



Wat is de STARR-methode?

De STARR-methode helpt je om een betekenisvol moment (situatie) te beschrijven. Je beschrijft een situatie wat voor jou een belangrijk leermoment was aan de hand van verschillende vragen. De vragen zijn onderverdeeld in 5 categoriën: situatie, taak, acties, resultaat en reflectie.

Opdracht 1

Denk aan je team. Wat gaat er goed? Waar ben je trots op?

Opdracht 2

Denk aan je team. Wat kan beter? Bedenk een situatie waar je een minder goed gevoel over hebt. Beschrijf deze situatie aan de hand van de STARR-methode. Onderstaande tabel kun je hiervoor gebruiken. In de tabel staan vragen om je te helpen bij het concreet maken van je antwoorden. Probeer de vragen zo nauwkeurig mogelijk te beantwoorden.

<p>Situatie</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wat was de situatie? • Wat gebeurde er? • Wie waren erbij betrokken? • Waar speelde deze situatie zich af? • Wanneer speelde de situatie? 	
<p>Taak</p> <p><i>Algemeen</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Wat was je taak? • Wat was je rol? • Wat werd er van je verwacht? <p><i>Persoonlijk</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Wat wilde je bereiken? • Wat verwachtte je van jezelf in die situatie? • Wat vond je dat je moest doen? 	
<p>Acties</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wat heb je precies gezegd/gedaan? • Hoe was je aanpak? • Hoe reageerden de anderen op jou? • Wat heb je vervolgens gezegd en/of gedaan? 	

<p>Resultaat</p> <ul style="list-style-type: none">• Wat kwam eruit?• Hoe is het afgelopen?• Wat was het resultaat van je handelen?• Hoe reageerden de anderen?	
<p>Reflectie</p> <ul style="list-style-type: none">• Hoe vond je dat je het deed?• Was je tevreden met het resultaat?• Wat zou je de volgende keer anders doen?• Wat heb je daarvoor nodig?• Welke competenties zijn belangrijk om in te zetten?	