

Guía de aprendizaje · Dibujar el mapa familiar

Propósito

Practicar una lectura inicial de una configuración familiar: describir posiciones, distancias y miradas; tener presentes pertenencia y orden; sostener patrones posibles como hipótesis; y acompañar a la persona sin imponer el significado del mapa.

Antes de empezar

Practica con un ejemplo ficticio o una situación de baja intensidad. No uses este ejercicio para explorar trauma, violencia o pérdida reciente. Si aparece malestar intenso, para y busca apoyo profesional o supervisión.

Recorrido de práctica

- 1. Delimita y representa. Escribe el tema en una frase y usa figuras neutrales para los elementos necesarios.
- 2. Describe antes de interpretar. Registra ubicación, distancia y miradas; separa el dato visible de la hipótesis.
- 3. Pregunta por el contexto. Anota qué información sobre vínculos, pertenencia u orden falta y qué pregunta abierta podría aclararla.
- 4. Formula una posibilidad revisable. Escribe qué observación apoyaría tu hipótesis y cuál te haría cambiarla.
- 5. Devuelve el sentido a la persona. Pregunta qué nota y respeta si no desea mover una figura, nombrarla o continuar.
- 6. Cierra con orientación. Comprueba cómo está, vuelve al presente y acuerda si desea parar o continuar después.

Preguntas para llevar al vídeo

- ¿Qué cambia cuando describes la distancia y la mirada antes de explicarlas?
- ¿Qué observación te haría revisar una hipótesis?
- ¿Qué señales indican que conviene pausar?

Nota de cuidado

Este recurso enseña conceptos expuestos en una clase; no es una herramienta diagnóstica ni sustituye terapia, supervisión o atención especializada. Una configuración no demuestra por sí misma causas o destinos familiares.