

¡DE DONDE VENGO! (Genograma)

TC004 **Tiempo de Conexión:** Oración, Biblia, Tema, En Pareja

Oren antes de empezar.

¿**Qué es un genograma?** Un **genograma** es una representación gráfica de una familia que muestra las relaciones entre los miembros, su estructura, y aspectos relevantes de su historia médica, emocional o social. A diferencia de un árbol genealógico tradicional que solo muestra parentescos, el genograma incluye **información detallada sobre vínculos afectivos, patrones de conducta, enfermedades hereditarias y eventos significativos**.

Se utiliza comúnmente en **terapia familiar, psicología, medicina, trabajo social, enfermería y educación** para comprender mejor el entorno familiar y los factores que influyen en la vida de una persona.

Elementos básicos de un genograma

- **Símbolos estándar** (cuadrados para hombres, círculos para mujeres).
- **Líneas** que representan relaciones (matrimonios, divorcios, hijos, conflictos, apoyo, etc.).
- **Datos personales** (nombres, edades, ocupaciones, enfermedades, etc.).
- **Mínimo 3 generaciones** para observar patrones familiares.

Aplicaciones del genograma

1. Psicología y terapia familiar

- Identificar **patrones transgeneracionales** (como violencia, adicciones, trastornos emocionales).
- Explorar **roles familiares**, lealtades ocultas, o conflictos no resueltos.
- Mejorar la **comunicación y comprensión familiar**.

2. Medicina y genética

- Identificar **riesgos hereditarios** (cáncer, diabetes, enfermedades cardíacas).
- Comprender **historial médico familiar** para prevención o diagnóstico temprano.

3. Trabajo social

- Evaluar el **entorno familiar** de un menor o paciente.
- Diseñar **intervenciones personalizadas** en casos de violencia, abandono o negligencia.

4. Educación

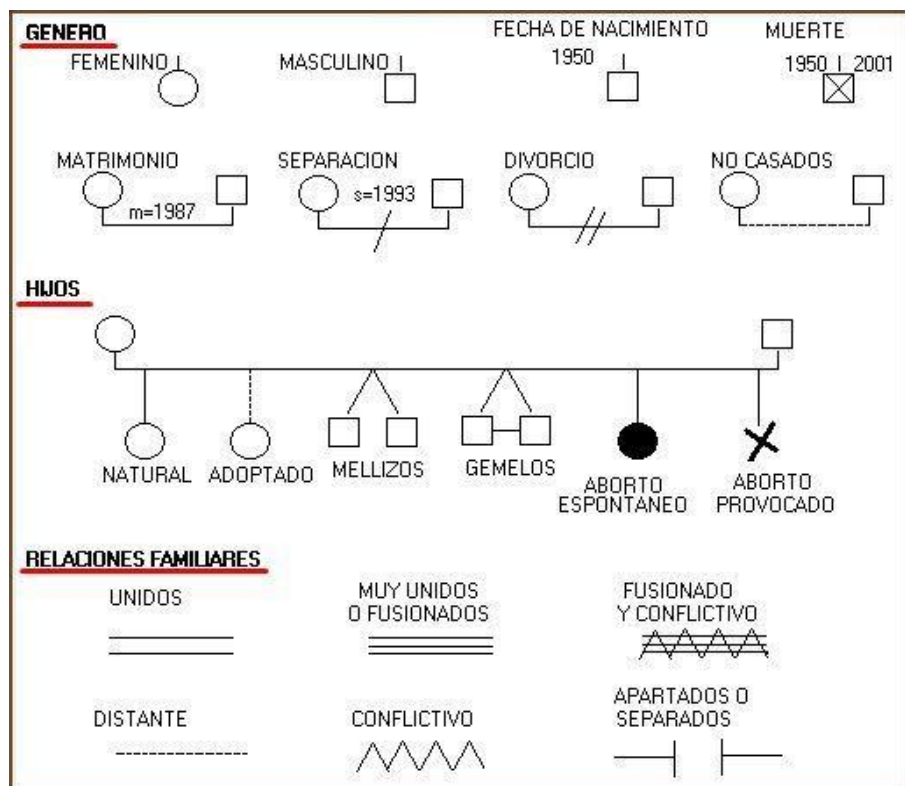
- Comprender **factores familiares** que influyen en el rendimiento o comportamiento escolar.
- Establecer puentes entre **familia y escuela**.

5. Investigación y formación

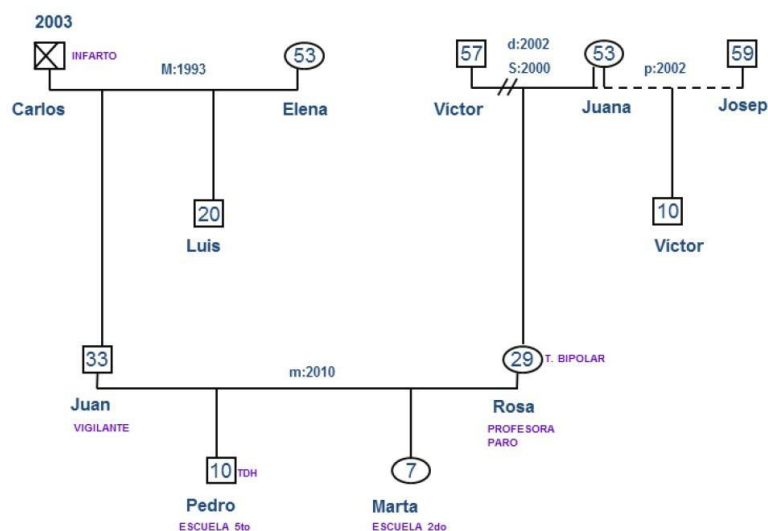
- Herramienta útil en **estudios de caso**.
- Formación en **intervención sistémica y familiar**.

Ventajas del genograma

- Visualiza información compleja de forma clara.
- Ayuda a detectar **patrones repetitivos y disfuncionales**.
- Facilita la **reflexión personal y familiar**.
- Es adaptable a diversos contextos profesionales.



Ejemplo



ados, Se permite su reproducción sin modificar.

Queridos esposos, después de realizar su genograma, han dado un paso muy valioso: mirar con honestidad de dónde vienen, reconocer lo que ha marcado sus vidas y cómo esas raíces influyen en su presente. No se trata de juzgar a sus familias, sino de aprender de ellas, tomar lo bueno y entregar a Dios lo que necesita ser sanado. Recordemos que en Cristo tenemos una nueva identidad y la posibilidad de escribir una nueva historia para nuestro matrimonio y para las generaciones que vienen.

Preguntas de reflexión en pareja

1. ¿Qué descubrí de mi historia familiar que no había notado antes y cómo creo que eso influye en nuestra relación hoy?

“Esto significa que todo el que pertenece a Cristo se ha convertido en una persona nueva. La vida antigua ha pasado; una nueva vida ha comenzado.” (2 Corintios 5:17, NTV)

2. ¿Qué patrones familiares positivos me gustaría continuar en nuestro matrimonio y cuáles me gustaría romper o transformar?

“No imiten las conductas ni las costumbres de este mundo, más bien dejen que Dios los transforme en personas nuevas al cambiarles la manera de pensar.” (Romanos 12:2, NTV)

3. ¿Qué heridas o situaciones de mi familia reconozco que pueden afectar la manera en que me relaciono contigo?

“Él sana a los de corazón quebrantado y les venda las heridas.” (Salmo 147:3, NTV)

4. ¿Qué similitudes y diferencias encuentras entre mi genograma y el tuyo, y cómo crees que eso impacta nuestra manera de ver la vida en pareja?

“Mejor son dos que uno, porque obtienen más fruto de su esfuerzo. Si uno cae, el otro puede darle la mano y ayudarlo.” (Eclesiastés 4:9-10, NTV)

5. ¿Cómo podemos apoyarnos mutuamente para sanar lo que duele y fortalecer lo que nos enriquece de nuestras historias familiares?

“Sobre todo, ámense unos a otros profundamente, porque el amor cubre gran cantidad de pecados.” (1 Pedro 4:8, NTV)

Oren para terminar.