

Johari un Nohari testi

Testā dots 55 īpašību uzskaitījums.

spējīgs	piekrītošs	piemērojošs	pašapzinīgs	drosmīgs
mierīgs	rūpīgs pret citiem	priecīgs	gudrs	sarežģīts
pārliecināts	uzticams	cienīgs	enerģisks	ekstraverts
draudzīgs	dodošs	laimīgs	izpalīdzīgs	ideālistisks
neatkarīgs	asprātīgs	inteliģents	intraverts	laipns
zinošs	loģisks	mīlošs	nobriedis	pieticīgs
nervozs	vērīgs	organizēts	pacietīgs	varens
iedomīgs	kluss	domīgs	atslābinājies	religiozs
atsaucīgs	meklējošs	pašpārliecināts	kautrs	prātīgs
sentimentāls	bikls	muļķīgs	spontāns	līdzjūtīgs
saspringts	uzticības cienīgs	sirsnīgs	gudrs	atjautīgs

Īpašību apzīmējumi Džohari testam

Šo rīku izgudroja Džozefs Lufts (Joseph Luft) un Harijs Inghams (Harry Ingham) 1955. gadā, lai palīdzētu cilvēkiem labāk izprast viņu komunikācijas spējas un attiecības ar citiem cilvēkiem. Nosaukums veidots no viņu vārdu pirmajām zilbēm. Lai izpildītu šo testu, Jums ir jāizvēlas 5-6 Jums visraksturīgākās īpašības. Jūsu biedri (ģimenes locekļi, darba biedri, komandas locekļi) arī katrs izvēlās 5-6 īpašības, kuras viņuprāt vislabāk raksturo Jūs.

Izvēlētās īpašības tiek atzīmētas Džohari logā.

	Pašam zināmas	Pašam nezināmas
Zināmas citiem	Arēna (Atklātais „es”)	Aklais laukums
Citiem nezināmas	Fasāde „es”	Nezināmais „es”

Džohari logs

Īpašības, kuras izvēlējāties gan Jūs pats, gan apkārtējie, ieraksta logā *Arēna jeb Atklātais „es”*. Tās ir īpašības, kuras zināt gan Jūs, gan apkārtējie.

Īpašības, kuras izvēlējāties tikai Jūs pats, bet neviens no apkārtējiem, ieraksta logā *Nezināmais „es”*. Vai šo informāciju atklāt citiem, ir Jūsu pašu izvēle.

Īpašības, kuras Jūs neesat izvēlējies, bet ir izvēlējušies citi, ieraksta *Aklajā laukumā*. Šīs īpašības ir novērojuši citi, bet Jūs par tām nezinājāt.

Īpašības, kuras neizvēlējās neviens, paliek logā *Nezināmais „es”*. Tās vai nu Jums neatbilst, vai arī tiek kolektīvi ignorētas.

Šis tests palīdz noskaidrot, kā Jūsu priekšstats par sevi atbilst apkārtējo priekšstatam par Jums, un izvēlēties tālāko darbību sevis pilnveidošanai un arī komunikācijai ar apkārtējiem. Jūs varat izvēlēties palielināt logā *Arēna* esošo īpašību uzskaitījumu uz *Nezināmā „es”* vai *Aklā laukuma* rēķina, varat izvēlēties papildināt savu „psiholoģisko rīku kasti” ar īpašībām no *Nezināmā*. Nezināmais ”es” ir nezināms gan mums pašiem, gan apkārtējiem, piem., apslēptie talanti. „Nezināmā Es” atklāšana notiek „Slēptā Es” un „Aklā Es” samazināšanas (stāstīšanas un jautāšanas) rezultātā.

Pretējs ir Nohari tests, kurā tiek izmantoti Johari testā doto īpašību antonīmi. Nohari tests noder, lai noskaidrotu, ko negatīvu cilvēki par Jums domā. Tas ir svarīgi, lai Jūs varētu šīs negatīvās īpašības labot.

nekompetents	neiecietīgs	neelastīgs	kūtrs	glēvs
varmācīgs	atturīgs	drūms	dumjš	vientiesīgs
nedrošs	bezatbildīgs	rupjš	apātisks	attālināts
naidīgs	savtīgs	nelaimīgs	bezpalīdzīgs	cinisks
trūcīgs	bez iztēles	bezsatūrīgs	bezkaunīgs	cietsirdīgs
neizglītots	neracionāls	atturīgs	bērnišķīgs	lielīgs
neieinteresēts	nejūtīgs	haotisks	nepacietīgs	vājš
apjucis	skaļš	tukšs	panisks	neētisks
vienaldzīgs	pašapmierināts	pasīvs	manierīgs	pārsteidzīgs
bezkaislīgs	teatrāls	garlaicīgs	iepriekš paredzams	raupjš
neuzmanīgs	neuzticams	auksts	mulķīgs	bez humora izjūtas

Īpašību apzīmējumi Nohari testam