



GENOGRAM

For at få størst muligt udbytte af undervisningsdagene på internatet er det vigtigt, at du er godt forberedt.

D.v.s. at du hjemmefra har tegnet dit genogram, som er dit "stamtræ". Du skal forsøge at skaffe dig overblik over din familie i 3 led – d.v.s. dine bedsteforældres generation, dine forældre og deres generation og dig selv, dine søskende og andre i din generation – både på den mødre- og den fædre- side.

Dette kan være en mulighed for at tale med familiemedlemmer om deres erindringer og opfattelser af, hvilke dynamikker, der var i jeres familie.

Find gerne billeder af så mange som muligt – også af dig selv i forskellige aldre, som var betydningsfulde for dig – og sæt dem op på genogrammet/tag dem med.

Brug et stort stykke karton og tegn tydeligt og så stort, at det er muligt for andre at se på dit genogram.

På næste side finder du en række spørgsmål til genogrammet. Det er ikke meningen, at du skal besvare alle, men du kan lade dig inspirere af de spørgsmål, som giver mening for dig.

Vedlagt er genogramsymboler, eksempler på et familiegenogram og spørgsmål til inspiration til dit familiegenogram.



Spørgsmål til dit genogram:

At tegne et genogram giver mulighed for at

- Systematisere informationer
- få overblik/indblik i din historie
- afdække mønstre i familien igennem flere generationer
- få øje på aspekter i dynamikken du ikke før har set

Vigtige oplysninger at tage med

- alder, ægteskab, separation, skilsmisse, dødsfald, erhverv

Hvordan var det i din familie at være

- barn
- søskende
- barnebarn
- niece/nevø

Hvordan forholdt familiemedlemmerne sig til

- sorg, glæde, konflikter, tro, penge, seksualitet, alkohol, politik
- alliancer – hvilke følelsesmæssige alliancer var/er der i din familie?
- Uvenskab/fjendskab – findes det i din familie? Mellem hvem og hvorfor i givet fald

Overvejelser i forbindelse med dit genogram:

- Kan du se, om familien/dele af familien har levet efter fastlagte mønstre gennem flere generationer?
- Hvordan forholdt man sig i din familie til kriser/sygdom/ulykker?
- Er der i din familie "mottoer"/leveregler, som har betydning for dit liv?
- Er der særlige kønsspecifikke handlemåder i din familie m.h.t. beslutninger, magt, karriere/jobvalg, alliancer, livslængde og døds måder?

Appendix: Sådan læser man et familiediagram

Et familiediagram indeholder fakta om mindst tre generationer af en familie og præsenterer dem i symbolsk form. Det er et udgangspunkt for tanker om forholdene i din familie og en nyttig hjælp, hvis man vil lave et stamtræ.

Familiediagrammet er et meget anvendt redskab i psykoterapi og ved familiediagnoser. Nogle terapeuter bruger det bare til at holde styr på personer og datoer i en bestemt familie. For andre udgør familiediagrammet en rig kilde til hypoteser om komplekse følelsesmæssige mønstre i en familie. Familiediagrammet sætter stærke og sårbare sider hos et bestemt individ eller et særligt vanskeligt familieforhold ind i en større sammenhæng og kan således kaste nyt lys over problemer og adfærdsmønstre.

Selv om familiediagrammet anvendes flittigt af terapeuter med forskellig observans (såvel som af praktiserende læger, historikere, forfattere til biografier og lignende), forbindes det oftest med BOWENS systemteori. Yderligere henvisninger findes i litteraturlisten bag i bogen.

Familiediagrammets symboler

Da familiediagrammer kan læses på forskellige måder, er det muligt, at andre terapeuter bruger andre symboler end de her viste.

Kvinder

Angiv navn, alder, fødselsdato (f.), højeste uddannelsesniveau, erhverv, alvorlige sygdomme og dato for en eventuel diagnose (ds).

Sue
f. 18/8/53
cand.mag.
ansat i den sociale sektor
migrene dg 2/79



Mænd

Angiv navn, alder, fødselsdato, højeste uddannelsesniveau, erhverv, alvorlige sygdomme, og dato for en eventuel diagnose.

Al
f. 2/9/52
exam.scient.
forskningsagent



Hovedperson

Du er hovedpersonen i dit eget f.d. Marker dit eget køns-symbol med et kryds i feltet.



Dødsfald

Angiv alder, dødsdag (d.) og dødsårsag.

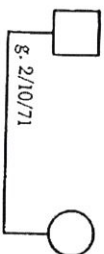
f. 12/2/10
d. 21/3/80
hjerteanfald



f. 9/2/70
d. 12/5/75
leukæmi

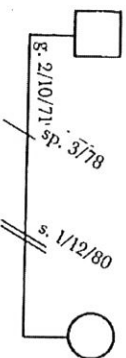
Egteskab

Angiv dato for ægteskabets indgåelse (g.)
(Manden til venstre; hustruen til højre)



Separation og Skilsmisse

Separation (s.) – en lodret streg med dato
Skilsmisse (sk) – dobbelt lodret streg med dato



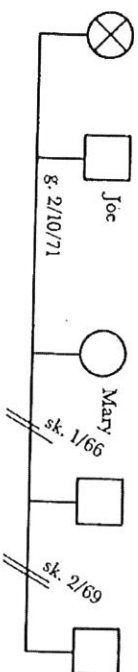
Samboende eller andet fast forhold

Tegn en stipleet linje.



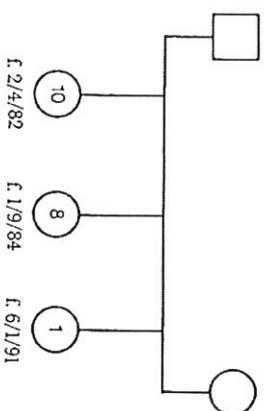
Flere ægteskaber

(Mary havde været gift to gange, før hun giftede sig med Joe. Joe var enkemand.)



Børn

Begynd med det ældste barn længst til venstre og fortsæt efter alder.



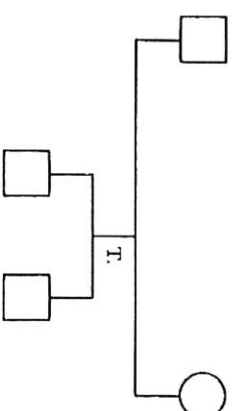
f. 2/4/82

f. 1/9/84

f. 6/1/91

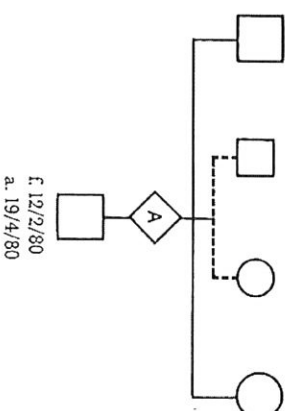
Tvillinger

Angiv om det er enæggede eller tvæggede tvillinger (E. eller T.)



Adoption

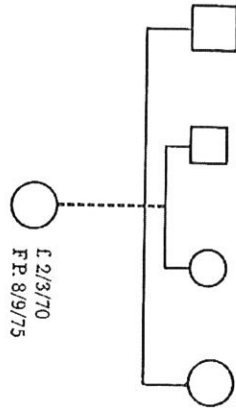
Angiv fødselsdato, adoptionsdato (a), og eventuelle oplysninger om biologiske forældre. (Lav to familiediagrammer, hvis oplysningerne om den biologiske familie ikke kan være der.)



f. 12/2/80
a. 19/4/80

Familiepleje

Tegn en stiplet linje fra de biologiske forældre. Angiv datoen for anbringelse i familiepleje (FP).



Graviditet



Spontan abort



or



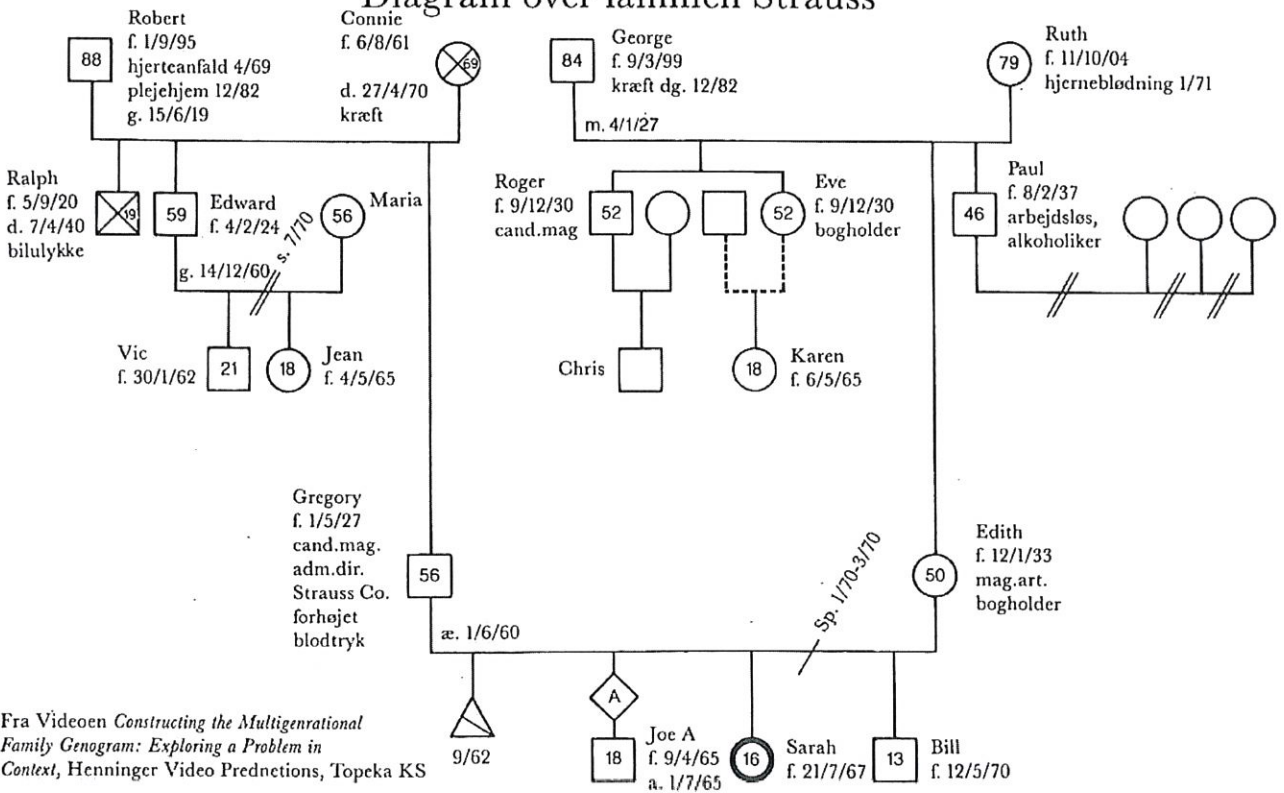
Abortindgrib



Barnet død under fødslen eller dødfødt



Diagram over familien Strauss



Fra Videoen *Constructing the Multigenerational Family Genogram: Exploring a Problem in Context*, Henninger Video Predictions, Topeka KS

Diagrammet over familien Strauss

Sarah er hovedpersonen. Hun er det andet barn og den eneste pige i søskendeflokken. Hun har en ældre bror, Joe, som blev adopteret af familien efter en abort, og en yngre bror, Bill.

Sarahs far, Gregory, er den yngste af tre sønner. Gregorys ældste bror, Ralph, døde ved en bilulykke i en alder af nitten år. Sarahs mor, Edith, er den mellemste i sin søskendeflok. Hendes to ældre søskende, Roger og Eve, er villinger. Eve fik et barn, Karen, med en mand, som hun valgte ikke at gifte sig med. Ediths yngre bror, Paul, har været gift tre gange og har ingen børn fra de tidligere ægteskaber. Han er alkoholiker.

Familiediagrammet hjælper os til at se, at Sarahs far, Gregory, nærmer sig en betydningsfuld årsdag. Hans yngste barn, Bill, er fyldt tretten år, den samme alder som Gregory havde, da Ralph blev dræbt. Joe (der ligesom Ralph er den ældste) bliver snart 19, den alder Ralph havde, da han døde. Desuden er både Sarahs farfar (hendes farmor er død) og hendes morfar og mormor alvorligt syge. Ud fra disse oplysninger kan man gætte på, at Sarahs familie er inde i en kritisk periode.

Familiediagrammet viser også, at Sarahs bror Bill blev født på et tidspunkt, hvor familien befandt sig i en angstfyldt periode. Lige før Bills fødsel blev hans forældre separeret for at blive genforenet et par måneder senere. Samtidig døde hans farmor af kræft. I Bills første leveår blev hans onkel Edward skilt, og hans mormor fik en hjernebldning. Alt dette kan have bevirket, at Bills forhold til den ene eller begge forældrene blev særlig intenst. Bill er yngste barn ligesom hans underfungerende morbror Paul. Hvordan kunne dette tænkes at påvirke forholdet mellem Bill og hans mor?

Dette familiediagram er ufuldstændigt for at gøre det mere overskueligt. Husk på, at et komplet familiediagram skal indeholde oplysninger om alder, fødselsdato (og adoptionsdato), højeste uddannelsesniveau, erhverv, alvorlige sygdomme (inklusive dato

for diagnosen), samt dødsdag og dødsårsag for hver cirkel og kvadrat på dit familiediagram og så langt tilbage, som du kan opspore det.

Måske er der andre væsentlige oplysninger, som du kan føje til dit familiediagram, som for eksempel immigrationer, pensioneringstidspunkter og problemer med stoffer og alkohol, og til det formål kan du konstruere dine egne symboler for at spare plads (for eksempel ALK eller A for alkoholiker). For at undgå at dit familiediagram bliver for gnidret, bør du bruge et stort tegneark eller et andet stort ark papir og skrive andre vigtige oplysninger op et andet sted (jobskifte, flytning, emisk eller religiøs baggrund, indlæggelse på psykiatriske hospitaler, osv.)

Litteratur om familiediagrammer

Generans in Family Assessment af Monica McGoldrick og Randy Gerson (Norton New York, 1985). Denne informative bog giver en detaljeret beskrivelse af, hvordan man konstruerer et familiediagram og en introduktion til fortolkning og anvendelse. Forfatterne bruger familiediagrammer for berømte personer som for eksempel Sigmund Freud, Margaret Mead, Virginia Woolf og Jane Fonda.

Constructing the Multigenerational Family Genogram: Exploring a Problem in Context. Kan købes eller lejes gennem Menninger Video Productions, Box 829, Topoka, KS 66601, tlf. 1 800 345 6036. Denne video viser hvordan man konstruerer og bruger et familiediagram over flere generationer. Et detaljeret eksempel viser de vigtige informationer, man kan få ved hjælp af et familiediagram.

Socialt netværk

Diagrammet giver dig – når du har udfyldt det – et billede af dit aktuelle sociale liv/netværk.

Du befinder dig i centrum af diagrammet og der er fire kategorier:

1) familie/slægt, 2) venner/bekendte, 3) kolleger/studiekammerater og 4) offentlige personer (f.eks. ekspedienten/bankforbindelse/frisør/sagsbehandler/behandler).

Indtegn i diagrammet de personer, du relaterer dig til i den **oplevede** afstand. Relationen kan være præget af både negative og positive følelser – det, du skal forholde dig til er, hvor væsentlig du oplever forholdet til den pågældende person – på godt og ondt. Således indtegner du de væsentligste relationer tæt på diagrammets centrum, hvor du selv er.

Mænd symboliseres ved en firkant, kvinder med en cirkel.

Når du har udfyldt diagrammet – overvej følgende spørgsmål:

- hvordan er dit umiddelbare indtryk af dit sociale netværk?
- Er du tilfreds med antallet af mennesker, der optræder i dit netværk?
- Er der nogen, du gerne ville have tættere på? Hvordan kunne du bære dig ad med at få det?
- Er der nogen, du gerne vil have på større afstand? Hvordan kunne du få det?
- Hvordan synes du om balancen/antallet af mennesker i de fire kategorier?

Socialt netværk

Familie
Slægt

Venner
Bekendte

Kolleger
Studiekammerater

Offentlige
personer

Tidslinie

fødsel _____ nu

Marker på en tidslinie vigtige begivenheder (overgange) i din private livshistorie.