

CIÊNCIA COM EVIDÊNCIA

PARECER OPP

# *Constelações Familiares*

**Parecer OPP - Constelações Familiares**, publicado pela Ordem dos Psicólogos Portugueses.

A informação que consta deste documento, elaborado em Maio de 2023, e na qual se baseia foi obtida a partir de fontes que os autores consideram fiáveis. Esta publicação ou partes dela podem ser reproduzidas, copiadas ou transmitidas com fins não comerciais, desde que o trabalho seja adequadamente citado, conforme indicado abaixo.

**Sugestão de citação:** Ordem dos Psicólogos Portugueses (2023). Parecer OPP - Constelações Familiares. Lisboa.

**Para mais esclarecimentos contacte Ciência e Prática Psicológicas:**  
andresa.oliveira@ordemdospsicologos.pt

Ordem dos Psicólogos Portugueses Av. Fontes Pereira de Melo 19 D 1050-116 Lisboa T: +351 213 400 250  
www.ordemdospsicologos.pt

## Parecer OPP

### Constelações Familiares

Cabe à Ordem dos Psicólogos Portugueses, de acordo com o art.º 3º, alíneas a), b) e c) da Lei nº 57/2008, de 4 de Setembro, a defesa dos interesses gerais dos utentes, a representação e a defesa dos interesses gerais da profissão de Psicologia e a regulação do acesso e do exercício da mesma.

Nesse sentido, consideramos pertinente esclarecer alguns factos relativamente às **Constelações Familiares**, ainda que se considere, porque resulta claro da inexistência de informação e, particularmente, de evidência científica, que **as Constelações Familiares não constituem um modelo terapêutico reconhecido pela Ciência Psicológicas**

As Constelações Familiares são descritas como uma abordagem fenomenológica desenvolvida pelo Filósofo alemão Bert Hellinger e que integram elementos de dramatização de experiências intra e interpessoais que se encontram no Psicodrama (Moreno, 1948) e na Terapia de Escultura Familiar (do inglês, *Family Sculpture*; Satir, Bitter & Krestensen, 1988) Numa sessão, usualmente de grupo, um/a cliente apresenta um tema e o/a facilitador/a de Constelações Familiares solicita informações factuais sobre a sua família. De seguida, o/a cliente escolhe, entre outros membros do grupo, alguns para representar elementos da sua família ou ele/a mesmo/a. Guiado pelas reacções desses representantes, o/a facilitador conduz os/as representantes até uma solução que melhore a relação com familiares ou com outras pessoas de outros grupos sociais

No entanto, **não existem modelos explicativos, sustentados por evidências, que permitam compreender exactamente como funcionam estas “constelações familiares”, ou como se avalia a sua eficácia.**

Numa revisão de literatura recente, Thege e colegas (2021) concluem que a evidência existente sobre a eficácia de intervenções de Constelação Familiares em pessoas que vivem com dificuldades psicológicas ou de Saúde mental é fraca. Alguns estudos incluídos nesta revisão demonstram que estas intervenções podem aliviar moderadamente sintomas em pessoas com dificuldades de Saúde mental, no entanto, a falta de rigor metodológico destes estudos, a maioria sem condições de randomização e controlo, e os curtos períodos de follow-up não permitem assegurar que as Constelações Familiares constituem uma prática efectiva e de qualidade em contextos clínicos (Thege et al., 2021).

Desta forma, **as Constelações Familiares não apresentam enquadramento científico, teórico ou académico, nem socioprofissional.** Não havendo referência a formação idónea na área, nem qualquer tipo de regulamentação profissional.

Pelo contrário, a **Psicologia é uma ciência**, logo, corresponde a um corpo sistematizado de conhecimentos objectivos e baseados na realidade empírica, obtidos através das leis e do rigor que regem o **método científico**. Com base nesses conhecimentos científicos, e através da intervenção psicológica e da **Psicoterapia** (ou **Terapia**), os Psicólogos e Psicólogas utilizam diferentes abordagens que estão associadas às principais **perspectivas teóricas da ciência psicológica** e aplicam procedimentos e técnicas baseadas na investigação e evidência científicas (Gleitman, Fridlund & Reisberg, 2008).

A Psicologia é, concretamente, a ciência que estuda a mente e o comportamento humanos. A **prática profissional da Psicologia** consiste no desenvolvimento e aplicação de princípios psicológicos, conhecimentos, modelos e métodos, de uma forma **ética e científica**, no sentido da prevenção da doença, intervenção e promoção do desenvolvimento, saúde e bem-estar das pessoas, grupos, organizações e sociedade, não só, mas também através da **Psicoterapia**.

A **Psicoterapia** é um método **baseado nas evidências científicas das ciências psicológicas**. Tal como outras intervenções psicológicas, **os métodos psicoterapêuticos são alvo de constante estudo científico**, os seus resultados e práticas derivam por isso da implementação de protocolos de avaliação de qualidade, da recolha sistemática de dados, da formulação e (re)teste de hipóteses e de ensaios clínicos randomizados.

No caso de modelos ou técnicas terapêuticas ainda em fase experimental, é imperativo que exista uma referência explícita a esse facto em todos os locais e formas de divulgação do modelo/técnica terapêuticos, tornando claro a todos/as os/as possíveis destinatários/as que não se encontram sustentadas por evidências científicas, assim são necessários cuidados éticos redobrados na obtenção do Consentimento Informado. Será ainda pertinente a demonstração do processo de validação científica do modelo/técnica terapêuticos, assim como da avaliação da eficácia das intervenções associadas.

Os Psicólogos e Psicólogas aplicam procedimentos e técnicas baseadas na **investigação e evidência científicas**, que garantem a sua **segurança e eficácia**. Para além da sua actividade profissional ser sempre suportada por investigação científica válida, é-o ainda pelo cumprimento de um **Código Deontológico**, que promove um conjunto de princípios éticos fundamentais e assegura a prestação de **serviços de qualidade**.

Os Psicólogos e Psicólogas têm um perfil de competências profissionais próprio que lhes permite realizar actos profissionais específicos – actos do/a Psicólogo/a – tais como, a avaliação e intervenção psicológica, incluindo a psicoterapia, segundo diferentes modelos teóricos com métodos e técnicas cientificamente validadas. Ressalve-se que a Psicoterapia pode ser igualmente praticada por outros profissionais de Saúde (nomeadamente, Médicos e Psiquiatras) que tenham a devida formação em Psicoterapia.

A actividade profissional de Psicólogos é regulamentada pela **Ordem dos Psicólogos Portugueses** (Lei nº 57/2008, de 4 de Setembro, com a redacção dada pela Lei nº 138/2015, de 7 de Setembro), entidade onde é obrigatório estarem inscritos e respectivo **Conselho Jurisdicional**, que zela pela protecção dos utentes combatendo as más práticas em Psicologia. Os Psicólogos (assim como os estabelecimentos onde exercem a sua actividade) são ainda regulados pela **Entidade Reguladora da Saúde** (ERS).

**A prática da Psicoterapia, tal como a prática psicológica é regulamentada e regulada pela OPP**, no caso dos/as Psicoterapeutas serem Psicólogos/as (tal como o é pela Ordem dos Médicos, caso os Psicoterapeutas sejam Psiquiatras). As pessoas que se intitulam Psicólogas/os e praticam Psicologia/Psicoterapia têm de, segundo a Lei, estar registadas na OPP como Membros Efectivos. Os Membros Efectivos precisam de ter um mínimo de 5 anos de formação

universitária e 1 ano de experiência profissional supervisionada, além de se comprometerem com a realização de formação contínua, no sentido de manterem os seus conhecimentos e competências actualizados.

Os Psicólogos e Psicólogas podem ainda candidatar-se à Especialidade Avançada em Psicoterapia. Um Psicólogo Especialista, para além da formação geral em Ciência Psicológica, é um/a profissional com formação e experiência, especializadas, em determinada área da Psicologia. Para além do mínimo de 5 anos de formação académica e de 1 ano de experiência profissional, tem também, pelo menos mais 4 anos de prática profissional numa área específica da Psicologia, acompanhados de formação específica supervisão e outras actividades relevantes (tais como comunicações em eventos científicos, publicações em revistas científicas e orientações de estágios).

Especificamente, os/as Psicólogos/as Especialistas em Psicoterapia deverão apresentar uma formação concluída numa das Associações ou Sociedades de Psicoterapia com protocolo com a OPP. Foram estabelecidos protocolos com as Associações ou Sociedades, cujas formações estão de acordo com os critérios definidos pela Federação Europeia de Associações de Psicologia, que seguem modelos teórico-clínicos globais e cientificamente reconhecidos de Psicoterapia, os quais, independentemente das suas especificidades, possibilitam a intervenção em diferentes situações e problemáticas. A formação em Psicoterapia, para além de cumprir requisitos científicos e ético-deontológicos, implica a realização de 400 horas de formação teórico-clínica; 150 horas de supervisão de casos de Psicoterapia; e 100 horas de Terapia pessoal ou desenvolvimento pessoal. Deste modo, os/as Psicólogos/as Especialistas em Psicoterapia têm formação, treino e experiência profissional acrescidas na área do comportamento humano. Estes/as realizam acções de avaliação da Saúde Psicológica, diagnóstico, tratamento e mudança comportamental, trabalhando em conjunto com os/as clientes no sentido de compreenderem e alterarem os seus pensamentos, sentimentos e atitudes, para desenvolver padrões de comportamento mais adaptados, saudáveis e eficazes.

Por último, reforça-se que **a Ciência Psicológica não reconhece, utiliza ou recorre às Constelações Familiares**. No seu trabalho e nos diversos contextos da sua actuação, os Psicólogos e Psicólogas utilizam apenas abordagens, procedimentos e técnicas baseadas na investigação e evidência científica, sublinhe-se, **utilizam apenas abordagens psicoterapêuticas baseadas em sólidas evidências científicas**. A prática da Psicologia e a prestação de serviços psicológicos que não cumpram estes princípios ou que sejam prestados por profissionais não qualificados colocam uma **ameaça à saúde pública**, assim como ao bem-estar da população.

**Referências Bibliográficas**

Gleitman, H.; Fridlund, A. J.; & Reisberg, D. (2008). *Psicologia* (7.ª edição). Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian.

Moreno, J. L. (1946). *Psychodrama, first volume*. New York: Beacon House.

Satir, V., Bitter, J. R., & Krestensen, K. K. (1988). Family reconstruction: The family within – A group experience. *Journal for Specialists in Group Work*, 13(4), 200 – 208.

Thege, B. K., Petroll, C., Rivas, C., & Scholtens, S. (2021). The effectiveness of family constellation therapy in improving mental health: a systematic review. *Family Process*, 60(1), 1-15. doi:10.1111/famp.12636.



ORDEM  
DOS  
PSICÓLOGOS

[www.ordemdospsicologos.pt](http://www.ordemdospsicologos.pt)  
[www.recursos.ordemdospsicologos.pt/repositorio](http://www.recursos.ordemdospsicologos.pt/repositorio)  
[www.eusinto.me](http://www.eusinto.me)