

Tu Genosociograma

El mapa para descubrir el tesoro de tu inconsciente familiar.

Un genosociograma no es un simple árbol genealógico. Mientras el árbol registra nombres y fechas, el genosociograma registra **vínculos emocionales, traumas y repeticiones**. Es una herramienta viva para ver lo invisible.

1. ¿Qué vamos a buscar?

Al dibujar tu árbol, no buscamos culpables, sino **lógica**. Buscamos entender por qué tu sistema familiar funciona como funciona.

ANALOGÍA: Imagina que eres un detective y tu árbol es la escena del crimen. Las fechas, nombres y enfermedades son las "pistas" que te llevarán a descubrir el motivo (el conflicto original) y resolver el caso (tu síntoma actual).

2. El Lenguaje del Árbol (Simbología)

Utilizamos símbolos universales para representar a los miembros y sus estados. Dibuja siempre a los hombres a la izquierda y a las mujeres a la derecha en las parejas.

Hombre (Triángulo)

Mujer (Círculo)

Fallecido (X en la figura)

Aborto (Triángulo Relleno)

Líneas de Relación:

Matrimonio (Línea Continua)

Unión Libre (Línea Discontinua)

Separación (1 Corte)

Divorcio (2 Cortes)

**Nota: Dibuja siempre a los hombres a la izquierda y a las mujeres a la derecha. La línea de los hijos desciende del centro de la línea de relación de los padres.*

Paso 3: Recolección de Datos

La información es la llave de la sanación.

Datos Imprescindibles

Para que el genosociograma "hable", necesitas alimentar la base de datos. Trata de conseguir la siguiente información de padres, abuelos y bisabuelos (hasta donde sea posible).

- **Nombres Completos:** A veces un segundo nombre es la clave de una lealtad.
- **Fechas Clave:** Nacimiento, Defunción, Matrimonio. (Día y Mes son lo más importante para buscar síndromes de aniversario).
- **Causa de Muerte:** ¿Fue natural? ¿Accidente? ¿Enfermedad repentina? Esto revela traumas no dichos.
- **Número de Hijos:** Incluyendo abortos (espontáneos o provocados) y niños fallecidos prematuramente. Todos cuentan en el sistema.

Datos de Contexto (La Historia Oculta)

Los hechos fríos no cuentan toda la historia. Investiga el "clima emocional" de la época.

- **Profesiones:** ¿Todos los hombres son médicos? ¿Todas las mujeres son maestras? (Reparación profesional).
- **Grandes Eventos:** Guerras, migraciones forzadas, quiebras económicas, epidemias.
- **Secretos "a voces":** Hijos fuera del matrimonio, estancias en la cárcel, enfermedades mentales ocultas ("la tía rara").

CONSEJO: Si no tienes fechas exactas, no te bloques. Usa aproximaciones ("nació en la cosecha", "murió en Navidad"). El inconsciente trabaja con símbolos, no con calendarios exactos.

ESPACIO DE INVESTIGACIÓN: ANOTA AQUÍ LOS DATOS QUE YA CONOCES DE MEMORIA.

Dibuja tu Árbol

Materializa tu sistema familiar en el papel.

Utiliza este espacio para trazar tu genosociograma. Comienza contigo en la parte inferior central y ve subiendo: padres, luego abuelos, luego bisabuelos. Recuerda usar los símbolos aprendidos (Triángulos para hombres, Círculos para mujeres).

BISABUELOS

ABUELOS

PADRES

TÚ (HERMANO/A)

Paso 4: Análisis e Interpretación

🔍 Buscando las "Dobles"

Una vez dibujado el árbol, busca las coincidencias. Eres "Doble" de un ancestro si compartes programas con él. Esto indica de quién estás reparando o repitiendo la historia.

- **Por Nombre:** Llamarse igual (o parecido: René/Renato) indica una lealtad directa.
- **Por Fecha de Nacimiento:** Si naces el mismo día (o +/- 10 días) que el nacimiento o muerte de un ancestro.
- **Por Profesión o Enfermedad:** Repetir el oficio o el síntoma físico.

Si eres doble de alguien, tu misión inconsciente es terminar lo que esa persona dejó inconcluso.

🔗 Identificar Líneas Maestras

Observa el árbol desde lejos. ¿Ves patrones que se repiten verticalmente?

- ¿Abandono de padres en cada generación?
- ¿Mujeres que enviudan jóvenes?
- ¿Pérdida de dinero o herencias conflictivas?

Marcar estas líneas te muestra la **herida sistémica** que tu clan está intentando sanar a través de ti.

"El árbol genealógico puede ser un mapa del tesoro o una trampa mortal." — Alejandro Jodorowsky