

Guía de aprendizaje · Incestos geográficos

Propósito

Explorar cómo una casa, una ciudad o un territorio de origen puede relacionarse con la historia familiar, distinguiendo los datos observables de las interpretaciones y cuidando la autonomía personal.

Idea central de la sesión

La ponente utiliza «incesto geográfico» dentro de su marco sistémico para pensar una permanencia rígida cerca de la familia de origen. Sugiere observar qué significado y qué beneficio subjetivo tiene ese lugar y cómo se relaciona con los límites y proyectos actuales.

Este término no es una categoría diagnóstica. Vivir cerca de la familia, recibir una herencia, no tener hijos o atravesar dificultades económicas o de salud no demuestra una dinámica ni una causa. Las coincidencias de fechas, nombres o lugares pueden motivar preguntas; no prueban una explicación.

Recorrido para estudiar el tema

- 1. Describe el contexto. Anota dónde vive la persona, qué relación tiene con la vivienda o el territorio y qué decisiones están realmente sobre la mesa.
- 2. Separa los datos de las hipótesis. Registra nombres, fechas o patrones que quieras comprobar. Mantén también abierta la posibilidad de que sean coincidencias.
- 3. Pregunta por el significado actual. ¿Qué aporta el lugar? ¿Qué necesidad cubre? ¿Qué límites, deseos o condiciones materiales aparecen?
- 4. Explora diferenciación con respeto. Piensa cómo se puede preservar el afecto y, a la vez, cuidar privacidad, tiempo, proyectos y decisiones propias.
- 5. Elige un paso pequeño y revisable. Puede ser observar una visita, acordar un límite, pedir información o planificar una conversación. Mudarse no es un requisito.

Práctica opcional · 10 minutos

- Escribe tres hechos observables sobre tu relación con el lugar de origen.
- Al lado, separa lo que interpretas de lo que sabes.
- Anota qué te aporta ese lugar y qué coste o límite te gustaría atender.
- Formula una pregunta que te ayude a comprender tu necesidad actual.
- Elige una acción segura que puedas revisar más adelante. También puedes decidir que hoy no harás cambios.

Cuidado y límites

Esta actividad es educativa y reflexiva, no diagnóstica. No se debe utilizar para explicar una enfermedad, una situación económica, una decisión reproductiva o un conflicto familiar, ni para culpar a alguien. Las decisiones sobre residencia, propiedades o herencias requieren información práctica pertinente; una lectura simbólica no sustituye asesoramiento jurídico, financiero, sanitario o terapéutico. Si aparece una situación actual de abuso o riesgo, prioriza la protección y el apoyo profesional adecuado. Puedes detener la práctica o pasar cualquier pregunta.