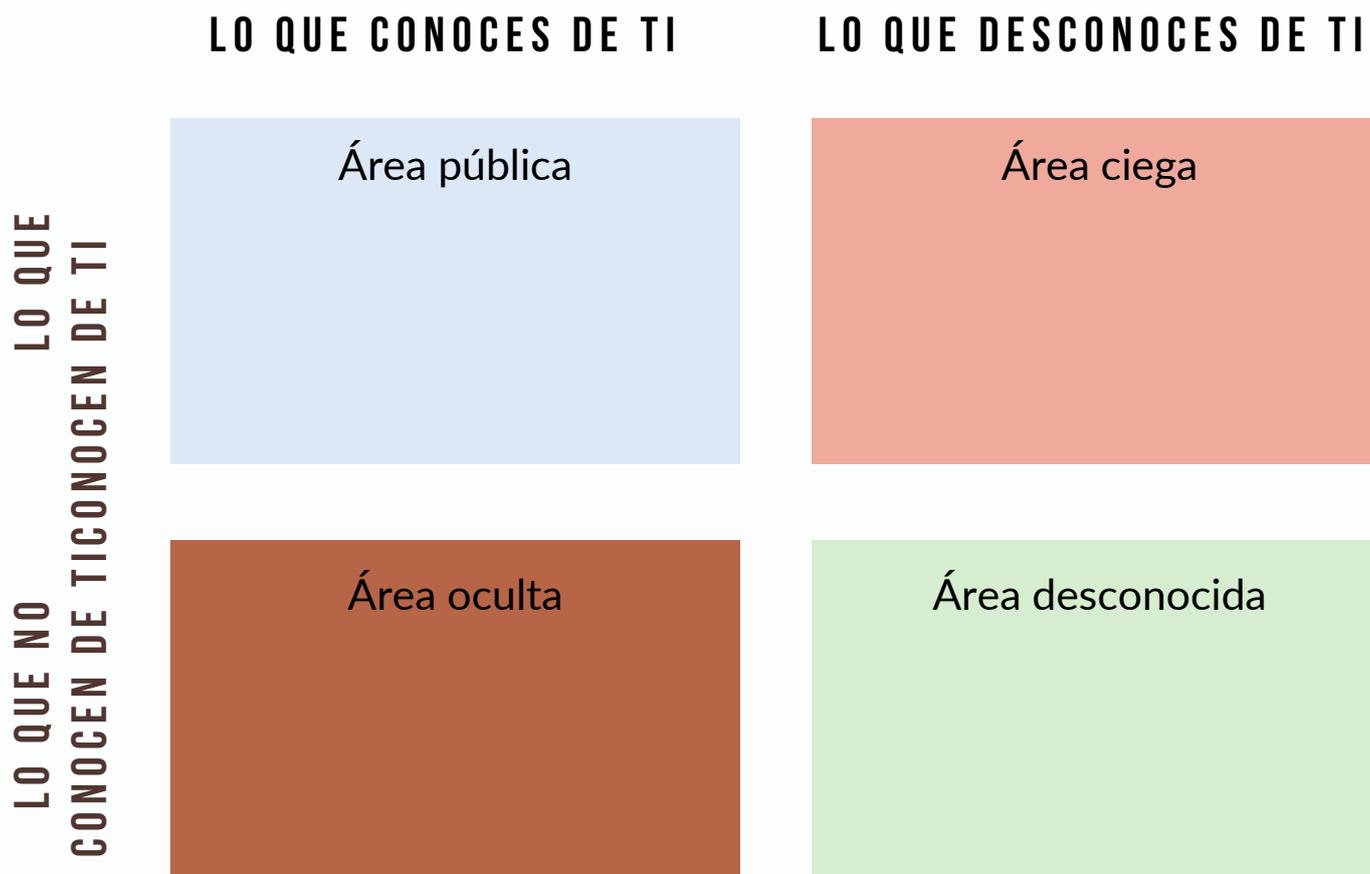


VENTANA DE JOHARI

Es una herramienta muy útil para el análisis de uno mismo, y la gran ventaja es que se puede aplicar en cualquier área de la vida. Ayuda a comprender cómo varía la percepción que tenemos de **nosotros mismos y de los demás**.

La clave es estar abierto a los comentarios que otras personas nos hacen para conocernos mejor.



Área pública: Es la parte de nosotros mismos que los demás también ven. Son comportamientos que dejamos al descubierto, ya sean buenos o malos.

Área ciega: Es la parte que los otros perciben pero nosotros no, es decir, lo que los demás saben de nosotros y no nos cuentan. Lo que comunicamos sin saberlo.

Área oculta: Lo que sabemos de nosotros mismos pero que no queremos compartir. En realidad, son sentimientos, ideas, secretos, miedos... cualquier cosa que queremos ocultar a los demás. Y lo ocultamos porque pensamos que no nos van a comprender, no nos van a apoyar o que el grupo no lo va a aceptar.

Área desconocida: Es la parte más misteriosa del subconsciente que ni uno mismo ni los demás logran percibir. Un área donde se encuentran capacidades o habilidades ocultas.