

Resumen · Práctica guiada del genograma

La práctica utiliza el árbol familiar para organizar historias y relaciones alrededor de una pregunta. La observación vivencial puede acompañar la reflexión, pero no verifica hechos; la participación y el grado de detalle se eligen con respeto y autonomía.

El árbol reúne historias y vínculos

La sesión recuerda que el árbol familiar representa vivencias y relaciones, además de nombres y fechas. Ordenar esta información puede cambiar la pregunta que se formula sobre la historia familiar.

El esquema es selectivo; no necesita contener cada acontecimiento ni reconstruir toda la vida de otras personas.

Aplicar la herramienta con una leyenda

La práctica retoma el genograma para organizar integrantes, generaciones y vínculos. Una leyenda sencilla permite entender qué marca corresponde a cada elemento.

El propósito determina qué conviene dibujar. Se puede trabajar con los datos disponibles y dejar explícito aquello que se desconoce.

Acotar el alcance de la representación

La sesión recuerda que el genograma no convierte a quien lo construye en historiador de la familia. Sirve para ordenar una exploración con límites claros.

No es necesario completar vacíos ni buscar información íntima para que la herramienta resulte útil. La pregunta puede mantenerse abierta si los datos no están disponibles.

Leer jerarquías y recurrencias con delicadeza

La práctica usa el lugar de las personas y los órdenes familiares como un marco para observar relaciones y formular preguntas.

Una disposición gráfica no demuestra una causa. Conviene diferenciar lo observado de la explicación propuesta.

Explorar la experiencia de forma opcional

La sesión propone una práctica espacial para notar la experiencia propia. Participar es opcional: también se puede observar desde fuera, adaptar el ejercicio o detenerlo.

Una sensación puede registrarse como vivencia de este momento; no verifica acontecimientos ni destinos de otras personas.

Integrar y volver al presente

El cierre invita a avanzar con la información disponible y a no indagar más de lo necesario. El siguiente paso puede ser pequeño y elegido desde el presente.

La privacidad y la autonomía guían la práctica: cada persona decide qué compartir, qué dejar fuera y cuándo terminar.