

Kursvärdering för UGL-kurs vecka 35, 2022

1. Hur uppfattar du kursen som helhet?

Mycket värdefull	100%
Ganska värdefull	-
Godtagbar	-
Ej godtagbar	-
Utan värde	-

Ange dina viktigaste motiv till markeringen ovan.

- Det blev en liten inre resa. Stärkte bitvis uppfattningen om mig själv, men skapade också frågor/tvivel på annat.
- Jag har fått en mycket stark insikt om mig själv som person och fått uppleva och analysera gruppdynamik.
- Fått mig att se min roll i en grupp och hur mina beteenden påverkar.
- Det känns som hela min syn på grupper och gruppdynamik har blivit förändrad. Har fått massor att reflektera kring!
- Självinsikter, feedback om en själv, gruppdynamiska skeenden (upplevelserna och teorin)
- Insikter om djup/nivåer jag vetat om men aldrig upplevt. Jag har förstått att jag innan ej förstått <3 <3 <3
- Jag har fått chans att reflektera över vem jag är, men också fått feedback på det.
- Jag uppfattar att jag genom kursen har gjort en jätteresa i min förståelse för såväl mig själv, mitt ledarskap, som grupper utveckling. Jag tar med mig så otroligt mycket värdefullt tillbaka för att kunna komma vidare.
- Det är möjligheternas kurs. Då menar jag att det finns så många möjligheter att testa och det finns handledare som kan fånga upp och stötta upp – trygg miljö.
- Fått många ”nycklar” som jag kan använda.

2. Hur bedömer du dina egna insatser under kursen?

Mycket värdefull	20%
Ganska värdefull	50%
Godtagbar	30%
Ej godtagbar	-
Utan värde	-

Ange dina viktigaste motiv till markeringen ovan.

- Jag hade kunnat bjuda mer – men bjöd ändå mer av mig än vad jag naturligt hade gjort vanligtvis.
- Jag tog ej mitt ansvar initialt och förstod ej alla moment förrän senare. Jag testade nya saker ändå, men kanske inte helt optimalt eller genomtänkta.
- Kunde varit mer aktiv framför allt i början men glad att jag i alla fall försökte.
- Jag har verkligen försökt engagera mig och prova nya saker.
- Trevande i början men känner att jag har utvecklats.
- Jag bidrog mycket när jag vågade. Jag blev dock mer feg än vad jag borde. Oerhört förlösande att ge feedback.
- Deltog aktivt. Reflekterade kring det nya jag upplevde.
- Jag har verkligen försökt ge av mig själv och våga vara aktiv och del av samtalen trots i flera fall full frustration och osäkerhet. Hade kunnat våga ännu mer för att få en än större resa och utveckling.
- Jag ser hur mitt deltagande hjälper gruppen framåt. Ju tydligare det blev desto mer ville man bidra. Jag anser att jag gjorde det.
- Jag har deltagit aktivt och engagerat mig fullt ut. Kanske kunde jag tagit mig ur komfortzonen fler gånger.

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

- Fått kännedom om feedback på mina beteenden. Hur grupper utvecklas.
- AHA-upplevelserna när de kom. De upplevelsebaserade övningarna har varit det absolut värsta och bästa jag varit med om -> väldigt lärorikt. Kursen fortsätter ju faktiskt även framåt nu med reflektioner och känslor när allt landar.
- Självinsikter.
- Förståelsen för hur viktigt HUR är och att jag haft ett väldigt fokus på VAD. Överlevnadsövningen samt förståelsen för ledarskap i olika gruppstadier.
- Insikt i att jag inte är som jag tror och inte upplevs som jag tror. Att jag kan se på grupper på ett annat sätt.
- De feedbackmoment som vi genomfört, framför allt tågen. Men helheten gör ju delarna.
- Att få feedback och tid för reflektion.
- Till dels att damma av gammal kunskap, till dels att förkasta gammal kunskap, till dels att "de facto" få uppleva gruppdynamik live i ett kontrollerat forum. Upplevelsen är starkare än teorin. Tack!
- Att genom upplevelser fått insikt/förståelse.
- Upplevelsen och hur tydligt teorin syntes i praktiken.

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

- Egentligen kan jag inte komma på något. Allt som varit ”jobbigt” har ju varit en viktig lärdom, kanske den viktigaste. Kanske lite mindre rätter per måltid 😊
- Trögheten i vissa moment. Hade man kunnat uppnå samma syfte på ett ”effektivare” sätt?
- Det hade varit härligt att hinna njuta lite mer av platsen och vädret.
- Inget. Har lärt mig på allt.
- Alla delar har skapat helheten.
- Stor risk – stor belastning. Inget speciellt kursmoment – utan det baseras på min insats i de olika momenten.
- Det var så långa dagar att man hade svårt att orka, man blev instabil och ibland passiv, vilket sannolikt hade påverkan på min insats. Kan ju ha varit tänkt så??
- De långa dagarna har gjort det svårt för mig att varva ner och riktigt reflektera. Svårt att koncentrera sig när man inte är utvilad. Jag antar att det är en del av upplevelsen dock.

5. Skulle du kunna rekommendera andra att gå UGL?

Ja	100%
Nej	

Varför?

- Inblicken i hur grupper fungerar är ovärderlig, både för de i ledarposition och gruppmedlemmar. Och lär man sig inte av det så lär man sig i alla fall om sig själv.
- Otroligt utvecklande med det upplevelsebaserade lärandet. Det går inte att läsa sig till.
- Så otroligt intressant. På alla plan. Att få träffa helt okända, leva på varandra en vecka, utmana och uppleva tillsammans och sedan aldrig mer ses. Den möjligheten finns ingen annanstans. Att vara borta från ”livet” en vecka, också nyttigt.
- Kul och intressant att veckla ut sig 😊. Om alla hade denna kunskap skulle arbetet och livet vara mycket enklare.
- Tack för att ni stod ut med oss.
- Alla behöver tänka på dessa saker ibland. Inte självklart för någon hur man ska agera alltid.
- Det är en milsvid skillnad på teori och upplevelse. Jag kommer se till att alla mina ledare under mig skall gå UGL!!! Det borde vara ett krav hos alla kanske?
- Alla förtjänar att få öppna ögonen och sinnet för vad som man får uppleva här.
- Alla människor skulle må bra av att få reflektera över sig själv och sin roll i en grupp.

6. Feedback till handledarna:

- Tack för att ni stod ut med oss.
- Jag tycker ni är briljanta. Lätt att ta till sig er teori, ni inger trygghet och är lättsamma från första start.
- Otroligt kunniga och träffsäkra. Roligt och trevligt sätt att framföra återkoppling och förmåga att lätta stämningen.
- Ni ger ett mycket lugnt och tryggt intryck som hjälpt mig ta till mig det ni säger. Förstår er roll men hade uppskattat feedback även från er men förstår varför vi inte fått det.
- Ni pratar på ett väldigt skönt vis. Tempo och tonläge får en att lyssna, slappna av och känna sig trygg.

7. Övrigt

- Tack för en givande vecka!
- Dagarna var väldigt långa, men det förstår jag att de måste vara för att hinna med. Dock hade det varit käckt att veta det innan veckan startade. Men det kanske avhandlades i telefonsamtalet jag missade.
- Otroligt utvecklande och bra. Bohus-Malmö är fantastiskt och missa inte att bada.
- Jag vill passa på att tacka er för detta. Ni och vår grupp har gett mig kunskap och minnen för livet. Jag har lärt mig massor både på kursen och utanför. Träffat människor jag kanske aldrig pratat med annars... Tack! <3
- Otroligt bra upplägg. Varje detalj i kursen är genomtänkt.
- Hade gärna önskat en uppföljning. En feedback från er. Ett stort TACK!
- En otroligt spännande upplevelse för mig. Tack för ert engagemang och för den insikt ni gett mig! Min uppskattning och tacksamhet är mycket stor.
- Jag är otroligt tacksam att ha fått möjligheten att dela och delta i den här gruppen.