**STARR- reflectie**

|  |  |
| --- | --- |
| S  Situatie | ■ Wat was de situatie?  ■ Wat gebeurde er?  ■ Wat was de aanleiding?  ■ Wie waren er bij betrokken?  ■ Waar speelde het zich af?  ■ Wanneer? |
| T  Taak | Wat was jouw taak ? wat heb je gedaan?  ■ Wat was je rol?  ■ Wat wilde je bereiken?  ■ Wat werd van je verwacht?  ■ Wat verwachtte je van jezelf in deze situatie?  ■ Wat vond je dat moest gebeuren? |
| A  Actie | Welke activiteiten heb je uitgevoerd? Hoe heb je dat aangepakt? Beschrijf dit kort  ■ Wat hoorde/zei/deed/voelde je?  ■ Hoe pakte je het aan?  ■ Hoe werd op jou gereageerd?  ■ Wat zei/dacht/voelde men volgens jou?  ■ Wat hoorde/zei/deed/voelde je toen? enz. |
| R  Resultaat | Wat was het resultaat daarvan? Wat heeft het je opgeleverd: Welke reacties kreeg je?  ■ Wat kwam er uit?  ■ Hoe liep het af?  ■ Hoe reageerden de anderen op het resultaat? |
| R  Reflectie | Reflecteer hierop. Wat zou je de volgende keer anders doen?  ■ Hoe vond je dat je het deed?  ■ Was je tevreden met de resultaten?  ■ Wat is de essentie van wat je geleerd hebt?  ■ Wat zou je de volgende keer eventueel anders doen?  ■ Wat heb je daar dan voor nodig?  ■ Kun je met wat je hiervan hebt geleerd ook iets in andere situaties? |