

Kursvärdering för ugl-kurs vecka 13 2012

1. Hur uppfattar du kursen som helhet?

Mycket värdefull	11
Ganska värdefull	1
Godtagbar	0
Ej godtagbar	0
Utan värde	0

Ange dina viktigaste motiv till markeringen ovan.

- Bra blandning på uppgifter och korta föreläsningar. Mycket bra material att fördjupa sig i. Grupputveckling som leder till personlig utveckling och insikter.
- Jag har fått känna på hur det är att vara en del av en icke-effektiv arbetsgrupp (frustrerande) och till det förstå varför vi inte var effektiva.
- Jag har fått en bättre självbild och att de mål jag har satt upp för mig själv vid kursstart har uppnåtts till en viss del. Men oj vad jag har att jobba vidare med.
- Insikt om gruppens reaktioner och vilka beteenden som belönas.
- Insikter om och ledtrådar om varför jag ibland blir frustrerad. Personliga insikter (mina behov och vad det får för konsekvenser).
- Fick större självinsikt att bearbeta mina känslor.
- Jag fick mycket insikter om mig själv och hur jag påverkar och påverkas av en grupp.
- Bryter ner det till gräsrotsnivå ökar förståelsen. Ökad självkänedom.
- Kursen har hjälpt mig med att få upp ögonen på att min självbild är helt felaktig. Jag måste ändra en rad beteenden för att jämka min självbild.
- Självinsikt och feedback.
- Säcken knöts ihop bra på slutet – fredag.

2. Hur bedömer du dina egna insatser under kursen?

Mycket värdefull	1
Ganska värdefull	7
Godtagbar	4
Ej godtagbar	0
Utan värde	0

Ange dina viktigaste motiv till markeringen ovan.

- Jag har genom att satsa mig själv vunnit stor och nödvändig kunskap. Jag hoppas att också de andra gruppmedlemmarna vunnit kunskap genom detta.
- Jag höll inne med mina känslor för mycket, jag var feg i många situationer. Jag ska ta det med mig och reflektera över detta i min framtid.
- Jag var initialt passiv men deltog i viktiga skeenden.
- Har bidragit med det jag har kunnat efter den förmåga jag då hade. Jag gick in med öppenhet om att vilja ifrågasätta mig själv och mitt ledarskap.
- Jag tyckte jag bidrog en hel del kunde dock vara lite mer aktiv.
- Jag sträckte på mig ibland, läste på och reflekterade och försökte förmedla detta.

- Att jag kunde ha bidragit mer till gruppens utveckling.
- Lätt att i efterhand se andra alternativ i olika situationer – del av lärandet.
- Bidrog ibland men skulle varit mer aktiv. Kan mer.
- Jag har ”fegat” och ej vågat utmana mig själv i den utsträckning som jag hade behövt.
- Är besviken på mig själv att jag inte levererade mer av mig till gruppen. I de små grupperna var jag mer aktiv och bidrog mer.

3. Vad har du upplevt som mest värdefullt med kursen?

- Insikt om att jag inte är riktigt den jag tror. Ser det som utveckling att göra något åt. Har fått en del AHA!-upplevelser varför min arbetsplats fungerar som den gör.
- Insikter som jag har fått om mig själv i grupp, om mina egna försvar och om mitt självförtroende eller brist på det samma...
- Nya infallsvinklar.
- Att pröva sig själv, detta koncept som en UGL-kurs är en utmaning.
- Ledarskap utifrån gruppens nivå/stadie. Styrkan i egenuppsatta begränsningar och möjligheter att förändra dessa. Låsning av tanke – påverkan på grupp och resultat.
- Förståelse för att alla medlemmar i en grupp är lika viktiga.
- Ökad insikt i gruppens behov. Ökad kunskap i ledarskap kontra grupp.
- Jag fick mycket insikter om mig själv genom andras feedback.
- Upplevelsebaserad inläring och att man är en del av teorin.
- Konflikter och dess betydelse.
- Det jag gör stämmer inte alltid överens med det jag vill göra eller hur jag är som person.
- Den feedback som jag fått av de andra gruppmedlemmarna.

4. Vad har du upplevt som minst förtjänstfullt med kursen?

- Kan inte komma på något!
- Aktivt lyssnande som kvällsaktivitet var mysigt men svårt att hålla fokus när jag var trött och därmed blev det inte så stor del inläring i det momentet, för min del.
- Vet ej kommer inte på något!
- En stund kände jag mig som en pjäs på en spelplan – när vi gick igenom de olika faserna i Wheelans teori IMGD. Jag förstod sen att vi lär oss genom upplevelsen!
- Lite långa utläggningar ibland.
- Man kunde driva processerna lite hårdare, mer konflikter.
- Hade velat ha mer tid för att koppla allt till min verklighet. Hade varit bra med hjälp till detta.
- Långa diskussioner i början.
- Kvällspassen har varit tunga för mig då går min kropp i vilopaus och jag har svårt att hålla fokus.

5. Skulle du kunna rekommendera andra att gå UGL?

Ja	12
Nej	0

Varför?

- Det är en fantastisk resa att försöka förstå gruppen och sitt eget beteende!
- Det är en gåva för den personliga utvecklingen och förstå att jag kan påverka en grupp om jag fokuserar på rätta saker.
- Förutom mina egna vinster så ser jag den omedelbara nyttan av kursen.
- Personlig individ- och grupputveckling är ju fantastiskt även ifall det är jobbigt. Man får svar på frågor som: "Hur är jag? Varför blev det så? Mitt beteende? Gruppens beteende?"
- Går ej att återberätta. Unik för varje individ – måste upplevas.
- Personlig utveckling.
- Ökar allas förståelse och kunskap. Blir till personer som jag gärna vill vara i grupp med.
- Det har gett mig en hel del.
- Vad jag kan göra för gruppen.
- För att de ska få möjlighet att få känna på det jag har upplevt.

6. Feedback till handledarna som du inte har lämnat tidigare:

- Ni är båda väldigt observanta och närvarande. Sven-Olof - Jag gillar ditt provocerande sätt.
- Bra kursledare och bra handledning.
- Bara gott! ☺Tja vad kunde ni gjort annorlunda? – Ingenting!
- Mycket bra! Jag kände förtroende för Sven-Olof och AnnaCarin.
- Skickligt genomfört. Intressant att ni kan se "hur det ligger till" ser våra egenskaper, möjligheter och förbättringsområden så tydligt.
- Jag skulle vilja att ni hade "kört hårdare". Min ångest och frustration nådde inte de höjder jag hade hoppats på.
- Att snabbare och tydligare förklara "papperen i mitten" på mattan.
- Lite långa utläggningar ibland. Tog lite av fokus.
- Vissa teoriavsnitt gick för fort. Viktigt för mig som ej läst psykologi att få den basen.

7. Övrigt

- Tack för en mycket givande kurs.
- Fått med mig lösningar i familjefrågor – mycket bra!
- Positivt! Tack för bra genomförd kurs. Mycket beröm till er. Bra kämpat. Vilket tålamod.
- Tack!!
- Konflikter borde uppmuntras mer!
- Mycket bra mat, boende och omhändertagande från pensionatets sida.