

Ćwiczenie 42 Metoda STAR

Cel	Rozwój umiejętności pracy zespołowej
Forma ćwiczenia	Ćwiczenie umysłowe
Wykorzystywane materiały	Długopis i schemat STAR
Liczba uczestników	Ćwiczenie indywidualne
Czas trwania	Minimum 20 minut
Stopień trudności	podstawowy
Przygotowanie	Wydrukowanie schematu STAR

Wyjaśnienie zasad ćwiczenia

Metoda STAR polega na analizie różnych sytuacji z uwzględnieniem:

Situation – sytuacja

Task – obowiązki

Action – działania

Result – rezultaty

Trener prosi młodego człowieka, aby przedstawił jeden lub dwa przykłady, w których pokazuje, jak współpracuje z innymi. Przykłady te można zaczerpnąć z pracy wakacyjnej, w realizacji hobby lub z życia prywatnego. Każdy uczestnik opisuje swój przykład przy użyciu metody STAR.

Trener udostępnia schemat STAR.

Materiały pomocnicze

Schemat STAR

STAR	Pytania	Tvoja historia
Sytuacja	Opisz sytuację, która wymagała twojej współpracy z innymi	
Obowiązki	Jakie były twoje obowiązki, czy też rola w omawianej sprawie? Czego od ciebie oczekiwali inni członkowie grupy?	
Działania/aktywności	Jak do tego podeszłaś/podeszedłeś? Jak to rozwiązałaś/rozwiązałeś? Jakie były uwagi?	

	Jak sobie z tym poradziłaś/poradziłeś? Jak ci się to udało zrobić?	
Rezultaty	Jaki był rezultat? Jakie były tego skutki? Jakie miałaś/miałeś na ten temat zdanie? Jak się z tym czułaś/czułeś? Co myśleli inni ludzie na ten temat?	

Podsumowanie

Trener omawia jeden lub więcej przykładów przy użyciu schematu STAR.
Analizuje z uczestnikiem dokładnie każdy szczegół.