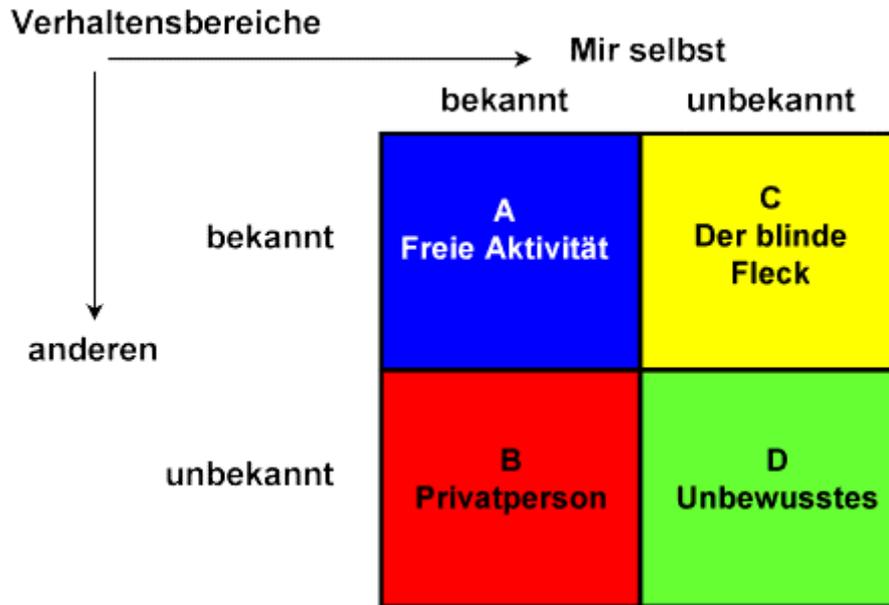


Veränderung der Selbst- und Fremdwahrnehmung

Die Autoren Joe Luft und Harry Ingham haben ein einfaches grafisches Modell entwickelt, welches die Veränderung der Selbst- und Fremdwahrnehmung durch Feedback in einer Gruppe zeigt: Das Johari-Fenster:



Quadrant A:

Bereich, in dem Verhaltensweisen und Motivationen sowohl mir selbst als auch anderen bekannt sind.

Sowohl ich, als auch meine Kollegen wissen, dass ich meinen Kaffee gerne "schwarz" trinke.

Quadrant B:

Bereich, in dem Verhaltensweisen und Motivationen zwar mir selbst, aber den anderen nicht bekannt sind.

Ich weiß von mir selbst, dass ich vor einer Rede vor vielen Menschen großes Lampenfieber habe. Meinen Kollegen bleibt dieses jedoch verborgen.

Quadrant C:

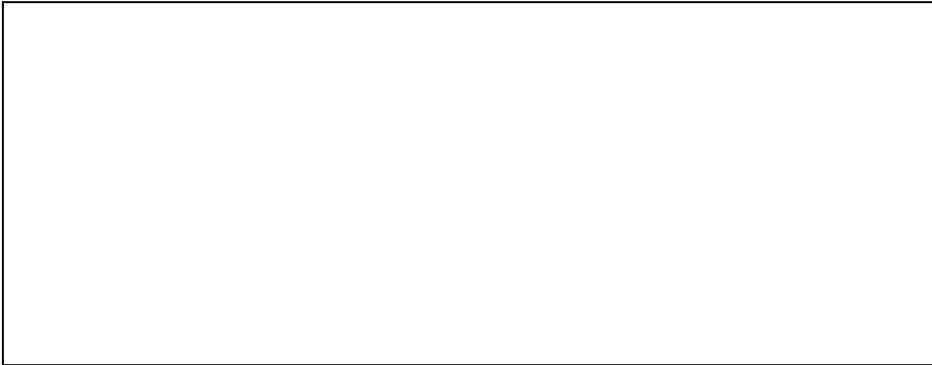
Der Bereich heißt der "blinde Fleck" der Selbstwahrnehmung. Dies ist der Bereich, der mir selbst verborgen bleibt, der aber für andere erkennbar ist.

Meine Kollegen nehmen an mir wahr, dass ich, wenn ich spreche viele "Lückenbüßer" (mmhh, aaahhh) verwende. Mir selbst ist dies nicht bewusst.

Quadrant D:

Bereich, in dem Verhaltensweisen und Motivationen weder mir, noch anderen bewusst sind. Dieser Bereich des menschlichen Verhaltens beschäftigt vor allem die Tiefenpsychologie.

Zu Beginn einer Arbeitsgruppe sind die Quadranten B und C meist sehr dominant, das heißt, die anderen wissen wenig über meine Einstellungen, Gefühle, Bedürfnisse und ich weiß wenig über Verhaltensweisen von mir selbst, die andere an mir wahrnehmen, die mir selbst aber nicht bewusst sind.



Ziel des Feedbacks ist es nun, die Bereiche B und C zu verkleinern und den Bereich A zu vergrößern, das heißt, ich teile anderen mit was ich denke, fühle, welche Bedürfnisse ich habe usw. und die anderen teilen mir mit, was sie an mir beobachten und wahrnehmen.



Copyright 2000-2002, [b-wise gmbh](#)
Stephanienstr. 20
76133 Karlsruhe

Eine gute Zusammenfassung der Theorie und eine Übertragung auf Intergruppenphänomene findet sich unter:

<http://www.stangl-taller.at/ARBEITSBLAETTER/KOMMUNIKATION/Joharifenster.html>