

的周哈里窗

Date: / /

1995年，社會心理學家周瑟夫・路夫特 GosephLuf) 和哈利・英格漢 (Harry Ingham) 提出：「周哈里窗」(Johari Window) 這個概念，鼓勵想更瞭解自己與他人的人們透過對話認識彼此，例如分享對彼此的第一印象，或是最欣賞彼此的一個特點。

讀一讀以下的形容詞，請你用藍色的筆圈起符合自己的人格特質，並請同學或朋友用紅色圈起他們認為你有的人格特質。
(要是你認為有更多沒寫到的人格特質，也可以自己加上)

誠實 / 想像力豐富 / 害羞 / 活潑 / 固執 /
有領導力 / 謹慎 / 大方 / 幽默 / 隨和 / 負責 /
不拘小節 / 好奇心旺盛 / 溫暖 / 衝動 / 勇敢 /
慷慨 / 耐心 / 服從 / 樂觀 / 正直 /

我眼中的自己

我不知道的自己

他人眼中的我

他人不知道的我

開放我

盲目我

隱藏我

未知我