

Zpětná vazba – Johariho okno

Jitka Navrátilová

23.3.2010



Johariho okno

	Já o sobě vím	Já o sobě nevím
Jiní o mně ví	Veřejná oblast (chování, které znám já i druzí)	Slepá oblast (chování, které znají druzí, ale já si ho nejsem vědom)
Jiní o mně neví	Skrytá oblast (chování, které skrývám před druhými)	Neznámá oblast (neznámá nám i druhým, ale může se stát známou)

Model Johariho okna

- Zjišťování toho, co o sobě víme a co ne.
- Vysvětlujeme význam a podstatu otevřenosti a uzavřenosti.
- model významu sebevnímání a toho, jak nás vnímají ostatní.
- Pochopení individuálního Johariho okna umožňuje efektivnější komunikaci.



Veřejná oblast

- Oblast našeho JÁ představující informace, názory ..., o kterých víme a veřejně je prezentujeme.
- O této oblasti ví i ostatní lidé.



Skrytá oblast

- Všechny poznatky o sobě, které skrýváme.
- Poznatky o sobě, které se týkají většinou negativních aspektů našeho JÁ.
- Při hromadění negativních vědomostí a emocionality, stávají se pro člověka zátěží.
- Může dojít k přetlaku (nekontrolované výbuchy emocionality atd.)



Slepá oblast

- Oblast našeho JÁ, o které sami nevíme, ale ostatní o ní ví.
- Tendence k přeceňování nebo podceňování.
- Neschopnost vidět reálné možnosti.
- Zpětná vazba nástrojem přenesení slepé oblasti našeho JÁ do oblasti veřejné.
- Nepřijetí zpětné vazby nezmenší naši slepou oblast.



Neznámá oblast

- Ta oblast našeho JÁ, o které nevíme ani my, ani ostatní.
- Informace uložené hluboko v nevědomí.
- Vytěsněné zážitky a zkušenosti, které však ovlivňují naše vnímání.
- Vlastnosti a chování, které se neprojevily v reálné životní situaci (potenciál).

