

Índice

Agradecimientos	15
Prólogo. Libar en el jardín familiar.....	19
Introducción. Los hechos son obstinados.....	25
Contexto de la concepción, del nacimiento y otros avatares (síndrome del oso mal lamido)	25
La elección del nombre	26
Autonomía financiera.....	26
Huellas borrosas	27
Ya en la Biblia.....	28
Distinguir lo intergeneracional de lo transgeneracional.....	28
Capítulo I. Huelga decirlo, pero mejor hacerlo: la comunicación consciente verbal y la expresión de sentimientos, directa o indirecta	31
Una transmisión tácita de la experiencia	31
Visión de conjunto del análisis transgeneracional y sus implicaciones	32
La transmisión de los traumas de generación en generación a través de diversos actos fallidos.....	32
La emergencia corporal de la memoria familiar	33
Repeticiones.....	33
Josephine Hilgard y Anne Ancelin Schützenberger	34
Verbalizar los males	34
Capítulo II. Seamos fieles a nuestros antepasados, pero también y sobre todo a nosotros mismos: «lealtades familiares» invisibles e inconscientes	37
El ser humano es un animal gregario y social... ..	37
La cripta y el fantasma	38
Relación con el coconsciente y el coinconsciente.....	39
El coconsciente y el coinconsciente (familiar y grupal)	40

Capítulo III. No repetamos los errores, el sufrimiento y las faltas de nuestros antepasados, pero sepamos que los hechos se siguen repitiendo en momentos importantes, a menudo significativos:	
el síndrome del aniversario	43
Síndrome del aniversario y repetición	44
Pérdidas inaceptables y duelo no cumplido	44
Los trabajos de Josephine Hilgard sobre el síndrome del aniversario y las repeticiones	46
Caso clínico de lealtad familiar invisible: Camille, o cómo «desempolvar el polvo de la tos» y aflojar el «punto de capitoné»	49
Huellas históricas: el caso de Kosovo.....	52
Divisiones históricas.....	54
 Capítulo IV. De la importancia de terminar lo que se ha comenzado: el efecto Zeigarnik	55
Los duelos no elaborados	55
Cierre a través del psicodrama	56
Realidad excedente y proyección en el futuro	56
Los trabajos de Bluma Zeigarnik con Kurt Lewin y el llamado efecto Zeigarnik.....	57
 Capítulo V. Lo que no se expresa en palabras se graba y se expresa en dolores: el lenguaje del cuerpo o hablar sin decir... ..	61
Expresarse indirectamente a través del lenguaje corporal.....	61
El ventrílocuo y el fantasma	62
Expresar indirectamente para no «quedar expuesto»:	
dar a entender sin decir	63
El doble vínculo	64
¿Qué es un psicodrama?.....	65
El psicodrama de los zapatos, o la transmisión imposible	68
Delenda.....	72
Ondas morfogénicas de Sheldrake	73
La investigación de Jean-Pol Tassin.....	73
Las neuronas espejo	74
La huella de la memoria arcaica corporal.....	75
Los fractales y la teoría del caos.....	78
 Capítulo VI. Cambio y resistencia al cambio	79
Kurt Lewin (1890-1947)	79
Todo está en un equilibrio cuasiestacionario.....	81

Índice

El día que los alemanes quemaron la casa	81
La historia del ladrón y los documentos	81
Repitiendo la historia de la pérdida de los documentos.....	82
Sobrevivir a la pérdida	82
Resistencia al cambio	83
Se cambia más fácilmente si somos varios.....	84
La investigación fundamental de Kurt Lewin sobre el comportamiento alimentario	85
Historia de una bicicleta.....	87
Capítulo VII. ¿Quién y qué es lo que realmente nos importa?	
Las verdaderas conexiones.....	89
Aprender a percibir la trama de la propia vida y qué es esencial para uno mismo	89
Significado, proceso y contenido de este trabajo transgeneracional: el genosociograma	90
Acontecimientos importantes de la vida	90
El «átomo social»	91
Marie, los maltratos y el hermano pequeño muerto	92
Amélie, la reina María Antonieta y los adverbios interrogativos ...	94
Capítulo VIII. Cómo hacer un genosociograma	97
Dibujos, detalles de dibujos y convenciones	97
Metodología por asociación de pensamientos.....	104
Enlaces de color	106
Fechas que se repiten	107
Hechos de la guerra y recursos históricos.....	108
La importancia de los sueños	108
Diversos seguimientos posibles del trabajo del genosociograma .	109
Recordando algunos puntos clave	110
Capítulo IX. La vida comienza en la concepción, y depende del entorno familiar, de la clase social y de cómo se sea clasificado externamente	113
La vida comienza en la concepción.....	113
Las predicciones hechas en la cuna	114
El contexto en el que llegó el bebé y el nicho ecológico.	
El nido y sus tormentas	115
Entorno social y rituales regionales	115
Impacto de la clase social en la vida personal	116

El idioma que se habla en casa es a veces diferente del que se habla en el país en que se vive	116
El papel que le corresponde al niño	116
Ser la madre de su madre	117
Influencia de la clase social de pertenencia, de sus costumbres y hábitos.....	118
El ambivalente fracaso del niño inteligente	119
La jerarquía social y el orden de picoteo.....	120
Familias supuestamente normales, neuróticas o incluso perversas... ..	121
La elección del nombre de pila	121
Momentos decisivos en la vida	124
El final de la vida y despedirse.....	125
 Capítulo X. La memoria familiar, olvidos y la reconstrucción.....	 127
El pasado reexaminado.....	127
Tenemos la familia que tenemos	128
Reconstruir el pasado personal siempre es peligroso	128
Freud y las sonatas.....	129
Duelos no realizados	130
El caso de los migrantes.....	130
Las reacciones de María.....	131
 Capítulo XI. Cuando se trabaja a solas.....	 133
 Capítulo XII. Espacio seguro y seguridad básica	 137
Seguridad básica.....	137
Los primeros pasos son importantes	137
El <i>holding</i> de Winnicott	138
El espacio seguro de Kotani	139
Seguridad básica a través del tacto.....	140
El asiento o la postura del jinete y la «relación con la tierra» o el arraigo.....	141
Peter Pan, el refugio de la gracia y el país de «Nunca Jamás»	143
La <i>hardiness</i> de Kobasa	144
 Capítulo XIII. Sin un lugar bajo el sol.....	 147
Los resucitados	147
No confundir la coincidencia y el azar	148

Índice

Personas sin hogar, migrantes indocumentados, refugiados, esclavos	151
Retrotraerse para integrar, y después reabrir y asumir.....	151
Capítulo XIV. Cuando no se tiene acceso a la memoria familiar	157
¿Qué hacer?.....	158
La adopción y las familias espejo	158
Los «polipadres» y las «polimadres»	158
El llamado parentesco «normal» como ficción	159
Fecundación por un «donante» y secretos de familia: el caso de Gérard	159
El parto secreto: el caso de Marie-Pierre.....	160
Capítulo XV. Pedagogía blanca y pedagogía negra heredadas, padres tóxicos.....	163
Pedagogía negra	165
Una destrucción extrema.....	167
Comunicaciones paradójicas	168
Alentar	168
Conclusión. Asumir el farrago familiar y elegir la propia vida	171
¿Qué es el éxito?	179
Anexos	181
Escala de evaluación o autoevaluación del estrés provocado por los acontecimientos de la vida.....	183
La observación aguda y la «intuición»: suerte y serendipia.....	187
Inconsciente y transferencia	191
El efecto placebo.....	193
Psicogenealogía y trabajo	195
La «justicia real, restaurativa» de los maoríes.....	197
El triángulo perverso, o influir en el otro con el pretexto de ayudarlo	203
Bibliografía	209
Notas.....	227