipnose e Programação Neurolinguística (PNL)**, promovendo uma visão holística do processo terapêutico e do desenvolvimento humano. Essa formação multidisciplinar oferece ao terapeuta um leque de ferramentas poderosas, cada uma com sua própria metodologia e perspectiva, colaborando para um entendimento mais profundo das dinâmicas individuais e familiares e aprimorando suas habilidades terapêuticas. Vamos explorar como essa integração contribui para o desenvolvimento do terapeuta:

### 1. Psicanálise: Explorando o Inconsciente Familiar

A **psicanálise**, baseada no trabalho de Freud, é fundamental para compreender os impulsos inconscientes que moldam a mente humana. No contexto sistêmico, a psicanálise permite ao terapeuta acessar as dinâmicas ocultas que se repetem nas gerações de uma família. Conceitos como o **inconsciente familiar**, o **Complexo de Édipo** e a **repressão** ajudam a identificar padrões profundos de comportamento que são transmitidos de pais para filhos, muitas vezes sem a consciência das partes envolvidas.

Ao utilizar a psicanálise dentro do Mosaico Sistêmico, o terapeuta pode ajudar o cliente a reconhecer e confrontar os padrões que foram internalizados na infância, como traumas, expectativas e lealdades invisíveis, promovendo uma compreensão mais clara das forças psíquicas que regem suas ações.

### 2. Hipnose: Reprogramação e Acesso ao Inconsciente Profundo

A **hipnose** é uma técnica que permite ao terapeuta acessar os níveis mais profundos da mente, onde crenças limitantes e traumas emocionais estão armazenados. No Mosaico Sistêmico, a hipnose é usada para criar um estado de relaxamento profundo, facilitando o acesso a memórias e emoções reprimidas que influenciam a vida cotidiana do cliente. Essa abordagem colabora diretamente com a **cura emocional** e a **reestruturação de crenças**, facilitando o **processo de ressignificação** de traumas e bloqueios.

A hipnose permite que o cliente explore seu inconsciente de uma maneira segura e controlada, enquanto o terapeuta utiliza sugestões terapêuticas para desbloquear emoções estagnadas ou para realinhar padrões emocionais disfuncionais. Essa ferramenta é crucial para transformar o impacto que o passado exerce sobre o presente, ajudando o cliente a se libertar de laços emocionais tóxicos.

### 3. PNL: Reconstruindo Padrões Mentais e Comportamentais

A **Programação Neurolinguística (PNL)** oferece uma abordagem prática e orientada a resultados, baseada na compreensão de como a linguagem, a cognição e os padrões de comportamento moldam nossa percepção da realidade. No contexto do Mosaico Sistêmico, a PNL permite ao terapeuta trabalhar diretamente com as estruturas cognitivas do cliente, identificando padrões de pensamento e comportamento que foram herdados do sistema familiar e que agora estão moldando suas interações e decisões.

Com a PNL, o terapeuta pode ajudar o cliente a identificar **modelos mentais limitantes** e **reestruturar crenças** que o impedem de alcançar seu pleno potencial. Técnicas como **âncoras emocionais**, **reframes** e **metáforas** facilitam uma transformação rápida e eficaz, permitindo que o cliente desenvolva uma nova perspectiva sobre suas relações familiares e profissionais.

### 4. Constelações Sistêmicas: Compreendendo as Dinâmicas Familiares

No cerne do Mosaico Sistêmico estão as **Constelações Sistêmicas**, baseadas no trabalho de **Bert Hellinger**, que examinam as dinâmicas ocultas dentro dos sistemas familiares. As constelações ajudam o cliente a visualizar e vivenciar o fluxo de energia dentro do sistema familiar, revelando onde há desequilíbrios ou interrupções que afetam o bem-estar emocional e psicológico.

A integração das Constelações com a psicanálise, hipnose e PNL proporciona ao terapeuta uma abordagem poderosa e multifacetada para trabalhar com o cliente. O terapeuta pode não apenas identificar padrões inconscientes e emocionais profundos, mas também **reprogramar crenças** e **reorganizar o sistema** para restaurar o equilíbrio e a harmonia.

### 5. Integração Multidisciplinar: O Mosaico do Terapeuta

Ao combinar essas disciplinas, o **Mosaico Sistêmico** cria um campo terapêutico mais amplo e profundo, permitindo ao terapeuta abordar o cliente como um todo, considerando suas raízes familiares, sua mente inconsciente, seus padrões comportamentais e suas interações sistêmicas. Essa formação multidisciplinar capacita o terapeuta a ser flexível, adaptando suas intervenções de acordo com as necessidades do cliente, seja acessando traumas profundos com a psicanálise, ressignificando padrões com PNL ou trabalhando com dinâmicas familiares através das constelações.

O terapeuta formado no Mosaico Sistêmico desenvolve uma visão complexa e integrada da psique humana, sendo capaz de trabalhar com o cliente em todos os níveis – emocional, mental e sistêmico. Essa formação é fundamental para o desenvolvimento de um terapeuta mais completo, preparado para lidar com as complexidades da alma humana, permitindo que ele ofereça um caminho mais profundo de cura e transformação.

O **Mosaico Sistêmico** promove uma compreensão integral das dinâmicas humanas, proporcionando ao terapeuta um vasto conjunto de ferramentas para **desvendar padrões inconscientes**, **reprogramar crenças** e **realinhar o sistema familiar**. Essa abordagem

# UBIEACADEMY

multidisciplinar não apenas melhora as habilidades técnicas do terapeuta, mas também enriquece sua visão sobre o desenvolvimento humano, permitindo que ele guie seus clientes de forma mais consciente e transformadora ao longo de suas jornadas de cura e crescimento pessoal.

**Inscreva-se agora para o Mosaico – [Clique aqui!](#)**

---

Com Carinho,

Jak Germano e Fernando Caesar

UBIE – Universidade Brasileira de Inteligência Emocional

[www.ubie.com.br](http://www.ubie.com.br)