Ein Text von: **CARL-JOSEF KUTZBACH**

Notiert am: 7.11.2025 Autor Birkenwaldstraße 122 L 70191 Stuttgart

Ehrlich zu sich selbst

Begrenzte Selbsterkenntnis

Eine vermutlich sehr alte Forderung von Philosophen ist, dass man zu sich selbst ehrlich sein solle. Erst in jüngerer Zeit wurde klar, dass das nur teilweise gelingen kann. Das Johari-Fenster, dessen Name sich aus den Initialen der Mitwirkenden zusammen setzt, erklärt warum.

Wenn man sich das Johari-Fenster[1] als ein Fenster mit vier Scheiben und einem Fensterkreuz in der Mitte vorstellt, dann stellt jede der vier Scheiben einen anderen Bereich der Selbstwahrnehmung dar:

A) Das, was man selbst weiß und, was alle Menschen über einen wissen.

B) Das, was man selbst weiß, aber andere Menschen nicht wissen.

C) Das was andere Menschen von einem wissen, aber man selbst nicht weiß.

D) Das was weder man selbst, noch andere Menschen von einem wissen.

Die Psychologie und die Philosophie können im besten Fall das Fensterkreuz verschieben, aber nie so weit, dass man sich selbst ganz erkennen könnte, oder, dass Andere einen völlig durchschauen könnten. Es wird immer ein Rest bleiben, der einem selbst, aber auch Anderen nicht zugänglich ist.

Das bedeutet, man kann mehr über sich selbst erfahren, wenn man versucht ehrlich zu sich selbst zu sein. Genauso kann der Bereich erweitert werden, denn Andere von einem selbst kennen und verstehen lernen.

Aber sowohl die Selbstwahrnehmung ist begrenzt, als auch die Fremdwahrnehmung, so dass nie eine der vier Scheiben völlig verschwinden würde. Mit Hilfe Anderer kann man im besten Fall den Bereich dessen erweitern, der einem über sich selbst zugänglich ist. Genauso kann man Anderen helfen mehr über einen selbst zu erfahren, aber es sieht so aus, als ob - allem Bemühen zum Trotz - nie man selbst, oder Andere zu einer vollkommenen Erkenntnis der Person kommen werden. Und das heißt eben auch, dass man bei aller Ehrlichkeit sich selbst gegenüber irgend wo an Grenzen stößt, die man vielleicht verschieben, aber nicht aufheben kann.

1 https://de.wikipedia.org/wiki/Johari-Fenster