

## «Окно Джохари» в подростковом служении

Февраль 2025 г.

Джон Гериг

Один из интересных способов понимания подростков был разработан в 1955 году Джозефом Луфтом и Харри Инхамом. Он называется «окно Джохари». В названии объединены два их имени – Джо и Харри. Это способ взглянуть на то, как человек осознает самого себя. Согласно «окну», у каждого есть четыре взгляда на свою жизнь. И каждому из них соответствует своя часть окна.



Первая «часть» включает в себя те сферы «себя», которые знаю я и окружающие. Она называется **«Арена»** или **«Открытая зона»**. Для подростка, пусть его зовут Саша, это может быть то, что он любит играть на гитаре, общителен в группах и очень грустил, когда умерла его бабушка. Конечно, не все знают об этом Саше, но те, кто его окружает, уловили это.

Вторая «часть» – та, которую знает о себе только Саша. Эта тайная зона называется **«Тайник»** или **«Скрытая зона»**. Люди не знают всего, что происходит внутри Саши. Возможно, он борется с сомнениями по поводу своей веры или переживает о недавнем разводе родителей. Но он держит это в себе, и все думают, что в этих областях у него все в порядке.

Третья «часть» – та, которую знают о Саше другие, но сам он ее не видит. Это называется **«Слепая зона»**. Он слеп к тому, что слишком много говорит, дружит с теми, кто тянет его вниз, и не очень полезен в клубе. Все остальные видят это, но Саша не осознает это в своей жизни.

А четвертая «часть» включает в себя то, о чем не знает ни он сам, ни окружающие люди. Она называется **«Неизвестная зона»**. В ней хранятся части его жизни, о которых не знает никто, кроме Бога. Например, Саша до сих пор не простил своего отца, хотя думает, что простил.

Эти четыре части окна можно изобразить следующим образом:

### Окно Джохари

	<i>Известно вам</i>	<i>Неизвестно вам</i>
<i>Известно другим</i>	<b>1. Открытая зона</b> Известно и вам, и другим	<b>3. Слепая зона</b> Неизвестно вам, но известно другим
<i>Неизвестно другим</i>	<b>2. Скрытая зона</b> Известно вам, но не другим	<b>4. Неизвестная зона</b> Неизвестно ни вам, ни другим

Размер этих зон у разных людей разный. Моя жена – экстраверт, поэтому у нее довольно большая открытая зона. Она часто рассказывает мне, о чем думает. В то время как я интроверт и больше держу все внутри. Моя тайная зона очень большая. Время от времени я говорю или показываю жене что-то, что я не открывал ей до этого, и она очень удивляется. Иногда она говорит: «У тебя целая тайная жизнь, о которой я ничего не знаю». У другого человека может быть хорошая семья и группа друзей, которые делятся с ним своими наблюдениями. У такого человека будет меньше слепых зон, чем у того, кто не имеет таких помощников. Консультант, например, тоже пытается помочь своему подопечному перенести все из его слепой зоны в открытую, где человек осознает происходящее и может с ним справиться.

Изменения в одной части влияют на другие. Если одна зона становится больше, другая или даже несколько уменьшаются. По мере того как мы больше понимаем о себе, у нас становится меньше сокрытых частей и меньше слепых зон.

Когда люди чувствуют, что им угрожает опасность, они склонны ограничивать свою открытость с другими. Возможно, к вам в группу пришел новый подросток, и он очень осторожен в том, чтобы рассказывать о себе. Новые ребята могут бояться, что над ними будут смеяться, осуждать, смотреть на них свысока и т. д. Когда в группе подростки могут доверять друг другу и лидерам, они охотнее делятся своими скрытыми «я».

Принуждать ребят быть открытыми нежелательно и неэффективно. Если вы задали вопрос, а подросток не хочет делиться или быть откровенным, лучше не заставлять его, а подождать, пока он сам не будет к этому готов. Часто группы являются отражением своего лидера. Если вы делитесь первым и откровенны, ребята будут следовать за вами.

Одна из наших целей в служении подросткам состоит в том, чтобы первая открытая зона становилась больше, а значит, остальные – меньше. Быть более

открытым в группе имеет свои преимущества: лучшее общение; лидер понимает, где ребята находятся духовно и эмоционально; возможность оказать необходимую помощь; группа может стать поддержкой для подростков, переживающих трудные времена; раскрывающиеся навыки ребят могут быть использованы для выполнения заданий.

Что мы можем сделать, чтобы понять жизнь наших ребят и помочь им увидеть те части их жизни, которые они не осознают:

- Будьте терпеливы. Не заставляйте ребят быть откровенными, если они к этому не готовы.
- Создайте безопасную атмосферу для открытого общения. Подростки не будут делиться, если думают, что над ними будут смеяться или осуждать. Обычно, в небольших группах ребятам легче раскрыться, чем в больших.
- Будьте откровенны сами, особенно в том, что касается ваших проблем в прошлом или настоящем. Ребята будут более охотно говорить о том, что происходит в их жизни, когда поймут, что их лидеры – тоже несовершенные люди.
- На встречах группы уделяйте время заданиям, в которых ребята могут поделиться чем-то личным. Спросите, что было самым ярким и самым плохим за последнюю неделю. Это позволит им понять, что делиться тяжелыми моментами в жизни – нормально и это лучше, чем просто носить маску, что все хорошо. Задавайте много вопросов и не останавливайтесь только на ответах «хорошо» или «нормально».
- Проводите время с ребятами из вашей группы помимо плановых встреч. Можно погулять вместе или попить чаю. Поздние вечера в лагере – лучшее время, когда можно узнать, что происходит в жизни ваших ребят.
- И самое главное – молитесь, чтобы Бог открыл вам и вашим ребятам, что происходит на самом деле. Он знает даже четвертую неизвестную зону и может открыть ее нам и им. Молитесь об этом понимании!

Важно, чтобы ребята в вашей группе познакомились с неизвестными сторонами друг друга. Бог хочет работать через нас, чтобы помочь ребятам понять себя, вырасти в вере и найти исцеление от прошлых обид. Продолжайте помогать ребятам расширять первую зону!