



# La ventana de Johari

## Descripción

Modelo para el **autoconocimiento** y la **evaluación personal** útil para conocer múltiples **aspectos de nuestra realidad**, algunos de ellos conocidos y otros por descubrir.

## Objetivos

**Analizar y mejorar las relaciones interpersonales** en alguno de los roles que desempeñamos en el día a día mediante el conocimiento de uno mismo y de los demás.

## Desarrollo

El proceso se realiza en **5 etapas** con el apoyo del **Gráfico de las 4 áreas de la realidad**:

1. **Introducción** al ejercicio
2. **Selección del rol** a mejorar
3. **Autoevaluación**
4. **Comparación**

## Áreas de la realidad

