

## Model sebepoznání

Jedním z modelů sebepoznání je koncepce **Joe Lufta a Harry Inghama**, tzv. **Johariho okénko** (Jarošová, 2005). Jedná se o **model osobnosti**, který je založen především na sebeuvědomění vycházejícího z hloubky a šíře sebepoznání. Je znázorněn na níže uvedeném obrázku.

Obrázek č. 1 – Johariho okénko

| <b>Johariho okénko</b> |                            |                  |
|------------------------|----------------------------|------------------|
|                        | Co o sobě víme             | Co o sobě nevíme |
| Co vědí druzí          | ARÉNA<br>(veřejná osoba)   | Slepá skvrna     |
| Co nevědí druzí        | FASÁDA<br>(soukromá osoba) | Neznámé          |

Zdroj: Jarošová, 2005.

Tento model popisuje na ose „x“ to, **co o sobě víme a nevíme** a na ose „y“ to, **co o nás vědí a nevědí druzí**. Jak je na obrázku naznačeno, jedná se uvnitř obrazce především o čtyři kombinace těchto faktorů. Jednotlivé sektory mají svá označení, změny velikosti a proporcí těchto sektorů jsou možné a dokonce vítané. Je cílem snažit se **zmenšovat tzv. slepou skvrnu** a k tomu mohou dopomoci aktivity, kterých při vzdělávání se sebepoznání využíváme. Aktivity, v nichž může

docházet a dochází nejen k **rozvoji určitých „měkkých“ kompetencí**, ale i k sebepoznání, k možnosti **reflektování svého chování** a svých prožitků, k objevení skrytých potenciálů, ale i neuvědomělých rizik, k získání nové zkušenosti a k „posunům“ v Johariho okénku.

**Soupis bibliografických citací:**

JAROŠOVÁ, E. [a kol.]. 2005. *Trénink sociálních a manažerských dovedností: metodický průvodce*. 2. rozš. vyd. Praha: Management Press, 2005. 264 s. ISBN 80-7261-135-6

**Zdroj:** Mgr. B. Pytlíčková (2009)

***Cordatum Praha o.s. © 2013***

Veškerý obsah uvedený v tomto dokumentu podléhá autorským právům dle autorského zákona. Veškeré další šíření obsahu v jakékoliv formě je výslovně zakázáno a v případě zjištění porušení bude toto právo důrazně vymáháno. Šíření obsahu je možné pouze s výslovným souhlasem autora.