

# Superar l'ansietat amb Constel·lacions Familiars

## Constel·lacions familiars a Sarrià

Vols saber si segueixes el destí d'algú del teu clan i es manifesta en forma d'ansietat? Sents que cap mètode no t'ha funcionat per alleujar l'ansietat? Necessites recuperar la teva energia vital? Dona't el permís per ser feliç i viu la teva vida no la d'un altre membre del teu clan.

### Per què es pot tractar l'ansietat amb les Constel·lacions Familiars?

L'ansietat és un símptoma i, com a tal, t'informa d'algun desordre emocional i mental. Gran part dels cops, l'ansietat és efecte d'una causa l'origen de la qual es troba en un desordre d'origen emocional creat sobre la base de la relació amb el teu pare i la teva mare. Segons s'ha comprovat en psicologia sistèmica, al voltant del 66% dels desordres que tens obeeixen i tenen l'origen en lleialtats inconscients i patrons cecs apresos a la infància. I les constel·lacions permeten desvetllar aquest desordre per tal d'atendre allò que necessita ser vist i ordenat novament sota les lleis de l'amor.

Moltes vegades l'ansietat és efecte de dolors psicològics apresos a la infància. Aquestes experiències poden estar amagades pel

teu clan i ara intenten sortir en forma d'ansietat. *Tot allò que s'exclou o es nega en un sistema familiar intentarà sortir de qualsevol manera.*

Francoise Doltó va dir *"El que calla a la primera generació, la segona ho porta al cos"*. Gràcies a les constel·lacions familiars pots constel·lar la teva ansietat i desbloquejar aquests desordres.

**Mitjançant l'ús de decrets positius sanadors es formalitza un desbloqueig neuronal i conductual que ancorava i nodria la teva pauta d'ansietat: "honro el teu destí, estic en pau amb mi mateix i amb el món que m'envolta"; "recupero la meva innocència i et torno la teva responsabilitat".**

**A vegades es veu que la teva ansietat no és teva, sinó que procedeix d'alguna vivència, trauma o experiència viscuda per algun membre del teu clan i que tu, per lleialtat o amor cec, portes en nom seu.**

Perquè hi hagi ansietat, necessites prèviament un ingredient fonamental, l'estrès. Segons les darreres dades publicades, gairebé el 70% de la població espanyola treballadora experimenta estrès almenys 3 cops per setmana i un de cada set (un 15%) té estrès crònic diagnosticat. **No creus que val**



**la pena donar una oportunitat a les constel·lacions familiars per alliberar-te tu i el teu entorn d'aquesta malaltia?**

Una constel·lació familiar és una tècnica terapèutica desenvolupada per Bert Hellinger que s'utilitza per explorar i comprendre les dinàmiques i els patrons familiars que poden estar influïnt negativament a la teva vida. Ens reunim per representar els membres de la teva família perquè puguis comprendre o resoldre la teva ansietat i altres problemes emocionals. En tot moment es guarda respecte, confidencialitat i professionalitat. Amb les constel·lacions familiars descobriràs: (i) quina situació o trauma estàs percebent de manera incons-

cient; (ii) que estàs reparant al teu sistema; i (iii) a on dirigiu la vostra atenció que us impedeix viure en prosperitat i pau interior. Viu en pau interior, sigues qui realment vol ser.


**Escriu-me per WhatsApp a 655 624 863 o escriu-me a l'email [blanca@blangio.com](mailto:blanca@blangio.com) i t'informo dels meus tallers grupals i individuals.**

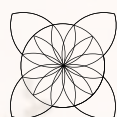
**BLANCA GONZÁLEZ BANCHS**

Gresolet, 14  
08034 Barcelona

T. 655 624 863

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

 [blangio.terapia](https://www.instagram.com/blangio.terapia)



BLANGIO

TERAPIA &  
FORMACIÓN

**Es incòmode quedar-te com estas i es incòmode el canvi.**

**¿Quina incomoditat esculls? Estima't per poder estimar, i estima per poder viure**

Terapia individual, per parelles i familiar, gestió emocional, constel·lacions familiar i acompanyament terapèutic en addiccions i dependències. Formació a mida en mindfulness, fitness conscient, autoteràpia i emocions.

Blanca González Banchs, 655 624 863. [blanca@blangio.com](mailto:blanca@blangio.com)  Blangio Terapia  [blangio.terapia](https://www.instagram.com/blangio.terapia)