



Johari Window

Joe Luft, Harry Ingham



Ja wiem

Ja nie wiem

Ty wiesz

Obszar **swobodny**

Metaforyczny "salon gościnny" naszej osobowości. To, co wiemy o sobie i ujawniamy śmiało przed innymi ludźmi. To obszar zabawy, dobrej współpracy i doświadczania prawdziwej bliskości.

Obszar **ślepy**

Cechy, których w sobie nie dostrzegamy, ale dla innych są wyraźnie widoczne. Mogą to być zarówno nasze zalety, jak i wady. Eksplorujemy ten obszar dzięki informacji zwrotnej od innych ludzi.

Nie wiesz

Obszar **ukryty**

To "piwnica" naszej osobowości. Wiemy to o sobie, ale nie chcemy pokazywać tego innym. Mogą to być nasze problemy, błędy, ukryte intencje... Ale również obszary naszej wrażliwości i prywatności. Czasem ukrywamy swoje talenty i możliwości. Albo czulą duszę!)

Martwy punkt

Elementy naszej osobowości nieznane zarówno innym, jak i nam samym [to, co pozostaje nieświadome]. O istnieniu tego obszaru możemy się dowiedzieć dopiero po czasie, np. po wyjątkowej sytuacji w naszym życiu, kiedy myślimy: "Nie wiedziałem tego o sobie!".

Kilka praw "okna Johariego"

Zagrożenia zmniejszają obszar świadomości. Obszar swobodny maleje kosztem innych.

Im większy "salon", tym więcej zasobów, umiejętności i energii można zaangażować **w pracę**.

Ukrywanie jakichś elementów swojej osobowości zawsze **pochłania czas i energię**.

Zaufanie powiększa obszar swobodny.

Im mniejszy "salon", tym gorsza jest jakość **komunikacji** oraz **współpracy**.

Nie można wymuszać na nikim ujawniania siebie. Taka **ekspozycja** jest szkodliwa.