

Guía de aprendizaje · Ejemplos de falsos dobles

Propósito

Practicar una lectura del árbol familiar que convierta las coincidencias en preguntas, diferencie una observación de una interpretación y devuelva la atención a la relación presente.

Recorrido

- 1. Aclara el lenguaje. Explica con frases sencillas y comprueba qué entendió la persona.
- 2. Registra el dato. Anota la coincidencia de fechas o nombres sin presentarla como una explicación.
- 3. Abre una pregunta. Explora qué significado le da la persona y qué información falta para contrastarlo.
- 4. Revisa proyecciones. Distingue lo que se atribuye a una figura del árbol de lo que ocurre hoy en la relación.
- 5. Cuida el movimiento. Si se ensaya una posición con figuras, acuerda el paso, observa la respuesta y detente si no resulta seguro o pertinente.
- 6. Cierra en el presente. Identifica una decisión o acción que dependa de la persona, no de una etiqueta.

Práctica breve · 15 minutos

- 3 min: escribe un dato observable y una interpretación posible.
- 4 min: redacta dos preguntas abiertas para contrastar esa interpretación.
- 5 min: ensaya cómo devolverías la atención a la relación actual sin invalidar la historia familiar.
- 3 min: revisa si tu formulación evita una etiqueta, una certeza o una promesa.

Evidencia

La práctica está lograda cuando puedes explicar qué observaste, qué estás suponiendo, qué pregunta harás y qué límite te haría detenerte.

Nota de cuidado

«Doble», «yacente» y «falso yacente» son términos utilizados en el marco de esta clase. No son aquí diagnósticos ni pruebas de causalidad. No atribuyas adicciones, identidad sexual, enfermedad o conductas a fechas del árbol. Ante cuestiones de salud, busca evaluación profesional cualificada.