

A JANELA DE JOHARI

QUESTIONÁRIO

INSTRUÇÕES

A competência interpessoal está diretamente relacionada à capacidade de dar e receber informações relevantes. Abaixo, estão listados algumas situações referentes a este inter relacionamento com duas opções alternativas como respostas: (A e B).

Procure atribuir um total de dez pontos às duas alternativas, distribuindo-os segundo uma das seguintes combinações:

(10 / 0) - (0 / 10) - (8 / 2) - (2 / 8) - (6 / 4) - (4 / 6)

1- Se eu entro em conflito com alguém que me é particularmente importante e com quem sinto que tenho que cooperar para atingir um dado fim, eu geralmente:

a) () Sinto-me parcialmente responsável e tento me colocar na posição dele, vendo como pode estar sendo afetado.

b) () Procuro não me envolver muito, pois tenho receio que nossas relações possam romper-se

2- Se ao dialogar com outra pessoa, percebo que a conversa está polarizando em torno de assuntos que me são desconhecidos, na maioria dos casos, eu:

a) () Procuro desviar o curso da conversa para assuntos que eu domine.

b) () Manifesto abertamente meu desconhecimento do assunto e estímulo o prosseguimento da conversa.

3- Quando alguém manifesta suas impressões sobre o meu comportamento e sua pouca eficácia, eu, freqüentemente:

a) () Encorajo-o para que exemplifique e me explique melhor suas impressões.

b) () Tento explicar-lhe o “porquê” do meu comportamento.

4- Se um colega com que tenho um relacionamento próximo, passa a evitar-me e a agir de uma forma gentil, mas dissimulada, eu, geralmente:

a) () Chamo-lhe a atenção sobre sua atitude e peço-lhe que me diga o que está ocorrendo.

b) () Comporto-me tal como ele é, relaciono-me superficialmente, já que é isto que ele deseja.

5- Se eu e um dos meus colegas tivemos uma discussão acirrada no passado e notei que, a partir de então, ele se sente pouco à vontade junto de mim, eu:

- a) () Evito agravar a situação e deixo as coisas correrem como estão.
- b) () Chamo a atenção para os efeitos da controvérsia do nosso relacionamento.

6- Se você está com algum problema pessoal, torna-se irritável e descarrega sua tensão em coisas sem importância e alguém alerta sobre isso, você

- a) () Diz que está preocupado e gostaria de ficar sozinho, sem ser molestado.
- b) () Escuta as observações, sem tentar justificar sua atitude.

7- Se eu observo que alguém com quem tenho um relacionamento relativamente bom, está assumindo atitudes que limitam sua eficácia, eu:

- a) () Guardo minhas opiniões com receio que possa parecer muito intrometido
- b) () Digo o que acho e como me sinto a respeito dessas atitudes.

8- Se numa conversação alguém, inadvertidamente, menciona algum fato que possa afetar minha área de atuação, eu, usualmente:

- a) () Procuo estimulá-lo a falar a fim de obter maiores informações.
- b) () Deixo-o à vontade para que, espontaneamente, me dê maiores informações.

9- Se eu noto que alguém de minha relação está tenso e preocupado e descarrega sua irritação em coisa pequena, eu:

- a) () Procuo tratá-la com muito tato, sabendo que essa fase é temporária e que seu problema não é da minha conta.
- b) () Procuo conversar com ele e mostrar-lhe como está afetando os outros à sua volta, inclusive a mim.

10- Conversando com alguém que é muito “sensível”, sobre sua própria atuação, eu, frequentemente:

- a) () Evito ressaltar seus erros para não melindrá-lo.
- b) () Enfoco basicamente seus erros numa tentativa de auxiliá-lo.

TABULAÇÃO DO QUESTIONÁRIO JANELA DE JOHARI

ABERTURA		
QUESTÃO	ÍTEM	PONTOS
S		
1	A	
2	B	
7	B	
9	B	
10	B	
TOTAL		

FEEDBACK		
QUESTÃO	ÍTEM	PONTOS
S		
3	A	
4	A	
5	B	
6	B	
8	A	
TOTAL		

GRÁFICO JANELA DE JOHARI

