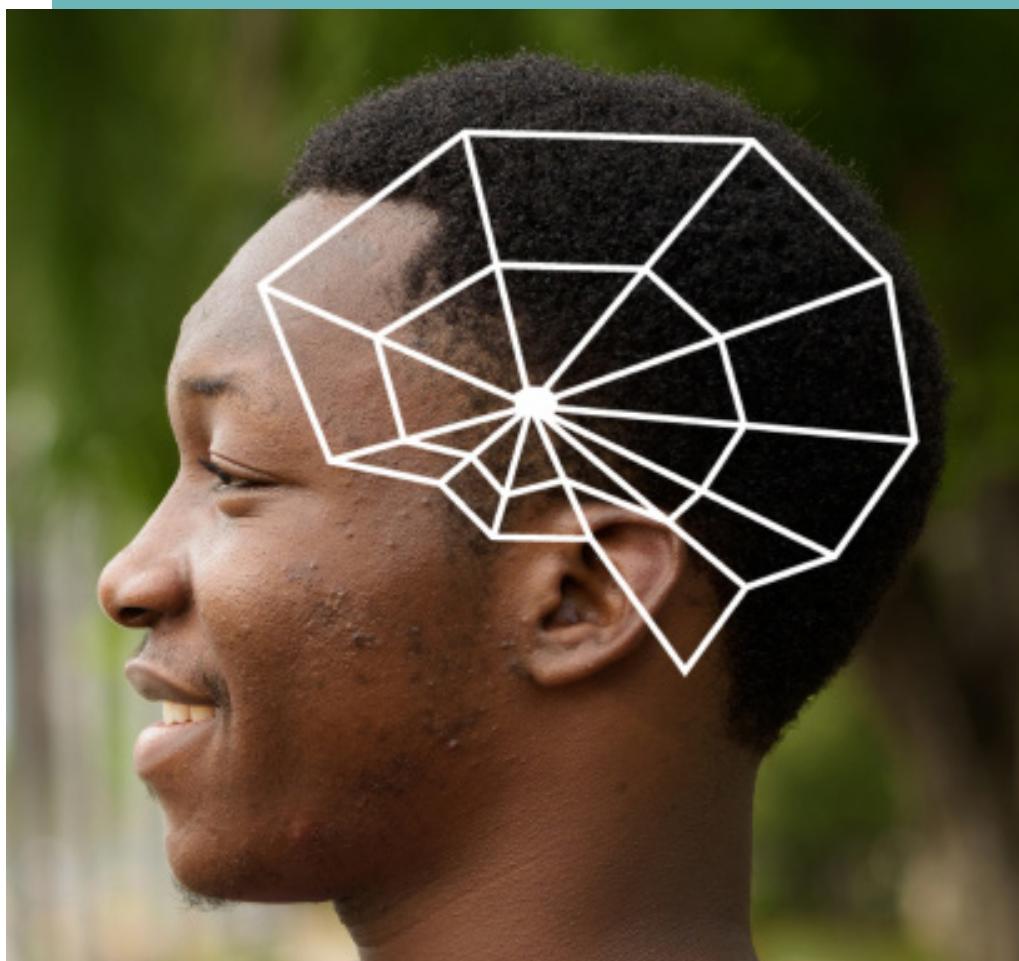


---

# **CONSCIÊNCIA SISTÊMICA**

## **MÓDULO 4**



**FERNANDO  
FREITAS**  
CONSCIÊNCIA SISTêmICA

**iASC**  
INTERNATIONAL ACADEMY  
OF SYSTEMIC CONSCIOUSNESS

**iBRACS**  
INSTITUTO BRASILEIRO DE  
CONSCIÊNCIA SISTêmICA

Copyright © 2019 IBRACS Instituto Brasileiro de Consciência Sistêmica  
Nenhuma parte desta publicação pode ser reproduzida por qualquer meio sem a prévia autorização desta  
instituição.

Autor: Fernando Freitas  
Edição de texto: Siland Meiry França Dib  
Supervisão editorial: Tania Sampaio  
Revisão ortográfica: Carla Queiroz  
Projeto Gráfico: Ingrid Karyj  
Diagramação: Murilo Semeghini

Nome do curso **CONSCIÊNCIA SISTêmICA PRESENCIAL**

Todos os direitos reservados à:  
Editora IBRACS  
Av Áurea Apparecida Braghetto Machado, 650 - City Ribeirão  
CEP 14021-460 - Ribeirão Preto - SP  
Tel: (16) 36359663, (16) 981171841

---

## SUMÁRIO

CARTA AO ALUNO	<b>4</b>
INTRODUÇÃO	<b>5</b>
AULA 1 – COMUNICAÇÃO VERBAL E NÃO VERBAL	<b>6</b>
AULA 1 – EXERCÍCIOS	<b>12</b>
AULA 2 - FUNÇÃO DEFINE A FORMA - BASE DA LEITURA CORPORAL	<b>14</b>
AULA 2 - EXERCÍCIOS	<b>20</b>
AULA 3 – CORPO E HISTÓRIA EMOCIONAL INTRAUTERINA	<b>26</b>
AULA 3 – EXERCÍCIOS	<b>32</b>
AULA 4 - ANÁLISE DO CARÁTER - CORPO E HISTÓRIA EMOCIONAL INTRAUTERINA	<b>35</b>
AULA 4 - EXERCÍCIOS	<b>41</b>
AULA 5 - VERDADES E MENTIRAS	<b>42</b>
AULA 5 - EXERCÍCIOS	<b>46</b>
AULA 6 - APLICAÇÃO PROFISSIONAL	<b>47</b>

## CARTA AO ALUNO

Olá! Seja muito bem-vindo (a) ao curso Consciência Sistêmica Presencial. Agora, você é um de nossos (as) alunos (as) e eu quero parabenizá-lo (a) pela decisão de seguir ampliando a sua consciência. Sua presença aqui me enche de alegria e certeza de que escolhi o caminho certo: auxiliar pessoas a seguirem no autoconhecimento e, como sempre gosto de falar, ampliando a consciência.

Esse curso integra uma série de encontros, que visam formar terapeutas e consteladores sistêmicos, na proposta da Consciência Sistêmica.

Sou médico e, durante muito tempo, observei centenas de pacientes e suas queixas. Nessa trajetória, depois de muito estudar a psicanálise, a análise transacional, a constelação familiar e outras teorias sistêmicas, observo que existem fatores subconscientes que imprimem comportamentos que geram doenças, desequilíbrios financeiros, relacionamentos obsessivos e conturbados, solidão, entre outras coisas.

Resolvi contar tudo nesse curso, que integra não só os conhecimentos específicos das constelações familiares, como outros complementares, que irão auxiliar de maneira eficiente na formação de um exemplar terapeuta integrativo.

O curso foi elaborado utilizando uma metodologia bem acessível, para auxiliá-lo (a) a aprender definitivamente e também trabalhar suas questões internas. Tomei muito cuidado ao elaborar uma proposta, que respeitasse o seu desenvolvimento como estudante dos cursos do IBRACS. Tenho uma excelente equipe, que dedicou muitas horas de trabalho para esse curso chegar com qualidade, até você. A carga horária, a qualidade dos vídeos e o design desse conteúdo, foram pensados para lhe oferecer uma experiência de aprendizagem única.

Essa formação possui 08 módulos, que serão desenvolvidos em 8 encontros. Cada módulo possui 6 aulas em vídeo, totalizando 48 aulas. Cada turma possui uma pessoa dedicada e qualificada, que nomeei para tutorar e conduzir as atividades.

Cada módulo vai apresentar um tema relevante e, durante os encontros, faremos três tipos de atividades: intrapessoal, interpessoal e sistêmica. Tudo isso, para fortalecer seu desenvolvimento na tarefa de realizar trabalhos de constelação familiar.

O curso conta com uma apostila elaborada, para promover uma experiência de aprendizagem mais proveitosa. Assim, você poderá usar o material didático para estudar em casa, colaborando para ampliar sua carga horária de horas indiretas de estudo.

Seja disciplinado e vamos lá, aperte os cintos que já vamos decolar!!!

Seu professor, Fernando de Freitas

## INTRODUÇÃO

Neste módulo você vai iniciar seus estudos sobre a linguagem Não verbal – Abordagem sistêmica.

Este módulo contém seis aulas conforme descrito abaixo.

Aula 1 – Comunicação Verbal e Não verbal

Aula 2 – Função Define a Forma – Base da Leitura Corporal

Aula 3 – Corpo e História Emocional Intrauterina

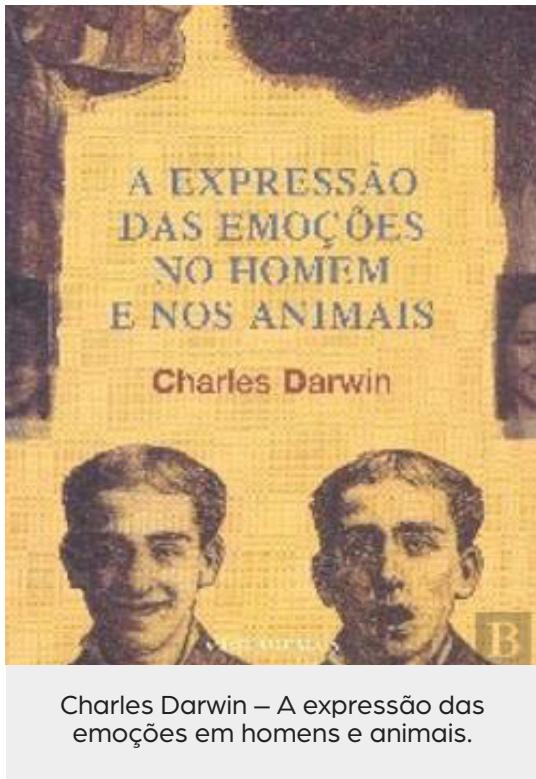
Aula 4 – Análise do Caráter Corpo e História Emocional Intrauterina

Aula 5 – Verdades e Mentiras

Aula 6 – Aplicação Profissional

## AULA 1 - COMUNICAÇÃO VERBAL E NÃO VERBAL

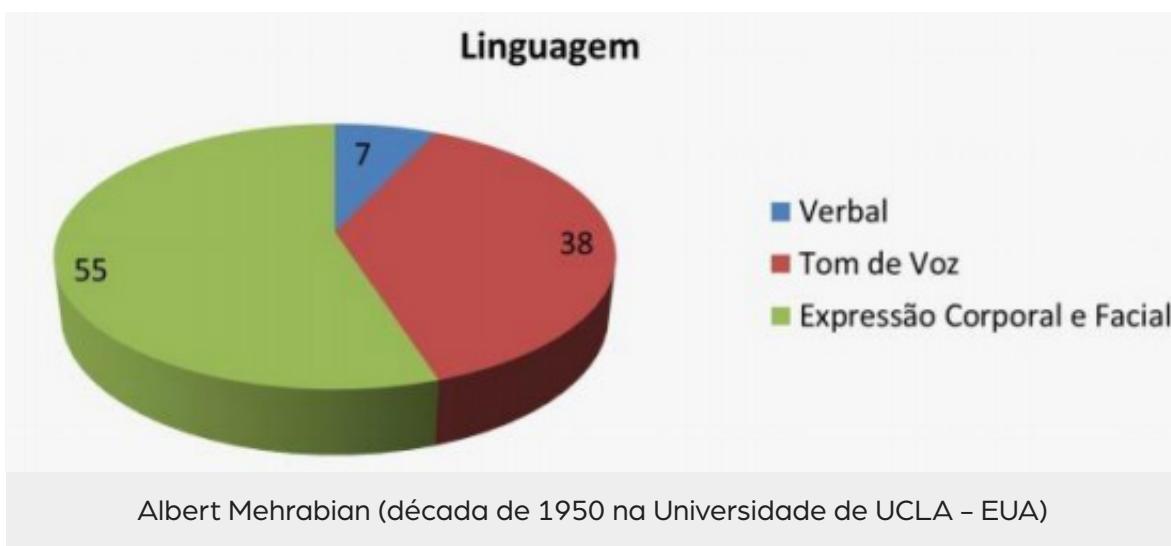
Um constelador trabalha frequentemente com campos de informações. Esse campo de informações vem de formas distintas. Tem a forma verbal que vem da mente do cliente, através da fala, tem as informações do sistema ali representado e também tem as informações que vem do corpo do cliente. Preste atenção nas informações obtidas através da entonação da voz, da expressão facial e corporal, e até aquelas que vem das doenças manifestas.



### PETER DRUCKER

**“O mais importante na comunicação é ouvir o que o não está sendo dito.”**

Fique atento para as diferentes formas de comunicação corporal, elas vão oferecer conteúdos importantes, desde que você entenda o que elas estão “falando”.



Este estudo mostra que: 7% da comunicação é verbal, 38% é através do tom de voz (como fala - entonação da voz) e 55% vem pela comunicação corporal (sua expressão facial e corporal).

Importante para um terapeuta é observar a coerência entre a linguagem verbal e não verbal. Observe se existe coerência ou se estão dissociadas, pois é fundamental entender a comunicação para ter acesso à informação.

## COMUNICAÇÃO – INFORMAÇÃO

A informação vem através da comunicação, neste sentido é importante compreender as partes integrantes da comunicação. Então vamos lá:

A **mensagem** – é aquilo que o emissor quer transmitir.

O **emissor** – é a pessoa que comunica o conteúdo da mensagem.

A **codificação** – é a maneira com que o emissor passar a informação. Pode ser por escrito, falado, por imagens ou gestos.

O **meio** é por onde a mensagem vai fluir.

O **receptor** é aquele que irá **decodificar** e **interpretar** a mensagem recebida.

Vale destacar que assim como o emissor, o receptor também tem papel fundamental para o recebimento da informação. Isso acontece porque ambos possuem diferentes formas de receber, interpretar e decodificar a mesma informação.

## MENSAGEM

É fundamental para o terapeuta reconhecer a **origem** da mensagem. Se ela advém da mente consciente (da cabeça) ou do inconsciente (do mundo emocional) do emissor. É importante reconhecer a origem para favorecer a interpretação.

Os **objetivos** da mensagem também devem ser identificados pelo terapeuta. Eles podem ser explícitos ou implícitos. O cliente, pode falar alguma coisa, querendo passar outra mensagem. Destaco que é muito comum isso acontecer no processo terapêutico. Então fique atento para as mensagens subliminares que irão aparecer.

Existem mensagens que são **autorizadas** ou seja, **espontâneas**. São aquelas que saem naturalmente do emissor. Entretanto, existem mensagens que **não são autorizadas**. Elas representam bloqueios que o cliente tem e que não tem permissão para serem ditas. Essas mensagens podem ser do tipo:

- **Espontânea** – A resposta sai naturalmente, de formas simples e sem barreiras.
- **Pensada** – o emissor leva um tempo para responder, porque pode estar elaborando uma resposta para depois falar.
- **Maquiada** – o emissor geralmente maquia a resposta para esconder algo, ele inventa uma resposta.

## MENSAGEM - EMISSÃO

É fundamental observar como o cliente emite a mensagem para decodificar a informação. Neste sentido, observar a origem e o objetivo da informação é importante. Além disso, fique atento à forma de pensar, sentir e agir do emissor (PSA). Finalmente, observe a comunicação verbal e não verbal. Lembre-se que 93% da informação chegará até o receptor por meio do conteúdo não verbal.

A emissão da mensagem também apresenta outras importantes peculiaridades. O sujeito pode estar pensando algo, mas passando essa informação de forma diferente. Pode utilizar o pensar, o sentir e o agir individual dele.

O cliente pode estar representando um personagem, como no triangulo dramático ou no triangulo da realização. Verifique se a mensagem é Clara, Precisa, Concisa e Coerente. Caso contrário, o emissor pode tentar esconder algo, ou até mesmo tentar colocar o receptor numa posição de inferioridade. Ele fica no domínio da situação, ou estabelecendo um jogo de poder, etc.



A doença é uma mensagem que ninguém controla conscientemente, ela aparece por várias razões. Mas atenção, ela traz uma mensagem importante.

Fique atento também para aquilo que chamo de **Dupla Mensagem**. A pessoa diz uma coisa, mas seu corpo, sua expressão facial e sua entonação de voz diz outra coisa. Só para te situar, comprehenda que a dupla mensagem é a base da **psicose**.

Na emissão da mensagem também temos os **objetivos ocultos**. Como já apresentei anteriormente, é o que está escondido (inconsciente), e nem mesmo o emissor tem consciência. Por exemplo, os atos falhos, tiques nervosos, etc. Todas essas são mensagens emitidas pelo inconsciente. Se você estiver aberto e atento a essas informações que chegam de forma subliminar, poderá ver e compreender muita coisa que não foi dito.

## LINGUAGEM NÃO VERBAL

O sistema nervoso e o sistema osteomuscular são importantes na comunicação. O comando vem pelo sistema nervoso e a execução é feita pelo sistema osteomuscular. A voz, a respiração, a expressão facial e corporal são orientados por estes dois sistemas. Neste sentido é muito importante reconhecer seus diferenciais na comunicação.

Com relação à voz é fundamental observar o tom de voz, a velocidade como se fala, o volume, a nitidez e a carga emocional colocada na fala. Todas essas nuances são importantes para o receptor da mensagem, principalmente se ele for terapeuta.

Já observando a **face** do cliente, é importante reconhecer as emoções básicas que se manifestam. Estas expressões se combinam dando informações importantes. Para uma pessoa treinada em análise corporal, isso é fundamental.



7 Emoções básicas de Paul Ekman – Nossa face o tempo todo expõe emoções e sentimentos que muitas vezes o emissor nem tem consciência. Seu rosto "fala", você não vê, mas ou outro vê.

No **corpo** também é possível identificar várias mensagens, porque o corpo “**fala**”. A começar pela forma que nos oferece informações sobre a história de vida do indivíduo. Também é possível identificar a carga e o fluxo energético desse corpo.

O tônus muscular também se relaciona com a estrutura física. Suas características podem ser:

- Ectodérmica
- Endodérmica
- Mesodérmica

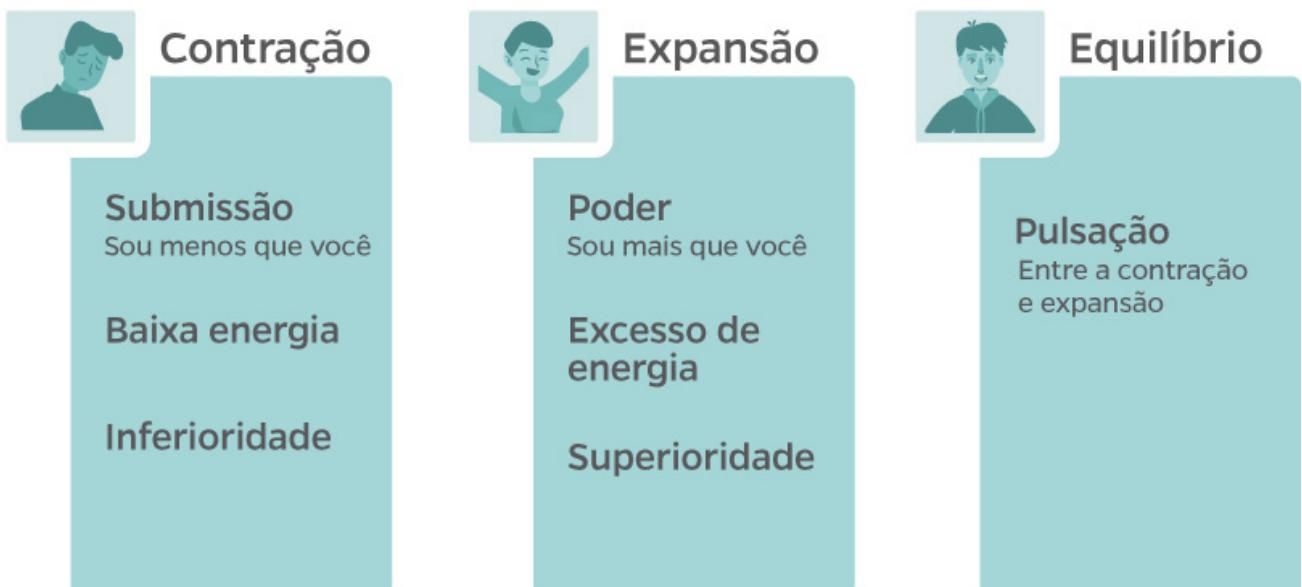
Finalmente, pelo corpo também é possível identificar os traços de caráter, tema que abordarei no decorrer desse módulo.

Ainda sobre o corpo é importante saber que é possível fazer uma leitura da postura corporal do indivíduo. Ela pode ser dividida em três níveis:

- Contração
- Expansão
- Equilíbrio

Essa análise nos informa muitas coisas sobre o estado emocional e sobre a personalidade das pessoas. Nos informa também o que provavelmente ocorreu durante seu desenvolvimento intra útero.

A postura corporal nos apresenta um tipo de comunicação, entretanto, muitas vezes os indivíduos também utilizam máscaras para esconder e minimizar a expressão corporal.



Nosso corpo é dinâmico e por esse motivo podemos nos comunicar através dos movimentos e dos gestos. Essa análise é muito interessante, porque a depender de como são essas expressões, o indivíduo pode ser um manipulador, pode estar impondo barreiras, e pode ainda estar ocultando algo.

Existe dentro desse contexto da comunicação não verbal, o **distanciamento** (uma leitura específica chamada proxêmica), com que distancia o indivíduo se comunica com o outro. O **direcionamento**, é para onde o emissor olha ou foca sua atenção quando se comunica. E por último o  **contato** que pode ser **direto ou indireto**, expresso pelo olhar ao passar a informação.

Entenda que todo esse conjunto de observações é importante no contexto da codificação da mensagem para o receptor, principalmente quando ele é terapeuta.



**Nossa dor vem da distância entre aquilo que somos e o que idealizamos ser.**

- Friedrich Nietzsche

## O CORPO

É possível, diante da diversidade de expressões ver como nossos corpos se manifestam, fazendo leituras corporais por segmentos. Neste lugar o terapeuta necessita observar aspectos da comunicação não verbal, se existe coerência, se está dissociado, etc. Por exemplo, os braços estão se expressando de forma diferente das pernas? Existem cortes, como braços e pernas cruzadas, que representam barreiras estruturadas no corpo como um todo. Ou seja, como estão os ombros, os quadris, a cabeça, do indivíduo no momento da comunicação? Estão ordenados, ou dissociados? Compreenda que nesta análise, tudo que se manifesta é importante e vem com o objetivo de expressar algo.

## VIAS DE COMUNICAÇÃO

Importante reconhecer que existem várias vias, ou seja, por onde a mensagem passa: escrita, áudio, vídeo. Diante desse conhecimento é possível como receptor, fazer uma análise das mensagens que recebemos.

## RECEPTOR

É importante analisar **como** recebemos as mensagens e o que assimilamos delas. Essa decodificação, ou melhor, esse julgamento do que recebemos das mensagens depende de como pensamos, agimos e sentimos. Vale lembrar que cada um tem sua própria interpretação e nesse sentido podemos maximizar ou minimizar as informações recebidas.

O fato é que ao trabalhar com clientes precisamos estar cientes dos possíveis desvios que a mensagem pode ter no caminho da decodificação.

**Não somos apenas o que pensamos ser. Somos mais, somos também o que lembramos e aquilo de que nos esquecemos; somos as palavras que trocamos, os enganos que cometemos, os impulsos a que cedemos, sem querer.**

- S. Freud

## VAMOS AMPLIAR NOSSA CONSCIÊNCIA?

O observador terapeuta precisa ter uma visão ampla de si, do seu sistema, para ter condições de olhar com mais clareza e destreza aos demais sistemas e subsistemas. Estes exercícios vão te auxiliar a olhar para você de forma intrapessoal e de forma interpessoal. Você vai ter a ajuda do seu colega que vai fazer o papel de receptor, depois todos vão compartilhar sistematicamente. Anote com cuidado suas observações e siga integrando seus conhecimentos com o que você vai aprender.

## AULA 1 - EXERCÍCIO INTRAPESSOAL

Agora é sua vez. Lembre-se de um conflito que já passou (família, trabalho, etc).

Descreva em um parágrafo esse conflito e depois responda as perguntas abaixo, tentando usar os conhecimentos da aula.

a) Qual foi a mensagem que gostaria de passar para uma pessoa específica?

---

---

---

---

b) Como você emitiu essa mensagem?

---

---

---

---

c) Que fala você usou?

---

---

---

---

d) Que tom de voz utilizou?

---

---

---

---

e) Qual era a distância e posicionamento?

---

---

---

---

f) Que função do TD e / ou TR você usou?

---

---

---

---

g) Como essa pessoa recebeu, interpretou e reagiu?

---



---



---



---

h) Que função do TD e/ ou TR ela usou?

---



---

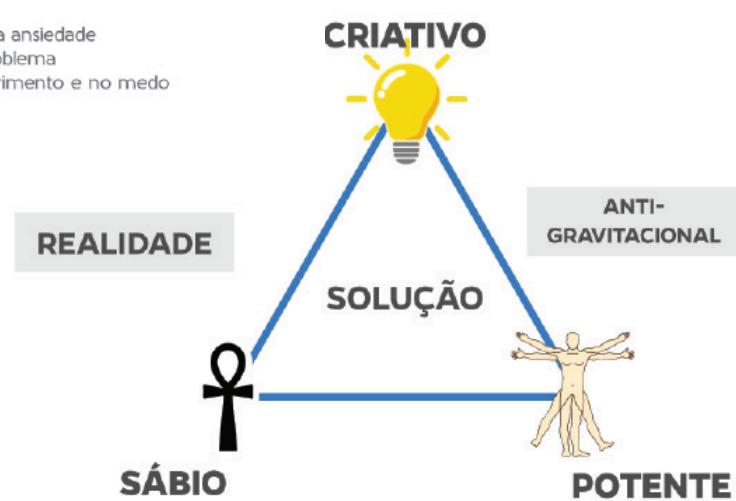
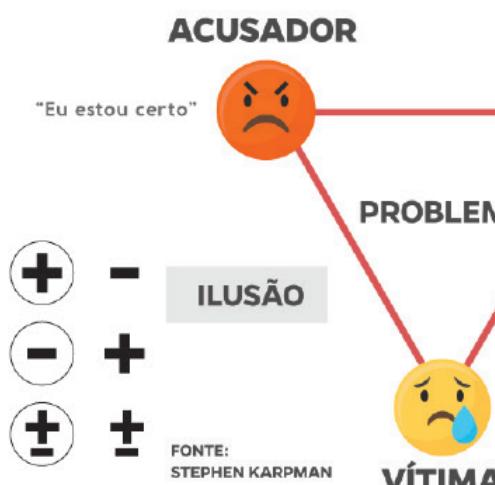


---



---

Para finalizar, utilize as figuras abaixo para elaborar as frases para cada uma das seis funções. Imagine como se expressaria, qual seria seu tom de voz, expressão facial, corporal, qual distância estaria do receptor, e qual seu direcionamento. Aproveite também para imaginar como seria a reação da pessoa, em cada uma das seis possibilidades.



## AULA 1 - EXERCÍCIO INTERPESSOAL

Agora vamos trabalhar em duplas, escolha um colega e defina quem será o emissor (cliente) e quem será o receptor (terapeuta). O emissor compartilhará a situação de conflito do exercício intrapessoal. Utilizará o parceiro como o representante da outra pessoa (receptor). Expressse as seis frases com o tom de voz, expressão facial, expressão corporal, gestos, distância, posicionamento e direcionamento coerente com a função.

Após emitir as seis frases, o receptor deve dizer o que sentiu, pensou e como gostaria de reagir em cada uma das seis possibilidades.

Elabore qual seria a melhor forma de expressar sua mensagem (frase, tom de voz, etc).

Experimente com seu parceiro (a) e compartilhem suas impressões.

**Atenção:** tenha cuidado para não fazer julgamentos sobre certo e errado, ou ficar focando no que deu errado, porque o que não funcionou com você pode ser eficiente para outra pessoa. Lembre-se somos diferentes.

## AULA 1 - EXERCÍCIO SISTÊMICO

Agora você terá a chance de compartilhar como foi fazer os exercícios, tanto no plano interpessoal, quanto no intrapessoal. Não se esqueça de comentar o que foi bom e o que não foi principalmente no exercício interpessoal.

## AULA 2 - FUNÇÃO DEFINE A FORMA - BASE DA LEITURA CORPORAL

**Estar cheio de vida é respirar profundamente, mover-se livremente e sentir com intensidade!**

- Alexander Lowen

### REGRAS DE OURO

Existem três regras que podemos dizer que "moldam" nosso corpo, são elas:

1) **A Função define a forma!** Essa afirmação é a base da leitura corporal. Diz respeito ao quanto utilizamos nosso corpo, isso vai definir como ele estará preparado. Por exemplo, se um braço fica imobilizado ele irá atrofiar, do mesmo modo se ele é exercitado ele vai criar músculos, terá uma hipertrofia. Conclusão, a forma é definida dependendo da função exercida.

2) **Use ou perca!** Significa que quanto mais você seu corpo ou suas habilidades, mais energia você coloca naquela função. Dessa forma, ocorre uma resposta ao fato de você estar solicitando o corpo. Mas no caso de você não usar seu corpo, ele vai atrofiando e deixa de funcionar ou passa a funcionar precariamente.

3) **Destino da energia** - Essa regra diz respeito a quantidade de energia que você coloca para realizar algo. Num determinado momento, de tanto colocar energia naquela função, você se torna um expert. O seu cérebro cria caminhos neurais que vão se habituando, até o ponto de você realizar aquela tarefa quase que automaticamente. É assim que acontece com esportistas, músicos, etc eles conseguem, com o tempo de treino, realizar suas tarefas com precisão e perfeição. Isso também irá se materializar naquele corpo, dando a ele características que vão facilitar o desempenho da função.

## FUNÇÃO - AÇÃO

Existem as **funções naturais** como respirar, andar e também as **funções adaptativas**, aquelas originárias do trabalho braçal. Dependendo da experiência de vida das pessoas, suas funções vão sendo alteradas e vão se adaptando à necessidade do indivíduo. De acordo com a função que uma pessoa exerce, seu corpo sofre alterações na forma, a fim de se adaptar aquela função. Por exemplo: um pianista depois de um determinado tempo de treino possui altas habilidades em seus dedos e musculatura das mãos. Não apenas a forma do corpo, mas também as outras funções se alteram, dependendo do emocional e da energia colocada nessa função. Então preste atenção nas informações que isso passa. Por exemplo: uma pessoa que tem uma respiração fraca, pode nos indicar uma dificuldade de contato com a vida.

## DIMENSÕES DE CONEXÃO

Basicamente nós temos três dimensões de conexão.



## SISTEMA NERVOSO

Até agora tudo que falamos se relaciona diretamente com o nosso sistema nervoso. No cérebro temos neurônios que se comunicam. Em média um ser humano nasce com 200 milhões de neurônios e ao longo da vida essa quantidade vai sendo aumentada até chegar em torno de 120 bilhões. No primeiro ano de vida a metade dos neurônios são perdidos, porque não são usados. Mas a boa notícia é que a inteligência não tem relação direta com a quantidade de neurônios, mas sim com as conexões que eles fazem entre si.

Podemos dizer que quantidade de conexões ou sinapses, é que determinam a nossa inteligência. Elas são formadas o tempo todo. Inclusive você deve ter feito alguma sinapse por aqui enquanto lê esse texto.

Sinapses são conexões que seu cérebro faz ao receber uma informação e conectá-la a algo que fez sentido para você. Quando utilizamos essas informações, praticando e utilizando por algum tempo uma mesma ação, ocorre uma importante reação química nos neurônios, denominada mielinização das sinapses neurais. Aquele caminho neural fica revestido por essa bainha de mielina, impedindo que a informação se disperse. Assim você terá aquela informação de forma mais fácil, todas as vezes que precisar.



Um hábito, segundo pesquisas de neurocientistas, é criado em 21 dias. Isso significa que esse é o tempo que, no cérebro uma sinapse leva para mielinizar. Então, você repete uma tarefa, um treino, por 21 dias seguidos e ao final vai conseguir realizar aquela tarefa sem dificuldade, já integrada.

**A sinapse faz o caminho da energia e da informação e é ela que vai definir o modo da pessoa sentir, pensar e agir.**

## O CORPO



O corpo expressa todo o que tem na mente. Na maioria das vezes a pessoa não percebe, mas as mensagens estão sendo passadas o tempo todo pelo corpo.

O corpo também expressa a história de vida da pessoa, ao observarmos a forma do corpo podemos visualizar parte da história de vida daquela pessoa.

O corpo também expressa nosso mundo emocional, nossas dores, conflitos, medos, etc.

Quando utilizamos a abordagem da leitura corporal, na dinâmica de interação com o cliente, vamos muito além. Podemos fazer leituras corporais de várias formas:

- **Passiva** – onde observamos a estrutura, a formação, a evolução e a história emocional da vida do cliente.
- **Dinâmica** – onde observamos as atitudes emocionais (choro ou riso), os movimentos, o nível de energia, a formação dos músculos e seus movimentos voluntários e involuntários.
- **Energia** – onde observamos como a pessoa se mantém na vida – qual seu nível e carga energética. Vemos como se movimenta, como se expressa através de gesto, se carrega uma carga, qual o direcionamento perante determinadas situações e qual o objetivo do indivíduo. A utilização da energia corporal está sendo usada para assustar, para colocar limites ou para intimidar, etc.

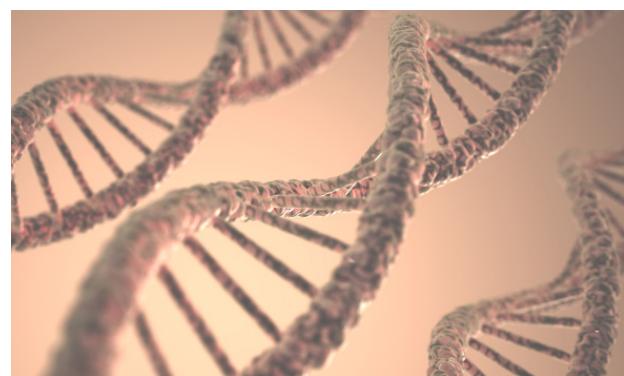
## A GENÉTICA E O MEIO AMBIENTE

A genética tem um comando simples do gene que recebemos através do nosso DNA.

Os genes também podem ser modificados pelo meio ambiente, para fins de adaptação. E quando isso acontece, temos o conceito de fenótipo. Que seria o genótipo influenciado pelo meio.



A ciência dendroclimatologia estuda a evolução de árvores através da análise de sua linha de crescimento dos troncos, durante a sua vida e assim consegue identificar o clima daquela região numa determinada época, para saber sobre sua evolução. Esse é um exemplo típico do conceito de fenótipo.



Epigenética estuda a expressão do gene. No nosso DNA os genes podem estar ativos ou não, isso depende de fatores químicos que são ativados ou desativados. Seria a expressão do gene sob a influência do meio e de histórias emocionais.

## ESTRUTURA CORPORAL – INTRAUTERINO

Desde o inicio da concepção o indivíduo passa por três fases, a primeira denominada de **ovo**, depois **embrião**, onde passa pela organogênese (formação dos órgãos) e depois **feto** onde inicia a fase de crescimento para começar a funcionar.

Em cada uma destas fases, esse ser sofre influência dos afetos intrauterinos. Observe que ele está num ambiente, que chamamos de mundo interno da mãe. Estas condições podem e vão influenciar a formação de tudo. A formação do bebê dentro do útero tem a ver com genética e com o mundo interno da mãe, que naquela fase, representa a vida para ele. Assim, a criança vai desenvolver as características do seu corpo sob a influência do mundo emocional da mãe.

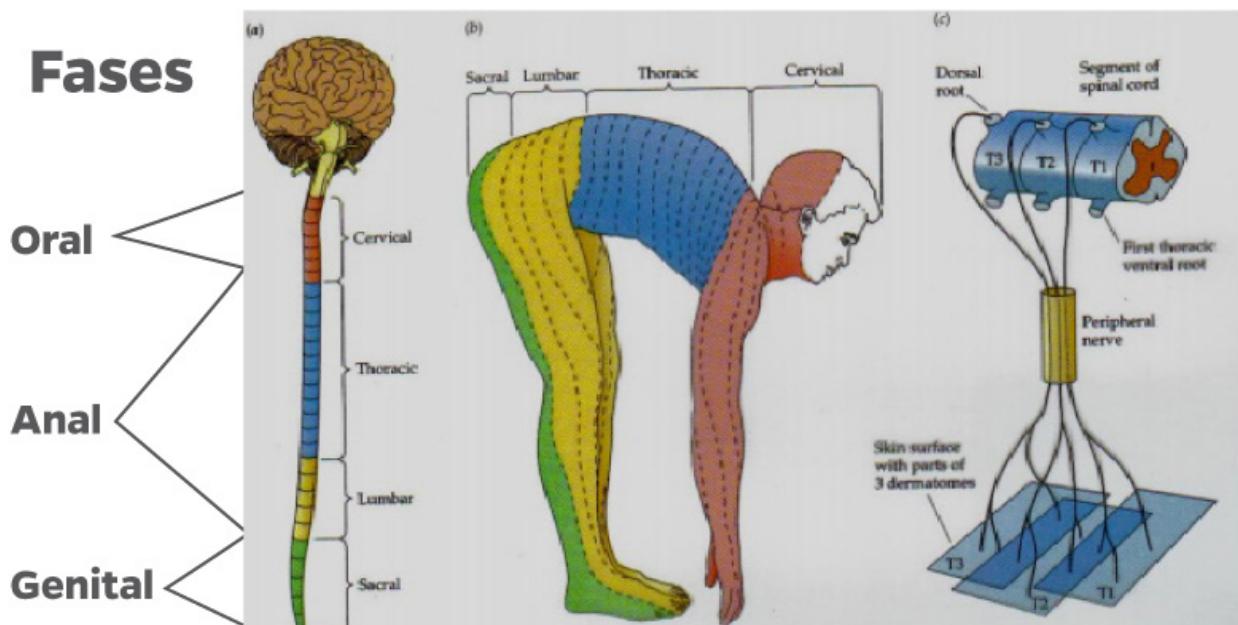
## ESTRUTURA CORPORAL - EXTRAUTERINO

Do mesmo jeito que a formação do corpo da criança sofre influência do mundo interno da mãe, quando ela nasce vai sofrer influência do meio em que vive. Isso acontece em cada diferente fase da vida. Primeiro com seus modelos principais, ou seja, quem exerce a função mãe e a função pai, depois com todo o seu sistema. Até aproximadamente 5 anos, a criança passará pelo período de molde onde começa a compreender o mundo de fora. Ela entra em contato com os outros, diferentes dela. As experiências que ocorrem em cada fase, dependendo dos traumas, vão deixando marcas específicas que influenciarão diretamente seu pensar, sentir e agir. O seu corpo se adapta, sofre influência do meio, para fazer com que o indivíduo consiga atuar no mundo.

Compreender os traumas infantis, dá ao profissional uma melhor perspectiva para fazer a análise do caráter de uma pessoa.

Você pode buscar na história de vida de uma pessoa, os seus referenciais de vida, que podem ser naturais e ensinados. Eles moldam o ser, sua alma e seu corpo. A repetição de uma ação, promove a mielinização neuronal. Isso cria um fluxo de informações internas que, de certa forma, determina como você funciona na vida.

A mielinização se trata de uma camada lipídica ao redor do neurônio que favorece a informação chegar mais rápida. Esse processo acontece no sentido craniocaudal. Perceba que tudo isso leva em consideração a interação do indivíduo com o meio.

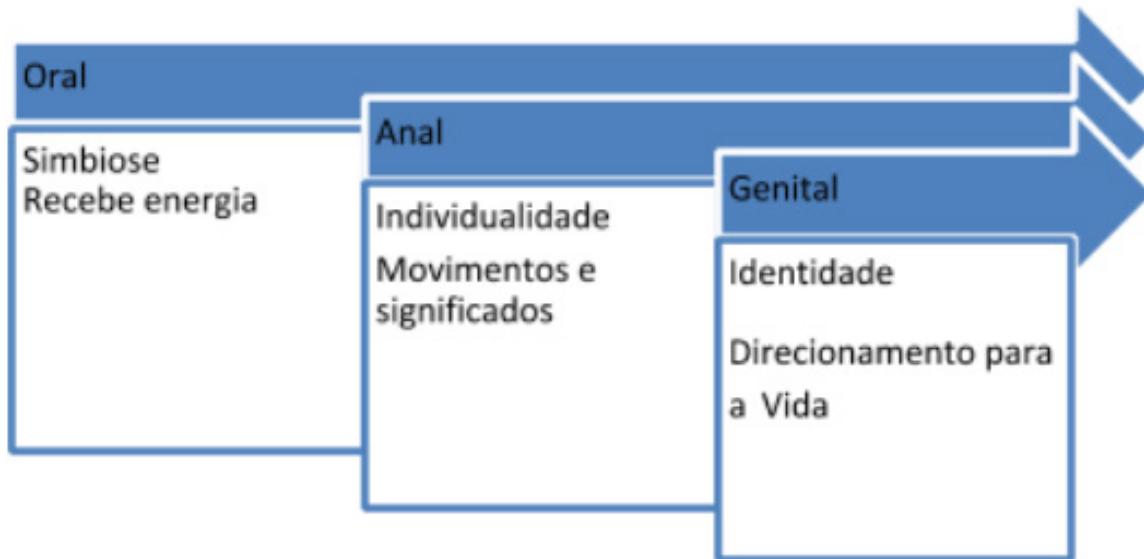


A mielinização é do tipo **craniocaudal** acontece da cabeça até a cauda e, por volta dos 5 anos, chega na cauda, fase genital conforme mostra a figura.

**Gastamos um tempo enorme corrigindo problemas sexuais na vida adulta, enquanto negligenciamos por completo o período da vida em que são fixadas essas neuroses.”**

- Wilhelm Reich

## FASES DO DESENVOLVIMENTO

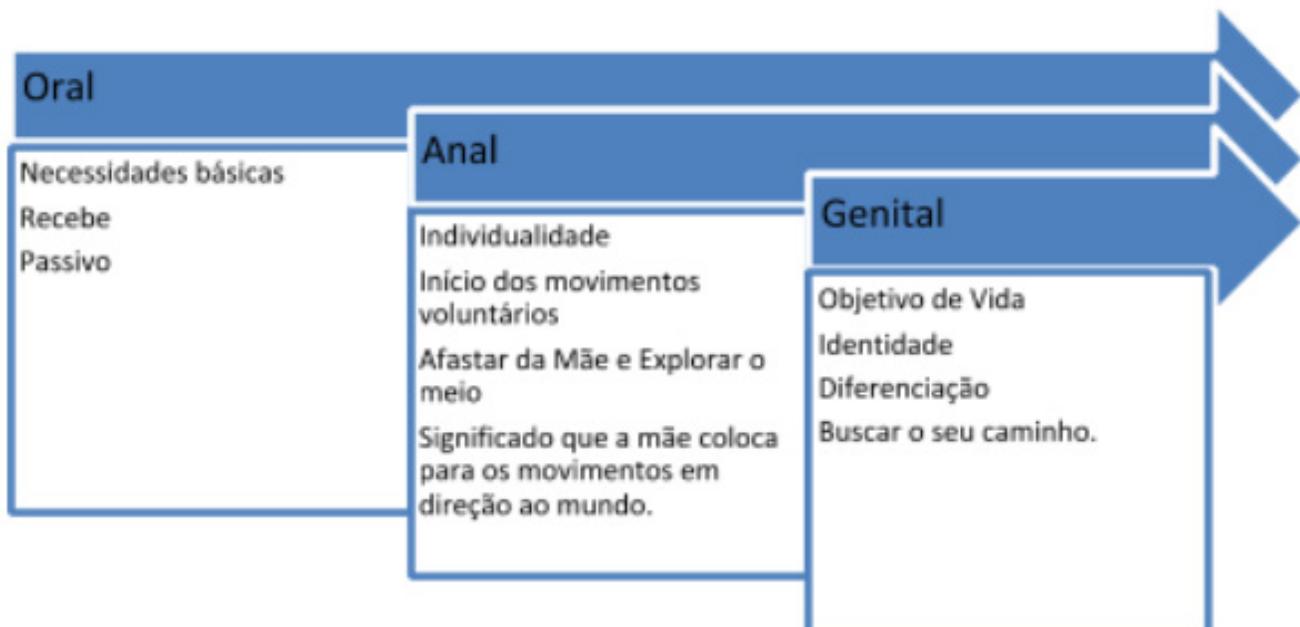


Na fase oral o corpo está se formando, está recebendo energia e preparando para explorar o mundo. Ela só recebe.

Na fase anal o indivíduo já começa a ter autonomia. Nesse sentido, as pessoas que estão por perto, podem influenciar a criança, autorizando ou não o movimento. Nessa fase o indivíduo está começando a se expressar.

Na fase genital o indivíduo se direciona para a vida e passa a perceber o pai e a mãe como um homem e uma mulher.

## FASES DA VIDA E SISTEMA



## O CORPO COMO BIOGRAFIA DO INDIVÍDUO

A história de vida do indivíduo está registrada em seu corpo. Quando olhamos para o corpo podemos enxergar as marcas que ele teve em suas diferentes fases. A forma como o corpo funciona, interage, fala e se relaciona com o mundo, dá significado e nos mostra a história de vida do indivíduo. Sendo assim, o corpo é uma ferramenta importante de diagnóstico.

Conclusão, o corpo nos dá uma importante ferramenta para fazer diagnósticos. Nos permite descobrir:

- O tipo de trauma, a idade e o sistema em que ele ocorreu.
- Compreender a dinâmica do trauma.
- Traçar um Plano de Ação para o tratamento.

**“Faz parte do meu respeito pelas pessoas expor-me ao perigo de dizer-lhes a verdade.”**

-Wilhelm Reich

## AULA 2 - EXERCÍCIO INTRAPESSOAL

Vamos falar das emoções. Essa atividade vai ajudar você a entrar em contato com suas emoções e de certa forma compreender mais sobre você. Todos somos moldados, baseados naquilo que nos foi apresentado ao longo da vida. Então, que tal perceber a origem de tudo e resignificar?

Vou deixar aqui uma lista de emoções.

Agressividade	Bem aventurança	Egoísmo	Inspiração	Paixão
Afetividade	Benevolência	Empatia	Interesse	Paciência
Aflição	Carinho	Esperança	Indecisão	Pânico
Alegria	Cobiça	Euforia	Inveja	Pena
Altruísmo	Compaixão	Entusiasmo	Ira	Perfeição
Ambivalência	Confusão	Epifania	Isolamento	Piedade
Amizade	Cíúme	Excitação	Intriga	Possessividade
Amor	Constrangimento	Fanatismo	Luxúria	Prazer
Angústia	Coragem	<b>Felicidade</b>	Mágoa	<b>Tristeza</b>
Ansiedade	Culpa	Frieza	Mau humor	<b>Raiva</b>
Antipatia	Curiosidade	Frustração	<b>Medo</b>	<b>Surpresa</b>
Antecipação	Depressão	Gratificação	Melancolia	
Apatia	Desabafo	Histeria	Mazela	
Arrependimento	Deslumbramento	Hostilidade	<b>Nojo</b>	
Arrogância	<b>Desprezo</b>	Humor	Nostalgia	
Avareza	Dó	Humildade	Ódio	
Bondade	Desapontamento	Humilhação	Orgulho	

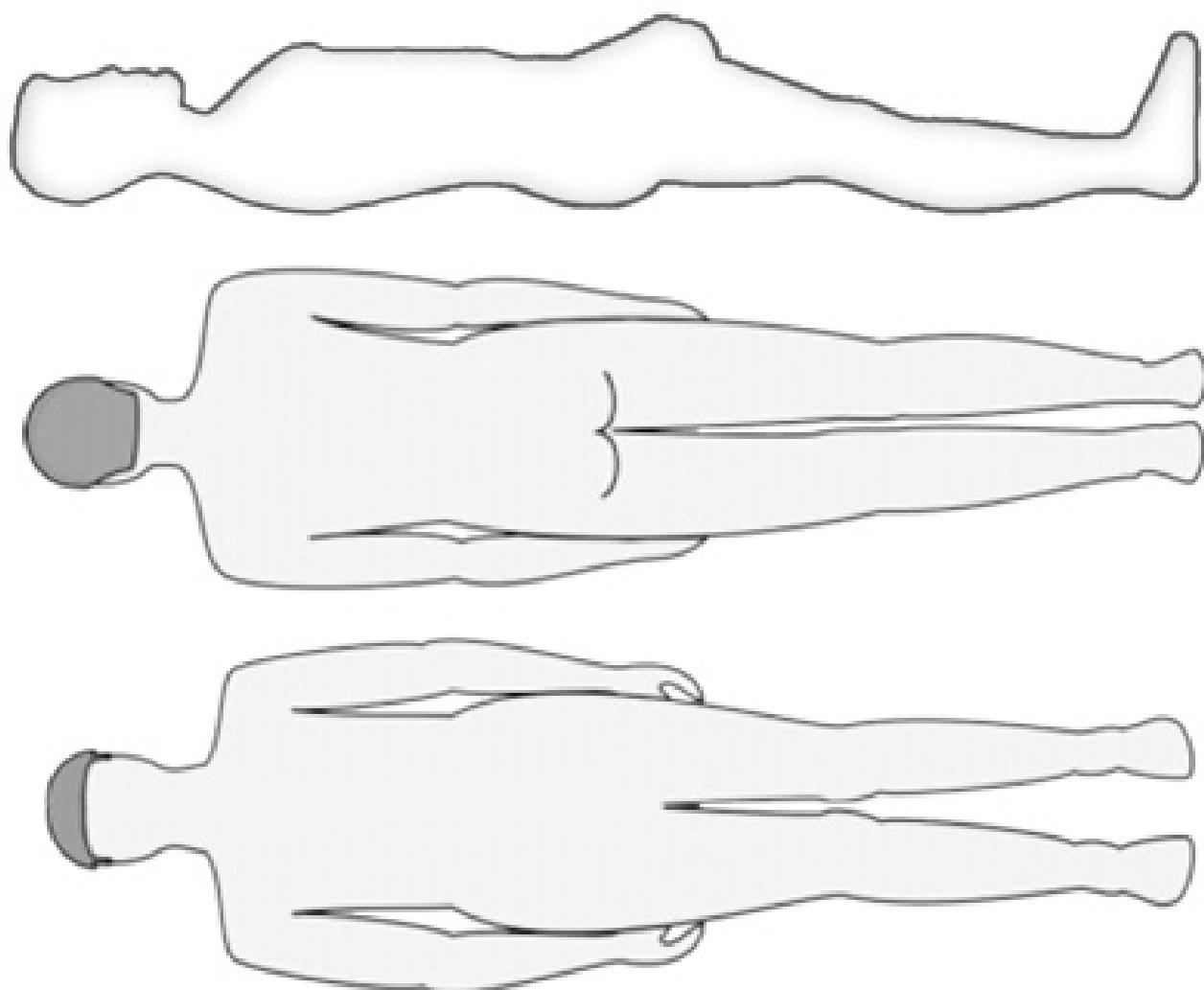
Escolha na lista 5 (cinco) emoções principais:

- Suas
- De Sua Mãe
- De Seu Pai
- Escreva-as na tabela abaixo
- Pinte uma cor específica para cada uma delas

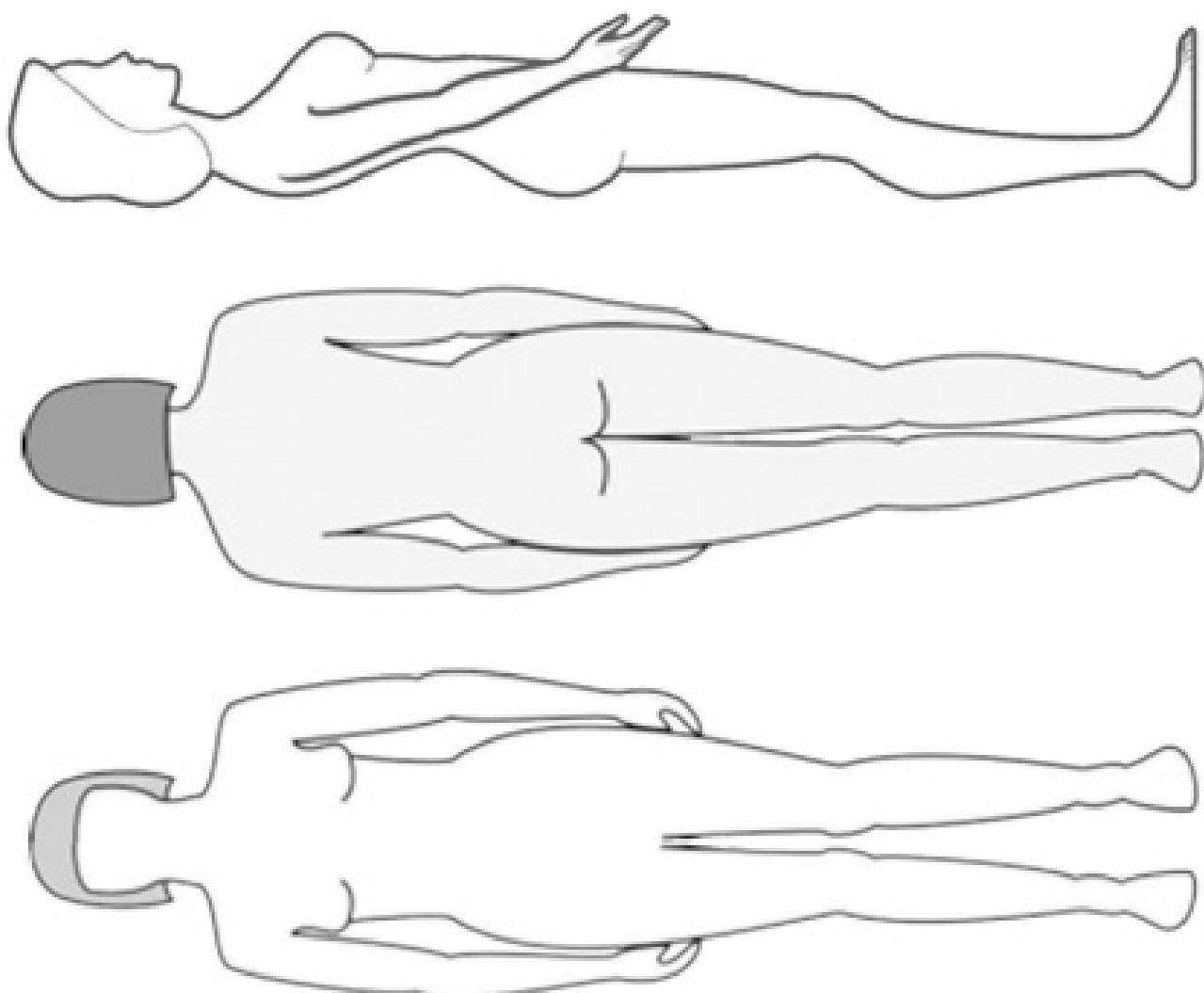
Emoções	1	2	3	4	5
EU					
MÃE					
PAI					

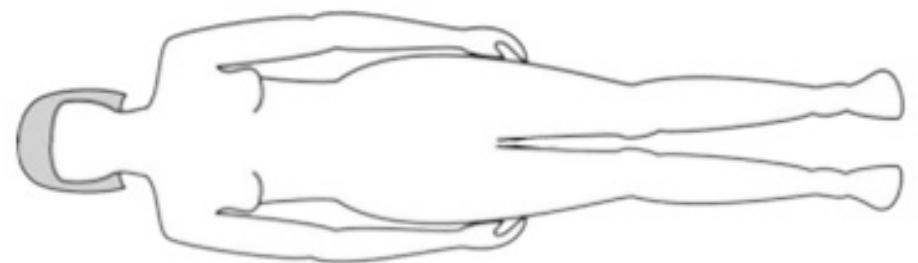
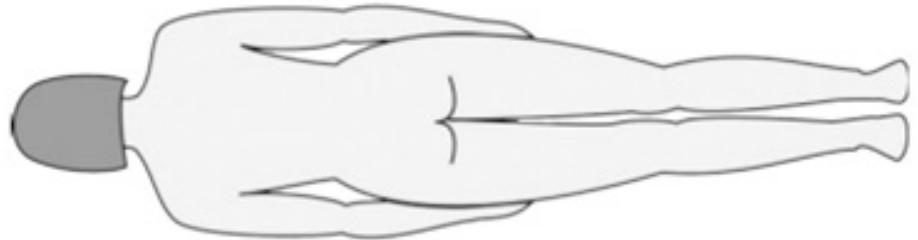
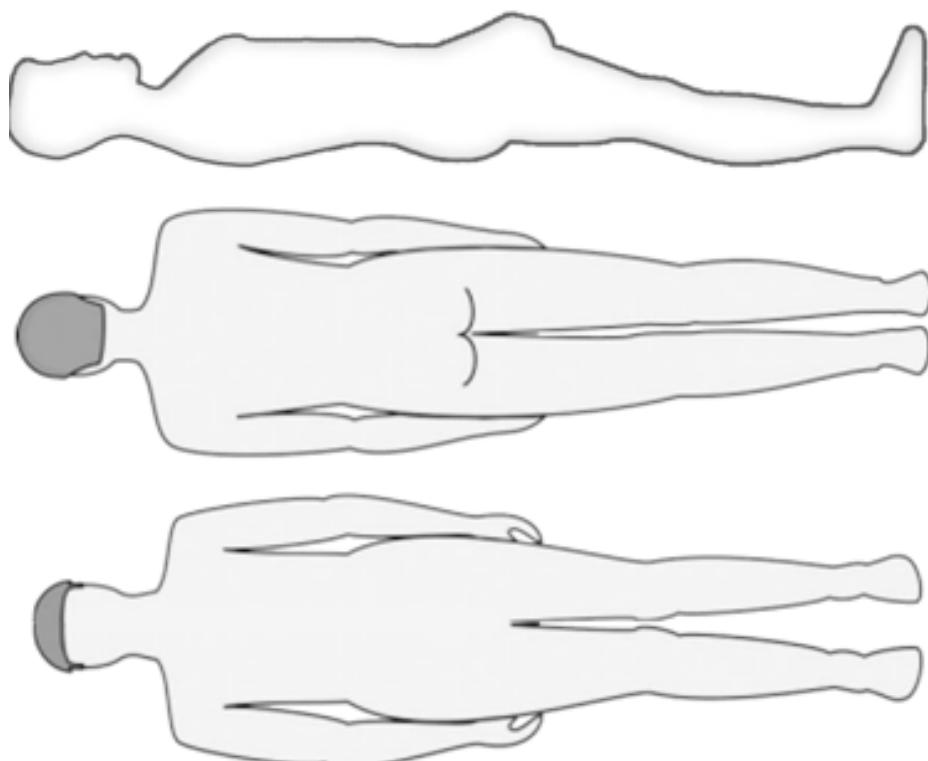
- Utilizando as ilustrações abaixo preencha o corpo da sua mãe com as cores que representam as características dela.
- Preencha também o corpo do seu pai com as características dele.
- E por último preencha o seu corpo com as suas características.

PAI



MÃE





EU

## AULA 2 - EXERCÍCIO INTERPESSOAL

Agora vamos trabalhar em duplas, escolha um colega e definam quem vai ser o terapeuta e quem vai ser o cliente na primeira e na segunda rodada. Ambos vão estar nos dois papéis. O terapeuta vai ajudar o cliente a aprofundar a percepção sobre o exercício intrapessoal. Para facilitar a dinâmica use as perguntas listadas abaixo.

- Compare as semelhanças e diferenças entre os três desenhos.
- Gostaria de mudar algo em você?
- Acrescentar ou remover alguma característica?
- Minimizar ou maximizar alguma característica?
- Para que?

## AULA 2 - EXERCÍCIO SISTÊMICO

Compartilhar o aprendizado é uma forma de aprender com os outros, quando temos a oportunidade de ouvir outros pontos de vista temos a chance de compreender melhor os mecanismos que utilizamos para acessar informações profundas antes escondidas. Neste sentido, compartilhe com o grupo quais perguntas que o terapeuta fez que tiveram maior importância para o seu processo? Quais características do terapeuta e do atendimento dele favoreceram você?

**Atenção: tenha cuidado para não fazer julgamentos sobre certo e errado, ou ficar focando no que deu errado, porque o que não funcionou com você pode ser eficiente para outra pessoa. Lembre-se somos diferentes.**

## AULA 3 - CORPO E HISTÓRIA EMOCIONAL INTRAUTERINA

Nesta aula vamos falar da construção do corpo dentro do útero.

### COMO SE TORNAR UM ADULTO?

Tornar-se adulto é o objetivo de todo indivíduo. É evoluir para se tornar cada vez melhor.

### COMO INICIA A VIDA?

Tudo começa com o encontro das essências. Os gametas, espermatozóide (gameta masculino) e o óvulo (gameta feminino) se juntam para formar o ovo. O primeiro é ativo e o segundo é passivo. Observe que temos aqui a representação da energia ativa e da energia passiva, muito importante na natureza.

- Masculina – Ativa – Espermatozóide
- Feminina – Passiva – Óvulo

### ARTE DE VIVER



O símbolo do Tao representa a arte da vida, com o equilíbrio entre ser ativo e passivo.

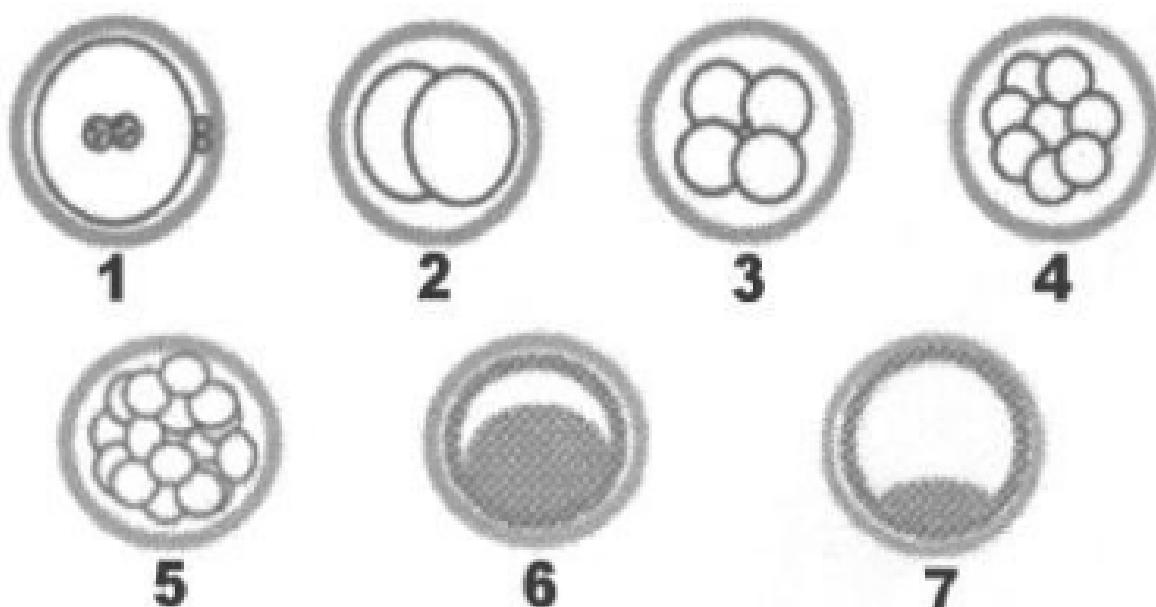
## O QUE AFETA A GRAVIDEZ?

O campo afeta a gestação de acordo com a situação do sistema. Se a gestação foi planejada, o que estava acontecendo na família, se o bebê foi esperado, tudo influencia na formação do indivíduo. A gravidez é afetada também pela relação entre as pessoas dos subsistemas (a mulher e seu marido, a mulher e seu pai, a mulher e sua mãe, etc).

Na formação do indivíduo é fundamental compreender os três EU's. O Eu existo, o Eu me conecto e o Eu preciso de você para me nutrir.

## EU EXISTO

A partir da fecundação, que acontece nas trompas, se forma o ovo. Ele faz um trajeto até chegar no útero. Nesse processo, o ovo sofre algumas mudanças provenientes da multiplicação celular. Primeiro se forma a mórula com 16 células e depois a blástula com uma diferenciação de três camadas.



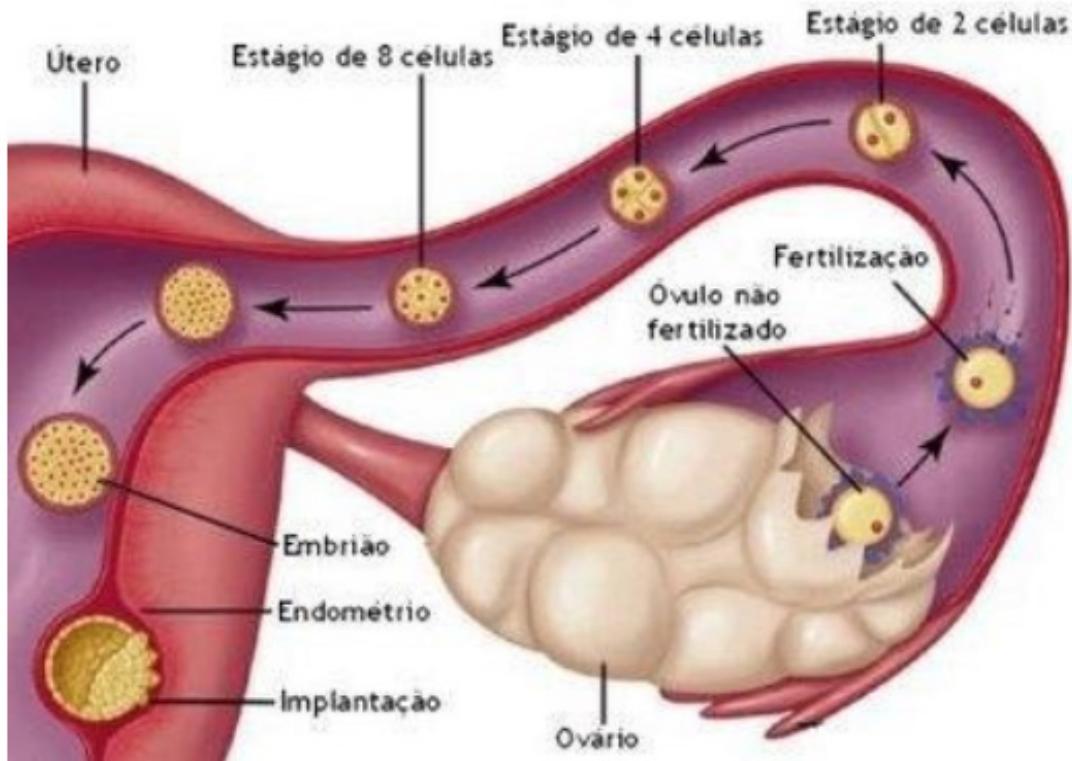
Fases da evolução do Ovo em Mórula e em Blástula.

## EU ME CONECTO

Esse é o primeiro grounding, onde o embrião vai criar suas primeiras raízes. Quando ele chega no útero vai se fixar, se implantar.

## EU PRECISO DE VOCÊ

O ovo só tem energia até ser implantado, depois disso precisa ser nutrido. Para isso ele implanta no útero que o acolhe e nutre.



Quando o óvulo é fecundado ele caminha até o endométrio onde é implantado. Neste caminho ele sofre alterações na sua estrutura. Depois de implantado na camada interna do útero, chamada endométrio, o embrião recebe a nutrição necessária para se desenvolver.

## COMO SE DESENVOLVE O CORPO?

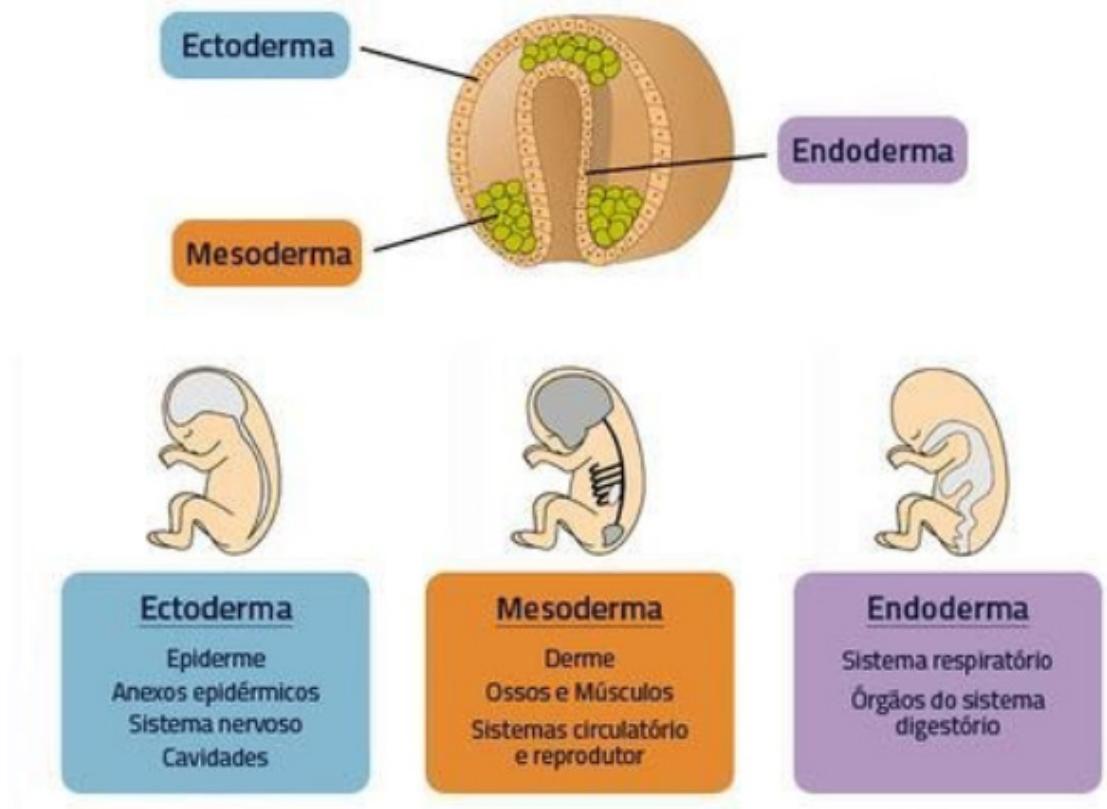
A embriogênese estuda o desenvolvimento e a formação do embrião. Na fase de implantação a blástula é composta por três camadas, numa delas existem as células tronco que darão origem a todos os órgãos e estruturas. Primeiro se forma a Gástrula com um disco interno, dali temos três camadas a ectoderma , a mesoderma e a endoderma , este disco posteriormente vai se conectar e formar um tubo e a partir disso vão se formar os órgãos.

Interessante que neste ponto, ocorre a formação de um eixo crânio caudal e a partir daí se desenvolvem e se posicionam os diferentes órgãos.

Cada uma dessas camadas tem sua função.

- **Endo** – é a camada de dentro, capaz de captar energia. Ela dará origem ao sistema digestivo e ao sistema respiratório – camada do sentir.
- **Ecto** – é a camada de fora, responsável pela interação com o mundo de fora. Ela dará origem aos órgãos do sentido e cérebro – vai planejar o uso da energia.
- **Meso** – é a camada do meio, que vai utilizar a energia. Ela dará origem ao sistema ósteo-muscular, coração sangue.

## Folhetos Embrionários



### QUAL A DIFERENÇA ENTRE EMBRIÃO E O FETO?

O embrião está formando os órgãos e o feto tem os órgãos formados. O embrião se forma no primeiro trimestre da gestação, nesta fase é importante tomar cuidado com o que se ingere porque pode afetar a formação dos órgãos do bebê. Já o feto, possui todos os órgãos formados e vai entrar na fase de crescimento para o funcionamento dos órgãos.

### COMO O MUNDO EMOCIONAL DA MÃE PODE AFETAR O BEBÊ?

O ambiente uterino influencia o desenvolvimento do embrião e do feto, numa dimensão importante, porque o meio é capaz de influenciar o gene. O mundo interno da mãe representa a vida para o filho e é sua primeira conexão com a vida. O mundo intra uterino é o primeiro referencial de vida desse ser. Ele precisa se adaptar ao meio que ele está inserido que é o mundo interno da mãe.

O sistema límbico, cérebro das emoções, regula o funcionamento do corpo através do sistema nervoso autônomo – simpáticas e parassimpáticas, são duas polaridades.

- O Simpático tem a ver com luta e fuga
- O Parassimpático com relaxamento e prazer.

Com o auxílio do sistema hormonal e imunológico, tudo isso é regulado pelo cérebro emocional da mãe.

## REFLEXOS DO ÚTERO

O útero é o universo do feto e do embrião. No “mundo interno” o ser recebe energia através do fluxo sanguíneo. Dependendo da quantidade e qualidade dos componentes do sangue, ele será bem ou mal nutrido. Já no seu “mundo externo” o ser se sente acolhido ou rejeitado, dependendo do tônus do útero. Se a mãe está no simpático, na energia do estresse, esse útero está hipertenso, causando um desconforto e diminuindo o fluxo de sangue para o ser. Se a mãe está no parassimpático, com relaxamento e prazer, o útero fica relaxado ou hipotenso, causando uma sensação gostosa e aumentando o fluxo de sangue para o ser.

Além disso, podemos dar destaque aos afetos intrauterinos que tem a ver com os afetos e relações que vão influenciar a criança e que farão com que cada camada, endo, ecto e meso ganhe mais ou menos energia. Dependendo do que afeta vai desenvolver mais uma ou outra camada. Então esse mundo de fora vai nutrir, adubar ou podar para se adaptar melhor ao meio.

## AFETOS INTRAUTERINOS – FRANCIS MOTTO

Para esse pesquisador o que estimula o ecto é o afeto intrauterino da pele fetal. O que estimula o endo é o afeto intrauterino umbilical e por fim o que estimula o meso é o afeto intrauterino cinético de movimento (alimentação, nutrição).

O **afeto umbilical** diz respeito a nutrição que a mãe dá para a criança, incluindo o calor e a energia que coloca na gestação. Dependendo da intensidade dessa energia, o feto se desenvolve mais ou menos. A qualidade desse alimento que chega para o feto também vai determinar esse desenvolvimento. Além disso, importante observar o padrão desta alimentação, se a mãe se alimenta com regularidade, se pula refeições, se fica longos períodos em jejum, etc. Isso influencia o desenvolvimento e até o funcionamento da criança, pois ela vai se adaptar com esse modo de alimentação materna.

O **afeto da Pele Fetal** nos fala dos órgãos do sentido, assim, posso dizer que o feto é influenciado por várias situações:

- Pela Luz, pelo Som, pelo Tato e pelo Paladar da mãe.
- Pelos Ciclos Dia e Noite
- Pelos Ciclos de Atividade e Descanso
- Pelos Padrões de Fluxo de Energia que chega nele.

Todas essas situações influenciam o desenvolvimento corporal e emocional do feto. Por exemplo se uma mãe mora próximo a uma linha de metrô, o feto se habitua a ouvir aquele som sistematicamente e se adapta. Já uma mãe que mora no campo, quando exposta a um barulho de metrô, provoca no feto um desconforto.

O **afeto Cinético** tem a ver com os movimentos da mãe e seus significados. Ele pode ser Positivo ou Negativo:

- Positivo - Se para uma mãe fazer atividade física é algo prazeroso, o feto se desenvolve assimilando a informação de que fazer exercícios é algo bom.
- Negativo - Se para a mãe fazer atividade física é um sacrifício, causa desprazer, o feto se desenvolve assimilando também essa informação e quando crescer não vai gostar de fazer exercícios.

Assim vamos observar diferentes padrões de movimento. Algumas crianças são ativas, não param de se movimentar, sobem em tudo, corre para todo lado e outras preferem ficar passiva, assistindo TV ou lendo um livro ou mesmo brincando passivamente como jogos de encaixe.

Toda essa carga emocional que chega para o feto, define inclusive o seu Tônus Muscular. Essa criança terá uma musculatura mais hipertrófica ou mais atrófica.

Para finalizar, o afeto cinético define também a Percepção que o indivíduo tem do Meio Ambiente em que vive e tudo isso vai moldar seu corpo.

### QUE MUDANÇAS ACONTECEM NO CORPO?

Tudo que falamos sobre o desenvolvimento da criança vai interferir no seu corpo, cada estrutura e cada função porque pode ou não estimular seu desenvolvimento.

Conforme os estímulos que o indivíduo sofre no decorrer da vida intra uterina, ocorre a formação de três tipos de corpos: **o ecto, o meso e o endo**, conforme figura abaixo. Lembrando que essa divisão é didática pois todos nós somos uma interação dessas 3 camadas.



Ecto	Meso	Endo
Corpo fino e magro	Corpo musculoso	Corpo redondo
Fraco	Forte	Fraco
Intelectualização	Movimentos	Sensações internas
Valor aos pensamentos	Valor às atitudes	Valor aos sentimentos
Ombros e quadris estreitos	Ombros e quadris largos	Ombros e quadris largos
Energia ascendente	Hipertônico	Hipotônico
Vive com pouca energia	Energia para fora	Energia para dentro
Metabolismo rápido	Usa a energia	Acumula energia
Dificuldade para engordar	Metabolismo rápido	Metabolismo lento
		Facilidade para engordar

De modo geral as pessoas são uma mistura desses corpos que vai favorecer uma variedade enorme de corpos. Todo indivíduo será capaz de identificar em si as características destes corpos para tomar consciência e compreender se essas características estão em equilíbrio ou não.

Importante então, reconhecer e identificar as influências do mundo intra uterino na vida de uma pessoa. E isso, parte da simples compreensão sistêmica de que para evoluir é preciso integrar. Eu existo, eu me conecto e eu sou abastecido.

### AULA 3 - EXERCÍCIO INTRAPESSOAL

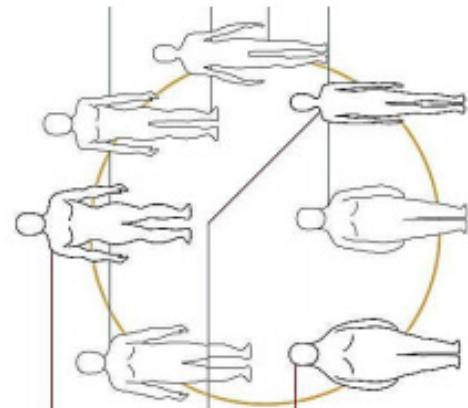
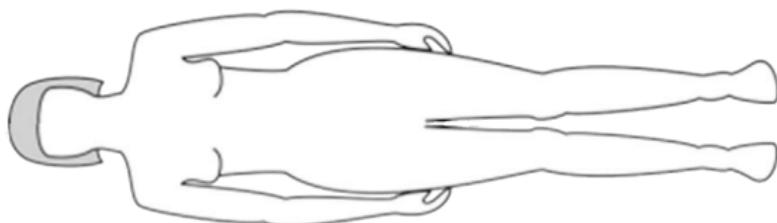
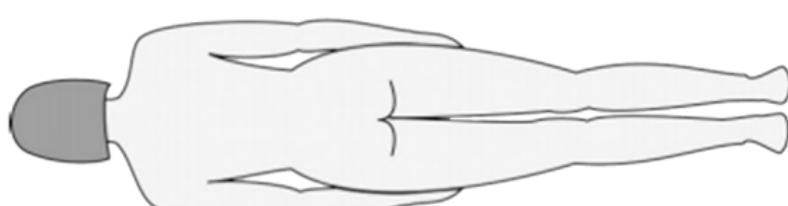
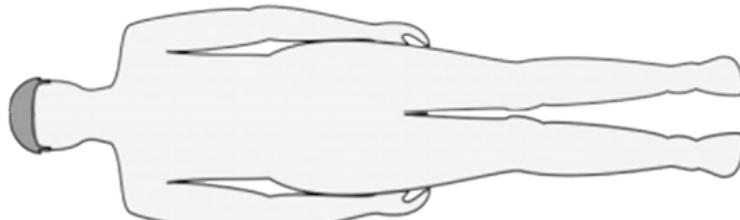
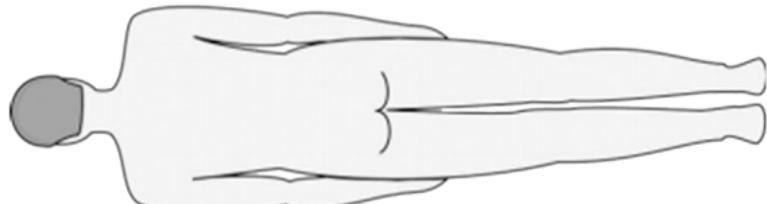
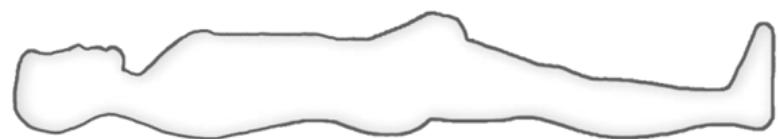
Agora chegou a hora de você ampliar sua consciência, esse exercício vai te ajudar a compreender os tipos de corpos e como você reconhece os traumas que ocorreram na sua formação, que moldou seu corpo.

1. Você vai pintar o corpo, representando nele a Carga e o Fluxo de energia das diferentes partes do corpo
  - Carga –intensidade e tamanho proporcional ao que você sente no seu corpo (imagine lagos de energia).
  - Fluxo –Para onde essa energia flui com mais ou menos intensidade e extensão (imagine rios).
2. Você vai pintar o corpo representado nas figuras abaixo utilizando as três cores básicas
  - Ecto –Azul
  - Endo –Amarelo
  - Meso –Vermelho

3. DICAS das áreas corporais que representam cada camada:

- Ecto –Pensar –Cabeça –(Sistema Nervoso)
- Endo –Sentir –Parte Anterior do Tronco (Sistema Digestivo e Respiratório)
- Meso –Agir –Parte posterior do Tronco –Braços –Pernas (Sistema Osteomuscular e Cardiovascular)

4. Escolha o formato de corpo que mais se assemelha ao seu no círculo das formas



## AULA 3 - EXERCÍCIO INTERPESSOAL

Agora vamos trabalhar em duplas, escolha um colega e definam quem vai ser o terapeuta e quem vai ser o cliente na primeira e na segunda rodada. Ambos vão esta nos dois papéis. O terapeuta vai ajudar o cliente a aprofundar a percepção sobre o exercício intrapessoal. Acho que agora você já reconhece a importância de compartilhar seus achados, divida com seu colega.

O terapeuta ajuda o cliente a ampliar a consciência sobre cada tipo de corpo com enfoque na forma como o seu cliente se expressa.

Ecto – Pensar , Endo – Sentir, Meso – Agir.

- Como você se sente, pensa e age em relação às suas anotações?
- Como você está agora depois de realizar essa tarefa?
- Como gostaria de estar depois que teve a oportunidade de se perceber?

## AULA 3 - EXERCÍCIO SISTÊMICO

Compartilhar o aprendizado é uma forma de aprender, quando temos a oportunidade de falar articulamos melhor nossos pensamentos e temos a chance de compreender melhor os mecanismos que utilizamos para acessar informações profundas antes escondidas. Neste sentido compartilhe com o grupo o que perceberam em si mesmos, o que os terapeutas perceberam em seus cliente, etc.

**Atenção: tenha cuidado para não fazer julgamentos sobre certo e errado, ou ficar focando no que deu errado, porque o que não funcionou com você pode ser eficiente para outra pessoa. Lembre-se somos diferentes.**

**Amor, trabalho e conhecimento são fontes da vida. Deveriam, também governá-la.”**

**- Wilhelm Reich ( 1897-1957)**

## AULA 4 - ANÁLISE DO CARÁTER - CORPO E HISTÓRIA EMOCIONAL INTRAUTERINA

- O corpo se define apenas no período intrauterino?
- Existem mais influências no desenvolvimento?

Na aula anterior vimos que nosso corpo se define no período intrauterino. Mas você deve estar se perguntando, meu corpo mudou muito ao longo da minha vida, será que essa definição corporal é apenas no início da vida? A resposta é não e é isso que vamos estudar nesta aula.

### SISTEMA E SUBSISTEMAS

- O Corpo sofre influência do sistema e subsistemas onde o indivíduo vive.
- Objetivo de Vida e Metas – Grande Sistema

O grande objetivo é evoluir em direção às **metas** que cada indivíduo possui, até chegar no mundo **adulto** e de lá **evoluir continuamente**. Nossos subsistemas são escadas da evolução, em cada degrau o indivíduo aprende alguma coisa que ele vai levar consigo para os próximos níveis, e isso se reflete no corpo

### EVOLUÇÃO PROGRESSIVA

A evolução é progressiva, e seguimos carregando tudo, os níveis de amor que aprendemos e nossa conexão com os subsistemas, a bússola da consciência que nos dá noção da inocência e da culpa, a ampliação da consciência sistêmica, tudo vai se somando e nós vamos evoluindo.

- Eu Existo
- Eu Me Conecto
- Eu Preciso de Você
- Eu Aprendo com Você
- Eu tenho o Melhor de Você Dentro de Mim
- Eu Sigo com Você no Meu Coração

### ATÉ QUE IDADE NÓS CONSTRUÍMOS AS BASES PARA O ADULTO?

Alguns autores dizem que até cinco anos de vida, outros dizem sete anos, o fato é que existe uma variação porque pessoas são diferentes. Trata-se do **período de molde**, a infância é a fase embrionária do adulto, os grandes referenciais de vida de um indivíduo advém deste período da vida. É nesta fase que podemos observar os padrões de funcionamento intrapessoal, interpessoal e sistêmico desta pessoa.

As fases mais importantes deste período são: A fase oral, anal e genital.

Oral	Anal	Genital
• Dependência	• Ativo	• Identidade
• Passiva	• Movimentos voluntários	• Referenciais diferentes
• Recebe energia	• Comunicação verbal	• Sexualidade Masculina e Feminina
• Comunicação não verbal	• Controle muscular	• Diferenciação de funções Pais e Casal
• Necessidades básicas	• Exploração do mundo	• Ordem nas funções
• Simbiose	• Afastar da mãe	• Consciência dos sistemas e subsistemas
	• Reações da mãe	• Direcionamento para a vida
		• Funções e ordem
		• Leis do sistema

**Fase oral:** eu e minha mãe juntos, criança passiva, maior dependência da mãe. O maior objetivo nesta fase é preencher as necessidades da criança, existe uma comunicação não verbal e uma simbiose mãe/criança.

**Fase Anal:** começa uma separação mãe/criança porque os movimentos começam a ser do tipo voluntários e vão ampliando. O início da autonomia, que foi possível graças ao controle muscular. Nesta fase a criança começa a explorar o mundo e se afasta da mãe. Aqui também é importante pontuar que esse desenlace depende da reação da mãe. Se ela permite ou não esse desligamento, vai determinar a evolução saudável desse filho..

**Fase genital:** nesta fase entra a presença do pai, e a criança já inicia a identificação do diferente. Isso lhe proporciona compreender que ela vive num grande sistema. Quando a criança entende o diferente ela ganha identidade, porque percebe que seus referenciais podem ser diferentes dos da mãe. Com isso, ela começa a compreender o que é sexualidade, o que é masculino e o que é feminino. Começa a identificar as diferentes funções no sistema. Ela vê pai, mãe, enxerga o homem e a mulher, um marido e uma esposa, e desta percepção começa a compreender que existe uma ordem, onde cada um exerce sua função.

### Funções em ordem

Nesta situação os pais começam a orientar seus filhos em direção à vida. Interessante destacar que basicamente essa função de mandar para a vida é exercida pelo pai, mas é importante saber que qualquer pessoa tem a função paterna dentro dela, porque todo adulto precisa mandar para a vida. Os filhos vão em direção ao pai, depois em direção à vida, cada vez mais distantes dos pais.

## COMO OS CARÁTERES SE RELACIONAM COM AS FASES DE EVOLUÇÃO INFANTIL?

### FASE ORAL - DEPENDÊNCIA

#### CARÁTER ESQUIZÓIDE

O trauma aconteceu no período da gestação até uma semana após o nascimento. A esquizoidia tem relação com os conflitos importantes da mãe em relação à gravidez. A característica aqui é o indivíduo com ele mesmo.

#### CARÁTER ORAL

O trauma aconteceu no período do nascimento até um ano de idade, fase onde a criança já está saindo da simbiose com a mãe e começa a se afastar dela e explorar o mundo. Nessa fase ela deveria receber as necessidades básicas. A característica aqui é o indivíduo se relacionando com o outro.

### FASE ANAL - AUTONOMIA

#### CARÁTER PSICOPATA

O trauma aconteceu até ele ser capaz de controlar os esfíncteres, para ficar mais claro, quando a criança consegue subir escadas de pé. Ela tem agora o controle voluntário dos movimentos, da musculatura esquelética. Nessa fase ela está saindo da simbiose, está explorando o mundo e precisa da autorização da mãe para sair. Ela começa a se afastar da mãe.

Ocorrem conflitos importantes em relação ao que a criança recebe de estímulos aos seus primeiros movimentos de independência. Então ela pode ser autorizada ou não a seguir.

Inicia a comunicação verbal com as primeiras palavras.

#### CARÁTER MASOQUISTA

O trauma aconteceu até a percepção dos genitais, quando ela descobre a diferença entre menina e menino (masculino e feminino). Nessa fase ela começa a controlar as coisas que saem de dentro para fora, como fezes, urina, idéias emoções e pensamentos. Nessa fase o trauma é que tudo que sai dela é desqualificado e ela não está autorizada a fazer e é humilhada. Ela começa a se fechar e reter sentimentos negativos. Tem dificuldade de colocar para fora o que está dentro dela.

A mensagem que ela recebe é: Tudo que você faz não presta, é uma porcaria, é ruim.

### FASE GENITAL - IDENTIDADE E PARTIR PARA A VIDA

#### CARÁTER RÍGIDO ( HISTERIA E FÁLICO NARCISISTA)

O trauma aconteceu dos 3 aos 5 ( 7 ) anos. A criança começa a sentir as sensações genitais e início da Sexualidade. Daqui para frente já está definido a diferenciação sexual que teve início no Caráter Masoquista.

Nessa fase ocorre a entrada do Pai que é o diferente da mãe. A criança começa a desenvolver sua individualidade. Ela se sente diferente da mãe e percebe que se a mãe ama o diferente dela, que é o pai, ela também pode ser diferente da mãe e ainda assim ser amada.

Agora a criança vai ter contato com várias funções sistêmicas. A mãe é também esposa, é profissional, é filha, etc...

Ela vê a relação entre os adultos, entre pai e mãe, entre pais e filhos. Aqui ela observa se essas funções estão em ordem. Se pai é pai, mãe é mãe ou se estão em desordem.

A formação do caráter se dá em diferentes fases do indivíduo. A contar com o quê, quando e como aconteceram as situações cotidianas na vida da criança, vai definir o traço de caráter que vai moldar seu corpo e parte da sua personalidade no futuro.

## COMO SAIR DA FAMÍLIA DE ORIGEM?

### ENTRANDO NO MUNDO DO ADULTO E indo PARA A VIDA

A simplicidade da evolução para o mundo adulto é afetada pelos traumas infantis que todos carregamos. Neste sentido identificar e aprender com as dinâmicas que não deram certo nos fazem mais conscientes e prontos para orientar outros que chegarão depois de nós no nosso sistema.

Não é tarefa fácil, mas é possível, porque faz parte evoluir como adulto. Então, importante compreender que para entrar no caminho do adulto é fundamental reconhecer as características de cada caráter, como ele se desenvolve e como podemos diagnosticá-lo a partir dos traumas do passado.

## ANÁLISE DO CARÁTER - WILHELM REICH

Antes de prosseguir importante saber que a formação do caráter tem a ver com um conjunto de mecanismos de defesas. Dependendo do tipo do trauma, dos recursos que aquela criança tinha numa determinada fase de vida, pode compreender como o indivíduo funciona na fase adulta. Dependendo do mecanismo de defesa o terapeuta sabe quando, onde e porque ele foi criado. A análise do caráter proposta pelo pesquisador Wilhelm Reich, se baseia na identificação do tipo e da época em que o trauma aconteceu na pessoa, para assim, fazer o diagnóstico e no tratamento.

Esquizoide - Criativo	Corpo
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rejeição é emoção básica</li> <li>• Sobrevive num ambiente hostil</li> <li>• Desconexão</li> <li>• Medo do contato</li> <li>• Não sentir</li> <li>• Vive na cabeça</li> <li>• Mundo da lua - dissociação</li> <li>• Falas: “Eu não existo” “Você não existe”</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estreito e contraído</li> <li>• Desarmônico com pouca energia de vida</li> <li>• Bloqueios nos órgãos dos sentidos</li> <li>• Fora do corpo - Imaginação</li> </ul>

Oral - Comunicativo	Corpo
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dependência</li> <li>• Abandono - Vazio interno (Bebê no berço)</li> <li>• Pouca energia - Fraqueza</li> <li>• Busca simbiose</li> <li>• Não dá nada - só recebe</li> <li>• O mundo tem que cuidar dele</li> <li>• Vive a insatisfação Busca na boca</li> <li>• Comunicativo - Fala muito</li> <li>• Falas: "Eu quero" "Cuida de mim"</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Não teve as necessidades básicas preenchidas</li> <li>• Falta - Corpo magro e escorrido, buraco no peito</li> <li>• Excesso - Corpo cheio e hipotônico</li> <li>• Extremidades e face intantis</li> <li>• Energia baixa - Escorrida</li> </ul>
Psicopata - Inspirador	Corpo
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Manipulo você antes que você me manipule</li> <li>• Sentir é fraqueza</li> <li>• Amor ao poder - Jogos de poder</li> <li>• Necessidade de controlar e dominar</li> <li>• Nega compaixão</li> <li>• Camaleão</li> <li>• Depende de outro para fazer</li> <li>• Técnicas de manipulação</li> <li>• Sedução - Vaidade</li> <li>• Autoritarismo - Medo</li> <li>• Vítima - Culpa</li> <li>• Fala: "Você precisa de mim" "Sou melhor" "Estou certo"</li> <li>• Inspirador - Liderança</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Base oral - Pernas fracas</li> <li>• Olhos atentos, desconfiados e controladores</li> <li>• Tensão ocular e na nuca</li> <li>• Carga excessiva ascendente e baixa descendente</li> <li>• Assume várias formas conforme a necessidade</li> <li>• Peito cheio e quadril estreito</li> </ul>
Masoquista - Solidificador	Corpo
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Humilhação</li> <li>• Retentivo e explosivo</li> <li>• Sofrimento e lamento</li> <li>• Submissão e "cordialidade" por fora</li> <li>• Despeito, negativismo e hostilidade por dentro</li> <li>• Agressividade contida</li> <li>• Fala: "Eu aguento"</li> <li>• Solidificador - Característica essencial para o mundo adulto</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Corpo curto, grosso e musculoso "Panela de pressão"</li> <li>• Tensão corporal generalizada</li> <li>• Sem flexibilidade</li> <li>• Rabo preso</li> <li>• Pés "10 para as 2"</li> <li>• Quadril tenso</li> </ul>

Rígido - Realizador	Corpo
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Exclusão</li> <li>• Orgulho</li> <li>• Medo de se submeter/amar</li> <li>• Divisão amor x sexualidade</li> <li>• Amor aprisionado</li> <li>• Relacionamentos triangulares</li> <li>• Traição</li> <li>• Competitivos - Ser o melhor</li> <li>• Busca da perfeição - São certos</li> <li>• Não espontâneos</li> <li>• Sensualidade alta - Narcisismo</li> <li>• Falas: "Sim, mas..." "Não o amarei" "Eu faço"</li> <li>• Realizador</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Perfeitos e harmônicos</li> <li>• Alta energia</li> <li>• Sensualidade alta</li> <li>• Coluna rígida</li> <li>• Cabeça erguida</li> <li>• Olhos vibrantes</li> <li>• Alta carga sexual com dificuldade de descarga</li> </ul>



Essa é uma síntese da Análise do Caráter, se você quer aprofundar seus estudos nessa área, no IBRACS, temos um curso completo chamado Corpo Com Ciência, que poderá ajudá-lo.

## AULA 4 - EXERCÍCIO SISTÊMICO

Mais um momento de reflexão. Hora de você ampliar sua consciência, esse exercício vai te ajudar a compreender como você se sente, como se vê dentro do seu círculo familiar, família de origem e família atual, etc. A dinâmica é a seguinte. Forme grupo de seis pessoas. Uma delas será o cliente.

- O Cliente posicionará três elementos subjetivos e outros dois representantes: Adulto e Criança de 5 anos.
- Esse posicionamento acontecerá na forma de um triângulo como mostra a figura e conforme descrição abaixo.
- Cada representante saberá que papel está representado, mas o cliente não. Neste caso, melhor entregar para cada representante um papel fechado com a descrição do seu elemento na representação.
- Formar um triângulo com Três Elementos Subjetivos:
  - 1 – Dependência (D) – Fase Oral
  - 2 – Autonomia (A) – Fase Anal
  - 3 – Sexualidade (S) – Fase Genital
- Esses elementos (D – A – S) ficarão fixos nos vértices do Triângulo e saberão o que eles representam.

### ATENÇÃO

Os elementos que representarão o ADULTO E CRIANÇA não saberão o que eles representam e também não saberão quem são os elementos do triângulo.

- Posicionar no centro do triângulo, os representantes para o Adulto e Criança de 5 anos.

### ATENÇÃO

Os elementos do triângulo ficarão fixos e os representantes do Adulto e Criança se movimentarão.

Ao terminar, o Cliente pergunta aos participantes, o que se passou com eles no exercício. Troquem o Cliente e repitam o exercício até todos passarem pela experiência. Se você preferir anote as observações relatadas pelos participantes.

	Criança	Adulto
<b>Dependência</b>	_____	_____
	_____	_____
	_____	_____
<b>Autonomia</b>	_____	_____
	_____	_____
	_____	_____
<b>Sexualidade</b>	_____	_____
	_____	_____
	_____	_____

---

## AULA 5 - VERDADES E MENTIRAS

A mentira interfere no trabalho terapêutico.

**"A mentira é aumentar ou diminuir a verdade."** Aristóteles (384 a 322aC)

### NÃO ACREDITE NO QUE OS CLIENTES FALAM!

Você certamente como meu aluno já me ouviu fazer essa afirmação repetidas vezes e sobre ela eu gostaria de iniciar agora um estudo sobre a mentira.  
Todos nós mentimos, você, eu, seu pai, sua mãe e seus filhos.

"Uma pessoa pode enganar muita gente durante um certo tempo, pode até mesmo enganar algumas pessoas todo o tempo, mas não será possível enganar pra sempre."

– (Abraham Lincoln).

Quando a comunicação vem da mente, usando as palavras pode ser uma mentira, entretendo quando vem do corpo, aí sim, é verdade. O corpo não mente, ele fala a verdade. Por esse motivo terapeutas precisam entender sobre a comunicação não verbal, que é o tema deste módulo.

## AS MENTIRAS SOBRE AS MENTIRAS

Muito importante sobre a verdade e a mentira é que, a verdade muda, dependendo do nível que você está num determinado sistema, num próximo nível que você atingir pode não ser mais verdade. No processo de constelação, inicialmente o indivíduo conta uma história, mas à medida em que o sistema vai se abrindo, ele mesmo lembra de histórias que estão presentes no campo, desmentindo o que inicialmente aquela pessoa contou. Muitas vezes a verdade é contada utilizando um monte de "mentiras".

Existem vários mitos sobre mentiras, a verdade é que eles querem explicar **as mentiras sobre as mentiras**. Vamos agora discorrer sobre algumas delas.

Uma delas é: **mentir é exceção!** Sabia que em alguns estudos, a cada dez minutos uma pessoa fala em média 3 mentiras? Isso mesmo. As pessoas contam de 20 a 200 mentiras durante o dia, isso ocorre por muitos motivos. Outra mentira é: **humanos são naturalmente honestos!** Pesquisas mostram que nas espécies, os mais inteligentes são os que mais enganam, segundo alguns estudos, quanto maior o neocôrTEX, maior a frequência do uso das mentiras. Então, aí vai um importante questionamento sistêmico: Podemos confiar nos sistemas (país, família, justiça, governo) a que pertencemos?

Levando em consideração o que foi dito sobre mentiras, você deve estar se perguntando: então, como terapeuta em quem devo confiar? Nas informações dada pelo sistema ou nas interpretações dos elementos do sistema. Em outras palavra sabendo que a mente "mente" e o corpo nos fala verdades, você vai confiar "na cabeça" ou "no corpo"?

Outra mentira que é importante comentar é: **o mentiroso não te olha nos olhos!** Sobre isso basta saber que honestos olham 60% do tempo nos olhos dos outros. Mas fique atento pois os mentirosos profissionais não perdem o contato visual, porque eles necessitam saber se deu certo ou não a mentira. Eles precisam checar o tempo todo as reações do outro para mudar a estratégia, se necessário.

**Mentiras são naturais e a maioria delas são inofensivas.** Na verdade um em cada cinco trabalhadores são conscientes das fraudes no trabalho. Um em cada quatro executivos falsificam currículos, um em cada dois profissionais, admite realizar uma ação ilegal ou antiética por ano. Nos EUA, num estudo realizado verificou-se fraudes corporativas, de um trilhão de dólares ao ano.

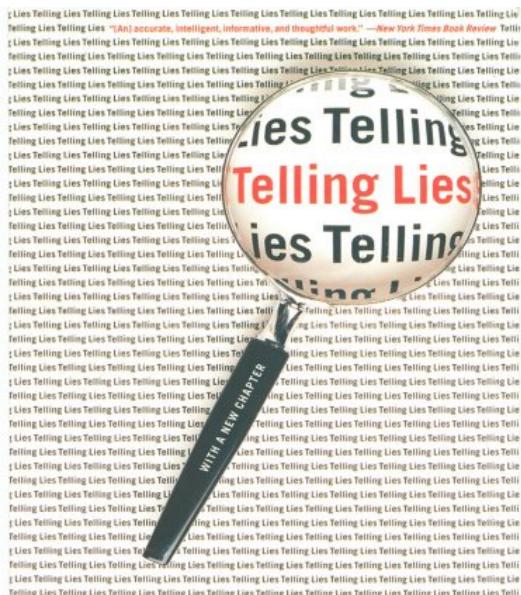
**"Uma mentira bem sucedida prepara o mentiroso para mentir mais e melhor."**

- Sergio Senna

**É difícil detectar a mentira.** Existem pessoas predispostas a serem vítimas das mentiras. São pessoas com cegueira emocional e sistêmica. Para detectar uma mentira, você pode fazer leitura corporal e vai identificar mentiras observando vários sinais. Entretanto, a maioria das pessoas não conseguem identificar uma mentira.

Existem alguns truques comuns para se identificar uma mentira, no entanto isso demanda treino e sensibilidade. Podemos, por exemplo, observar padrões como: se a pessoa tende a se desviar da pergunta, ou se ela tende a desqualificar o outro, qualificando ela mesma, se existe jogos de poder, etc. Num nível um tanto quanto patológico, também existe a tendência de ter prazer em enganar (Duping Delight), ou até mesmo controlar a conversa.

Duping Delight é uma micro expressão facial, caracterizada por um discreto sorriso unilateral de canto de boca, conhecido como o sorriso do demônio. Ele é de curta duração e geralmente aparece em um momento impróprio. Pode ser motivada por formas malignas de engano, como trapaças ou ainda alguma patologia. "Mentiras" mais elaboradas e de maior duração. Sensação de poder por possuir informações que o outro não tem, poder de enganar o outro, ou impulsionar o interlocutor a tomar decisões erradas.



CLUES TO DECEIT IN THE MARKETPLACE, POLITICS, AND MARRIAGE

**Paul Ekman**

Duping Delight termo criado por Paul Ekman em seu livro *Telling Lies* (1992).

**Inserir caixa: O maior Juiz de seus atos deve ser você mesmo e não a sociedade. Aprenda as regras e quebre algumas.**

- Dalai Lama

## PARA QUE AS PESSOAS MENTEM?

Vamos iniciar falando dos **motivos**. Alguns mentem para evitar a realidade, neste caso, pode ser que a realidade é dura demais e “eu preciso desligar” dela. As pessoas também mentem por medos ou para esconder a culpa.

Outra motivação importante para mentir são os jogos de poder. Neste caso ela terá vantagens, na obtenção de dinheiro ou sexo, para conquistar suas fantasias e desejos. Ela pode mentir para moldar um mundo próprio para si mesmo. Além, é claro, do que já falamos, mentir pelo prazer de manipular o outro. Perceba que a principal motivação é se sentir superior ao outro.

Dentro na nossa família é onde mais enxergamos uma grande quantidade de mentiras. Nela treinamos para enxergar mentiras no mundo de fora. Evitar olhar para estas questões nos torna cegos.

Branca	Benéfica	Enganosa	Maliciosa
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Intenção de não incomodar ou ferir o outro</li> <li>• De caráter subjetivo acho/não acho</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Intenção de criar um benefício</li> <li>• De caráter paliativo, placebo</li> <li>• Exemplo: História do Dumbo Filme de Schindler</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Intenção de dar golpe, enganar</li> <li>• Prejudicar alguém</li> <li>• Basicamente ocorre em duas formas: Ocultar fatos importantes Falsificação de dados</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Intenção de destruir alguém</li> <li>• Exemplo: Alienação parental Avós colocando netos contra os pais</li> <li>• Abusos</li> </ul>

## CARACTERÍSTICAS DAS MENTIRAS

Basicamente os elementos essenciais da mentira são três: alterar ou omitir alguma informação; alterar a mensagem de forma consciente; ter um propósito nisso. O propósito de mentir é variável, e pode ser consciente ou inconsciente, no entanto, importante destacar que de certa forma, mentir é consciente, depende no nível de consciência que a pessoa tem, dos personagens internos dela.

O fato é que a Alma sempre sabe que existe uma mentira. Numa constelação sempre aparecem as informações, mesmo que o cliente não tenha consciência delas, o sistema nos mostra. Por isso sempre falo que os indivíduos precisam aumentar o nível de consciência e nesse sentido, também precisam ter coragem para fazer isso.

A incapacidade emocional de lidar com a verdade também pode gerar as mentiras, neste quesito, podemos ter consciência ou não. Muitas vezes por medo de ter que lidar com alguma situação, o indivíduo vai criando uma realidade, para não ser julgado, para não ser punido, etc.

Os doentes emocionais, com algum tipo de psicopatia, constroem mentiras que com o tempo podem até virar verdades para eles. Também neste grupo temos os mentirosos compulsivos, (mitomaníacos) como comentei antes. Eles não conseguem parar de mentir, têm compulsão pela mentira.

Ainda sobre a mentira importante, reconhecer que elas podem ser do tipo **implantadas**, vindas de fora, trazidas das histórias, falas dos nossos familiares, etc... Muitas tem o objetivo de jogos de poder, esconder segredos familiares ou outras finalidades ocultas. As mentiras **inventadas** são no fundo, mecanismos de defesa para sair de uma situação conflituosa. De certa forma é um tipo de proteção, que a pessoa utiliza quando não sabe lidar com a questão. O fato é que são interpretações da realidade, assim o sujeito vive uma mentira, uma ilusão. A liberdade é uma verdade, pode doer, mas é verdade. O sujeito não precisa ficar preso na gaiola da ilusão.

**“Conhecereis a verdade e a verdade vos libertará.”**

-João 8.32

**“Difícil dizer o que é verdade, mas às vezes é fácil identificar a mentira”**

- Albert Einstein

## A VERDADE

Conforme o indivíduo amplia seu nível de consciência a visão de realidade dele vai aumentando, ampliando e, aquilo que era “verdade”, passa a ser “mentira”. A verdade é evolutiva e cada nível de consciência é um degrau. No fundo todos nós reconhecemos a mentira, porque existe um incômodo nela.

A medicina nos oferece muitos exemplos interessantes, antigamente muitos remédios que eram usados para um determinado fim, hoje são condenados para quaisquer fins. Tudo graças ao processo de evolução do conhecimento. O que eu chamo de **verdades transitórias**.

Para evoluir é preciso coragem de deixar morrer as “antigas verdades”, para nascer as “novas verdades”. Devemos ter consciência de que esse caminho muitas vezes é dolorido, é desafiador, mas depois nos promove a liberdade. Para fazer isso é preciso ser adulto, ser capaz de treinar esse comportamento, para ficar mais fácil enxergar a verdade sempre.

## AULA 5 - EXERCÍCIO INTRAPESSOAL

Agora é sua vez de acessar a verdade, fique atento às suas percepções, esse exercício vai demandar sua atenção.

Reflita sobre algum problema importante que tenha passado com uma pessoa. Lembre-se do que aconteceu com o máximo de detalhes possíveis. Como você se sentiu, pensou e o que fez e/ou queria fazer?

Como você montaria uma constelação utilizando três elementos: você, o outro e o problema?

Desenhe no papel como seria o posicionamento e direcionamento deles. Posicione mais dois elementos nessa constelação: verdade e mentira

Feche sua apostila e não mostre sua constelação para ninguém.

## AULA 5 - EXERCÍCIO SISTêmICO

Esta tarefa deve ser realizada em grupo de seis pessoas. Um será o cliente e os demais os representantes. Você receberá cinco papéis com os seguintes representantes: EU, OUTRO, PROBLEMA, VERDADE, MENTIRA.

O CLIENTE escolherá os representantes para cada elemento da constelação que fez no exercício intrapessoal. Os representantes não saberão seus papéis, para eles será velado. ELES NÃO SABERÃO O QUE ESTÃO REPRESENTADO. SOMENTE O CLIENTE SABERÁ.

No final o Cliente pergunta o que cada participante sentiu durante o trabalho. Se quiser, pode compartilhar o problema que constelou.

Troque o Cliente até todos realizarem o exercício. Se preferir anote suas observações.

## AULA 6 - APLICAÇÃO PROFISSIONAL

O planejamento não diz respeito às decisões futuras, mas às implicações futuras das decisões presentes.

- Peter Drucker

O que você quer que ocorra com você daqui a algum tempo? Sinto lhe dizer que se você não estiver acordado para seu presente, compreendendo sua posição no mundo, consciente de suas limitações e necessidades ou ainda indiferente a sua função e ordem nos sistemas a que pertence, dificilmente poderá planejar seu futuro.

### ONDE PODEMOS APLICAR TODO CONHECIMENTO QUE ESTUDAMOS ATÉ AGORA?

Em todas as áreas do relacionamento humano, tudo que você aprendeu até agora poderá ser utilizado.

“A maior tragédia é não saber o que fazer com a vida. Então, se pergunte agora, para que você vive quais seus projetos de vida?

-(Saramago)

A aplicação desse conhecimento pode ocorrer em três níveis:

1. No nível **Intrapessoal**, é fundamental trabalhar com alguns conceitos como:

- Ser **adulta**, ser criança e ser **infantil**.
- Estar na **máscara, sombra e self**.
- Ter **projetos de vida** (o que é seu e o que não é).
- Quais os seus **referenciais de vida**.
- Trabalhar a **ampliação da consciência sistêmica**.
- Saber identificar quais as suas **qualidades e defeitos**.
- Nível de entendimento das **funções que você** exerce no seu mundo.
- Compreender o seu  **traço de caráter**.
- Fazer suas **escolhas profissionais**.
- Trabalhar com suas potencialidades para **evolução profissional**.
- O quanto você está enxergando e ainda o quanto precisa enxergar.

2. No nível **Interpessoal** a aplicação se dá nos vários tipos de relacionamentos que você tem na vida:

- **Relacionamentos afetivos** com parceiros e filhos.
- **Relacionamentos profissionais** que exerce como: Terapeuta, Coaching, Consultoria, Profissional de Ajuda, Profissionais Autônomos e mesmo como Cliente.
- Nas **negociações** que você participa durante a vida.

3. Já no nível **sistêmico**, você pode utilizar esses conhecimentos de diferentes formas:

- Identificando qual sua **função** e se ela está em ordem ou não.
- Diferenciando sua **função nos diversos sistemas** a que pertence, como família, empresa, equipe, liderança, organizações, mercado, concorrência.
- Para a **prevenção e solução de conflitos**.
- Fazendo um **diagnóstico precoce** para diminuir o desgaste, poupar tempo, dinheiro etc.
- Favorecer nas **interações entre os sistemas**, como família e empresa, família e trabalho, escola e família, escola e educação, professor e escola (pedagogia sistêmicas) empresa e mercado, empresa e produto, etc.

Enfim, trabalhando sob a ótica desse conhecimento é possível estabelecer uma projeção saudável nas relações em todos os níveis.

**Tática é saber o que fazer quando existe algo a ser feito. Estratégia é saber o que fazer quando não há nada a fazer.**

- Savielly Tartakower

## O ELEMENTO BÁSICO DESSE TRABALHO É A INFORMAÇÃO!

A informação é como os ingredientes de uma receita, ela nos traz tudo aquilo que necessitamos. Num dado momento aquele que é capaz de interpretá-la sob à Luz da "verdade" saberá conduzir para um caminho melhor. Para mim a informação é o elemento essencial e sobre ela destaco alguns autores.

**“Só existe opção quando se tem informação...  
Ninguém pode dizer que é livre para tomar o sorvete  
que quiser se conhecer apenas o sabor limão.”**

- Gilberto Dimenstein

**“É um erro terrível teorizar antes  
de termos informações.”**

- Arthur Conan Doyle

**“O modo como você reúne,  
administra e usa a informação  
determina se vencerá ou perderá.”**

- Bill Gates

**“Sabe que sou um competidor, então mesmo  
sendo seu amigo não me dê nenhuma  
informação que queira usar contra você, porque  
sou seu concorrente! E se você me disser algo  
que posso usar nessa competição, eu farei isso!”**

- Bill Gates

**“O conhecimento e a informação  
são os recursos estratégicos para o  
desenvolvimento de qualquer país.  
Os portadores desses recursos são  
as pessoas.”**

- Peter Drucker

**“Conhecimento, sem direcionamento a uma ação  
cada vez mais construtiva, é mera informação, e de  
informação a internet está cheia...”**

- Richard Phillip

## O PODER DAS INFORMAÇÕES

O poder das informações reside na capacidade de identificar se a informação é verdadeira ou falsa.

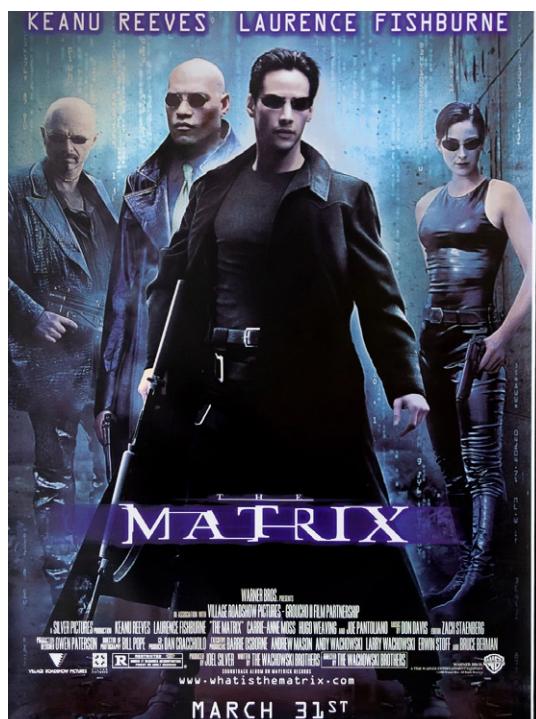
Sob esse tópico importante destacar que é fundamental compreender como as informações chegam até nós. Ter consciência disso nos deixa acessar as verdades e as mentiras.

Fique atento para identificação de armadilhas, obstáculos e oportunidades, assim você será capaz de observar os padrões de funcionamento da comunicação.

Lembre-se que é fundamental reconhecer se aquela informação vem de uma fonte saudável ou doentia. Com sabedoria é possível interagir com os dados recebidos e saber com utilizá-los.

Observe que você diante da informação que recebe (linguagem verbal ou corporal) tem o poder de identificar se são verdadeiras ou falsas.

Se você consegue ter uma visão sistêmica, terá uma ferramenta de trabalho absurdamente grande para saber lidar com as informações que recebe.



Você quer saber que é ela? É o mundo colocado diante de seus olhos para que não veja a verdade. ( Matrix)

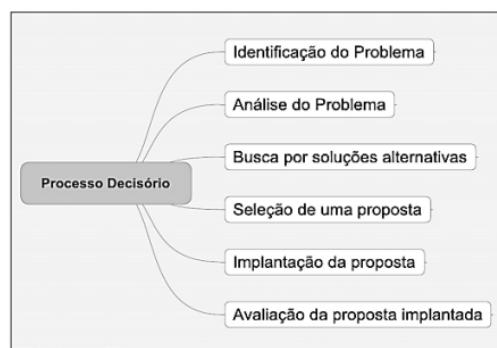
O Campo sistêmico num trabalho de constelação, nos possibilita enxergar o sistema e como ele se manifesta dentro das suas relações (subsistemas). As informações que o sistema nos oferece geralmente são diferentes do que o indivíduo trouxe. Se o constelador tem uma consciência ampliada, poderá captar muitas informações relevantes, identificar como aquele sistema interage e quais as questões que precisam se alinhar no contexto da visão sistêmica. O constelador assim ajuda seu cliente a ampliar sua consciência.

Tenha em mente que a realidade não é nada daquilo que as pessoas acreditam assim, ela surge para nos impor um mundo de mentiras e ilusões, e isso gera infelicidade, doenças e confusões.

## EXEMPLOS DO PODER DAS INFORMAÇÕES

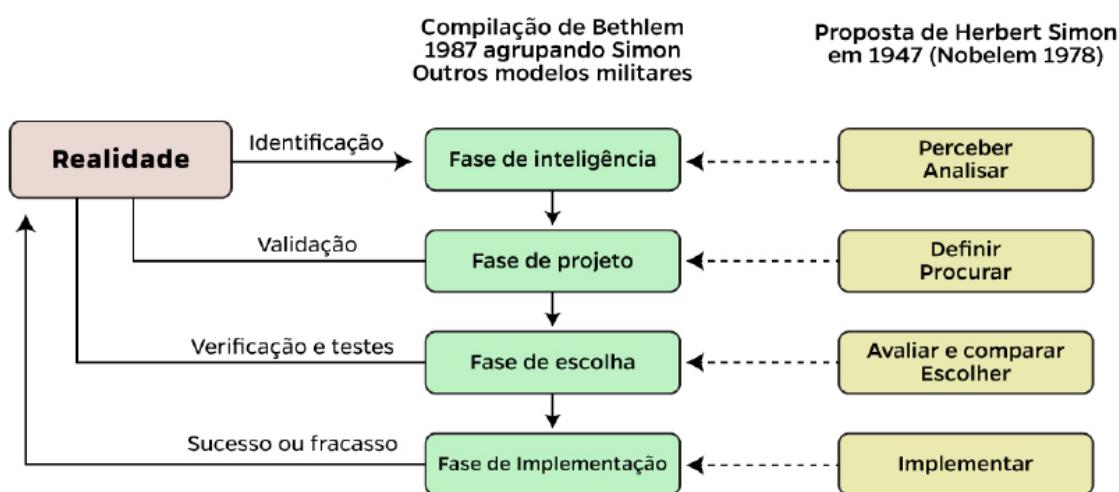
Na administração temos o termo **processo decisório** que é o processo de escolher o caminho mais adequado à empresa, em uma determinada circunstância. Neste sentido é fundamental que a informação seja coerente e verdadeira. Então, o processo decisório conta com algumas etapas:

### MODELO 1 DE PROCESSO DECISÓRIO



1. Identificação do problema
2. Análise do problema – saber a origem, a que o problema está ligado sistematicamente
3. Busca por soluções alternativas
4. Seleção de uma proposta (sabedoria)
5. Implantação da proposta (ação)
6. Avaliação a proposta implantada.

### MODELO 2 DE PROCESSO DECISÓRIO



Dentro desses modelos de processos decisórios, através da análise da realidade é possível relacionar todo os conteúdo que estamos estudando até agora.

## COMO PODEMOS TRABALHAR COM A CONSCIÊNCIA SISTêmICA?

Como já estamos na metade do curso, destaco aqui 10 ferramentas básicas de trabalho, que precisam ser praticados e que irão te ajudar a fazer um **diagnóstico rápido e preciso para orientar um tratamento eficiente.**

**1 – Ampliação da consciência sistêmica** – identificação e mudança dos **referenciais** de forma contínua.

2 – Identificação do que é **saudável** e do que é **doentio**.

3 – Identificar e reconhecer o **pensar ,sentir e agir**.

4 – Aplicação da **fórmula da realidade**.

**5 – Aprender a fazer perguntas** – Reconhecer o valor das perguntas:

- Ampliar a consciência.

- Fazer diagnóstico.

- Elaboração do plano de ação.

**6 – Leitura da linguagem corporal**.

**7 – Triângulo dramático (TD) e triangulo da realização (TR)** – identificação dos problemas e busca por soluções, além de identificar as armadilhas do triângulo dramático que podem ser evitadas.

**8- Comunicação** – identificar como ela é importante e quais são seus elementos.

**9 – Máscara, Sombra e Self** – Reconhecer de onde vem a fala da pessoa, o que ela esconde, o que ela mostra e porque ela faz isso.

**10 – Técnicas de Intervenção Sistêmica** – exercícios que estamos realizando durante o curso.

Há pessoas que choram por saber que as rosas têm espinhos. Há pessoas que sorriem por saber que os espinhos têm rosas!

- Machado de Assis

Chegamos ao fim do quarto módulo e creio que você já tenha percebido que a quantidade de informação trabalhada foi extensa o que para mim representa o meu cuidado para com sua aprendizagem. Isso porque meu propósito nesse curso é oferecer condições de você exercer plenamente a função de terapeuta sistêmico. Tudo que ensinei até agora irá certamente favorecer ganhos como:

**Tempo**

**Dinheiro**

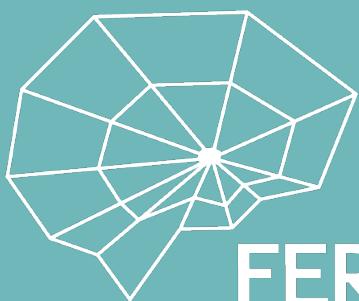
**Diferencial de mercado**

**Ganhos individuais quanto a sua própria evolução**

**Ampliação do nível dos seus relacionamentos**

**Nova abordagem nos seus sistemas**

Com esta apostila em mãos sugiro que reveja o conteúdo e exerce mais, além de procurar outras fonte de informação e aulas extras, artigos que sempre disponibilizo para meus alunos no meu site e nas redes sociais. Lembre-se agora você faz parte do IBRACS e ser um estudante nosso é sinônimo de uma formação de qualidade.



**FERNANDO  
FREITAS**

CONSCIÊNCIA SISTêmICA

**iASC**  
INTERNATIONAL ACADEMY  
OF SYSTEMIC CONSCIOUSNESS

**iBRACS**  
INSTITUTO BRASILEIRO DE  
CONSCIÊNCIA SISTêmICA

É proibida reprodução deste conteúdo sem autorização  
prévia.

Todos os direitos reservados à:  
Editora IBRACS

Av Áurea Apparecida Braghetto Machado, 650 – City Ribeirão  
CEP 14021-460 – Ribeirão Preto – SP  
Tel: (16) 36359663, (16) 981171841