



Atelier constellations systémiques

Samedi 21 janvier 2023 14 h à 18 h

Facilité par Elsa JOURDAIN

Médiatrice, Facilitatrice certifiée en constellations familiales et d'organisation
Organisme Chantal Motto Consultant

LIEU : CoWork - Rochefort (17)

TARIF par atelier :
Constellant : 50 euros
Représentant : 20 euros

Groupe de 6 à 10 personnes

La constellation systémique, qu'est-ce que c'est ?

Issue des **constellations familiales** et **adaptée au monde professionnel**, cette méthode transformative permet d'explorer une problématique, en positionnant dans l'espace le problème et les éléments qui gravitent autour.

La constellation est une représentation en 3 dimensions de la problématique de la personne qui vient travailler son sujet. On appelle cette personne le **constellant**.

Comment fonctionne une constellation ?

Les participants sont choisis et sont positionnés dans l'espace de travail par le constellant, pour représenter les différents éléments de sa problématique et former la constellation de départ. Ils deviennent alors les **représentants**. **Depuis leur positionnement spatial, les représentants sont invités à donner leurs ressentis les plus intuitifs**. Le constellant peut alors visualiser **sa propre représentation inconsciente** des choses, et grâce à ce qui est exprimé par la voix des représentants, être amené à de nouvelles prises de conscience.

Puis le système recherchera de lui-même des solutions grâce aux informations et aux ressentis donnés par les représentants et le constellant. Les éléments vont progressivement se repositionner pour trouver une meilleure configuration, et **transformer le système depuis l'intérieur**. Car, en effet, un des fondements de cette pratique est que **la solution se trouve dans le problème**, et dans la **juste place de ses éléments**.

A quoi sert-elle ?

Grâce à cette approche systémique, un nouveau regard est possible sur le problème. De nouvelles solutions peuvent alors émerger. Cela permet de : **résoudre** une situation de tension ou de **conflit au travail**, tourner une page, **mieux vous positionner** dans votre activité ou à votre poste, **lâcher le stress** et la pression, **éviter le burn-out**. Et aussi de mieux **organiser vos ressources**, prendre les meilleures décisions, **gagner confiance** en vous, oser aller de l'avant et **innover, évoluer, vous développer**, comprendre les freins et les **dépasser**.

Pour qui ?

En situation professionnelle, quelle que soit votre position : chef d'entreprise, associé, indépendant, ouvrier, employé, cadre, manager, en secteur privé ou public, en reconversion, en arrêt maladie, suite à un burn-out, pour **clarifier ou débloquer** une problématique.

Comment participer ?

Inscrivez-vous par mail ou par téléphone :

e.jourdain@mediation17.fr ou 06 17 85 32 76