

Kursvärdering för UGL-kurs vecka 45, 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.

- Väldigt bra att få öva i olika situationer med olika personlighet samt insikt (även om inte fullt) i gruppens bildande och utveckling.
- AHA!
- Det klickade för mig vad det handlade om efter ett tag och hur jag har nytta i vardagen med detta.
- Enda tveksamheten är kring att det skulle finnas någon slags uppföljning efter några månader -> Hur gick det att applicera?
- Har fått verktyg och insikt i hur en grupp blir mer effektiv. Har triggats till att reflektera och utbyta info med personer som är olika mig själv. Härlig utmaning.
- Den har gett mig många konkreta verktyg att ta med hem, men framför allt en insikt om mig själv och min relation till en grupp. Utmanande, spännande, oerhört roligt!
- Jag har fått möta min ångest mer än en gång under veckan. Jag har fått en så mycket tydligare bild av vilken betydelse det har för att gå vidare i utvecklingen.
- Åker härifrån med så mycket kunskap som jag kan använda i min personliga och i min ledarskapsutveckling.
- Det är absolut den kurs som gett mig mest om gruppens utveckling och som utmanat mig till att reflektera både över mitt, men också andras, beteende.
- Jag har blivit mycket mer upplyst efter denna kurs än vad jag var innan. Klokare!

2. Hur bedömer du dina egna insatser under kursen?

Mycket värdefull	40%
Ganska värdefull	60%
Godtagbar	
Ej godtagbar	-
Utan värde	-

Ange dina viktigaste motiv till markeringen ovan.

- Jag har verkligen aktivt jobbat för att utmana mig själv och andra. Kanske inte på ett för andra tydligt eller önskvärt sätt, men på mitt sätt.
- Startade lite trögt men levererade mer insatser ju längre veckan gick.
- Efter att ha fått feedback från andra i gruppen så känns det som att jag bidragit mycket till gruppens utveckling.
- För första gången väljer jag att ge min egen prestation maxpoäng. Funderade på att ge lägre för det går alltid att hitta något som inte var perfekt, men efter denna kurs blev det så här.
- Viktigaste var nog dag 5 backspegel där jag gav feedback på utebliven förväntad feedback. Verkade bli en reflektion.
- Har gett allt. Vågat vara mig själv för att se/få feedback vilket också varit positivt för gruppen.
- Jag var kanske tystast i gruppen men gruppen fick nog lärdom om hur dom ska hantera såna som mig.
- Var seg i starten men utifrån den personlighet som jag har.
- Jag har pushat gruppen och bidragit med andra perspektiv. Över tid ändrades min påverkan, mindre snack, mer intresse i gruppen och reflekterande/öppna frågor.
- Jag tror jag har bidragit till gruppen på många sätt, men kanske hade jag kunnat våga ännu mer och utmana mig själv ytterligare. Det är ju träningläger, inte tävling ☺

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

- Möjligheten att möta olika personligheter och försöka förstå deras tankar och känslor.
- Insikten i hur olika människor betar sig i olika stadier vilket i sin tur utmanar ledarskapet.
- Insikterna efter feedbacken man fick från mindre grupper och backspegeln. Jag har lärt mig mycket om mig själv och andra.
- Hur en grupputveckling formateras i olika stadier samt svårigheter och utmaningar i det.
- En ordentlig portion självinsikt.
- Det upplevelsebaserade lärandet. Att det är vad som händer i gruppen före, under och efter en övning som är det primära. Inte själva övningen. Att processerna har fått ta tid och även om vi inte vetat vart vi är på väg så har det i backspegeln blivit väldigt tydligt!
- Att få återkoppling/feedback. Det är något jag sällan får på mitt arbete generellt, men i min lilla grupp får jag det ibland. Skönt när det kommer från någon som är "neutral" – som man inte är chef/ledare för.
- Att våga stå för sina åsikter. Kom med åsikter om du vill. Att träffa andra, olika personer med samma mål – att utvecklas.
- Att med upplevelsebaserad inläring i kombination med teori skapat en möjlighet till reflektion som jag inte varit med om tidigare vilket absolut varit det mest värdefulla. Gruppens gemensamma reflektioner har absolut skapat synergier.
- Att själv uppleva teorin samt samtalen/sammanfattningsarna som kopplar ihop dem.

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

- Ingenting. Det här har varit spot-on!
- Fler Walk and Talk hade varit önskvärt.
- Inget. Kunde uppskattat lite längre promenader men förstår att det inte hanns med.
- Vet ej! Kanske någon mer promenad... i samband med någon uppgift.
- Förlitar mig på beprövad erfarenhet/vetenskap så även om jag tycker vissa moment varit jobbigare än andra så fanns det en mening med det.
- Hade gärna talat mer om stadie III. Tycker detta fortfarande är oklart för mig.
- Ingenting. Allt har haft ett väldigt tydligt syfte.
- -
- -
- -

5. Skulle du kunna rekommendera andra att gå UGL?

Ja	100%
Nej	

Varför?

- Alla som arbetar i grupper borde gå! Samt alla som är intresserade av personlighetsutveckling och ledarskap.
- Otroligt utvecklande. Är mycket nöjd med veckan. Kände ett stort engagemang från alla inblandade.
- Applicerbart i alla sammanhang; arbete och privat.
- S-O nämnde en sak, ”Det är inte bara maskiner på jobbet”. Upplever oftast fokus på utrustning då man har dålig kompetens och mod att utveckla personal.
- Utvecklande i många aspekter – individ, arbetsroll, men även privat- Alltså något man tar med sig i olika sammanhang.
- Otroligt givande.
- Bra koncept med upplevelsebaserad inläring!
- För det är utan tvekan den bästa utbildning jag varit på vad gäller utveckling av grupper och ledarskap.
- För att kunna förstå och leda olika personer och grupper. Alla ledare borde få ”körkort” i detta.
- För att det är en stor inre resa och upplevelse. Jag tror att alla som går kursen kommer att ha stor glädje av insikterna både privat och i jobb.

6. Feedback till handledarna:

- Jag kände mig enormt trygg med båda, samt att utbildnings- och yrkeskompetens inom KBT och beteendevetenskap fanns. Jag kände att jag blev utmanad vilket sporrade mig och ledde mig framåt.
- Stort TACK! Ni har haft en utmärkt balans under veckan och varit instrumentella för vår utveckling.

- Tack! Extra roligt har varit att ni bjuder på er själva. Mycket skratt 😊.
- Älskar när S-O är utmanande. Gillar när ni förklarar varför ni gör vissa moment och vad de ger för effekt. Tar med mig mycket.
- Positivt ledarskap! Bra reflektioner. Underhållande.
- Ni är bra på att se oss! Bra med er återblick på oss. Intressant!
- Jag hade önskat mer av er reflektion/insikt/feedback på ett individuellt plan om mitt beteende.
- Det har varit väldigt trevligt att lära känna er och jag uppskattar verkligen er förmåga att få oss att reflektera och utveckla varandra.
- TACK! Grymt proffsiga men ändå med humor.
- Det är inte alltid så trevligt när någon påpekar ens ”brister”. Så utvecklande det ändå är. Det tog ca en timme in på kursen 😊 och jag kommer minnas ”psykologiskt försvar”.

7. Övrigt

- Uppföljning?
- Fortsätt på samma sätt och plats.
- Det har varit en fantastisk vecka som gett mig mycket insikt om mig själv och mina beteenden men också framför allt hur andra tänker och agerar utifrån sina tankar och känslor.
- Tack till pensionatet och Patrik/Gunilla för bra service.
- Tack för en utvecklande vecka.
- Jag är enormt glad att jag fick gå kursen, den mest utvecklande och utmanande av alla kurser och utbildningar jag deltagit i. Nu har jag massor med ny inspiration, nya idéer och kraft framåt.