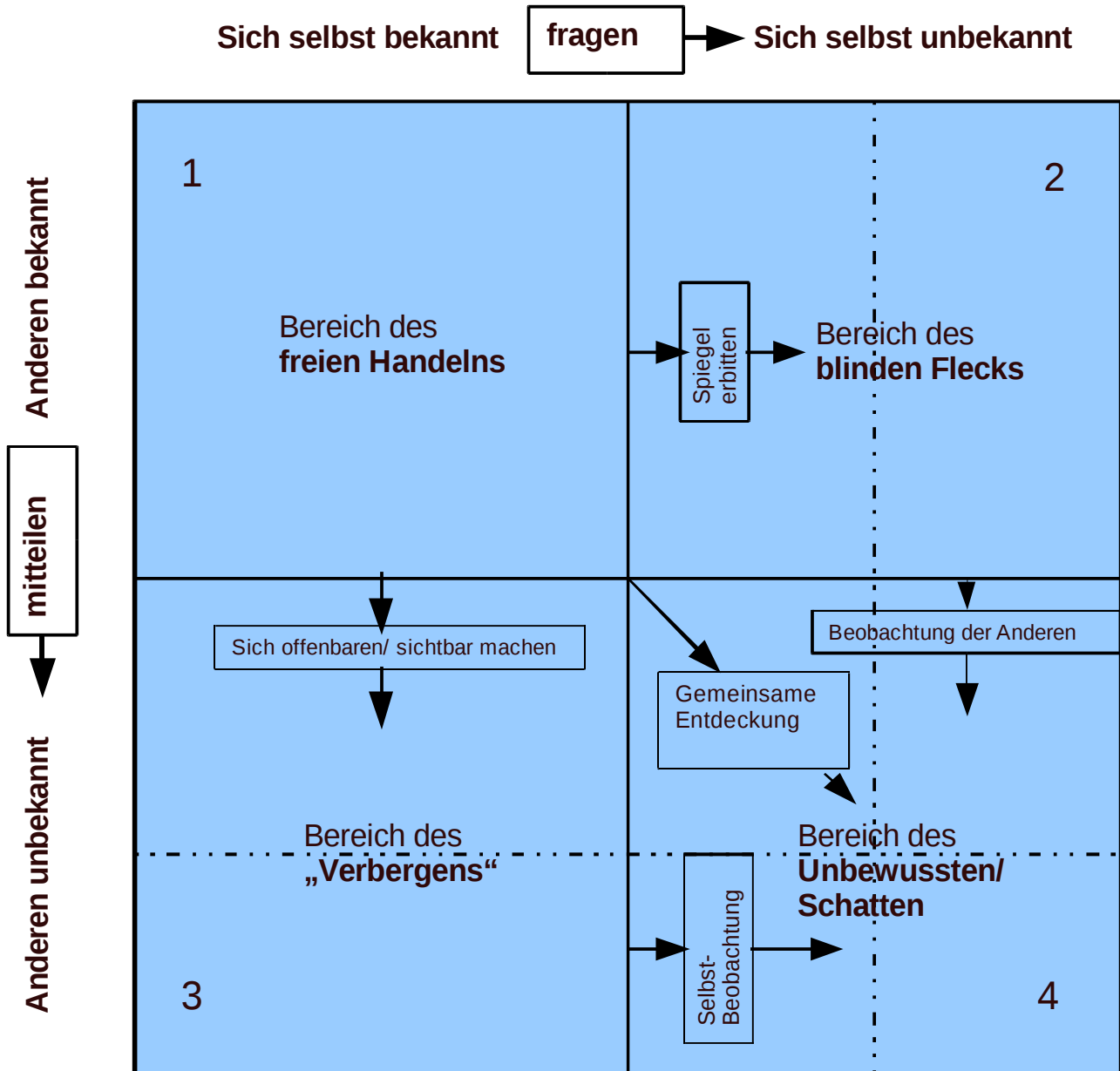


Das Johari-Fenster

(entdeckt und beschrieben von zwei US-Bürgern um 1950, John und Harri = **Johari**)



Teil 1: Bereich des "freien Handelns"

Dieser Bereich beschreibt die "**öffentliche Person**". Es ist der Bereich der freien Aktivität, öffentlicher Sachverhalte und Tatsachen. Denn er zeigt den Teil des Verhalten, der einer Person **selbst und anderen bekannt** ist. In diesem Bereich ist das Handeln frei und unbeeinträchtigt von Ängsten oder Vorbehalten. Hier fühlen wir uns sicher.

Es ist der Bereich, den wir sowieso schon gut kennen und die anderen auch. Ein **Forum**, das sich hier abspielt und aufhält, wird schnell langweilig.

Teil 2: Bereich des "Blinden Flecks"

Dies ist der "**Blinde Fleck**" der **Selbstwahrnehmung**. Dieser Bereich beherbergt den Anteil des Verhaltens, den man **selbst wenig, andere** aber sehr **deutlich wahrnehmen**.

Hier sind die unbedachten und **unbewussten Gewohnheiten**, Verhaltensweisen, Vorurteile oder Zu- und Abneigungen zu finden. Dies kommt meist nonverbal zum Ausdruck und wird anderen per Kleidung, Tonfall oder Gesten zu verstehen gegeben. Hier liegen aber auch Qualitäten von uns, die andere sehen, wir selbst aber nicht sehen und schätzen können.

Diese Verhaltensweisen, die von anderen wahrgenommen werden, der Person selbst aber nicht bewusst sind, führen leicht zu dem Gefühl der Trennung und zur Isolation.

Die „Spiegel“ im **Forum** geben mir die Möglichkeit diesen Bereich zu entdecken. Ich muß sie hören wollen und danach fragen, daß andere mir darüber erzählen.

Teil 3: Bereich des "Verbergens"

Hier ist der Bereich der "**privaten Person**". Teile des Denkens und Handelns sind hier verborgen, denen man ganz **bewusst vor anderen verbergen** möchte – die "**heimlichen Wünsche**", die "empfindlichen Stellen", aber auch religiöse Überzeugungen, politische Meinungen sind hier angesiedelt. Nur durch Vertrauen und Sicherheit zu anderen Personen kann dieser Bereich geöffnet werden.

Hier wird ein **Forum** spannend. Wenn ich mich in diesen Bereich vorwage, meine Schüchternheit sichtbar werden lasse, oder die Angst vor Ablehnung, aber auch meine Liebe und Zuwendung für Andere oder das Leben überhaupt, begeben mich auf unsicheren Boden. Ich kann allerdings auch erfahren, wie befreiend es wirken kann, nichts mehr verbergen zu müssen.

Das bedeutet nicht, daß ich ständig alles ausplaudern muß, es ist manchmal durchaus angebracht Dinge für mich zu behalten, aber ich fühle mich frei und nicht in Angst vor dem Schritt der Offenbarung. Die Öffnung in diesen Bereich hinein ist ein bewusster Schritt. Durch meinen Tonfall, durch meine Körperbewegung wird einem geübten Beobachter allerdings auch viel sichtbar, was ich noch nicht offenbaren will. Das kann mir helfen den Schritt zu wagen.

Teil 4: Bereich des "Unbewussten", des Schattens

Dieser Bereich ist **weder einem selbst noch anderen Personen** unmittelbar **zugänglich**. Verborgene Talente und Begabungen können hier schlummern. Hier liegt unser „Schatz“, der von einem „Drachen“ bewacht wird. An ihm führt kein Weg vorbei. Gängig ist es diesen Bereich des Unbewussten mit Hilfe der Tiefenpsychologie zu erschließen. Jedoch ist auch das **ZEGG-Forum** ein fantastisches Werkzeug dafür. In einem gelungenen Forum findet eine gemeinsame Entdeckungsreise in den Bereich des Unbewussten statt. Manchmal auch in den kollektiven Schatten.

Dort können wir entdecken, daß die Angst vor der Angst (dem Drachen/Schmerz) viel schlimmer ist als der Schmerz selber. Der Drache stellt die Energie dar, die wir jeden Moment brauchen, in dem wir Anteile von uns aktiv im Verborgenen halten. Innerhalb eines Auftritts im **Forum** können diese verborgenen Fähigkeiten und Kompetenzen entdeckt werden.

Dies Spiel meiner Persönlichkeit das im Johari Fenster dargestellt wird findet vor dem Hintergrund des Nicht-Wissens statt. Alles ist eingebettet in das Unnambare, Unbekannte und Unkennbare, das hinter allem liegt. Das wird es auch weiterhin geben, auch wenn wir den 4. Bereich ganz eröffnen können sollten.