

Kursvärdering för ugl-kurs vecka 18 2011

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.

- Det är en mycket bra kurs för att lära mer om värderingar, grupper och oliktankande.
- Att få ingå i en grupp helt främmande människor under fem intensiva dagar är oerhört givande. Kursen har gett mig ett helt annat synsätt på många detaljer i livet.
- Det var viktiga lärdomar jag tar med mig i livet och till mitt arbete.
- Självupplevelsen är jobbig men lärorik. Bra teoretiska inslag.
- Jag har utvecklats som person och ledare.
- Att lära genom att uppleva är ovärderligt för att minnas. Särskilt när det handlar om att hantera/leda/vara med andra människor.
- Självinsikt, grupper och gruppdynamik, värderingars betydelse, feedback, kommunikationens betydelse.
- Personlig utveckling och grupputveckling.
- Ny kunskap och ny inspiration. Ökad självkänedom om mig själv och grupprocesser.
- Självkänedom, personlig utveckling. Jag har blivit bättre på att ge och ta feedback.
- Jag hade önskat att det fanns utrymme för att få del av en del handfasta strategier. Nu blir det mycket processarbete. Ibland behöver man ha strategier att ta till per automatik.
- Kändes som om jag redan visste mycket om mig själv.

2. Hur bedömer du dina egna insatser under kursen?

Mycket värdefull	5
Ganska värdefull	5
Godtagbar	2
Ej godtagbar	0
Utan värde	0

Ange dina viktigaste motiv till markeringen ovan.

- Feedback från övriga kursdeltagare.
- Jag har gjort allt jag har kunnat för att gruppen ska nå utvecklingsmålen. Jag har vågat, försökt och tränat.
- Jag har fått feedback som säger så från i princip alla. Jag har också gjort så mycket jag har kunnat/velat/vågat.
- Aktivt deltagande, delat med mig av det jag kunnat (Känslor, kompetens, tankar) Med min vilja och motivation.
- Aktivt deltagande i gruppen.
- Att jag behövs men ibland måste vänta.

- Har sagt vad jag tycker och känner med total ärlighet. Har verkligen försökt pröva alternativa sätt att tänka.
- Jag hade hoppats att jag skulle känna mig mer stärkt personligen i min roll som ledare. Min upplevelse är att jag har kämpat men inte nödvändigtvis att jag någonsin lyckats åstadkomma effektivt arbete.
- Kunde varit mer aktiv men agerade på egna villkor.
- Kunde släppt mer och tidigare.
- Kunde gjort mer.

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

- Insikten om mitt eget agerande i den nya gruppen. Teori kontra upplevt lärande.
- Mötet med situationer, uppgifter och människor som jag aldrig annars hade fått uppleva. Välutbildade och lättsamma handledare.
- Att mitt engagemang i kursen och de andra kursdeltagarna gett mig så mycket tillbaka. Insikter om mänskligt beteende. Att se andra växa framför ögonen på mig.
- ”AHA”-upplevelserna som har kommit då och då. Verktygslådan som jag tar med mig hem.
- Upplevelsen över hur bra upplevelsebaserad inläring är. Det jag har lärt mig om min personliga utveckling.
- Att få uppleva teorierna. Det har blivit konkret på ett sätt som jag inte kunde föreställa mig. Jag har fått syn på mig själv både genom mig och genom de andra.
- Självinsikt och gruppdynamik för att dessa två är de som mest har fått mig till reflektion.
- Att se och förstå sin egna inre process. Att se gruppen och andra personers utveckling och process.
- Lära mig och få kunskap om vad som händer i en grupp.
- Feedbacken, sett andra ledarstilar på nära håll. Mycket bra teori, tid för självreflektion.
- Insikt i grupputveckling och personlig utveckling, många bra insikter.
- Att se alla olikheter så tydligt.

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

- Att jag inte har hunnit vila mig.
- Teorierna och den tid vi använde på dessa var faktiskt minst värdefulla.
- Sena kvällar gav inte värdefull aktivitet.
- Att det funnits för lite tid för motion.
- Konflikthanteringen som aldrig tog fart. Jag förstår att detta är svårt att provocera fram men jag saknar mer konfrontativ situation.
- Jag vet inte vad jag ska skriva. Återkommer gärna om jag har svar senare.

5. Skulle du kunna rekommendera andra att gå UGL?

Ja	12
Nej	0

Varför?

- Jag har lärt mig så mycket på så kort tid.
- Det var en unik upplevelse och jag har sällan fokuserat på detta sätt. Fina kloka och inspirerande ledare.
- Jag tycker att alla behöver umgås med oliktankande för att förstå beteenden och reaktioner hos medmänniskor.

- Alla behöver självinsikt, få verktyg för att kunna agera som ledare.
- Lärorikt.
- Just för de saker jag har fått med mig. Personlig utveckling kopplat till grupperns utveckling.
- Måste upplevas.
- En mycket bra erfarenhet att ta med i ett framtida ledarskap. En egen resa.
- Jag har upptäckt att vi aldrig blir fullärda i detta fält. Vi leder människor och då är det viktigt att vi har kompetens för att göra detta på ett bra sätt.
- Jag tror UGL påverkar alla människor på något sätt.

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

- Fantastiska! Ett mycket bra upplägg, ni kände av när det behövdes stöd, gav feedback. Ni lyfte fram både svagheter och styrkor.
- Jag känner/upplever och tycker att ni är och har varit fantastiska. Oerhört härligt att se er förmåga att anpassa er efter gruppens behov! Imponerad av era slutsatser och resonemang efter uppgifterna. Tack för en underbart lärorik vecka.
- Kursen har varit fantastisk. Ni har gjort ett fantastiskt arbete.
- Det är bra att ni tog reda på vilken nivå kursdeltagarna var på innan kursen startade.
- Trygghet. Jag har vågat släppa och varit mindre rädd för det som hände med mig för att jag kände mig trygg med er. Tydliga, inspirerande genom konkreta exempel.
- Bra känsla för när humor ska tillämpas i era reflektioner och när det behövs mer allvar. Bra röster med växlande tonlägen.
- Mycket berikande med Ullas exempel och tydliggörande.
- Se till så att man hinner med en extra rast mitt på dagen – detta gör att folk orkar mera.
- Skulle vilja efterlysa en avslutning med mer personlig feedback från er handledare. Godtar visserligen att ansvaret är mitt eget men det hade hjälpt med en avslutande knuff och påhejning/reflektion.
- Gärna mer feedback.

7. Övrigt

- Alla borde få gå denna kurs, för den ger så mycket.
- Jag åker hem med förståelse för min vardag, min situation på arbetet. Mina kollegor, sambo osv. Jag tror att jag kommer att hantera saker på annorlunda sätt nu. Och hoppas att jag klarar detta. Tack, tack, tack för all fantastisk feedback. Det betyder massor att ni tror på mig.
- Kände mig trygg med helt främmande personer – nytt för mig och mycket positivt.
- Att jag har prövat alternativa beteende och tänkande kan ha gjort att mitt ”verkliga” jag inte kom fram i alla situationer men det är jag bara glad för.
- Förvirrande att ni blandar KBT och Psykodynamisk teori. Bättre om UGL-kursen tog fasta i KBT enbart. Ni kunde gjort kort förklaring kring feedback och att vi fått öva i rollspel.
- Hade önskat mer personlig feedback att ta med i ytterligare utveckling.
- Då jag fortfarande befinner mig i processen är det svårt att i detta ha en helhetssyn – kanske ser jag mycket klarare i morgon. Jag känner mig inte särskilt upplyft just nu pga. att jag inte riktigt vet vad jag kommer att ta med mig härifrån.