

自分は知っている

自分は気づいてない

他人は知っている



開放の窓



盲点の窓

他人は気づいてない



秘密の窓



未知の窓

前ページのシートを使ってジョハリの窓に取り組もう

ジョハリの窓に取り組み、他の人から見られている自分や自分だけが知っている自分など、自らを客観的に分析してみよう。

（取り組むときには人間関係のあるグループ、4人から5人程度が望ましい）

手順

- ① 自分の特徴であると、自分で考えていることを10個程度、フセンに書き出して、左下の窓「秘密の窓」に貼る。
- ② 次にグループのそれぞれの人の特徴について、それぞれ5個程度フセンに書き出し、それぞれの人に渡す。
- ③ 他の人から指摘されたフセンを左上の窓「開放の窓」と右上の窓「盲点の窓」に割り振って貼る。①で貼ったフセンで指摘されたものは左上に移動させる。
- ④ グループの人たちとの話し合いで改めて気がついた自分だけの特徴があれば、付箋に書いて右下の「秘密の窓」に貼る。
- ⑤ 上の窓に書き出された自分の特徴について、客観的に考えてみるとともに、左下の窓に残った自分の特徴をどのように開放していくかも考察していこう。