

Tabella 8 - Ciclo della riflessività di Gibbs – dettaglio delle domande (17)

<b>1. Descrizione degli eventi</b>	
a. Dov'ero?	f. Quale era il contesto dell'evento?
b. Chi altri era con me?	g. Che cosa è successo?
c. Perché ero lì?	h. Che parte ho avuto in ciò che è successo?
d. Che cosa stavo facendo?	i. Che parte hanno avuto gli altri?
e. Che cosa stavano facendo le altre persone?	j. Qual è stato il risultato?
<b>2. Sensazioni</b>	
a. Com'erano le mie sensazioni immediatamente prima che l'evento iniziasse?	f. Come queste mi hanno fatto sentire?
b. Che cosa stavo pensando in quel momento?	g. Come mi sono sentito a proposito dell'esito dell'evento?
c. Che cosa ho pensato a proposito dell'evento quando è iniziato?	h. Che cosa ne penso ora?
d. Come mi ha fatto sentire?	i. Dopo aver fatto una lista di tutte le emozioni provate in relazione all'evento dal suo inizio alla fine, quale di queste emozioni ha per me maggior significato?
e. A che cosa mi hanno fatto pensare le parole/azioni degli altri?	
<b>3. Valutazione</b>	
a. Che cosa c'è stato di positivo nell'esperienza?	b. Che cosa c'è stato di negativo nell'esperienza?
<b>4. Analisi</b>	
a. Che cosa è andato bene?	e. In che modo ho contribuito a questo?
b. Che cosa ho fatto bene?	f. In che modo gli altri hanno contribuito a questo?
c. Che cosa hanno fatto bene gli altri?	g. Perché sarebbero successe tutte queste cose?
d. Che cosa è "andato storto" o non bene come avevo pensato?	
<b>5. Conclusioni</b>	
Che cos'altro avrei potuto fare?	In questa fase la riflessione viene finalizzata alla consapevolezza e alla comprensione su come il mio comportamento e quello degli altri hanno contribuito agli esiti ( <i>outcome</i> ) dell'evento.
<b>6. Piano d'azione</b>	
Che cosa farei di diverso se la situazione si ripresentasse?	