

# EIKONA EAYTOY



# ΑΥΤΟΓΝΩΣΙΑ

- Γνωριμία και επίγνωση των **αντιδράσεων** του εαυτού. Είναι η γνώση που έχει το άτομο για τη **συμπεριφορά** του, τις **αξίες** του, τις **πεποιθήσεις** του και τα **συναισθήματά** του (Μαλικιώση-Λοϊζου, 1994)



FREUD

Οι δυσκολίες και η δυστυχία των ανθρώπων οφείλονται στην άγνοιά τους για το τι συμβαίνει μέσα τους.

## ROGERS

- Όσο καλύτερα μπορεί ο άνθρωπος να δει αυτό που συμβαίνει μέσα του, τόσο ικανότερος θα είναι να κυβερνά τον εαυτό του και τη ζωή του.

## ΕΜΕΙΣ ΚΑΙ ΟΙ ΑΛΛΟΙ

- Η **επικοινωνία** και η **διαπροσωπική αλληλεπίδραση** επικυρώνουν ή καταρρίπτουν τη γνώση που πιστεύει κανείς ότι έχει για τον εαυτό του, ενώ παράλληλα συμβάλλουν στη **γνωριμία** με τον εαυτό

## ΑΝΤΙΛΗΨΗ ΕΑΥΤΟΥ (ΠΗΓΕΣ)

- Οι άλλοι...
- Αυτό-παρατήρηση
- Ομάδες στις οποίες συμμετέχω
- Ρόλοι που έχω αναλάβει
- Κοινωνική Σύγκριση (καλύτερος-χειρότερος από τον άλλο)

# Εγώ

ΝΑΙ

ΟΧΙ

Ο  
Ι  
Α  
Λ  
Λ  
Ο  
Ι

ΝΑΙ

ΟΧΙ

1 ΑΝΟΙΧΤΟ	2 ΤΥΦΛΟ
3. ΚΡΥΦΟ	4. ΑΓΝΩΣΤΟ

ΠΑΡΑΘΥΡΟ JOHARI (ΜΕΣΗ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ)



# Εγώ

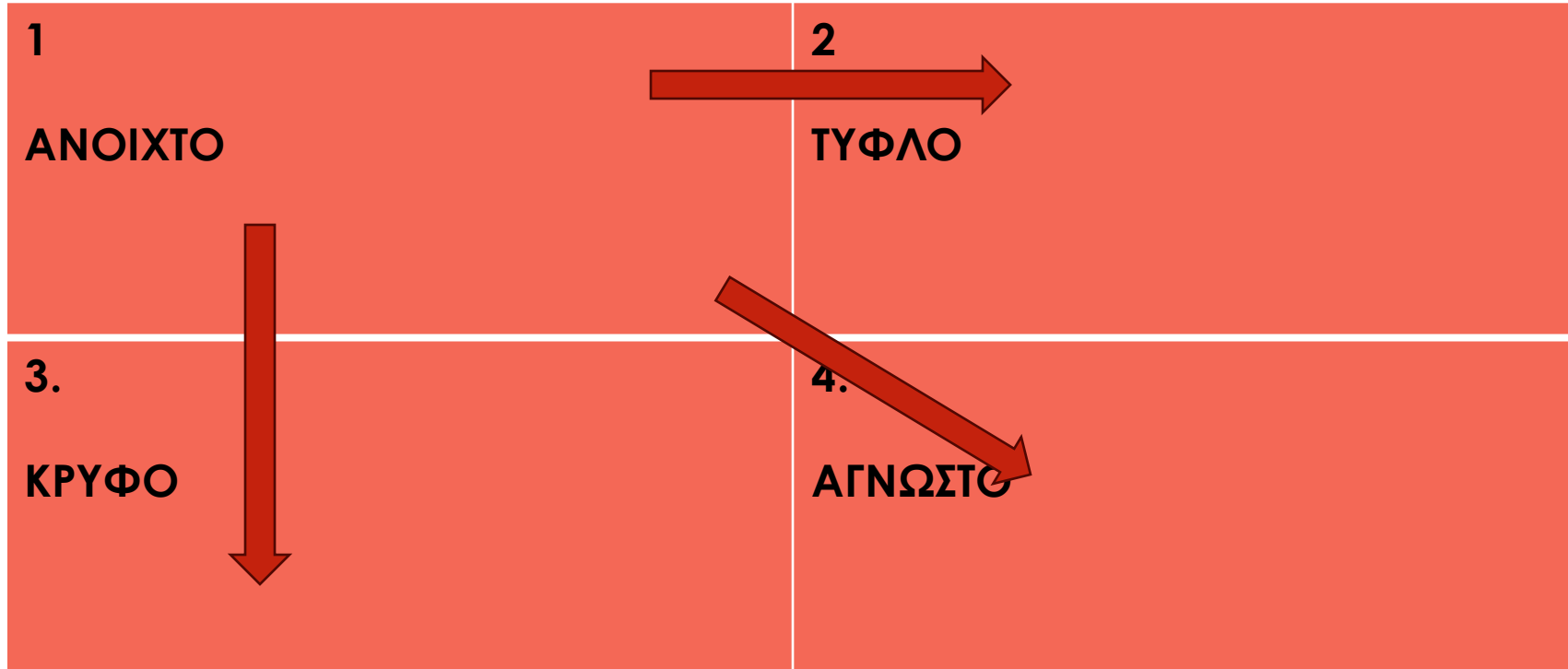
ΝΑΙ

ΟΧΙ

Ο  
Ι  
Α  
Λ  
Λ  
Ο  
Ι

ΝΑΙ

ΟΧΙ



ΠΑΡΑΘΥΡΟ JOHARI (ΜΕΣΗ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ)



# Εγώ

ΝΑΙ

ΟΧΙ

Ο  
Ι  
Α  
Λ  
Λ  
Ο  
Ι

ΝΑΙ

1

ΑΝΟΙΧΤΟ

2

ΤΥΦΛΟ

3.

ΚΡΥΦΟ

4.

ΑΓΝΩΣΤΟ

ΟΧΙ

ΠΑΡΑΘΥΡΟ JOHARI (ΥΓΙΗΣ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ)

# Εγώ

ΝΑΙ

ΟΧΙ

Ο  
Ι  
Α  
Λ  
Λ  
Ο  
Ι

ΝΑΙ

1

ΑΝΟΙΧΤΟ

2

ΤΥΦΛΟ

3.

ΚΡΥΦΟ

4.

ΑΓΝΩΣΤΟ

ΟΧΙ

ΠΑΡΑΘΥΡΟ JOHARI ( ΑΜΥΝΤΙΚΗ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ)