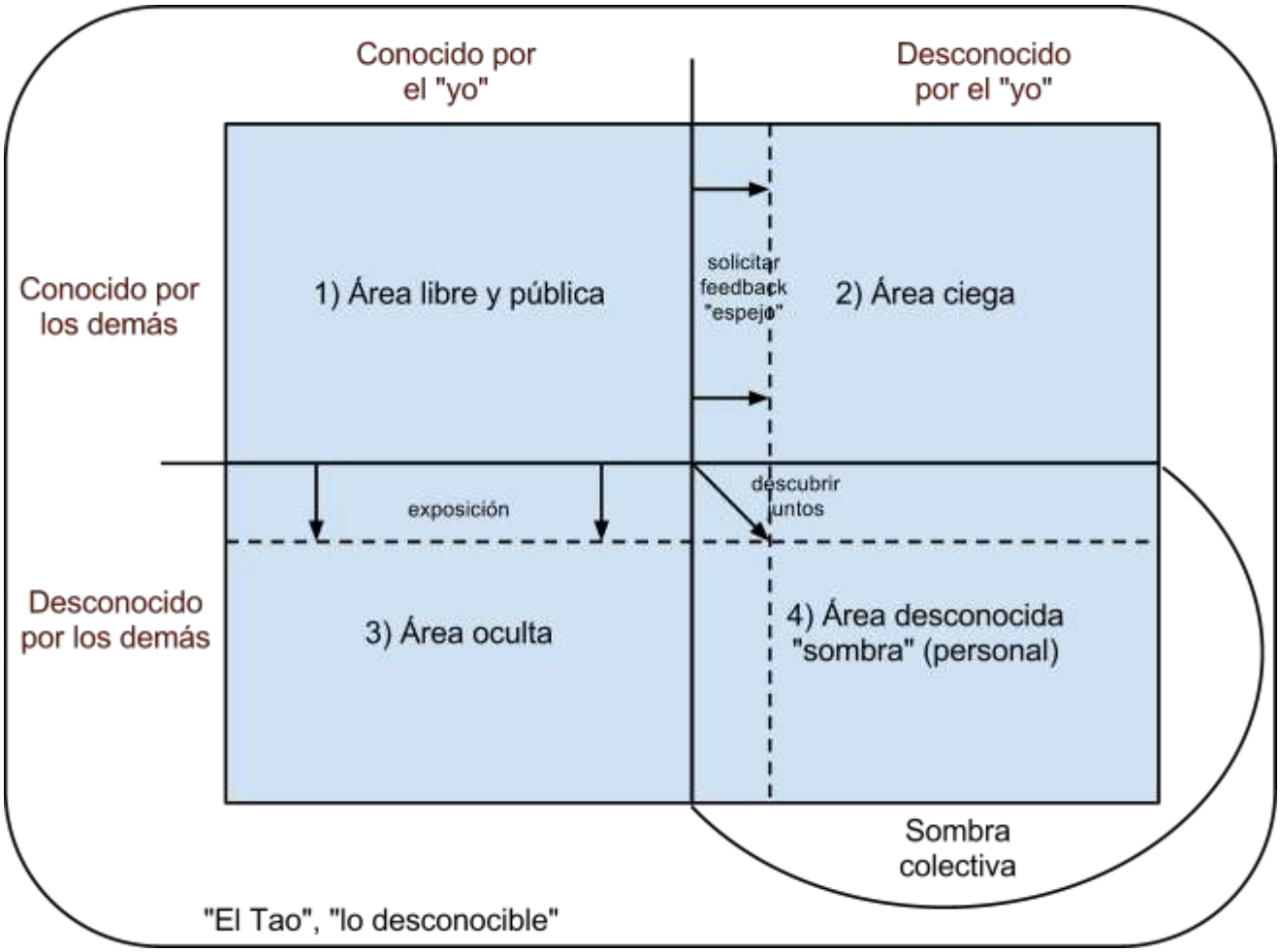
LA VENTANA DE JOHARI (1950)



“El Ser es el “yo” mas “el si mismo”, lo que soy mas lo que tengo reprimido.
El “si mismo” es el Yo + sombra .
“Zona 1”: La comunicación es un poco “aburrida”, habla el personaje.
Zona 2”: Cuanto más nos ayudan a desvelarla mediante el descubrimiento juntos, más se desvela la sombra, con el feedback, observando en que nos hacen los demás de espejo.
Afrontando el dolor del pasado desvelamos lo oculto, exponiéndonos abiertamente a los demás.
“Recoge el impacto que causo en los otros: mis talentos, que quizás no valoro pero que para los demás son especiales. Y también desvela mis dificultades y reacciones, visibles para un buen observador, pero de las que no soy consciente.
“Zona 3”: Mis secretos (grandes y pequeños). Lo que no me siento seguro de compartir. Está muy relacionado con la cultura grupal a la que pertenezco.
“Zona 4”:Sombra”: Parte de mi que fue reprimida. Cualidades que no tienen cabida en la sociedad y que no son aceptadas por el entorno. Reprimirlas requiere mucha energía y esas partes también pujan por salir. Las Constelaciones trabajan con la zona 4. La “sombra” se forma en la infancia. Lleva encima una capa de dolor provocada por el rechazo, de los otros primero y luego de mi juez interno. Descubrirla parece peligroso precisamente por ese capa de dolor...pero sacar eso a la luz es un regalo para nosotros y para el mundo.