

## De gebeurtenis

- Wat gebeurde er?
- Wanneer gebeurde het?
- Wie was erbij betrokken?
- Mijn gevoelens op dat moment?
- Belangrijke invloeden op dat moment?
- Belangrijke resultaten?

## Mijn reflecties, met de nadruk op de vaardigheden die ik toen gebruikte en die ik heb ontwikkeld. Wat deed ik goed?

## Wat heb ik geleerd

- Over mezelf?
- Over mijn werk/studie?
- Feedback van andere betrokkenen?

## Is er iets wat ik anders zou doen als deze situatie zich opnieuw zou voordoen?

## Ben ik hierdoor van plan om een van de volgende dingen te verbeteren:

- Kennis?
- Vaardigheden?
- Competenties?