

# Kursvärdering för ugl-kurs vecka 48 2014

## 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 struktur och innehåll. Bra blandning mellan teori och tillämpning. Fantastiska handledare. Fantastiskt trevliga deltagare som ville dela med sig.
- Alla ledare skulle behöva en sådan utbildning. Både små och stora organisationer behöver dela erfarenhet.
- Jag har lärt mig mer om mig själv samt hur andra ser på mig. Jag har fått ökad självkänedom. Jag har också fått med mig teorier om gruppens utveckling samt praktiska teorier om gruppens utveckling samt praktiska verktyg att använda på hemmaplan i arbetet. Jag vill lära mer!!
- Det var mycket nytt för mig med min bakgrund. Så det blir att läsa på och repetera när man kommer hem. Ett antal AHA!-upplevelser skedde för mig bl.a. ”Aktivt lyssnande”.
- Självsikt. Få insikt vem jag själv är och varför jag reagerar som jag gör.
- Jag behöver utveckling, vilket jag inser att fler behöver. Under förutsättning av att jag/man vill vidare...
- Teorin får en verklighet.
- Min insats var som helhet bra men jag kunde i mitten varit lite mer engagerad. Jag hade en liten svacka.
- Den har gett mig bättre struktur, kunskap och nya erfarenheter. Glädje, motivation och idéer för fortsatt ledarskap.
- Upplever ett utvecklande lugn inom mig vilket innebär att upplägget haft en bra påverkan på mig.
- Att ha fått möjlighet att praktisera.

## 2. Hur bedömer du dina egna insatser under kursen?

Mycket värdefull	7
Ganska värdefull	3
Godtagbar	2
Ej godtagbar	0
Utan värde	0

### **Ange dina viktigaste motiv till markeringen ovan.**

- Jag har under bara 4,5 dagar fått möjlighet att träna på mina största utmaningar. Att hålla tillbaka och se vad som händer. Att dela med sig av sina reflektioner.
- Jag har under veckan gjort många insikter om mig själv och att hur andra ser och uppfattar mig.
- Enligt den feedback jag har fått. Jag tog mig an mina utmaningar/utvecklingspunkter, inte fullt ut men till 90 %.
- Jag har verkligen blivit medveten om mina ”mönster”. Jag har också fått öva på att ge och ta feedback som jag nu känner mig mycket mer bekväm med.
- Jag hade en målplan och den har jag försökt att arbeta med. Jag har fått feedback, av alla, i gruppen att min 1/12 har varit värdefull såväl för individuell som grupputveckling.
- Jag har påverkat gruppens utveckling.
- Nya verktyg och förståelse för en grupps utveckling.
- Jag har deltagit aktivt, gett exempel, diskuterat, använt mig själv som exempel, sammanfattat, visualiserat och haft mycket skoj.
- Genom den återkoppling jag har fått så har jag förstått att folk har lyssnat på mig och att många har känt sig trygga med mig.
- Jag tycker att jag har gett av mig själv, framförallt i de mindre grupperna.
- Jag saknade grundkunskaperna men tog in en himla massa intressant kunskap.
- Jag har utmanat mig själv, blivit utmanad att känna tryggheten vilket lett till bättre självkännetdom inte minst genom andras feedback till mig. Insikten om hur jag påverkar andra har ökat.

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

- Den upplevelsebaserade formen. Att få känslor (AHA!-upplevelser) är väldigt annorlunda än en föreläsning. Det tror jag också kan göra att förändringen biter! Och håller i sig.
- Tydligheten i gruppens utveckling. Teorin + Verklighet = Sant!
- Att växa och se sin egen del i att gruppen växer. Aktivt lyssnande. Fantastisk feedback.
- Det har gett mig AHA! Upplevelse. Jag har fått så många verktyg att kunna tillämpa när jag kommer hem samt insikten på att jag ska ta mer initiativ diskussion i grupp för att komma vidare.
- Den upplevelsebaserade metodiken. Att få tillämpa och testa sig fram.
- Att jag vågade befinna mig i ångest under hela veckan.
- Deltagarnas utbyte. Båda ni handledare har varit urbra. Jag kände mig helt trygg i det avseendet. Alla moment tror jag: känslor, aktivt lyssnande, värderingar, IMGD-modellen och 2 timmarsuppgiften.
- Insikten om mina ”mönster” och min personliga styrka.
- Få ”gräva” på nya ställen. Se helheten. Fått mycket värdefulla insikter. Ärlig och värdefull feedback. Teorier om grupputveckling.
- Att jag kan (måste) utveckla mig själv och mina tankar. Jag trodde att jag kunde en del, vilket jag kan, men mindre än vad jag trodde. Sen måste jag säga feedbackens betydelse.
- Aktivt lyssnande.
- Insikten om behovet av olika personligheter, att synergier uppstår då vi kompletterar varandra.

### **4. Vad har du upplevt som minst värdefullt med kursen?**

- Jag har tagit till mig allt, så jag kan inte definiera vad som varit mindre värdefullt.
- Inget, väldigt bra upplägg.
- Kan inte landa just nu för att finna något.
- ??
- Sömn.
- Svårt att svara på. Ta till dig/er det! Möjligen lite mer ”luft” i samband med lunch / kaffe för att hinna med målet. Ett sätt att bort den stenen och kunna fokusera ännu mer på kursen.

- Alla olika teorier som ibland varit svåra att ta ta in.
- Snabbheten i vissa uppgifter. Forcering p.g.a. tidsbrist och mycket bra material att delge / diskutera.
- Rädslan för att gå UGL.

## 5. Skulle du kunna rekommendera andra att gå UGL?

Ja	12
Nej	0

Varför?

- Fantastisk! Förändra livet med denna UGL-kurs. Inspirerar till ”paradigmskifte”.
- Per dags dato har jag en upprymdhet av kursen och jag tror att känslan blir än starkare när allt har landat. Det är en gåva för dem som får möjligheten att gå denna UGL-kurs.
- Ökad självkänedom, kursupplägget är bra då man inte känner de andra deltagarna sedan tidigare.
- Det ger kunskap/insikt om behovet av människors olika personligheter för att skapa framgångsrika och effektiva arbetsgrupper och mycket mycket mer.
- Tror att de flesta som är intresserade av att utvecklas kommer att få möjligheter så länge de vågar låsa upp dörrar och öppna fönster och släppa i ny frisk luft.
- Den självinsikt och de verktyg som jag fått borde alla människor ta del av. Är helt övertygad om att skulle alla människor gå denna UGL-kursen hade vi haft en bättre värld.
- Enorm chans till personlig utveckling.
- Denna UGL-kurs ger garanterat något till alla.
- Alla borde ges möjlighet att gå denna UGL-kurs.
- Man får med sig så många nya verktyg.
- Alla behöver detta, det krävs 100 % närvaro, men riktigt så ”jävligt” som jag hade hört att detta skulle vara har det inte varit. Däremot – utvecklande.

## 6. Feedback till handledarna:

- Kände att ni hade ett stort engagemang för att vilja lära ut och att alla skulle vara med både grupp och individ.
- Tack för en underbar vecka som berikat mig som person.
- Thomas Nilsson hade rätt. Sven-Olof och AnnaCarin ni kan detta.
- Kunniga, roliga, med glimten i ögat. Mänskliga och generösa.
- Samspelat och ser allt. Grymma.
- Ni har skött er bra. Krävande, tydliga, trevliga och humoristiska.
- Otroligt duktiga och dessutom komplementära med varandra! Skapar fantastisk tillit och trovärdighet. Fin balans mellan teori och praktik, passivitet och intervention.
- Jag har under hela kursen känt mig trygg med handledarna, en för mig mycket viktig känsla för att våga vara öppen.

## 7. Vad har du för uppfattningar om Bohus-Malmöns Pensionat?

### Boendet

- Bra säng.
- Väldigt bra.
- Kanon.
- Toppen.
- För stort för en person men skönt att bo själv.
- 5 på en femgradig skala.
- Trevliga stugor.
- Sängen var lite för mjuk för mig. Kanske kan man erbjuda något som gör den hårdare.

### Maten

- Väldigt bra.
- Väldigt bra.
- Säkert + 2 kg denna vecka – vad mer kan man säga...
- Toppen.
- Bra.
- ++++++, Gott och mycket.
- 5 på en femgradig skala.
- God mat.
- Jättegod. Jag kunde inte få i mig de stora portionerna.

### Service

- Väldigt bra.
- Väldigt bra.
- När jag har behövt, alltid till hands. Kanon.
- Toppen
- Bra.
- Kanon, personligt gemyt.
- 5 på en femgradig skala.
- Trevlig och personlig service.
- Toppen.

### Tips för utveckling

- Att uppkoppling på Wifi blir stabilare.
- Bättre lyse över bordet i stuga 6. Störningar i signalen till TV.
- Fläkt i köket – det luktar mat i hela huset till både lunch som till middag. Ändra ljuset i grupprummet.
- Bättre Wifi i stugorna.
- 

## 8. Övrigt

- Tidsbrist. Mer tid till att komma ut skulle varit bra.
- Skulle varit spännande att haft med handledarna i feedbacktaget – för att få ett individuellt medskick av observatörerna. Ni är skitduktiga. Kör hårt!