

Minden szimbólum, vonaltípus, orvosi kategória és származási minta, valamint a genogram elkészítése és olvasása.



TARTALOM

1. RÉSZ · ALAPOK

01 Mi a genogram

02 Genogram, családfa, ökotérkép

2. RÉSZ · SZIMBÓLUMOK ÁTTEKINTÉSE

03 Személyek (9 alakzat)

04 Életállapot, terhesség és ikrek

05 Párkapcsolati vonalak (18 típus)

06 Szülő–gyermek vonalak (7 típus)

07 Érzelmi vonalak (39 típus)

08 Egészségi állapotok (22 kategória)

09 Kulturális háttér (9 minta) és egyéb kontextus

3. RÉSZ · KÉSZÍTÉS ÉS OLVASÁS

10 Genogram készítése lépésről lépésre

11 Nézetek és a jelmagyarázat

12 Genogram olvasása

13 Genogram készítése MI-vel

14 Szójegyzék és irodalom

Mi a genogram

A genogram strukturált családdábra: alakzatok a személyeknek, vonalak a párkapcsolatoknak és gyermekeknek, ráhelyezett vonalak és árnyékolás a kapcsolatoknak és az egészségnek. Arra szolgál, hogy láthatóvá tegye a generációkon átívelő mintázatokat.

A módszer a családrendszer-terápiából nőtt ki, különösen Murray Bowen gondolataiból a generációk között átadódó érzelmi folyamatokról. Monica McGoldrick és Randy Gerson 1985-ben tett közzé egy szabványos jelölést, és könyvük (ma *Genograms: Assessment and Treatment*, Suei Petryvel, 4. kiadás, 2020) ma is a szokásos oktatási alpmű. Azóta programok és tankönyvek új szimbólumokkal egészítették ki, például a nemi identitáshoz, a donorból történő fogantatáshoz és a bántalmazás egyes formáihoz; a GenogramAI jelmagyarázat-oldala (genogramai.com/key az appban) jelzi, mely szimbólumok szabványosak, és melyek bővítések.

Mit rögzíthet egy genogram

Szerkezet

Párkapcsolatok, különválások, válások; vér szerinti, örökbe fogadott, nevelt és mostohagyermek, béranyaság és donorból fogant gyermekek; háztartások.

Életesemények

Születések, halálesetek és halálozási életkor, terhességek, vetélés, halva születés és abortusz, migráció.

Kapcsolatok

39 érzelmi vonaltípus, a szorostól és összefonódottól a távolságtartón, ellenségesen és elszakadton át a bántalmazásig és elhanyagolásig.

Egészség

22 orvosi kategória és egyéni állapotok, mindegyik Aktív, Feltételezett vagy Felépülés jelöléssel.

Kultúra és kontextus

Származási minták, 13 vallási lehetőség, végzettség, társadalmi osztály, lakóhely és egyéni mezők.

Idő

Dátumok a személyeknél és a párkapcsolatoknál, hogy a genogram idővonalként is olvasható legyen.

Genogram, családfa, ökotérkép

	Családfa	Genogram	Ökotérkép
Mit mutat	Leszármazás	Családszerkezet, kapcsolatok, egészség	A család kapcsolatai külső rendszerekkel
Időtáv	Sok generáció	Általában három	A jelen
Ábrázolás	Dobozok és vonalak	Szabványos alakzatok és vonaltípusok	Középső kör, vonalakkal a szolgáltatásokhoz, iskolához, munkahelyhez, közösséghez
Szokásos felhasználás	Genealógia	Felmérés és terápia	Erőforrások és stresszorok feltérképezése a szociális munkában

Rokon ábrák a **genetikai családfa** (a National Society of Genetic Counselors szabványosította az öröklődés és a hordozói státusz ábrázolására), a **kultúrogram** (Congress, 1994, kultúrához és migrációhoz) és a **szociogram** (egy csoporton belüli kapcsolatok). A GenogramAI ökotérképeket is készít.

Személyek

Minden személy egy alakzat. Minden alakzatot azonos méretben rajzoljon; a méret ne jelezzen fontosságot.



Férfi

Négyzet



Transz férfi

Négyzet, benne kis körrel



Nem bináris

Ív: lekerekített teteje, egyenes alja



Ismeretlen

Rombusz



Háziállat

Pontozott körvonalú rombusz, pontozott vonallal a gazdájához kötve



Nő

Kör



Transz nő

Kör, benne kis négyzettel



Interszex

Kör függőleges vonallal



Egyéb

Rombusz kérdőjellel

Minden személyhez nevek (a születési vezetéknev és becenév is), dátumok, szexuális irányultság (8 lehetőség), foglalkozás, végzettség és jegyzetek is tartozhatnak. A háziállatok akkor hasznosak, ha egy állat fontos a család érzelmi életében.

Életállapot, terhesség és ikrek



Életben van

Csak az alakzat



Elhunyt, halálozási életkorral

Ha a halálozási életkor benne van az alakzatban, az X sarokjelekké válik



Terhesség

Háromszög



Halva születés

Fél méretű alakzat X-szel



Kétpetéjű ikrek

Két gyermekvonal egy pontból



Elhunyt

X az alakzaton



Indexszemély (fő személy)

Külső gyűrű az alakzat körül (van, aki dupla körvonalat rajzol)



Vetélés

Kis telt kör



Abortusz

Kis X



Egypetéjű ikrek

Ugyanez, rövid vonallal összekötve

Kérdezzen rá közvetlenül a terhességvesztésekre („Voltak olyan terhességek, amelyek nem élve születéssel végződtek?”); ha senki nem kérdez, gyakran kimaradnak, pedig évekig formálhatják a családot.

Párkapcsolati vonalak 18 típus

A partnereket az alakzataik alatti vonal köti össze, a korábbi kapcsolatok a későbbiekéntől balra. A véget ért, házasság nélküli kapcsolat megtartja vonalstílusát, és egy ferde vonalat kap.

Elköteleződés szintje

	Randevúzás Vékony szaggatott vonal		Együttélés Szaggatott vonal
	Jegyeség Pontozott vonal		Házasság Folytonos vonal
	Élettárs Vastag folytonos vonal		Ismeretlen Szürke pontozott vonal kérdőjellel

Felbomlás

	Fizikai különválás Szaggatott vonal, egy ferde vonal (külön élenek)		Jogi különválás Folytonos vonal, egy ferde vonal
	Válás Két ferde vonal		Újraházasodott Két ferde vonal, fordított ferde vonallal áthúzva (újra összeházasodtak)
	Érvénytelenítés Két ferde vonal és egy X		Özvegy X a vonalon

Körülmények

	Viszony Rózsaszín szaggatott vonal		Viszony / Különválás Rózsaszín szaggatott vonal, egy ferde vonal
	Viszony / Válás Rózsaszín szaggatott vonal, két ferde vonal		Viszony / Házasság Házassági vonal, mellette rózsaszín szaggatott vonallal
	Egyéjszakás kaland Ritka rózsaszín pontok		Erőszak (nemi) Piros vonal vastag X-szel; csak azt rögzítse, ami elhangzik

Szülő–gyermek vonalak 7 típus

A gyermekek a szülők vonaláról ágaznak le, a legidősebb balra; az örökbe fogadott vagy nevelt gyermek vér szerinti szülei vékony, ívelt vonalat kapnak.

	Biológiai Folytonos vonal		Örökbe fogadott Két vonal egymás mellett, folytonos és pontozott		Nevelt Pontozott vonal
	Mostohagyerek Pont-vonal		Béranya Szaggatott vonal S jelöléssel		Spermadonor Szaggatott vonal SD jelöléssel
	Petesejt-donor Szaggatott vonal ED jelöléssel				

Érzelmi vonalak 39 típus

Az érzelmi vonalakat a szerkezet fölé rajzoljuk, bármely két személy közé. A színnek jelentése van: kék és zöld a kapcsolódás, piros a konfliktus, az összefonódás és a távolság, a nyilak pedig az egyirányú mintázatok jelei (a nyíl arra mutat, aki elszenved). Csak a szükséges vonalakat használja, a bántalmazást pedig csak körültekintően és a kliens bevonásával rögzítse.

Szabványos jelölés

	Kapcsolódó Egyszerű érzelmi kapcsolat, különösebb minőség nélkül.		Szoros Meleg, támogató kötődés egészséges határokkal.
	Összefonódott Túlzott bevonódás; elmosódott határok.		Távolságtartó Érzelmi elszakadás.
	Ellenséges Nyílt ellenségesség.		Szoros és ellenséges Szoros, mégis nyíltan ellenséges.
	Érzelmi bántalmazás Kényszerítés, megalázás, kontroll. A nyíl az érintett személyre mutat.		Fizikai bántalmazás Testi sérelem, az elkövetőtől az elszenvedő felé. A nyíl az érintett személyre mutat.
	Szexuális bántalmazás Szexuális határsértés. A nyíl az érintett személyre mutat.		Ráfókuszál Egy személyre irányuló figyelem. A nyíl az érintett személyre mutat.
	Negatívan ráfókuszál Kritikus vagy hibáztató figyelem. A nyíl az érintett személyre mutat.		Gondoskodó Másik személy felé irányuló gondoskodás. A nyíl az érintett személyre mutat.
	Elszakadt Szándékosan megszakított kapcsolat.		Helyreállt kapcsolat Megszakadt, majd helyreállt kapcsolat.

Bővített

	Közömbös Nincs érzelmi bevonódás.		Sosem találkoztak Soha nem alakult ki kapcsolat.
--	---	---	--

Pozitív

	Harmónia Kiegyensúlyozott, békés kapcsolat.		Barátság Támogató kapcsolat a családon kívül.
	Szeretet Mély szeretet és gondoskodás.		Szerelmes Kölcsönös romantikus kötődés.
	Kötődés Biztonságos, tartós érzelmi kötődés.		Limerencia Viszonyzatlan rajongás. A nyíl az érintett személyre mutat.

Ellenségesség és erőszak

	Konfliktusos Aktív feszültség és viták.
	Bizalmatlanság Gyanakvás, megvont bizalom.
	Összefonódott és konfliktusos Összefonódott és aktívan konfliktusos.
	Erőszak Testi erőszak vagy fenyegetés.
	Szoros és erőszakos Szoros, de testi erőszakkal.

Bántalmazás és kontroll

	Bántalmazás Általános bántalmazási minta. A nyíl az érintett személyre mutat.
	Érzelmi elhanyagolás Érzelmi gondoskodás megvonása. A nyíl az érintett személyre mutat.
	Kontrolláló Kényszerítő kontroll. A nyíl az érintett személyre mutat.

Figyelem

	Féltékeny Birtoklási vágy és irigység. A nyíl az érintett személyre mutat.
	Befolyás Az egyik személy erősen alakítja a másik döntéseit; a nyíl a befolyásolt személyre mutat.

	Gyűlölet Mélyen gyökerező ellenségesség.
	Távolságtartó és ellenséges Eltávolodott és ellenséges.
	Összefonódott és ellenséges Összefonódott, nyílt ellenségességgel.
	Távolságtartó és erőszakos Eltávolodott, erőszakkal.
	Összefonódott és erőszakos Összefonódott, testi erőszakkal.

	Fizikai elhanyagolás Gondoskodás, élelem vagy szállás megvonása. A nyíl az érintett személyre mutat.
	Manipulatív Rejtett befolyás. A nyíl az érintett személyre mutat.

	Rajongó / Csodáló Másik személy iránti csodálat. A nyíl az érintett személyre mutat.
---	--

Egészségi állapotok 22 kategória

Az egészségi állapotokat a személy alakzatának árnyékolása jelzi. A GenogramAI két stílust kínál; az új genogramok az elsőt használják.

Klasszikus árnyékolás (alapértelmezett)

Testi vagy lelki betegségnél a bal felet, alkohol- vagy drogvisszaélésnél az alsó felet árnyékoljuk, mindegyiket az állapot saját színével. A feltételezett állapot csíkozott; a felépülés vagy remisszió a bal alsó negyed plusz egy vonal.

**Testi vagy lelki betegség**
Bal fél

**Alkohol- vagy drogvisszaélés**
Alsó fél

**Betegség és szerhasználat**
Háromnegyed

**Feltételezett**
Ugyanaz a terület, csíkozva

**Betegség remisszióban**
Bal alsó negyed + függőleges vonal

**Felépülőben a szerhasználatból**
Bal alsó negyed + vízszintes vonal

Negyedek stílus

Minden állapot egy saroknegyedet tölt ki. Hasznos, ha valakinek több állapota van; a borítón látható példa is ezt használja.

Kategóriák és színek

-  Szív/kardiológiai

 Mentális egészség

 Neurológiai

 Genetikai

 Bipoláris

 Egyéb

 Evészavar

 Tanulási zavar
-  Rák

 Szerhasználat

 Légzőszervi

 Reproductív

 Depresszió

 OCD

 Skizofrénia
-  Cukorbetegség

 Alkohol

 Autoimmun

 Szorongás

 PTSD

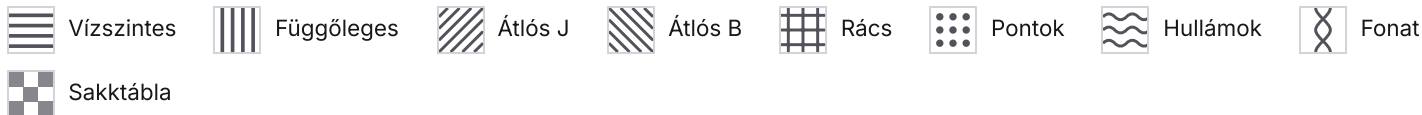
 ADHD

 Trauma

Egyéni állapotokat is felvehet, és kiválaszthatja, hogy mindegyik a betegségi vagy a szerhasználati félbe kerüljön. Bármelyik stílust használja, legyen jelmagyarázat, amely a színeket az állapotokhoz rendeli.

Kulturális háttér és egyéb kontextus

A személy alakzatában lévő kitöltési minta és szín az Ön által meghatározott háttérrel jelöl (például „ír” vagy „mexikói”). Minden háttérnek adjon saját mintát, és használja következetesen; több háttérrel rendelkező személynél ezek egymás mellett látszanak.



Egyéb kontextus

- **Vallás:** 13 lehetőség (Keresztény, Katolikus, Ortodox, Mormon, Jehova tanúja, Zsidó, Muszlim, Buddhista, Hindu, Szikh, Spirituális, Nincs, Egyéb)
- **Végzettség** (10 szint) és **társadalmi osztály** (5 szint)
- **Migráció:** jelölés azon a személyen, aki két kultúrában élt vagy kivándorolt
- **Lakóhely** és **egyéni** mezők, valamint a **háztartások**, az együtt élők köré rajzolt keretként
- **Intézmények** (iskola, börtön, idősotthon) felírtos dobozként, egy személyhez kapcsolva

Genogram készítése lépésről lépésre

1 Információgyűjtés

Három generáció: nevek, születési és halálozási évek, párkapcsolatok, gyermekek és hogyan kerültek a családba, terhességek és veszteségek, betegségek és szerhasználat, költözések, munka, végzettség, kultúra és vallás. Jegyezze fel, mi nem ismert.

2 Az indexszemély elhelyezése

Kezdje a klienssel, és jelölje meg indexszemélyként.

3 A szerkezet hozzáadása

Partnerek ugyanabban a sorban, gyermekek alattuk születési sorrendben, majd szülők, testvérek és nagyszülők. Minden kapcsolathoz válassza a megfelelő párkapcsolati és gyermekvonalat.

4 Érzelmi vonalak hozzáadása

Minden fontos kapcsolatnál kérdezze meg: mennyire szoros, mennyire konfliktusos, megszakadt-e a kapcsolat, ér-e valakit sérelem vagy kontroll?

5 Egészség és kontextus hozzáadása

Árnyékolja az egészségi állapotokat, adja hozzá a hátteret, a vallást és a dátumokat, csoportosítsa a háztartásokat, és tegyen hozzá jelmagyarázatot.

6 Átbeszélés a családdal

Ellenőrizze a tényeket, töltsse ki a hiányokat, és kezelje a genogramot munkadokumentumként, amely változik, ahogy többet megtud.

A GenogramAI automatikusan elrendezi a családot: generációk sorokban, gyermekek születési sorrendben, partnerek egymás mellett.

Nézetek és a jelmagyarázat

A GenogramAI-ban ugyanaz a genogram különböző rétegeken át olvasható, amelyeket a Nézetek menüben kapcsolhat be és ki az adatok módosítása nélkül. Kilenc van: **Kulturális, Orvosi, Társadalmi, Vallás, Végzettség, Hely, Egyéni, Hátterek és Háztartások**. Az érzelmi vonalak mindig láthatók. Egy **Idő** csúszka évről évre lejátssza a családot, a **Bemutató** mód pedig teljes képernyőn mutatja a genogramot.

A vászon **jelmagyarázata** csak az adott genogramban használt szimbólumokat és színeket sorolja fel, az exportok pedig „beépített jelmagyarázatként” tartalmazhatják. Az összes szimbólum teljes jelmagyarázata: genogramai.com/genogram-key.

Genogram olvasása

Szerkezet

Generációk, a háztartás összetétele, testvérsorrend, korai halálesetek, válások és új párkapcsolatok.

Kapcsolatok

Szoros kötődések, konfliktus, távolság és kapcsolatmegszakítás; háromszögek; ki kivel szövetséges.

Működés

Ki működik túl, és ki alul; hogyan áramlik a stressz a családban.

Generációkon át

Ismétlődő szerepek, betegségek, függőségek és kapcsolatmegszakítások; korábbi eseményeket visszhangzó életkorok és dátumok.

Hasznos kérdések: Mi tűnik fel? Mi hiányzik? Ki mesélné el másképp ezt a történetet? Hol vannak az erőforrások, például helyreállt kapcsolatok, felépülés és stabil kapcsolatok? Hogyan kapcsolódhatnak ezek a minták ahhoz, amiért a személy most segítséget kér?

A genogram közösen vizsgálándó hipotéziseket kínál; nem diagnózis.

Genogram készítése MI-vel

A GenogramAI leírás alapján genogramvázlatot készíthet, majd kérésre szerkesztheti. Ön dönt: ellenőrizzen minden személyt és vonalat, amelyet az MI hozzáad, ahogy egy kolléga jegyzeteit is ellenőrizné.

MI-asszisztens (minden csomagban)

A szerkesztőben kérje meg, hogy építsen, szerkesszen vagy válaszoljon kérdésekre: „Adj hozzá egy fiútestvért Sárahoz”, „Jelöld Jánost elhunytként 2019-ben”, „Mutasd, hogy anya és Lisa néni konfliktusban vannak”. Az Ingyenes csomag havi 5 MI-kreditet tartalmaz; a Pro és a Clinical korlátlan.

Létrehozás MI-vel (Pro)

Írja le a családot egyszerű szavakkal a vezérlőpulton, és kap egy elrendezett genogramot, amelyet tovább finomíthat.

Importálás MI-vel (Pro)

Töltsön fel fotót egy kézzel rajzolt genogramról vagy jegyzetéről; az MI szerkeszthető genogrammá alakítja.

Fájlimport (Pro)

GEDCOM-, GenoPro-, Gramps-, GEDCOM X-, Family.Show-, RootsMagic- és táblázatfájlok megnyitása új genogramként.

Papír vagy szoftver

	Papíron	A GenogramAI-ban
Módosítás	Újrarajzolás	Helyben szerkeszthető; az elrendezés magától frissül
Szimbólumok	Olyan rendezett, mint a rajza	18 párkapcsolati, 7 gyermek- és 39 érzelmi vonaltípus, egységesen rajzolva
Egészség	Kézi árnyékolás	22 kategória Aktív, Feltételezett és Felépülés állapottal
Megosztás	Fénymásolat vagy szkennelés	PNG és nyomtatás minden csomagban; PDF, SVG és GEDCOM a Pro és Clinical csomagban; csak megtekintésre szóló megosztási linkek

Free

- 2 genogram, egyenként legfeljebb 50 személlyel
- Havi 5 MI-kredit (MI-asszisztens a szerkesztőben)
- Minden szimbólum, nézet és a vászon jelmagyarázata
- PNG-export, nyomtatás, csak megtekintésre szóló link

Pro

- 25 genogram, személylimit nélkül
- Korlátlan MI, a Létrehozás MI-vel funkcióval együtt
- Import fotókból és jegyzetkből MI-vel; GEDCOM és más családfa-fájlok
- Exportálás PDF, SVG és GEDCOM formátumba

Clinical

- Minden, ami a Pro-ban, korlátlan genogrammal
- Klinikai mód: csak az Ön eszközén ment
- Kutatási nézet
- Asztali app Macre (Windows hamarosan)

Szójegyzék

Indexszemély

Az a személy, akire a genogram összpontosít.

Származási család

A család, amelyben valaki felnőtt.

Összefonódás (fúzió)

Olyan közelség, amelyben elmosódnak az egyéni határok.

Háromszög

Két ember egy harmadik bevonásával kezeli a feszültséget.

Túl- és alulműködés

Az egyik személy túl sok felelősséget vállal, a másik túl keveset.

Évfordulós reakció

Megterhelés egy korábbi családi esemény dátuma vagy életkora körül.

Genogram-jelmagyarázat

A genogram szimbólumainak, vonalainak és színeinek jelmagyarázata.

Azonosított páciens

Az a családtag, akit „a problémának” tekintenek; a tünetek a család tágabb megterhelését tükrözhetik.

Nukleáris család

A szülők és gyermekeik.

Kapcsolatmegszakítás

A kapcsolat megszakítása vagy erős korlátozása a családdal.

Differenciáció

Önmagunk maradni, miközben kapcsolódunk (Bowen-elmélet).

Parentifikáció

Szülői szerepet átvállaló gyermek.

Többgenerációs átadás

Egyik generációról a másikra átadott kapcsolódási minták.

GEDCOM

Családfaadatok szabványos fájlformátuma.

Irodalom

Bowen, M. (1978). *Family Therapy in Clinical Practice*. Jason Aronson.

Bennett, R. L., French, K. S., Resta, R. G., & Doyle, D. L. (2008). Standardized human pedigree nomenclature: Update and assessment of the recommendations of the National Society of Genetic Counselors. *Journal of Genetic Counseling*, 17(5), 424–433.

Congress, E. P. (1994). The use of culturagrams to assess and empower culturally diverse families. *Families in Society*, 75(9), 531–540.

Hartman, A. (1978). Diagrammatic assessment of family relationships. *Social Casework*, 59(8), 465–476.

Kerr, M. E., & Bowen, M. (1988). *Family Evaluation*. W. W. Norton.

McGoldrick, M., Gerson, R., & Petry, S. (2020). *Genograms: Assessment and Treatment* (4th ed.). W. W. Norton.

A jelölés a McGoldrick és munkatársai által leírt szabványos genogram-jelölést követi, a GenogramAI bővítéseivel. A GenogramAI nem áll kapcsolatban a szerzőkkel vagy a kiadóval, és azok nem támogatják. A példa-genogramok kitalált családokat mutatnak a GenogramAI példagalériájából.