

GENOGRAMA FAMILIAR

PROGRAMA EN EL QUE SE DESARROLLA LA ACCIÓN PROPUESTA:

Este instrumento se aplica en las primeras fases de varios de los programas de rehabilitación de Proyecto Hombre Castilla la Mancha, como son:

•PROGRAMA PARA POLICONSUMIDORES:

Dirigido a personas con dependencia a sustancias tóxicas, con un alto nivel de desestructuración social y personal, y/o que necesiten un periodo de distanciamiento de su entorno habitual. El objetivo del programa es generar un proceso de cambio en los usuarios para que logren dejar una vida dependiente de determinadas sustancias y conseguir otra más autónoma y adecuada al contexto donde deseen vivir. Se articula en tres fases: Acogida, Comunidad Terapéutica y Reinserción.

•PROGRAMA DE TRATAMIENTO PARA LA ADICCIÓN A LA COCAÍNA :

Dirigido a hombres y mujeres cuya principal sustancia de adicción son la cocaína y el alcohol. Se realiza en régimen ambulatorio para permitir a los usuarios compatibilizarlo con otras actividades y responsabilidades: trabajo, pareja, cuidado de los hijos... Se aconseja para su realización apoyo familiar. El objetivo del programa es mejorar la integración familiar, social y laboral del usuario, dotándole de las habilidades y capacidades necesarias para prevenir recaídas. Se trata de ir verificando que el cambio realizado en el estilo de vida es sólido, al margen de toda dependencia, y con un bienestar físico, emocional y existencial. Se estructura en tres etapas: Integración, Crecimiento personal y Autonomía.

•PROGRAMA DE TRATAMIENTO DE ADICCIÓN AL ALCOHOL:

Dirigido fundamentalmente a personas con adicción alcohólica, tiene una primera fase en régimen residencial, con adaptaciones individuales, y una segunda fase de tratamiento en régimen ambulatorio con el objetivo de alcanzar una reinserción familiar, social, y laboral. El programa está dirigido a adultos de hasta 65 años.

¿A QUÉ DEMANDA RESPONDEMOS?

El Genograma Familiar es, en primer lugar, una importante herramienta terapéutica para conocer mejor a la persona en tratamiento, su entorno familiar y su conjunto de valores de referencia. Es una narración de la familia que posibilita tener una visión más global y objetiva de lo vivido por el usuario, que nos permite establecer una línea de trabajo familiar más ajustada a la realidad, pues no conocemos sólo la lectura que el residente hace desde sus vivencias, sino también conocemos la interpretación de la familia.

A través de esta entrevista semiestructurada, y dentro de un ambiente de comprensión y cercanía, tratamos de ofrecer un espacio en el que los padres o la pareja del usuario,

puedan empezar a expresar todos sus sentimientos, a tomar conciencia de los acontecimientos que les han acaecido, a comprender la situación y a afrontar el problema, por vez primera, de forma objetiva, ante alguien que les comprende y no les juzga negativamente, permitiéndoles deshacerse de los pensamientos irracionales que les invaden. El ir narrando con cierta tranquilidad su historia les permite ir analizando en la distancia la forma de funcionar que han estado manteniendo, cómo se han relacionado y qué errores y aciertos han tenido, consiguiendo con ello la primera toma de contacto con la necesidad de cambio.

¿QUÉ QUEREMOS CONSEGUIR?

-Permite conocer las relaciones familiares y su estructura jerárquica para, dentro del marco de la sistémica de grupos, poder establecer los aspectos a trabajar con la persona en tratamiento. De esta manera se posibilita reconstruir una estructura de grupo que permita recuperar unas relaciones familiares sanas y adaptadas.

-Resulta ser un instrumento eficaz que reduce la ansiedad en el entorno familiar, facilitando la aceptación de la situación. Contribuye a vislumbrar una solución tangible y ayuda a tomar conciencia de lo complejo del proceso.

-Por primera vez, y sin ningún tipo de condicionantes, los padres y/o parejas de los residentes pueden revisar su pasado y verbalizar sus miedos, preocupaciones y sentimientos de culpa, lo que tiene un efecto muy positivo sobre su situación familiar siendo capaces de objetivar el problema.

-Esta revisión de la historia supone una forma distinta de relación familiar y, con ello, el inicio del cambio en el residente, que comienza a recibir un apoyo más sano y respetuoso que favorece la autonomía personal y familiar y la integración social.

DESARROLLO DE LA EXPERIENCIA:

Hay dos tipos de Genogramas Familiares, el que se aplica a la familia de origen y el de la pareja. El primero consiste en realizar la historia familiar de las últimas tres generaciones. El segundo recoge la historia familiar de la pareja del residente y de la relación de pareja con el residente. Según los casos para cada persona en tratamiento pueden realizarse uno o los dos tipos de genograma. Ambos se articulan en tres documentos diferentes:

- 1º.- árbol genealógico para identificar a cada uno de sus miembros y sus relaciones
- 2º.- cuestionario de preguntas cerradas y tabuladas
- 3º.- historia familiar con entrevista abierta que se estructura de la forma siguiente:

Genograma familia de origen:

- a) historia de la familia del padre hasta que conoce a la madre
- b) historia de la familia de la madre hasta que conoce al padre
- c) historia de la relación de pareja, de sus hijos y de la persona en tratamiento

Genograma de pareja:

- a) historia de la pareja y su familia hasta que conoce al residente
- b) historia del residente y su familia, contada por la pareja
- c) historia de la relación de pareja



¿CUÁLES SON NUESTROS LOGROS?

El Genograma Familiar produce cambios muy rápidos en el ámbito de las relaciones familiares, reduciendo el nivel de estrés en el seno de la familia y mejorando los niveles de comunicación interpersonal. El hecho de hablar tranquilamente de su historia y las experiencias vividas les ayuda a darse cuenta de comportamientos que han repetido. Esto permite una valoración y va surgiendo en ellos una necesidad de cambio.

-Todo este proceso promueve la autonomía de cada uno de los miembros del sistema familiar y su bienestar. Esto tiene un impacto social positivo, puesto que provoca cambios en las relaciones internas de la familia, y de cada uno de los miembros, tanto a nivel personal, como social y laboral.

¿QUÉ ASPECTOS ÉTICOS Y/O VALORES DESTACAMOS?

La información que se obtiene es totalmente confidencial, únicamente es utilizada para la mejora del trabajo con el residente y conocida solamente por el equipo terapéutico.

La relación con la familia empieza con la firma al ingreso de un contrato familiar, en el que se solicita la colaboración y participación activa en el proceso del residente, pidiendo un compromiso de asistencia a los grupos familiares y al Genograma. Desde este momento se establece una relación de mutuo acuerdo para un trabajo conjunto, desde una exposición clara de los compromisos y obligaciones que cada uno asume.

El Genograma Familiar se desarrolla dentro de un ambiente cercano y acogedor, libre de juicios y prejuicios, donde uno puede hablar libremente de lo vivido sin que el entrevistador entre en juicios de valor ni opiniones. Se trata simplemente de acompañar a la familia, en ningún momento de juzgar ninguna actuación o vivencia.

NUESTRA “APORTACIÓN SINGULAR”:

Este trabajo con las tres generaciones nos permite un análisis más complejo de las relaciones familiares, así como entender, nosotros y las familias, el porqué se relacionan de una determinada manera y no de otra, en función de las experiencias vividas. Permite analizar cómo en muchos momentos se repiten los mismos patrones de conducta en generaciones sucesivas. Favorece el hacerse conscientes de que éstos vienen marcados por los acontecimientos vividos y los sentimientos generados en ellos.

Ayuda a establecer la conexión entre lo que ha sido la historia familiar y determinadas formas de “hacer y entender las cosas” de sus miembros en el momento actual.

