

STARR-reflectie format

Situatie

- Wat was de situatie?
 - Wie waren er bij de situatie betrokken?

Taak

- Wat was je taak?
 - Wat was jou rol?
 - Wat wilde je bereiken?
 - Wat werd er van je verwacht/wat verwachtte je van jezelf in deze situatie?

Actie

- Hoe heb je het aangepakt en waarom?
 - Welke actie heb je ondernomen en waarom?
 - Hoe pakte je het aan?
 - Waarom heb je het zo aangepakt?

Resultaat

- Heeft het gewerkt en waarom?
 - Heeft het gewerkt?
 - Waarom wel/waarom niet?

Reflectie

- Wat heb je ervan geleerd?
 - Hoe vond je dat je het hebt gedaan?
 - Wat is de essentie van wat je geleerd hebt?
 - Wat zou je de volgende keer eventueel anders of beter doen?
 - Kun je wat je hebt geleerd ook toepassen in andere situaties?