



- ◆ Trabajo realizado por la Biblioteca Digital de la Universidad CEU-San Pablo
- ◆ Me comprometo a utilizar esta copia privada sin finalidad lucrativa, para fines de investigación y docencia, de acuerdo con el art. 37 de la M.T.R.L.P.I. (Modificación del Texto Refundido de la Ley de Propiedad Intelectual del 7 julio del 2006)

# Una foto de familia

Una de las mejores formas que tiene el profesional que trabaja en la atención personal y familiar de conocer a su paciente es hacerlo a través de su sistema familiar, pues en éste se encuentra la explicación de muchas de las cosas que le resultan difíciles de comprender. Aquello que le atrae o rechaza, lo que le da identidad o sentido a su vida, lo que le inquieta o enferma; la razón del porqué vuelve a repetir los mismos guiones de sus padres o abuelos y, en definitiva, descubrir aquello que prevalece en su alma detrás de lo que su conciencia es capaz de alcanzar y dar razón de lo que sucede en su vida.

El instrumento más usado para ayudar a conocer a nuestra familia es sin duda el *Genograma*, el cual se ha desarrollado a partir de la labor del Dr. Murray Bowen y consiste en una representación gráfica del árbol genealógico familiar que abarca, por lo menos, tres generaciones con toda la información significativa sobre sus miembros. Su estructura en forma de árbol proporciona una imagen fácilmente comprensible de las complejas relaciones familiares, y es una rica fuente de hipótesis sobre cómo un problema clínico puede estar relacionado con el contexto familiar y su evolución a través del tiempo.

Proporciona una visión clara del contexto en que se encuentra el protagonista, tanto en su familia actual como en su familia de origen.

Estos dos niveles: *intrageneracional* y *transgeneracional*, muestran cómo las familias se repiten a sí mismas. Lo que sucede en una generación a menudo se repetirá en la siguiente, es decir, las mismas cuestiones tienden a aparecer de generación en generación, a pesar de que la conducta pueda tomar una variedad de formas.

Es necesario ayudar al paciente a colocarse dentro de su árbol genealógico para que comprenda que éste no es pasado solamente, sino que se encuentra muy vivo y presente en su interior. Se suele hablar de problemas individuales pero pocas veces esta expresión tiene sentido exclusivo, pues toda la familia está siempre en juego. Sea por la herencia genética o la herencia anímica, cuando se considera al paciente sin tener en cuenta a su sistema familiar, se está obviando quizás la parte más importante que puede dar razón y esconder la clave para resolver sus problemas.

## **Cómo construir un Genograma**

Los genogramas muestran esencialmente tres elementos de gran valor para el diagnóstico:

*La estructura de la familia*, la cual consta de todos los miembros que forman parte del sistema (tres generaciones como mínimo), ubicados en el lugar que les corresponde dentro de su generación siguiendo el orden cronológico, biológico y legal. La representación es un diagrama (elementos y relaciones) que toma la forma de cono invertido donde los miembros de las generaciones más antiguas se encuentran en la parte superior y los más jóvenes en la parte inferior.

*Las relaciones entre los miembros de la familia* son descritas por sus componentes tal como han sido experimentadas, por el conocimiento que tiene el paciente sobre ellas o por las observaciones directas que el terapeuta realiza en su anamnesis. Pueden considerarse seis categorías diferentes: *muy estrecha, muy estrecha pero conflictiva, cercana, conflictiva, distante y ruptura*.

*Los sucesos significativos* complementan la información necesaria para poder interpretar, construir hipótesis o sacar conclusiones respecto a los problemas que se tratan. Es importante señalar las fechas o edades de los afectados cuando ocurren los sucesos. Una relación orientativa sería

la siguiente: nacimientos y muertes (sobre todo las muertes prematuras); abortos naturales y provocados; huérfanos, enfermedades graves, discapacidades, suicidios o intentos; crímenes, accidentes y sucesos trágicos; divorcios y parejas anteriores; exclusiones de la familia, rechazos, internamientos, desapariciones, adopciones, violaciones e injusticias graves; estafas, niños ilegítimos, padres de nacionalidades diferentes, emigrantes, relaciones trastocadas, conductas disfuncionales o situaciones que se repiten en generaciones anteriores.

### ***Símbolos gráficos para la representación***

Cada miembro de la familia se representa como un cuadrado o círculo dependiendo de su género.



La persona clave (paciente) alrededor de quien se construye el genograma se identifica con una línea doble:



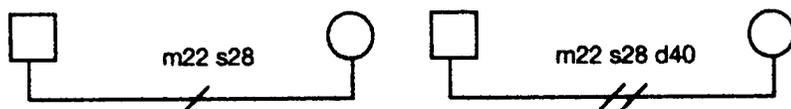
Para una persona muerta, se pone una X dentro de la figura, indicando la edad de fallecimiento.



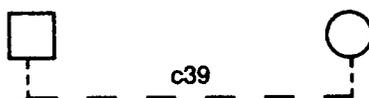
Dos personas que están casadas están conectadas por una línea que baja y cruza, con el esposo a la izquierda y la esposa a la derecha. Una letra "m" seguida por una fecha indica cuando la pareja se casó.



La línea que los une también es el lugar donde las separaciones y divorcios se indican. Las líneas oblicuas significan una interrupción en el matrimonio: una diagonal para separación y dos para un divorcio.



Las parejas no casadas se señalan igual que las casadas, pero con una línea de segmentos. La fecha importante aquí es cuando empezaron a vivir juntos.



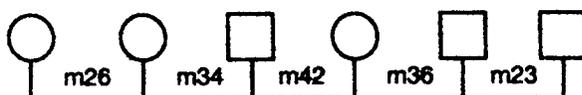
Cuando un hombre se ha casado varias veces, sus mujeres anteriores se colocan a la izquierda, con la más reciente al lado de él, mientras que su mujer actual se coloca a la derecha.



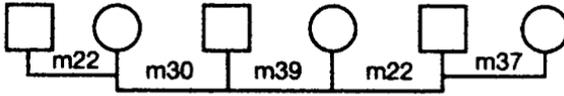
Cuando una mujer se ha casado varias veces, sus anteriores maridos se colocan a la derecha, con el más reciente al lado de ella. Su marido actual se sitúa a la izquierda.



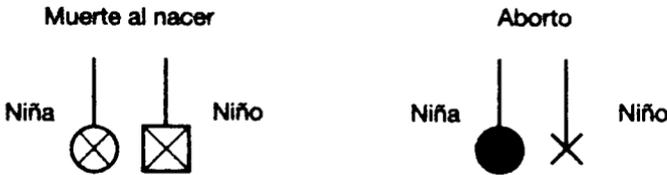
Cuando se casan un hombre y una mujer que han estado casados por su parte varias veces, las cosas se complican bastante. La solución más frecuente consiste en colocar la relación más reciente en el centro y a todos los cónyuges respectivos a los lados.



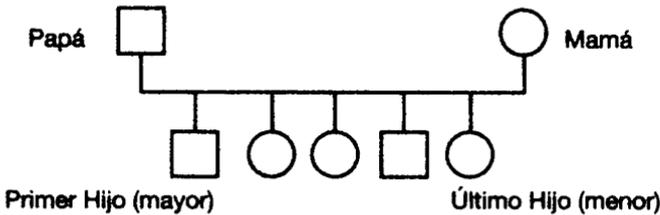
En el caso de que interese reflejar las uniones de los cónyuges anteriores se puede distinguir de la siguiente forma:



Símbolos para pérdidas de hijos, abortos y muertes al nacer:

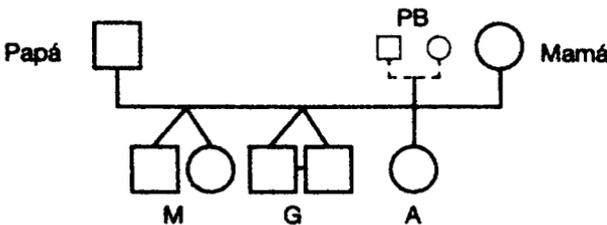


Si una pareja tiene hijos, ellos cuelgan de la línea que conecta a la pareja; los hijos se dibujan de izquierda a derecha, comenzando con el mayor hasta llegar al menor.



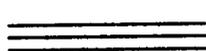
Otros tipos de hijo o hija también pueden aparecer así:

- M = Mellizos
- G = Gemelos
- A = Adoptado
- PB = Padres biológicos



Las relaciones entre los miembros se simbolizan como sigue:

Relaciones interpersonales



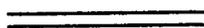
Muy estrecha



Muy estrecha  
pero conflictiva



Conflictiva



cercana

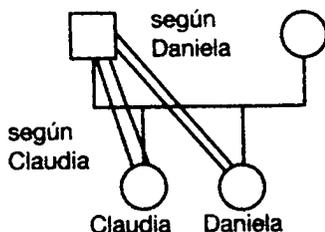


Ruptura

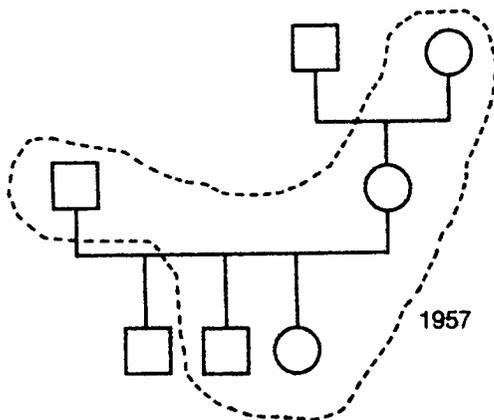


distante

Al señalar las relaciones entre dos miembros puede ocurrir el efecto Rashomon (diferentes perspectivas de un hecho). En el ejemplo, dos hijas compiten por el afecto de su padre; se anotan ambas perspectivas:



Los núcleos de convivencia también deben señalarse.



Pueden usarse distintos tamaños para dar énfasis a algunas personas sobre otras en el genograma.

En cuanto a las informaciones significativas, al lado de cada miembro del sistema debe anotarse la información que correspondiese como las fechas y otros detalles; en el caso de que el espacio no permita reseñar los hechos significativos, se pondrá un indicador (1, a) que traslade la información a otro espacio más adecuado.

## **Interpretación del genograma**

Después de construido el genograma, podremos realizar un análisis siguiendo algunas pautas generales que nos ayudarán a descubrir la información implícita que contiene. El punto de partida debe ser la *familia actual* del paciente observando su composición y funcionalidad. Seguidamente, nos interesa analizar las *familias de origen* de cada uno de los cónyuges. Luego pondremos especial atención a los *sucesos significativos* que han ocurrido para observar o deducir sus consecuencias. Asimismo, nos interesa detectar las *pautas que se repiten*. Y, por último, descubrir el *flujo de tensión* existente en la familia y relacionado con el problema que se quiere tratar.

### **Familia actual**

Cada modelo de familia, dependiendo de su estructura, determinará por sí misma una funcionalidad. En una familia convencional con tres hijos de corta edad, posiblemente la madre no trabaje fuera de casa; en cambio, en una familia monoparental con un hijo, lo más seguro es que tenga que hacerlo. Esto significará que el tiempo que interactúa cada madre con sus hijos es muy diferente.

Más adelante, en el capítulo dedicado al *sistema familiar* veremos distintos modelos de familias con sus particularidades, las cuales es necesario considerar a la hora realizar un análisis funcional.

Otro aspecto que tiene que ver con la funcionalidad viene dado por el desempeño real de los diferentes roles. En una familia extendida

puede darse el caso de que una abuela desempeñe el rol de madre con sus nietos. Esto significará que los niños no establecerán correctamente el apego con su madre, ocasionándoles carencias importantes que más tarde pueden manifestarse en distintos problemas.

Dentro de la estructura, el lugar que cada hijo ocupa determina una posición emocional que influirá en su desarrollo personal. A menudo, los hijos mayores sienten que son especiales y, a veces, caen sobre ellos responsabilidades que no les corresponden. Por ejemplo, del hijo mayor pueden esperarse grandes cosas, mientras que al menor quizá se le trate como al “bebé” de la familia acostumbándose a que otros se ocupen de él. En cambio, el hijo del medio, a menos que él o ella sea el único varón o la única mujer, debe luchar para obtener un rol en la familia.

### ***Familias de origen***

De la misma manera que se estudia la familia actual debe hacerse con las dos familias de origen, puesto que sus estructuras y funcionalidad repercuten en la familia actual. Es muy frecuente encontrar esposas que se quejan de sus maridos porque no tienen ninguna responsabilidad ni habilidad en las tareas domésticas, o esposas que esperan que su marido les haga de padre.

Uno de los factores fundamentales que debe estar bien resuelto entre la familia de origen y la actual es la independencia. Muchas tensiones en la pareja se generan a causa de la dependencia que uno de los cónyuges sigue manteniendo con alguno de sus progenitores. Si un marido depende mucho de su madre, la esposa sentirá a ésta como su rival.

### ***Sucesos significativos***

Este es uno de los aspectos más importantes a la hora de realizar el análisis que nos mostrará la conveniencia de tratar el asunto con TCF. Como se verá más adelante, todos aquellos hechos que ocurren dentro del sistema familiar que producen un impacto importante en sus miembros, o que son consecuencia de la transgresión de los principios sistémicos, tienen necesariamente una trascendencia sobre las siguientes generaciones.

Más arriba hemos enumerado una serie de hechos que son significativos en el funcionamiento y equilibrio de las familias, tales como muertes prematuras, separaciones de los padres o accidentes graves. Una muerte de un hijo de corta edad suele hacer reaccionar a la madre de dos formas diferentes: La primera es quedándose apegada al hijo que se ha ido y dejando de “ver” a los demás hijos. El flujo de amor que alcanzaba a todos los hijos se interrumpe y los que quedan sienten una gran soledad. La segunda manera de reaccionar es tratar de superar el dolor mirando hacia otra parte y negándose a “ver” al hijo que se ha ido. Esta reacción de la madre se convierte en una exclusión del sistema familiar para el hijo. En este caso vuelven a abrirse dos alternativas: uno de los hermanos viene a ocupar el lugar de la madre apegándose al que se ha ido (lo cual le impedirá vivir su vida), o la Conciencia Familiar (más adelante hablaremos de este concepto) reivindicará el reconocimiento del que ha sido excluido a través de una “implicación” sobre un descendiente. De esta manera, se van encadenando hechos y reacciones que afectan y trascienden a los miembros de distintas generaciones.

Por todo ello, es de suma importancia conocer y disponer de esta información significativa.

### ***Repetición de pautas***

Dado que las pautas familiares pueden transmitirse de generación en generación, es necesario poner especial atención en detectarlas. A menudo, el problema que presenta la familia habrá ocurrido en generaciones previas. Unas veces de forma calcada: la abuela, la madre y la hija se han casado con hombres alcohólicos. Otras veces de forma proyectada: el conflicto que una hija tiene con su madre, ésta también lo ha tenido con la abuela. Hay pautas que toman una secuencia cíclica, ocurriendo el mismo hecho en generaciones intercaladas: bisabuela dominante, abuela sumisa, madre dominante e hija sumisa.

### ***El flujo de ansiedad***

Es necesario llegar a identificar el *flujo de tensión*, el cual se da tanto en la dimensión *transgeneracional* (tg) como *intrageneracional* (itg).

El flujo de tensión tg deriva de pautas de relación y funcionamiento que se transmiten de una generación a otra, principalmente de padres a hijos. El flujo de tensión itg surge del tipo de relaciones que en la actualidad existen en la familia como consecuencia de las situaciones que debe atravesar. Con niveles de tensión suficiente, cualquier familia puede experimentar disfunciones y, si a éstas se añaden las tensiones heredadas por la transmisión tg, suelen crearse nuevos problemas que pueden repercutir de manera significativa en el sistema.

Una mujer exponía muchas quejas respecto a su marido. El marido, por su parte, se sentía complacido con ella y, aunque deseaba agradarla, lo conseguía pocas veces. Las quejas de la esposa no eran por cosas importantes, pero ella hacía énfasis en que le afectaban de tal manera que no podía controlar sus reacciones (tensión itg).

Al construir el genograma pudo comprobarse cómo la relación de esta mujer con su padre fue bastante tormentosa (tensión tg) al ser un hombre exigente y poco empático. Las cuestiones no resueltas en la relación padre-hija afectaban de modo directo a la relación esposo-esposa.

## **Análisis de un caso**

Una mujer de 32 años de edad (C) acudió a la consulta psicológica a causa de un estado depresivo que la hundía en continuas crisis de llanto. Experimentaba falta de motivación y energía para poder realizar su trabajo: ansiedad, sensación de soledad, sentimientos de culpabilidad, insomnio, visión negativa de su situación y del futuro; en definitiva, el cuadro típico de una depresión. Al construir el genograma de C, aparecieron una serie de elementos con capacidad para trastornar el orden sistémico y el equilibrio personal. En este ejemplo, seguiremos una de las cadenas de consecuencias para no enmarañarlo innecesariamente.



El primer foco de atención en el que se centró el Terapeuta estaba en el ámbito de su *familia actual*. Los dos abortos provocados por C se encontraban directamente relacionados con su estado depresivo; una vez se liberaron los sentimientos de culpabilidad y se elaboró el duelo, la paciente pudo volver a recuperar su estado de ánimo habitual.

El segundo foco de atención estaba relacionado con el *eje transgeneracional* a través de las mujeres de la familia. La bisabuela materna mantuvo una mala relación con su 4ª hija (la abuela materna de C). Esta mujer era de afectividad muy baja -no había recibido amor de su madre-, de tal manera que ninguno de sus hijos se sintió amado por ella. Su marido terminó sustituyéndola por el alcohol y murió cuando la madre de C tenía 5 años dejándola huérfana. Al quedar viuda la abuela, ingresó a la hija pequeña (madre de C) en un internado religioso. Cuando salió de allí, era incapaz de transmitir amor y, además, las relaciones sexuales eran poco menos que tabú para ella. Así y todo, se casó con un hombre que abusó sexualmente de sus tres hijas y no les hizo de padre. C ha tenido varias parejas en las que se ha sentido usada (tal y como su padre hizo con ella). Aunque la relación con su hijo era buena, le costaba poder disfrutar de expresiones físicas de afecto al sentir rechazo cuando éste intentaba abrazarla.

Si bien el motivo de consulta fue la depresión, posteriormente C siguió trabajando otros aspectos personales y familiares que se encontraban directamente relacionados con lo que mostraba el genograma.