

# Kursvärdering för ugl-kurs vecka 39 2014

## 1. Hur uppfattar du kursen som helhet?

Mycket värdefull	10
Ganska värdefull	2
Godtagbar	0
Ej godtagbar	0
Utan värde	0

Ange dina viktigaste motiv till markeringen ovan.

- Vilket lärande på kort tid! Många värdefulla verktyg att ta med hem. Värdefull kunskap och alternativa synsätt
- Praktisk erfarenhet av grupputvecklingsfaser. Kursen har fört samman och gett en bra bild av ledarskapets olika verktyg.
- Få interagera med andra människor och uppleva olika stadier i gruppdynamiken.
- Personlig utveckling.
- Personlig utveckling genom ökad medvetenhet, fått verktyg att använda, ökad självkänsla.
- Mycket träning och praktiska uppgifter som ger bestående kunskap.
- Upplevelsebaserat.
- Fått uppleva situationer.
- Lärandet genom aktiv handling sitter bättre fast i minnet.
- Den ger konkreta saker om mig samt att jag har fått med mig verktyg till vardagen ex. reflektion.

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

Mycket värdefull	7
Ganska värdefull	5
Godtagbar	0
Ej godtagbar	0
Utan värde	0

Ange dina viktigaste motiv till markeringen ovan.

- Tog tipset att vara aktiv från start.
- Antalet "Aha" överstiger allt jag har varit med om. Jag har fått höra att alla andra uppskattat min insats.

- Har ansträngt mig att vara aktiv under hela kursen. Har utmanat mig själv med obekväma uppgifter. Stått för mina verkliga känslor och åsikter i feedback mm.
- Det har tagit mig tid innan jag började med att bidra.
- Jag tycker att jag har bidragit och fått mycket uppskattning för detta. Jag kunde dock ha gett utlopp för lite mer känslor.
- Hade kunnat utmanat mer vid vissa tillfällen men är mycket nöjd för övrigt.
- Ställt många frågor vilka fler än jag tycks undrat och fått hjälp av.
- Utifrån den utvecklande feedbacken hur jag spritt glädje och energi.
- Jag har vågat uttrycka rädslor. Det uttryck jag har gett har påverkat gruppen.
- Mycket engagemang!

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

- Personlig utveckling, utvecklande feedback, aktivt lyssnande.
- Ge och få värdefull utvecklande feedback. Jag-budskap och aktivt lyssnande.
- Det där jäkla handledarna - de ger sig aldrig! "mer ångest"
- Fått en ökad självkänedom.
- Feedbackuppgifterna som kan hjälpa mig framåt i min utveckling efter kursen.
- Även om jag ansåg mig ha god självkänedom innan kursen har detta blivit bekräftat plus att jag fått ytterligare självkänedom. Kunskap om grupperns utveckling.
- De andra deltagarna och de insikter jag fått om mig själv genom dem.
- Bättre kunskap nu om hur man kan jobba med feedback mer aktivt och konkret.
- Att få möta dessa fantastiska människor och ta del av alla dessa reflektioner och kunskap.
- Gruppövningar, enskilda övningar kopplade till olika verktyg.
- Feedbackuppgifterna. Jag-budskap. Alla uppgifter som lett fram till gruppens respektive min utveckling.
- Självinsikt i hur man interagerar i grupp.

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

- Vet inte.
- Jag kan just nu inte komma på något.
- Vet ej just nu! Lite för lite tid för att studera kurslitteratur under perioden.
- Nej allt har sin helhet.
- Att jag visste så lite om vad som skulle hända / göras. Var påverkad av myter och rykten om nedtryckande som gjorde mig väldigt stressad innan jag kom till kursen.
- Fritiden på denna fantastiska ö.
- Frustrationen i första hälften av kursen innan jag förstod konceptet.
- Nu när det är fredag har jag inget kvar av det jag tidigare i veckan upplevt som frustrerande och kanske inte sett meningen i.
- Samtalet om mig själv.

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

Ja	12
Nej	0

## Varför?

- Jag kan inte föreställa mig att det finns några alternativ till den här UGL-kursen på Bohus-Malmön.
- Snacka om personlig utveckling.
- Ja absolut! Inspirerande, motiverande, lärorikt. Att få uppleva alla dessa känslor. Kaos, frustration, glädje etc. - hela registret.
- Ger mycket på kort tid. Upplevelsebaserat inläring fungerar riktigt bra för mig.
- Ger verkligen personlig utveckling och kunskap om grupprocesser och sin egen roll och beteende i grupp.
- Absolut - för att många arbetsplatser skulle fungera så mycket bättre om de hade denna kunskap.
- Mycket utvecklande.
- Man får med sig så mycket!
- Personlig utveckling.
- Jag tror att alla tar med sig ett lärande i olika former oberoende vad man har med sig in.
- Samma utgångspunkt i gruppdynamik.

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

- Samspelta, proffsiga gett trygghet. Humoriga. Gett mycket kärlek. Samt otroligt kunliga om människors samspel. Ni är grymma!!!!
- Bra kurs som jag är glad att jag har gått.
- I love you. Ni är fantastiska! Väl mött Må bäst. Troll finns faktiskt!
- Bra kurs.
- Grymt bra jobbat!!
- Ett stort tack!!
- Jag tycker att ni har haft en bra balans mellan att lämna gruppen ifred eller att gå in och styra.
- Tack fina för extra material och anpassning, som fört gruppen framåt.
- Tack till Ulla som gjorde att jag vågade utmana mig själv. Jag hade aldrig vågat utan henne.
- Det vore toppen om det går att få en färdig litteraturlista i slutet av kursen med tips på material för fortsatt studerande.

## 7. Övrigt

- Hoppas kunna kontakta er i framtiden i någon ev. "kris".
- God mat och mycket trevlig personal på Pensionatet.
- Bohus-Malmön är ett perfekt kursställe att vara på. Fantastisk mat och trevlig personal på Pensionatet.
- Jag vill börja plugga beteendevetenskap och jobba med barn som har det svårt tack för hjälpen att nå dit.