Genograma

Es un esquema organizativo en donde la observación comienza con los límites y pautas transaccionales que sirven para elaborar hipótesis en cuanto a su manera de operar.

SUBSISTEMAS

Pequeños sistemas que funcionan de manera organizada dentro del sistema familiar. El sistema familiar se diferencia y desempeña sus funciones a través de sus subsistemas.

Conyugal

Se constituyen cuando dos adultos se unen con la intención de constituir una familia, la pareja debe de desarrollar pautas en las que cada uno apuntala la acción del otro en las áreas necesarias.

Deberán ceder parte de su individualidad para lograr un sentido de pertenencia, si todo es así estaremos hablando de un subsistema conyugal, la comunicación y la relación se debe de dar de forma horizontal.

Parental

Se constituye al nacer el primer hijo. El funcionamiento eficaz requiere que los padres y los hijos acepten el hecho de que el uso diferenciado de autoridad constituye un ingrediente necesario del subsistema parental. Ello se convierte en un laboratorio de formación social, para los niños, que necesitan saber cómo negociar en situaciones de poder desigual. Una de las funciones es trasmitir valores, en el que se vive la experiencia vertical

Fraterno

En este subsistema se vive la experiencia horizontal y nos permite conocer: la envidia, competencia, colaboración, complicidad. Es el primer laboratorio social en el que los niños pueden experimentar relaciones con sus iguales.

Suprasistema

Engloba los sistemas con los que la familia mantiene contacto. El sistema familiar se relaciona con otros según su capacidad para dar y recibir información.

El suprasistema incluye la familia de origen (es la de mayor peso), el colegio, el trabajo, los amigos, las asociaciones de todo tipo, etc. Las informaciones que produce enriquecen el sistema familiar y contribuyen a su crecimiento.

Clases de límites

Los "límites" de un subsistema están constituidos por las reglas que definen quiénes participan, y de qué manera. La función de los límites reside en proteger la diferenciación del sistema.

Para que el funcionamiento familiar sea adecuado, los límites de los subsistemas deben ser claros. La claridad de los límites en el interior de una familia constituye un parámetro útil para la evaluación de su funcionamiento. Deben definirse con suficiente precisión como para permitir a los miembros de los subsistemas el desarrollo de sus funciones sin interferencias indebidas, pero también deben permitir el contacto entre los miembros del subsistema y los otros.

Es posible considerar a todas las familias como pertenecientes a algún punto situado entre un continuum cuyos polos son los dos extremos de "límites difusos", por un lado, y de "límites rígidos", por el otro. La mayor parte de las familias se incluyen dentro del amplio espectro normal.

Existen tres tipos de límites:

1. Claros: La función de cada sistema está claramente delimitada. Existe flexibilidad y hay posibilidad de permear en ocasiones los límites, los hijos conocen las condiciones que deben de darse para entrar a expresar su sentir.

2. Difusos: Familia aglutinada, no hay limites todos tienen que moverse como una masa amorfa. Los miembros de familias aglutinadas pueden verse perjudicados en el sentido de que el exaltado sentido de pertenencia requiere abandono de la autonomía. La conducta de un miembro de la familia afecta de inmediato a los otros y el stress individual repercute intensamente a través de los límites y produce un rápido eco en otros subsistemas. Así pues, la familia aglutinada responde a toda variación en relación con lo habitual con una excesiva rapidez e intensidad.

3. Rígidos: Familia desligada, los límites son tan rígidos que no hay posibilidad de acercarse al subsistema parental, no hay posibilidad de permear nunca. Los miembros de familias desligadas pueden funcionar en forma autónoma, pero poseen desproporcionado sentido de independencia y carecen de sentimientos de lealtad y pertenencia y, de requerir ayuda mutua cuando la necesitan. Estas familias toleran una amplia gama de variaciones individuales entre sus miembros. El stress que afecta a uno de sus miembros no atraviesa los límites inadecuadamente rígidos. Así, pues, la familia desligada tiende a no responder cuando es necesario hacerlo.

Gráficamente los límites lucen así:

Claros - - - - - - - - - - -

Difusos ------------------

Rígidos \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

El terapeuta debe operar como un delineador de límites, que clarifique los límites difusos y abra los límites excesivamente rígidos.

Reglas familiares

Las reglas son "formulaciones hipotéticas elaboradas por un observador para explicar la conducta" observable de la familia. Son acuerdos relacionases que prescriben o limitan los comportamientos individuales en una amplia gama de áreas comportamentales, organizando su interacción en un sistema razonablemente estable. Este conjunto de reglas o leyes se va construyendo a lo largo del tiempo y a través de inevitables reajustes por tanteo y error. Lo cual facilita el mantenimiento de una "homeostasis familiar", que de otro modo quedaría comprometida.

En la familia que comienza no hay reglas establecidas. Cada miembro componente de la misma aportará, a lo sumo, sus propias experiencias y sus propios modelos de intercomunicación según los esquemas aprendidos o elaborados en el sistema familiar de origen; pero esto no bastará para todo lo que ahora han de ir estructurando.

El descubrimiento de las reglas que rigen la vida de un sistema familiar es obra que requiere una larga y cuidadosa observación.

Las reglas las podemos clasificar en tres categorías:

A. Reglas reconocidas (rr): son reglas que se han establecido explícitamente y de manera directa y abierta. Comprenden acuerdos en distintas áreas, tales como normas de convivencia, asignación de tareas, responsabilidad de ciertos papeles, expresión de necesidades personales, etc.

B. Reglas implícitas (ri): estas reglas constituyen funcionamientos sobreentendidos acerca de los cuales la familia no tiene necesidad de hablar de modo explícito. Se dan en la dinámica de la familia, aunque no se han verbalizado.

C. Reglas secretas (rs): estas son las más difíciles de descubrir al estudiar una familia. Son modos de obrar con los que un miembro, por ejemplo, bloquea las acciones de otro miembro; son actos que tienden a desencadenar actitudes deseadas por quien manipula el resorte que los provoca. Así, por ejemplo, en una familia la regla secreta establece que una conducta dé autonomía e independencia en la hija vaya seguida por una queja psicosomática de la madre y esto conlleve una mayor implicación del padre en la casa.

Alianzas

Es la unión y el apoyo mutuo que se dan, entre si dos personas. Se comparten intereses sin estar dirigida contra nadie. Es la parte saludable de los sistemas, sirve para funcionar juntos.

Coalición

Es la unión de dos miembros o más contra un tercero o más. La coalición divide la triada en dos compañeros y un oponente. Siempre tiene como objetivo el atacar o acabar con la otra parte, es donde mas existe la manipulación y existe de manera vertical, el niño no tiene escapatoria esta atrapado en la manipulación de la mama existe la lealtad como culpa y como perdida de meritos.

Implicaciones sistémicas

En constelacion familiar se asegura que los integrantes de una familia están unidos por estrechos lazos de amor y lealtad. Con el objetivo de reducir el sufrimiento de otro, una persona decide traer infelicidad a su propia vida; todo esto a consecuencia de un amor mal entendido en donde se está dispuesto a darlo todo para la dicha del otro miembro, que quizás haya fallecido a una edad joven, tenga problemas de salud o fue excluido del sistema. De este acto no se percata el individuo ya que sucede inconscientemente y esto origina lo que se conoce como Implicaciones Sistémicas. Una implicación consiste en que un integrante del sistema se adjudica los sentimientos, actitudes y/o patrones de vida de un ancestro.

Existen dos tipos de implicaciones sistémicas:

1. Arrogación: Cuando un descendiente toma algo que no le pertenece o corresponde, apropiándose el derecho o la responsabilidad de otra persona; dentro de esta implicación se encuentran las siguientes:

Identificación: La persona hace suyos los sentimientos y el lugar de otro miembro del sistema. Por ejemplo, una hija se enfada con su padre debido a que su madre le transmite el enojo que esta siente hacia él.

Parentificación: Los más jóvenes toman el lugar de los ancestros, máximo dos generaciones atrás. Por ejemplo, el hijo mayor toma el lugar del padre y se hace cargo de sus hermanos.

Doble Transferencia: Cuando se transfieren el sujeto y el objeto, tal como cuando un descendiente tiene sentimientos de un antepasado y lo manifiesta hacia alguien exterior a la familia. Por ejemplo, una nieta se enoja con su esposo al transferir el enojo de su abuela con su abuelo.

Reivindicación: Se trata de la búsqueda desesperada de culpables. Se pretende hacer justicia donde los antepasados fueron despojados o vulnerados. Por ejemplo, un hijo quiere vengarse por el asesinato de su padre matando a alguien del sistema del asesino.

Exclusión: Esta implicación se da cuando un pospuesto se arroga el derecho de un miembro excluido del sistema tomando su lugar. Por ejemplo, un nieto toma el lugar de un abuelo excluido por su padre.

1. Compensación negativa: consiste en que un individuo pondrá su destino en el de algún antepasado para sentir que va de acuerdo al sistema. La acción se antepondrá al sufrimiento y la inconformidad. Las distintas retribuciones negativas se presentan a continuación:

Expiación: adjudicarse los problemas de otros y pagar por ellos. un ejemplo claro de esto son aquellas personas que presentan enfermedades que involucran varios órganos como puede ser la diabetes mellitus, hipertensión, SIDA, etc.

Retribución: librarse de todo tipo de responsabilidad a cambio de otorgar cosas para alcanzar un beneficio, un ejemplo de esto es, una madre que abandona a su hija con los abuelos para conseguir su libertad.

.