



Джохари прозорец

Прозорецът на Джохари показва колко добре разбирате себе си и помага да разберете как се отнасят към вас хората. В целият свят тази концепция е позната и приета като един от начините за подобряване на отношения и взаимното разбиране между хората. Автори на концепцията са Джозефом Лафт и Гарри Ингам, тя е създадена през 1955 година. Прозорците на Джохари изглеждат като квадрат, разделен на четири части, всяка от които представлява част от информация за човека, която предаваме по времето на общуване.

За да повишим своето самопознание, трябва да говорим за себе си и да слушаме, какво говорят за нас другите. Трябва да се опитваме да виждаме себе си през очите на другите хора.

"Прозорецът" е символично изображение на личността на човека. Той е разделен на четири квадранта:

- **Открития „АЗ”**
- **Слепия „АЗ”**
- **Скрития „АЗ”**
- **Непознатия „АЗ”**

Обикновено ние взаимодействаме чрез квадрантите „Открития АЗ”, „Слепия АЗ” и „Скрития АЗ”, което води до разширяването им, за сметка на „Непознатия АЗ”.

За да бъде ефективна комуникацията ни, трябва да намаляваме квадранта на “Слепия АЗ” и да увеличаваме квадранта на “Открития АЗ”.

	Известно на мен	Неизвестно на мен
Известно на другите	Открития „АЗ”	Слепия „АЗ”
Неизвестно на другите	Скрития „АЗ”	Непознатия “АЗ”





Прозорец – Открития “АЗ”

Сферата на нашата личност, която съзнателно показваме на другите, нашето собствено представяне. (Пример: *Малко съм суетен и това е известно на другите.*)

Колкото повече се разширява площта на този квадрант, колкото повече информация има за индивида, толкова по-ефективни, продуктивни, и взаимноизгодни ще бъдат отношенията между хората.

Прозорец – Слепия “АЗ”

Сферата на нашата личност, която е известна само на другите и която, поне за момента, е скрита от нас. За тази сфера можем да знаем от изказванията и реакциите на другите. (Пример: *Един приятел ми казва: “Имаш предрасъдъци към чиновниците”, а аз досега това не съм го осъзнавал.*)

Това затруднява общуването, заради това, че човек обикновено не споделя негативна информация за себе си. Има информация, която хората не споделят, често заради това, че не смятат, че тя е важна.

Прозорец – Скрития “АЗ”

Сферата на нашата личност, която другите не познават. Това е частната, интимната сфера. (Пример: *Малко съм стиснат и съм в състояние да прикривам това от другите.*)

Колкото повече площта на този квадрант се увеличава, толкова по-сложно се постига взаиморазбиране.

Прозорец - Непознатия “АЗ”

Сферата на нашата личност, която е непозната както за нас, така и за другите. Психологията я определя като несъзнателна.

