

Johari - Fenster

Das Johari-Fenster ist ein Vier-Felder Schema, dem man in Zusammenhang mit Feedbackgesprächen immer wieder begegnet. Es zeigt die Bedeutung Feedback zu geben und auch zu bekommen. Das Wort Johari steht für die beiden Autoren dieses Konzeptes (Joseph Luft & Harry Ingham, 1970).

Verhalten	anderen unbekannt	anderen bekannt
mir bewusst	2 – verborgen (Privatperson)	1 – offen (Öffentliche Person)
mir unbewusst	3 – unbekannt (Unbekanntes)	4 – unbewusst (Blinder Fleck)

Im Johari-Fenster werden unterschiedliche Bewusstseinssebenen eines Menschen dargestellt:

1. Der Bereich des gemeinsamen Wissens: Dies sind diejenigen Verhaltensanteile eines Menschen, die ihm bewusst sind (z.B. Einstellungen, Meinungen, Gefühle, Motivationen, Tatsachen) und die auch für die anderen wahrnehmbar sind.
2. Der Bereich der Zurückhaltung: Dies sind Teile des bewussten Selbst, die vor anderen verborgen werden sollen (auch dies können Meinungen, Einstellungen oder Gefühle sein). Das eigene Ich wird hier bewusst vor den anderen geschützt.
3. Der unbewusste Bereich: Dies sind Teile einer Person, die weder ihr noch anderen bekannt oder bewusst sind (beispielsweise Bedürfnisse, Begabungen, Verdrängtes, Vergessenes, Eigenheiten).
4. Der „blinde Fleck“: Dies sind die Teile einer Person (Vorurteile, Führungsstil etc.), die ihr selbst nicht bewusst sind, aber für andere sichtbar sind (beispielsweise über Kleidung, Stimme, Auftreten, also hauptsächlich über nonverbale Verhaltensweisen). Ein großer „blinder Fleck“ ist für eine effiziente Gesprächsführung hinderlich.

Ein Ziel persönlicher Weiterentwicklung kann es z.B. sein, den blinden Fleck zu erhellen. Eine Möglichkeit ist der Einsatz von Persönlichkeitsmodellen, etwa der Transaktionsanalyse. Hiermit kann das eigene Verhalten bewusster gemacht werden, indem ich mir Gedanken über meine eigenen Wertvorstellungen und Normen mache.

Einen weiteren Ansatzpunkt, blinde Flecken zu verringern bietet die Feedback-Technik. Durch Feedback-Geben können Unterschiede zwischen dem Selbst- und dem Fremdbild bewusst gemacht werden. Auf Fragen, z.B.: „Wie habe ich auf die anderen gewirkt?“ können dann Antworten gefunden werden.

Der Umgang mit dem Johari-Fenster und dem Instrument Feedback allgemein bedarf einiger Übung und kann in geeigneten Seminaren erlernt werden. Bei Interesse sprechen Sie uns bitte an.