

Gruppmedlemmar:

Marcus Vikén

Ludvig Johansson

1. Kommunikation – Ett sätt att beskriva förhållandet mellan medvetet och omedvetet i förhållande till andra är Johari fönster. Redogör detaljerat för denna teori, och ge tydliga exempel på de fyra fälten och på vad som kan göras för att "förstora" det öppna fältet.

Johari-fönster är ett sätt att beskriva förhållandet mellan medvetet och omedvetet i förhållande till andra. Modellen utgår från förhållanden: det jag är medveten om, eller känner till hos mig själv, och det andra är medvetna om, eller känner till om mig.

Johari-fönstret består av 4 delfält.

Det öppna fältet:

Innehåller beteenden, tankar och känslor som vi liksom andra är medvetna om. Fältet innehåller vårt ansikte utåt, det vi delar med andra människor. I början av en bekantskap är detta fält litet då man ej känner till så mycket om den andra människan. I en grupp innehåller det öppna fältet den del av gruppens syn på sig själv som stämmer överens med omvärldens.

Det dolda fältet:

Innehåller individens privata eller hemliga sidor, erfarenheter, känslor, tankar och fantasier. Tex delar vi inte mycket av oss själva till människor vi inte känner. En annan anledning till att man har dolda sidor kan bero på att man skäms för dem. I en grupps dolda fält finns det grupphemligheter som inte delas med omvärlden men som varje gruppmedlem är väl medveten om.

Ex. Ett litet företag som vefinner sig i ekonomiska svårigheter döljer detta för inte bli av med sina krediter.

Det blinda fältet:

Innehåller beteenden som andra lägger märke till medan vi själva inte är medvetna om dem. Det man vill förmedla kan misstolkas. Tex. tro att det jag göra är för allas bästa medan andra kan se att mitt viktigaste motiv är att hävda mig själv. Gruppens blinda fält innehåller sådant som medlemmarna inte ser, men som andra kan uppfatta. Man blir lätt hemmablind och förlorar perspektiv på vad som händer i den egna vardagen. Kan ofta innebära att gruppen överskattar eller underskattar sig själv.

Det okända fältet:

Består av de delar av personligheten som varken vi själva eller andra har kontakt med. Våra djupt omedvetna sidor finns här. När gruppen befinner sig i balans är det lättare att fungera vuxet och rationellt, om man däremot utsätts för påfrestningar och stress är det lättare att primitiva sidor får mer utrymme.

Vad kan man göra för att förstora det öppna fönstret?

Mer öppen och lita på människor. I gruppsammanhang gäller att ju mer medveten gruppen är om sina styrkor och svagheter, desto mer innehållsrikt är det öppna fältet.

1. Vad kan man göra? Kommunikation – När det är speciellt viktigt att göra sig förstådd, är det fördelaktigt att ha en förmåga att vara extra tydlig. En sådan tydlighet inkluderar flera olika aspekter. Redogör detaljerat för de olika aspekter som beskrivs i kurslitteraturen.

Det är viktigt göra sig förstådd när missförstånd kan leda till allvarliga konsekvenser, tex vid instruktioner om hur en patient skall ta en viss medicin eller hur en farlig maskin skall skötas.

Andra sådana situationer är när starka känslor är inblandade som vid negativ kritik eller personliga konflikter. En sådan tydlighet inkluderar flera olika aspekter som redovisas nedan.

Medvetenhet om här-och-nu:

Innebär att jag gör mig medveten om så mycket som möjligt av de signaler, impulser och känslor som kommer från den egna kroppen. Genom att vara medveten om egna känslor när jag förmedlar ett budskap, kan jag vara vaksam på de eventuella dubbla signaler jag förmedlar. Mitt budskap blir tydligare och lättare att ta till sig om mina känslor överensstämmer med det jag vill förmedla. Blandade känslor kan ge dubbla budskap.

Feedback.

I grupper där man på ett respektfullt sätt vågar ge varandra i första hand positiv feedback men även uttrycka kritik, brukar tryggheten, gemenskapen och sammanhållningen stärkas. Feedback kan innebära att ge bekräftelse på vad man uppfattat.

Metakommunikation.

Innebär att kommunicera om kommunikationen.