

8. marts 2017

EVALUERING AF KURSER

i recovery-skolerne i Viborg, Aarhus og Randers

Samlet rapport baseret på deltagernes kursusevalueringer fra skolernes opstart og frem til 18. nov. 2016.¹ Rapporten præsenterer resultater fra hhv. 244 korte evalueringsskemaer (i del 1) og 19 lange evalueringsskemaer (i del 2).²

Indhold

Del 1: Evalueringresultater af de korte kurser (n=254)	2
Andel af evalueringsskemaer per by.....	2
Deltagernes baggrunde	2
Kursernes indhold og relevans	3
Vurdering af form og formidling	6
Vurdering af udbytte.....	9
Det praktiske	11
Hvor har kursisterne hørt om recovery-skolen?	12
Hvad synes kursisterne har været det bedste ved kurset?	12
Hvad synes kursisterne kunne have været bedre ved kurset?	14
Del 2: Evalueringresultater af de lange kurser (n= 19)	15
Andel af evalueringsskemaer per by.....	15
Deltagernes baggrunde	16
Kursernes indhold og relevans	17
Vurdering af form og formidling	18
Vurdering af udbytte.....	18
Det praktiske	19
Hvor har kursisterne hørt om recovery-skolen?	19
Hvad synes kursisterne har været det bedste ved kurset?	20
Hvad synes kursisterne kunne have været bedre ved kurset?	20

¹ Efter denne dato er evalueringen overgået til det nye fælles evalueringsskema for både korte og lange kurser.

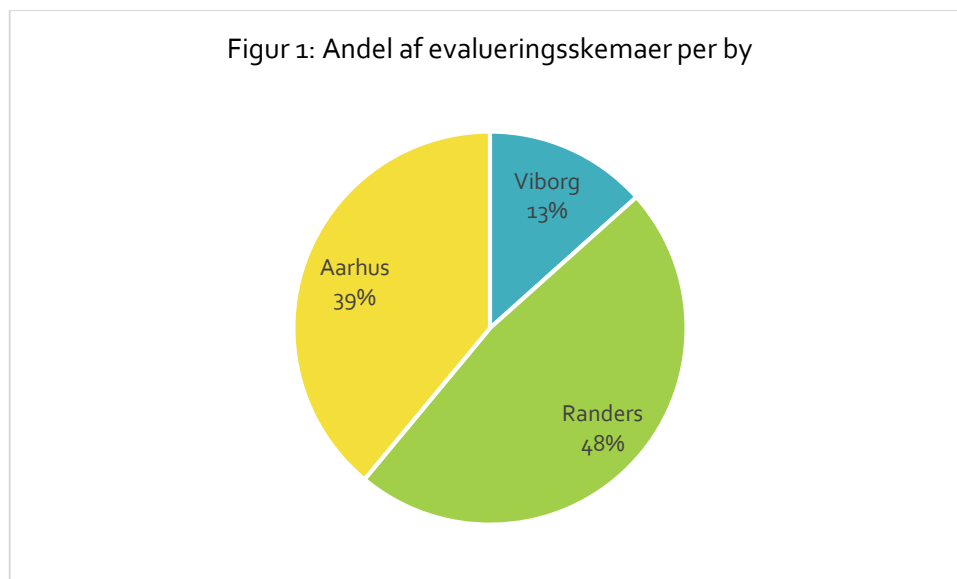
² Der er ikke nødvendigvis tale om hhv. 254 og 19 unikke kursister, da nogle af kursisterne har deltaget på mere end ét kursus i perioden.

8. marts 2017

Del 1: Evalueringsresultater af de korte kurser (n=254)

Andel af evalueringsskemaer per by

Det er primært Randers og Aarhus, som har afholdt de korte kurser, (defineret som højst én kursusdag, varierende fra 1 til 4 timer) og dermed er det de to byer, som bidrager med flest respondenter i denne evaluering. En vigtig tilføjelse er, at årsagen til at der er færre kursister i Viborg, er, at de primært har afholdt længerevarende kurser (defineret som mere end én kursusdag).



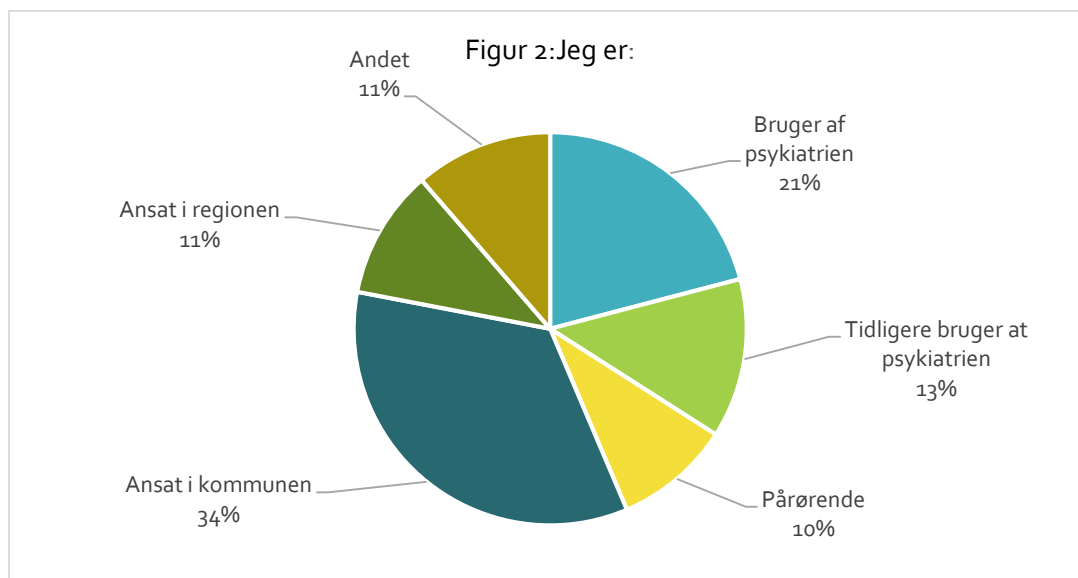
Viborg: 34 skemaer, Aarhus: 99 skemaer & Randers: 121 skemaer

Note: n=254

Deltagernes baggrunde

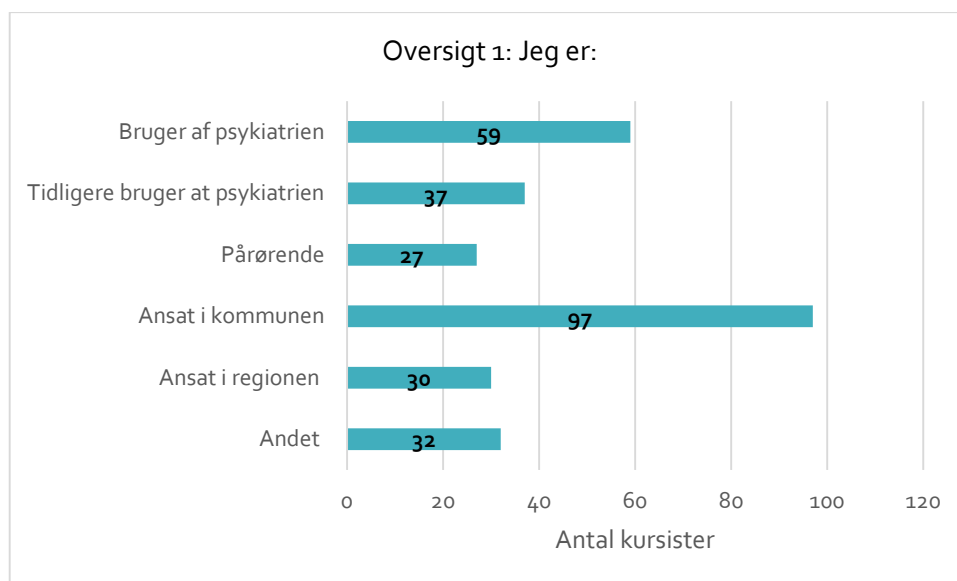
Som det fremgår nedenfor, så er recovery-skolerne i høj grad lykkedes med at få deltagere med forskellige baggrunde på kurserne, dvs. både brugere og tidligere brugere af psykiatrien, pårørende samt ansatte i kommune og region. Den største deltagergruppe (45%) er ansatte fra kommunerne og Region Midt. En tredjedel (34%) er brugere eller tidligere brugere af psykiatrien – og endelig er 10 % pårørende. Skolerne har aktuelt fokus på, hvordan man i endnu højere grad kan nå ud til gruppen af pårørende.

8. marts 2017



Note: n=254 (kursisterne har haft mulighed for at sætte flere kryds).

En mere detaljeret opgørelse over deltagernes baggrunde fremgår nedenfor. Her ses det, at der har været en klar overvægt af deltagere fra kommunerne (97 personer) og færrest deltagere med pårørendebaggrund (27 personer).

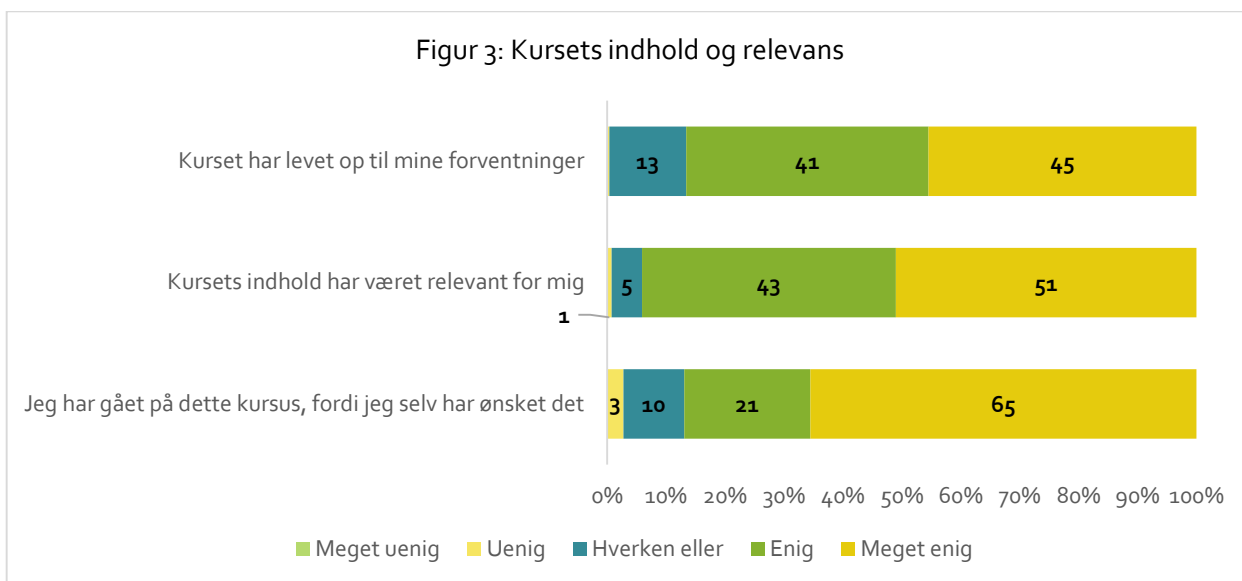


Note: kursisterne har haft mulighed for at sætte flere kryds. Derfor overstiger antallet de 254 evalueringsskemaer.

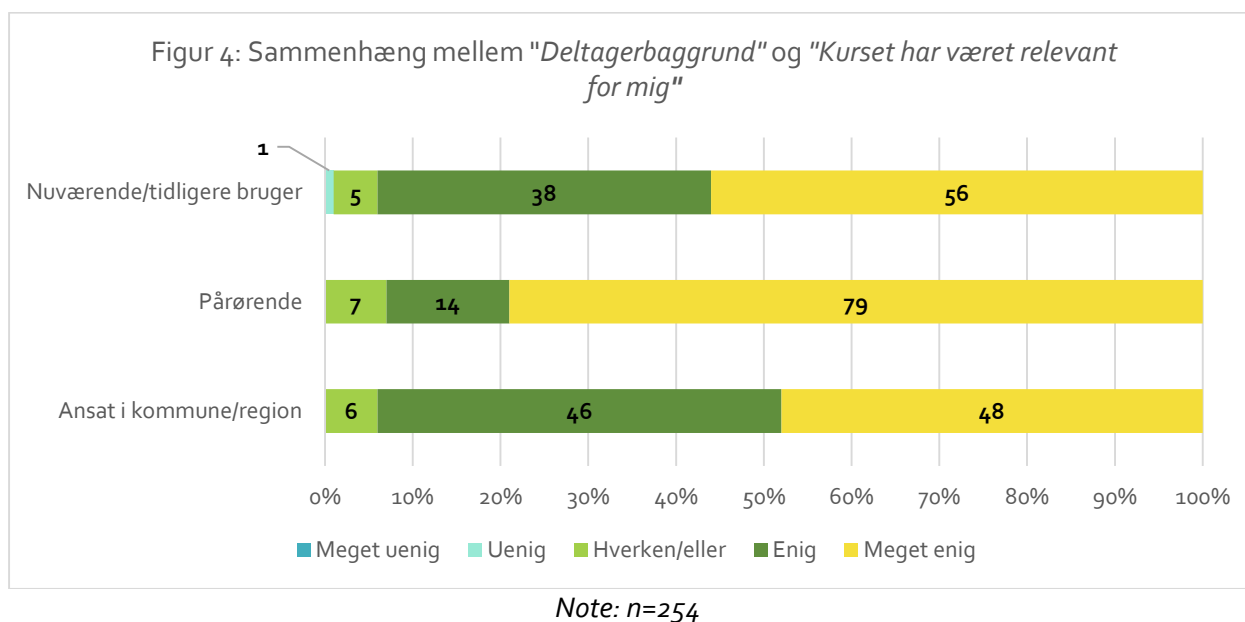
Kursernes indhold og relevans

Størstedelen af kursisterne oplever, at kurserne har være både *'relevante for dem'*, og at kurserne har *'levet op til deres forventninger'*. Endvidere har langt de fleste deltaget på kurserne af egen fri vilje og lyst – og er dermed ikke blevet *'sendt'* på kursus. Netop at kursisterne deltager, fordi de selv *'har ønsket det'*, er et vigtigt parameter for recovery-skolerne. Det er derfor også værd at bemærke, at 13% svarer mere tvivlsomt på spørgsmålet. I Randers er der flere kursister, der skriver, at de deltager på recovery-skolerne, fordi det er en obligatorisk del af deres uddannelse (sosu-assistent). Dette kan muligvis være en af forklaringerne på tendensen i det nederste spørgsmål.

8. marts 2017

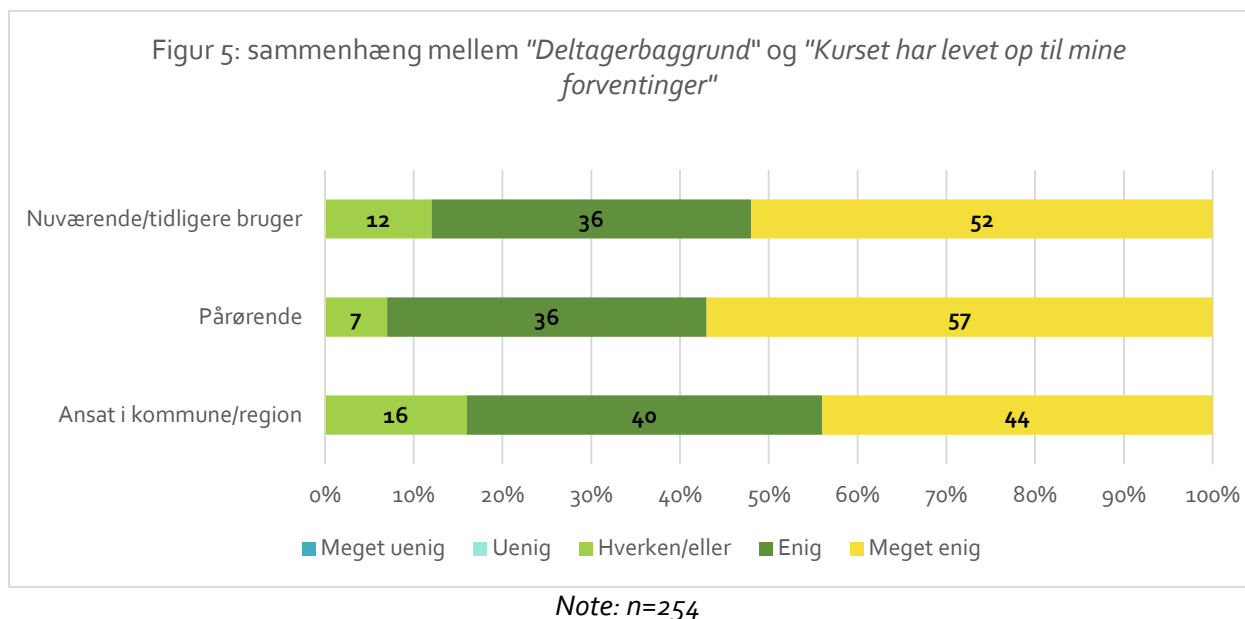


Yderligere analyser viser, at den udbredte oplevelse af kursernes relevans gør sig gældende uanset, hvilken baggrund deltagerne har. Den fremgår nedenfor. De pårørende har i særlig høj grad oplevet kursernes som relevante.

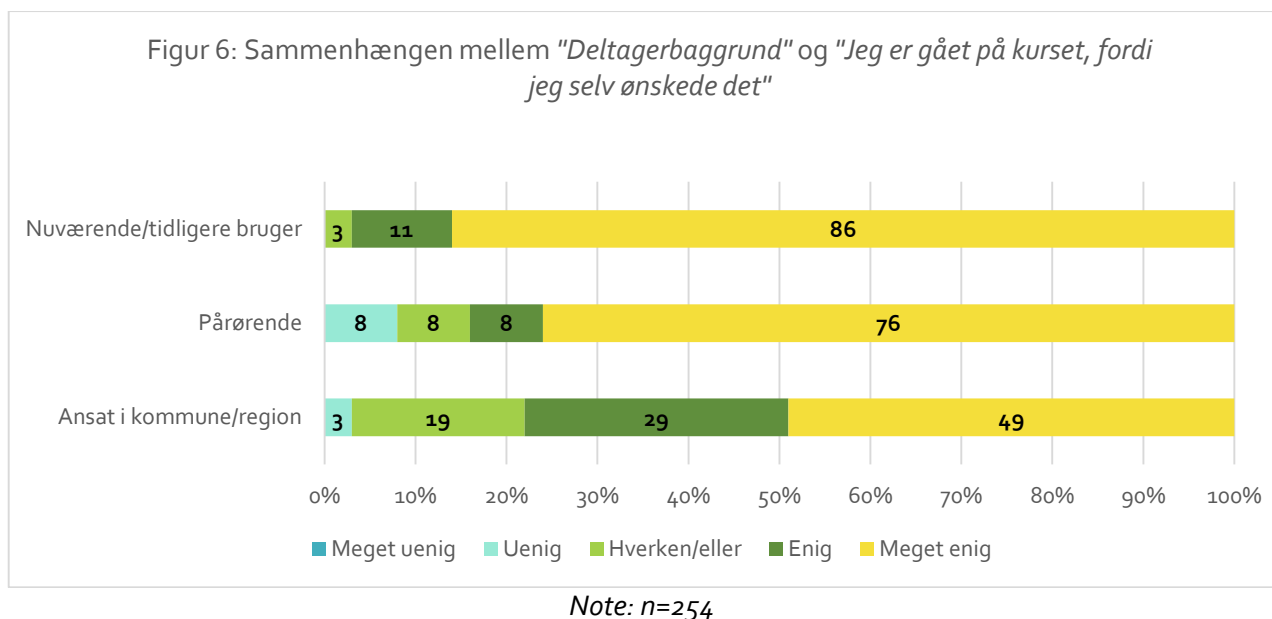


Samme tendens gør sig gældende i forhold til, om kurserne lever op til deltagernes forventninger.

8. marts 2017



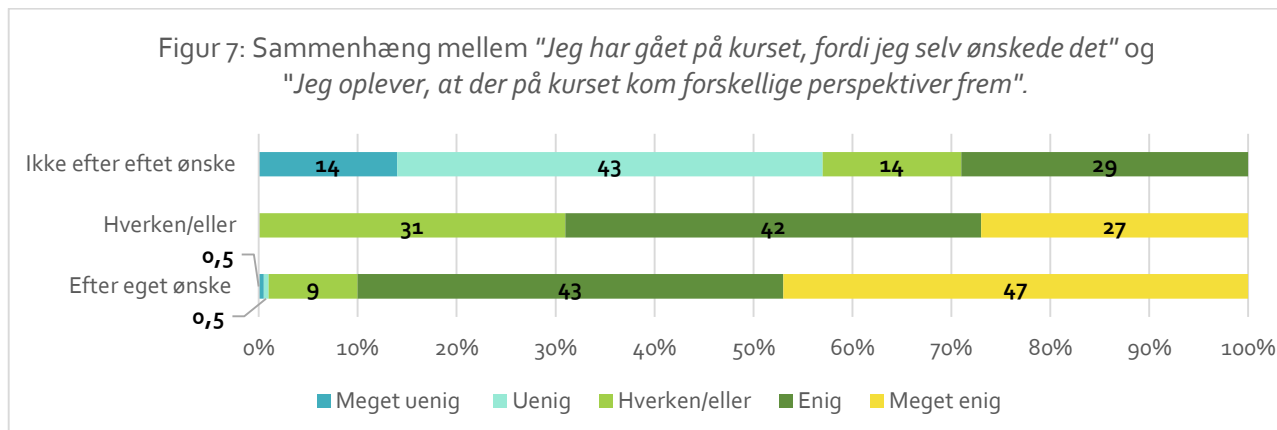
Figuren herunder underbygger antagelsen om, at det er ansatte fra kommune og region, der i *mindst* omfang har deltaget efter eget ønske.



I sammenhæng med figur 6 oven for er der lavet en selvstændig analyse, som viser sammenhængen mellem, om man er på kurset efter eget ønske og de resterende spørgsmål. Analyser viser, at det generelt har stor betydning for deltagerens oplevelse af kurserne og deres udbytte, alt efter om de har 'gået på kurset, fordi de selv har ønsket det' eller ej. Jo mere man selv har ønsket at deltage i kurserne, jo mere positiv er man generelt over for kurset og dets indhold. Dette er relevant at tage med i overvejelserne omkring kurserne i recovery-skolerne, fordi tendensen er så tydelig, og fordi deltagelse baseret på fri vilje og lyst er et af grundprincipperne for recovery-skolerne. Antagelsen er, at den åbne og frie deltagelse skaber bedre forudsætninger for læring og samskabelse.

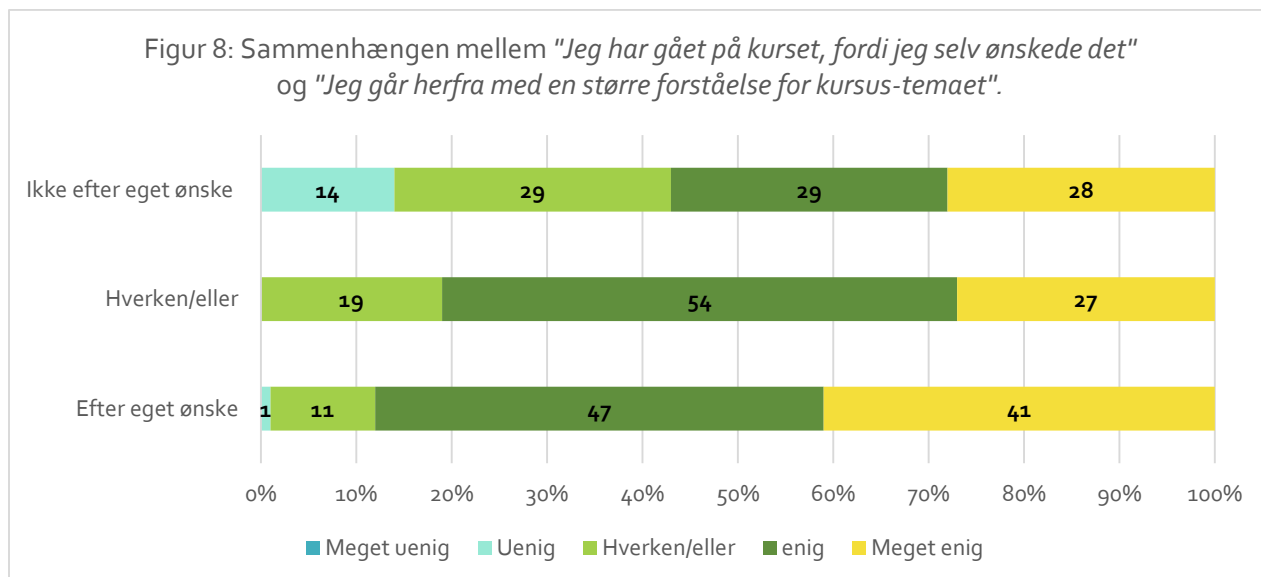
8. marts 2017

Et tydeligt eksempel på sammenhængen kommer til udtryk ved spørgsmålet "Jeg oplever, at der på kurset kom forskellige perspektiver i spil" (Figur 7). Hvis man kigger på figuren, kan man se en klar pyramideform mod venstre, det vil sige, at deltager man på kurset, fordi man selv har ønsket det, så oplever man i højere grad, at der kom forskellige perspektiver i spil, end hvis man ikke er på kurset efter eget ønske.



Note: Variablen "jeg har gået på kurset, fordi jeg selv ønskede det" er omkodet så 'Uenig' dækker og svarmulighederne 'Meget uenig og Uenig, mens Enig dækker over svarmulighederne Meget enig og Enig. (n=254)

Et andet eksempel på den oven for beskrevne sammenhæng ses i figur 8. Tendensen viser, at når man deltager efter eget ønske på kurset, så får man også et større udbytte af kurset. Denne sammenhæng gør sig gældende, både i forhold til at kursisten har fået en 'større forståelse for kursus temaet' (figur 8), at kursisten føler sig mere 'håbefuldt for fremtiden' og om kursisten vil 'anbefale kurset til andre'.

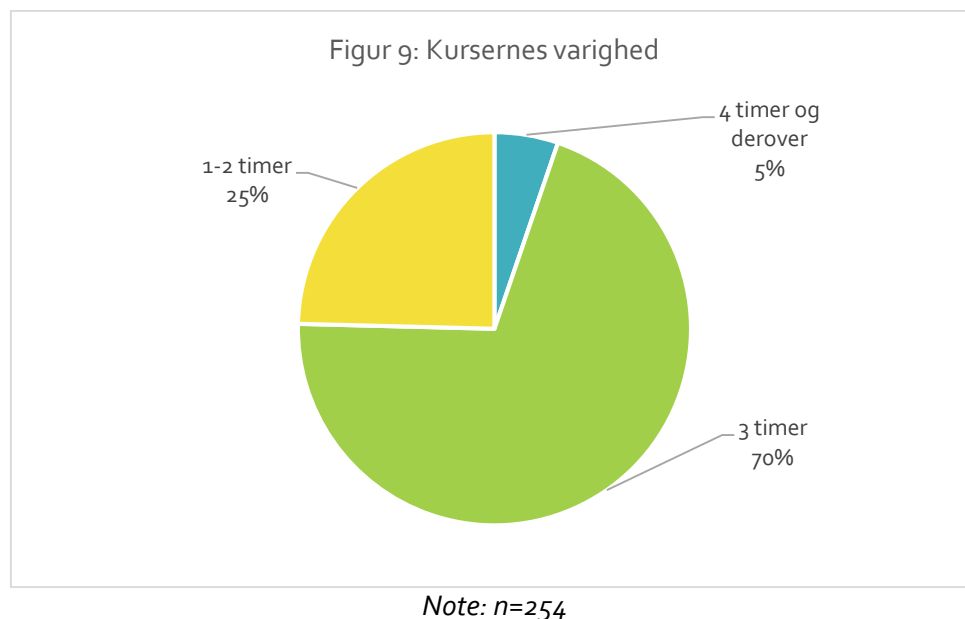


Note: Variablen "Jeg har gået på kurset, fordi jeg selv ønskede det" er omkodet så Uenig dækker og svarmulighederne Meget uenig og Uenig, mens Enig dækker over svarmulighederne Meget enig og Enig. (n=254)

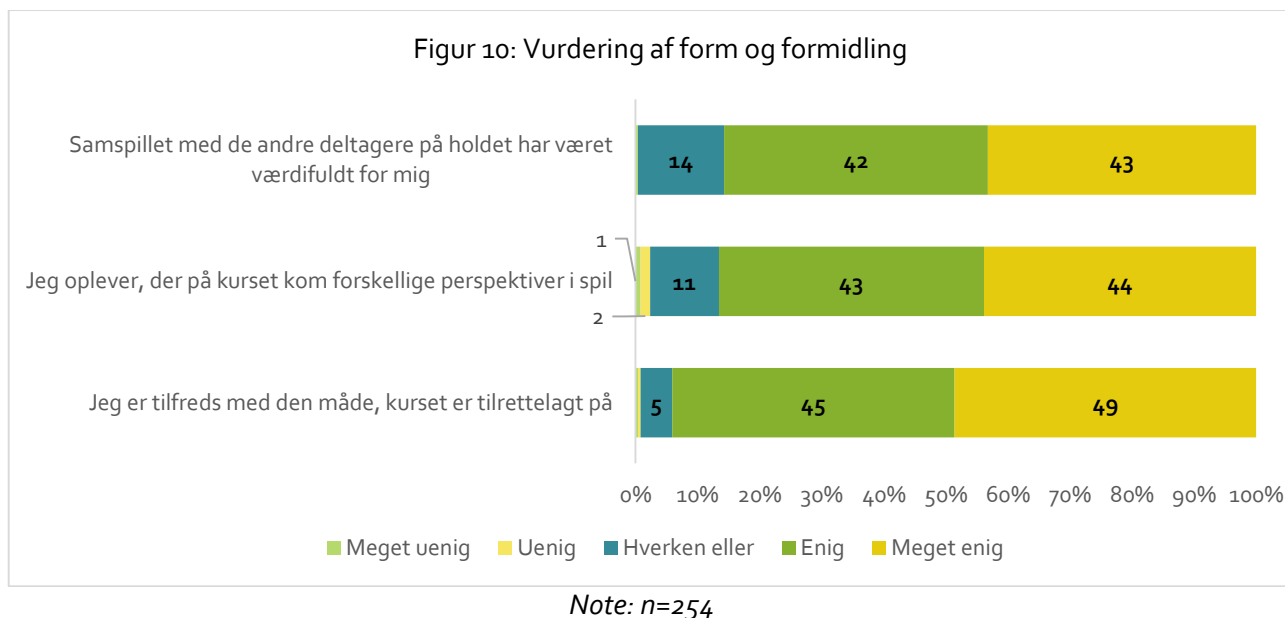
Vurdering af form og formidling

Nedenfor ses figur 9, som viser andelen af kursister i forhold til varighed af kurserne i recovery-skolerne. Den mest hyppige varighed er 3 timer (70%), derefter 1-2 timer (215%) og slutlig 4 timer og derover (5%). Der er i den forbindelse lavet en analyse af sammenhængen mellem kursets varighed og de resterende evalueringsspørgsmål. Analysen viste ingen direkte sammenhæng, og derfor bliver denne sammenhæng ikke yderligere kommenteret i denne rapport.

8. marts 2017



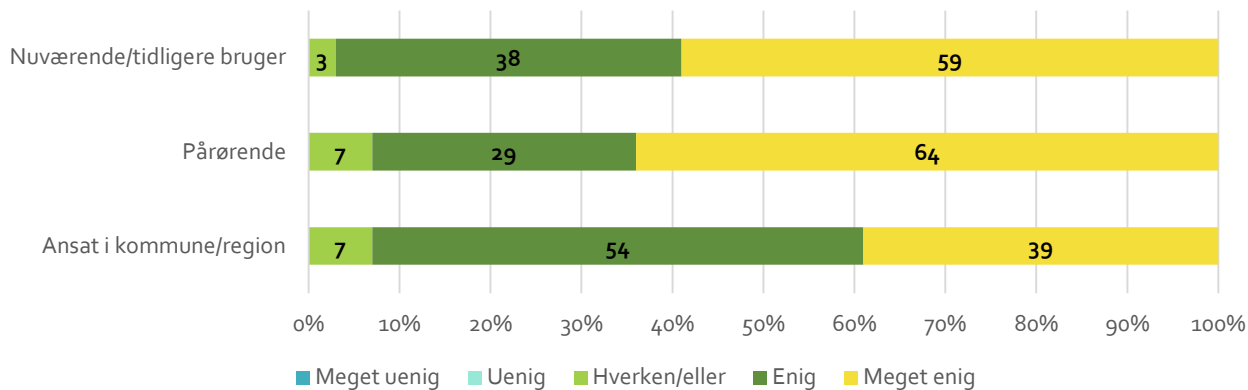
Det vigtigste at bemærke i forhold til figur 10 er, at 9/10 af kursisterne svarer, at de oplever et godt 'samspil med de andre kursister', og at der under kurserne kommer 'forskellige perspektiver i spil'. Dette er meget vigtige principper for recovery-skolerne og derfor et vigtigt evalueringsresultat. En tilsvarende andel oplever ligeledes at kurserne er 'godt tilrettelagt'. En kursist skriver bl.a. "Det var spændende og fedt med lidt gruppearbejde og erfaring fra de andre og underviserne".



Samme tendens gør sig gældende for alle deltagergrupperne, som ses i figur 11, 12 og 13 nedenfor.

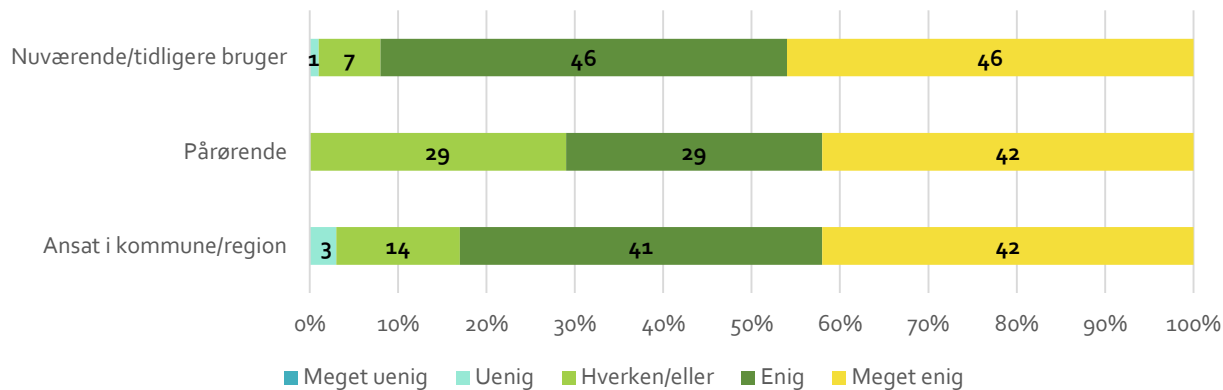
8. marts 2017

Figur 11: Sammenhæng mellem "Deltagergruppe" og "Jeg er tilfreds med den måde, kurset var tilrettelagt på"



Note: n=254

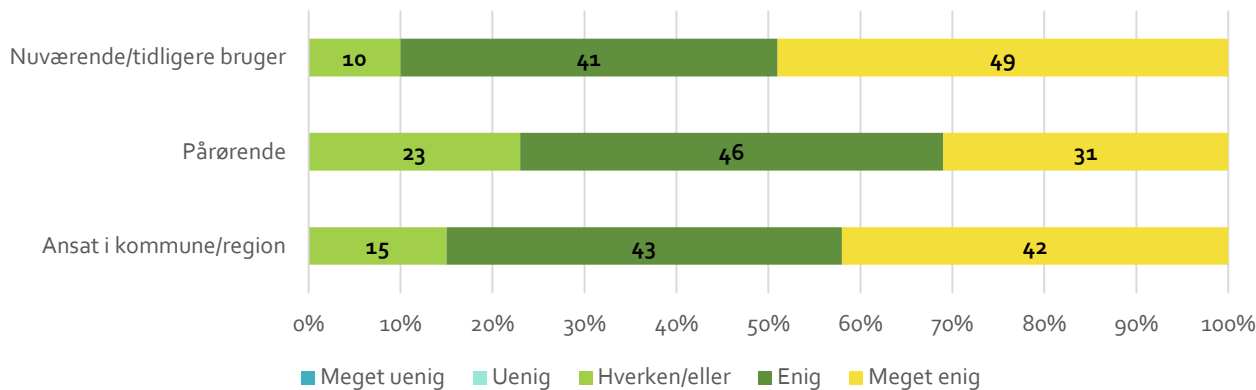
Figur 12: Sammenhæng mellem "Deltagergruppe" og "Jeg oplever, at der på kurset kom forskellige perspektiver i spil"



Note: n=254

8. marts 2017

Figur 13: Sammenhængen mellem "Deltagergruppe" og "Samspillet med de andre deltagere på holdet har været værdifuldt for mig"

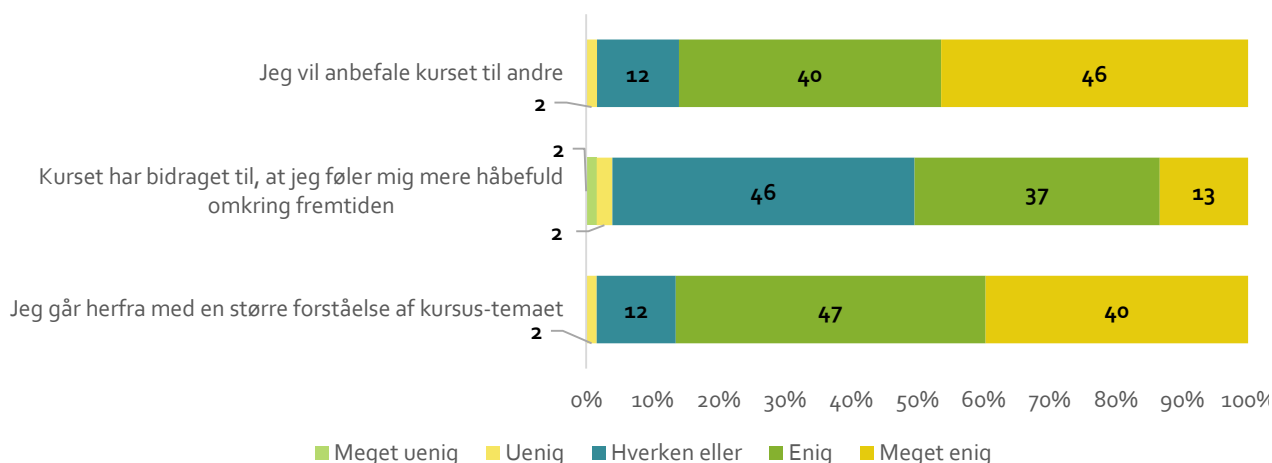


Note: n=254

Vurdering af udbytte

Nedenfor ses figur 14, som viser en overordnet meget positiv tilkendegivelse i forhold til udbyttet af kurserne. Ni ud af ti tilkendegiver, at de går fra kurserne med en 'større forståelse for kursus-temaet' og at de 'vil anbefale kurset til andre'. 50% af kursisterne går fra de korte kurser og 'føler sig mere håbefulde for fremtiden'. Ikke overraskende har den øvrige halvdel mere svært ved at forholde sig til spørgsmålet omkring en mere håbefuldst fremtid, idet denne gruppe af deltagere har været på et relativt kort kursus.

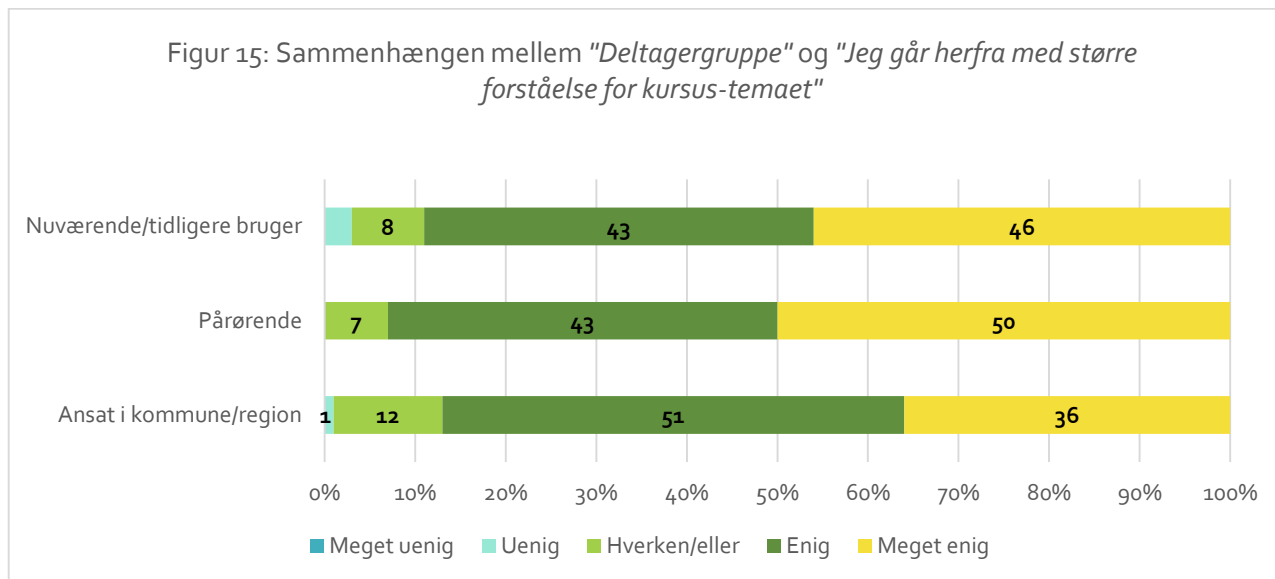
Figur 14: Vurdering af udbytte



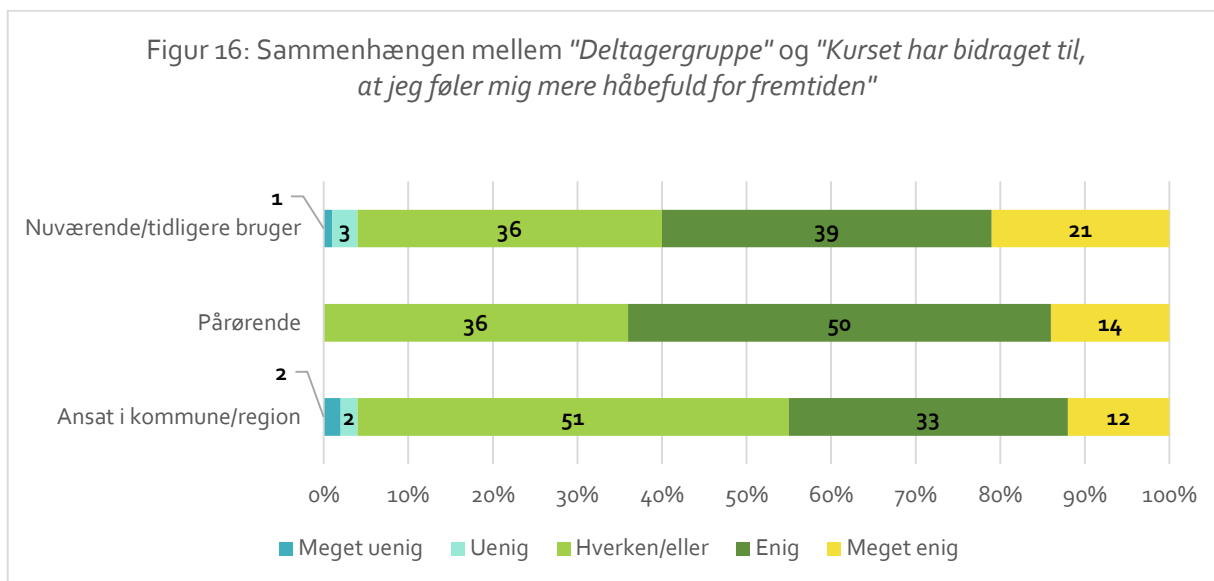
Note: n=254

8. marts 2017

Samme tendens gør sig gældende for alle kursistgrupper, som ses herunder i figur 15, 16 og 17.

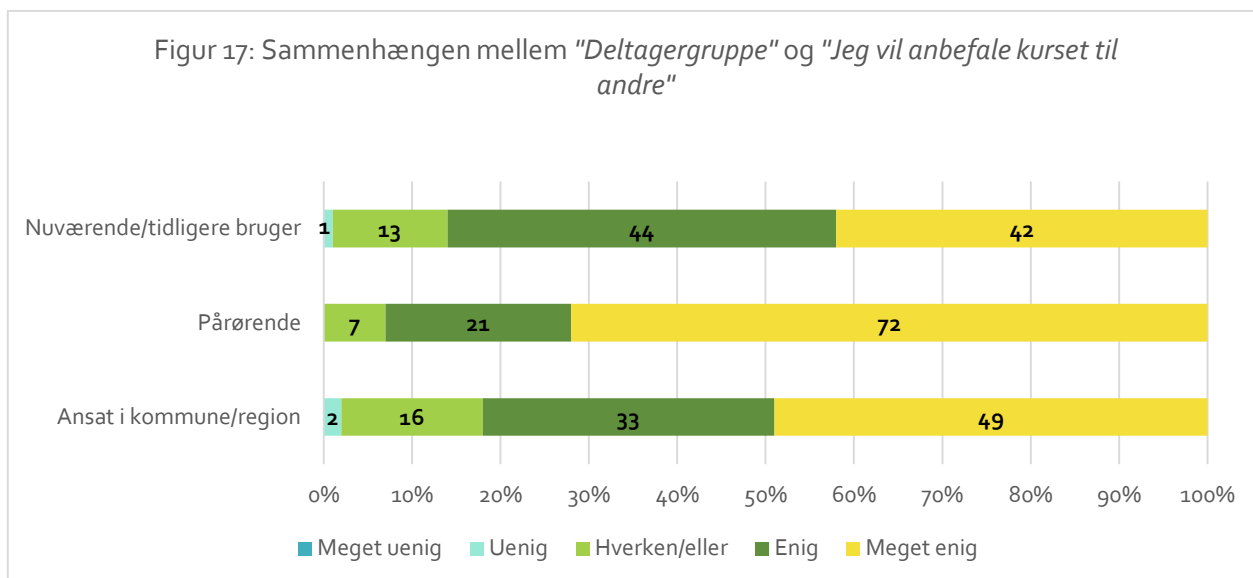


Note: n=254



Note: n=254

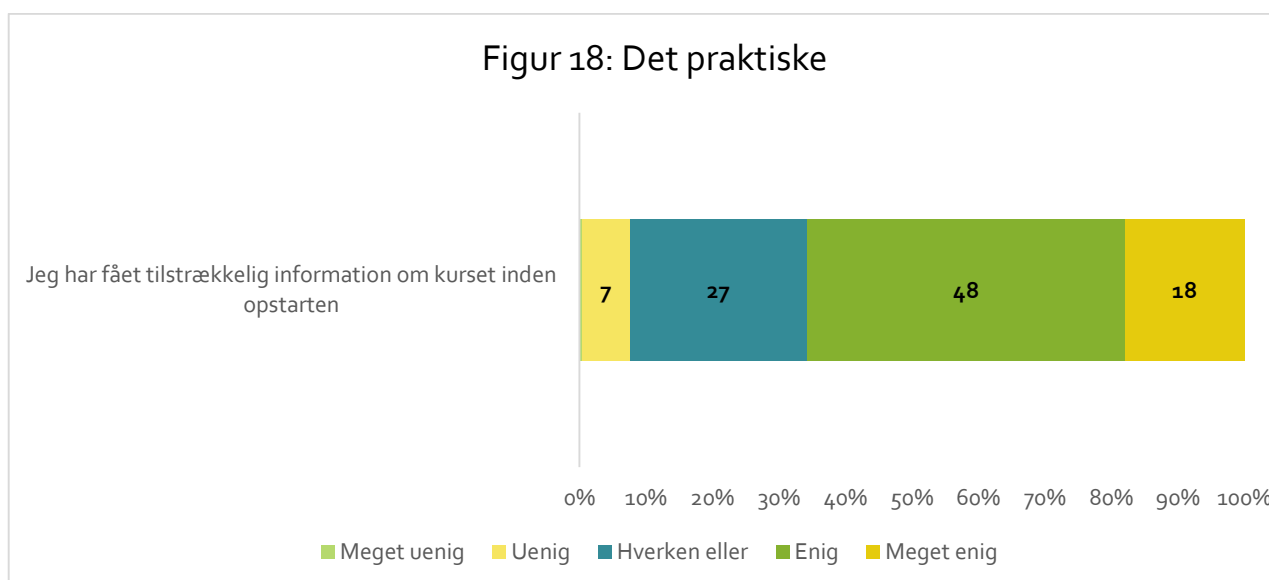
8. marts 2017



Note: n=254

Det praktiske

Den overordnede tendens i figur 18 er, at 2/3 af kursisterne føler, at de 'har fået tilstrækkelig information om kurset inden opstart'. Der er dog også 1/3 af kursisterne, som er i tvivl eller direkte uenig i at have modtaget tilstrækkelig information inden kursets start. Dette kunne være et fremadrettet indsatsområde.

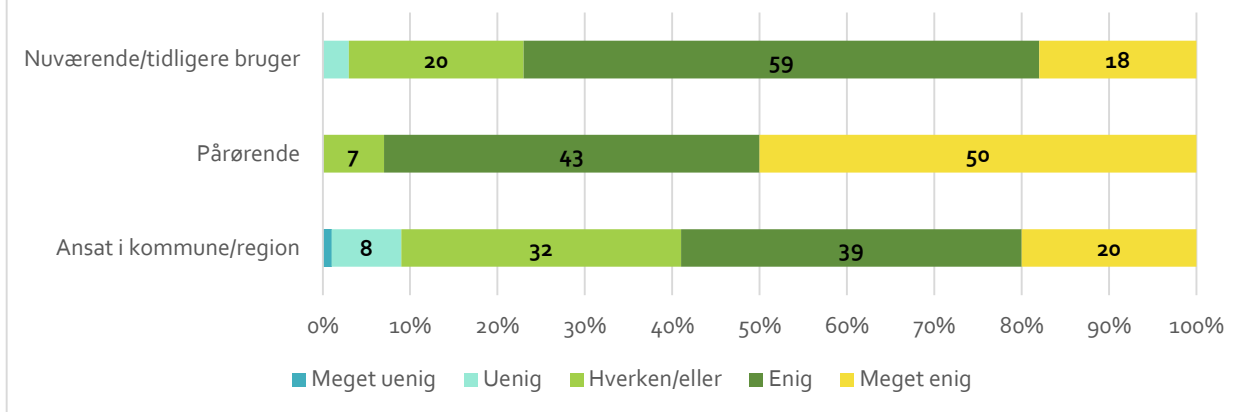


Note: n=254

Som det fremgår af figuren nedenfor, så er det særligt gruppen af ansatte i kommunerne og regionen, der savner mere information om kurserne inden opstarten. Hvis man sammenligner dette med figur 6, kan noget at forklaringen på, at den gruppe savner mere information inden opstart være, at de i mindre grad deltager på kurserne efter eget ønske, og af den grund sætter de sig muligvis ikke ligeså godt ind i, hvad kurset indebærer.

8. marts 2017

Figur 19: Sammenhængen mellem "Deltagerbaggrund" og "Jeg havde fået tilstrækkelige med information om kurset inden opstarten"



Note: n=254.

Hvor har kursisterne hørt om recovery-skolen?

- Gennem arbejdspladsen (21)
- Via min vejleder (16)
- Gennem peer-uddannelsen (16)
- Gennem min praktik (13)
- Psykiatriens Hus (13)
- Center for mestring (12)
- Fra Sinds pårørende (11)
- Gennem pjece (10)
- Via min uddannelse (10)
- Fra arbejdsleder (8)
- Fra kollega (8)
- Via ADHD behandling (7)
- Fra veninde/ven/familie (6)
- Via CSV (6)
- Fra min bostøtte (6)
- Via basisuddannelsen i recovery (6)
- Kursuskataloget (5)
- Er med i projekt Ligestillet Støtte (4)
- Internettet (3)
- Sindets dag (3)
- CBH (3)
- Randers Kommune (2)
- Gennem bosted (2)
- Gennem min underviser Jens Brejnholt (2)
- Biblioteket (1)
- En anden deltager (1)
- Frank fra borgerrådet (1)
- Reklame (1)
- Jobcenter (1)
- Omtale i avisen (1)
- Obligatorisk for ass. elever (1)
- Via egen læge (1)
- På mit yoga-hold (1)
- Alkohol behandling (1)
- Sinds senior kursus (1)
- Intranettet i kommunen (1)
- Behandlings psykiatrien (1)
- En del af recovery-undervisningen i det skide akademi (1)

Hvad synes kursisterne har været det bedste ved kurset?

Parentesen efter kommentaren illustrer hvor mange lignende kommentarer, der har været.

Formen på kurset

8. marts 2017

- Det var spændende og fedt med lidt gruppearbejde og erfaringer fra de andre og fra underviserne (67)
- Graden af kursistinvolvering - vi lærte fra/af hinanden, såvel som af underviserne (10)
- De personlige fortællinger og deres åbenhed (7)
- At møde andre med de samme problemstillinger (5)
- Dialogen mellem mig som er ved at uddanne mig til peer-underviser og de fagprofessionelle der deltog (2)
- At der var ansatte med fra kommunen
- Godt at man ikke skulle sig hvem man var og hvor man kom fra, for vi har alle noget med i bagagen der kan bruges
- Ligeværdig indgang
- Direkte, personlige og gensidig inddragelse af kursist og underviser
- Møde ligesindet med en god dialog, gode foredrag og info der giver mening
- Dialogen og de forskellige perspektiver + sammensætningen af fag professionelle, pårørende og borgere
- Trygheden i rummet, åbenhed blandt deltagere/undervisere
- Det var klart og tydeligt, hvad det handlede om, der var konkrete eksempler og underviseren levede selv efter principperne. Passer godt ind i min anden ADHD behandling
- Der har været en god dialog og plads til hver enkelt.
- Slides med definitioner

Underviserne på kurset

- De to undervisere var gode til at supplere hinanden - kom med gode eksempler fra hverdagen (19)
- At undervisere har deres egen erfaring inden for recovery, og at de deler ud (8)
- At det var en der selv levede med nogle begrænsninger, der underviste
- God fast struktur, begge undervisere var gode til at formidle og overholde tid, samtidig med at der var tid til dialog
- 2 oplægsholder med forskellig baggrund
- Ligeværd - at underviserne sad sammen med os
- Underviseren kom med egne erfaringer, meget lærerigt - god tilgang til kursisterne

Udbyttet af kurset

- At få indblik i den psykiatriske recovery proces og sparring med de andre deltager (10)
- Konkrete redskaber (5)
- Jeg har fået motivation til at ændre ting (3)
- De andre pårørendes familiers erfaringer og viden (2)
- At få større viden om ADHD og møde pårørende (2)
- Peer-delen (2)
- At man i højere grad kan inddrage familien i energiskemaet/regnskabet
- At høre de mange opfattelser af begrebet recovery og få udfordret min egen opfattelse
- Viden og information til videreformidling til kollegaer, bruger mm.
- Et indblik i den anden side under sygdom
- Relationens muligheder/ co-produktion. Erfaringsbaseret kommunikation
- Jeg har fået en større bevidsthed om min kommunikation

8. marts 2017

- Nedbryde fordomme ift. personlig/privat/professionel og sætte sig selv i spil som menneske og ikke fagperson
- At jeg kan bruge det i mit arbejde
- At få at vide at der er en mulighed, der hedder recovery
- Information om hvad peer-støtte er
- At kunne få opfrisket privat-personlig-professionel
- Der er god intro til videre arbejde med recovery

Andet

- At det var et led i Peer-uddannelsen
- At finde ud af at der faktisk er folk, der får tingene til at fungere vha. systemer
- Fremtiden ser lysere ud.

Hvad synes kursisterne kunne have været bedre ved kurset?

Parentesen efter kommentaren illustrer hvor mange lignende kommentarer, der har været.

Formen på kurset

- Mere tid → mere dybde (40)
- Flere på holdene (5)
- Præsentation af deltagere (3)
- Kurset kunne være kortere og mere konkret (2)
- Måske en indledning om at rummet også er fortroligt, og at de oplysninger man kommer med ikke må deles (2)
- Forklaring på hvad peer-uddannelsen er, forklaring om projektet, som har gjort at dette kursus kunne tilbydes (2)
- At der kom mere om recovery i den sidste 1/2 time, evt. nogle påstande om pres, tvang eller støtte. For meget peer-snak til sidst.
- Flere fagprofessionelle deltager
- Tidspunktet er for sent - både i forhold til energi og børneafhængning
- Mere variation i undervisningsformen
- At man tager folk i en vilkårlig rækkefølge, i stedet for fra den ene ende til den anden
- At alle fik sagt noget
- Mere styring over deltagerne så alle bliver inddraget
- Bedre ordstyring, når dialogen kørte ud af et sidespor, der ikke var relevant.
- At vi var mere blandet, bedre balance mellem bruger, pårørende og ansatte
- Flere med sårbar baggrund
- Det måtte gerne ligge senere på dagen
- Mere aktiv deltagelse, evt. noget quiz
- Tidspunktet, ville være bedre tidligere på dagen
- Nogle af brugerne kom ikke nok til orde
- Flere med peer baggrund
- Gerne over flere gange
- Mere struktur og flere øvelser
- Det kunne være fedt med PowerPoint

8. marts 2017

Underviserne på kurset

- Mere struktureret, meget gentagelse og oplæsning (2)
- En lidt mere levende undervisning

Udbyttet af kurset

- Uddybning af begreber som empowerment og stigmatisering. Begreber som bruges men ikke er hverdagsprog (2)
- Fortæl at man kan få slides på mail - hjælper på fokus (2)
- Fremtidige kursuser - information om dette (2)
- Uddybelse af kursets titel
- Evt. en bog/bøger som forslag til videre læsning på skrift ved slides
- Lidt mere indsigt i hvad skolen gør i praksis.
- Konkret definition af hvad recovery skolen er, inden opstart på kurset
- Lidt mere teori i forhold til begrebet - recovery

Andet

- Et fortsætter kursus
- Fremmødet af tilskuere
- Mere information om undervisningen på forhånd
- Jeg er ked af mit fraværd

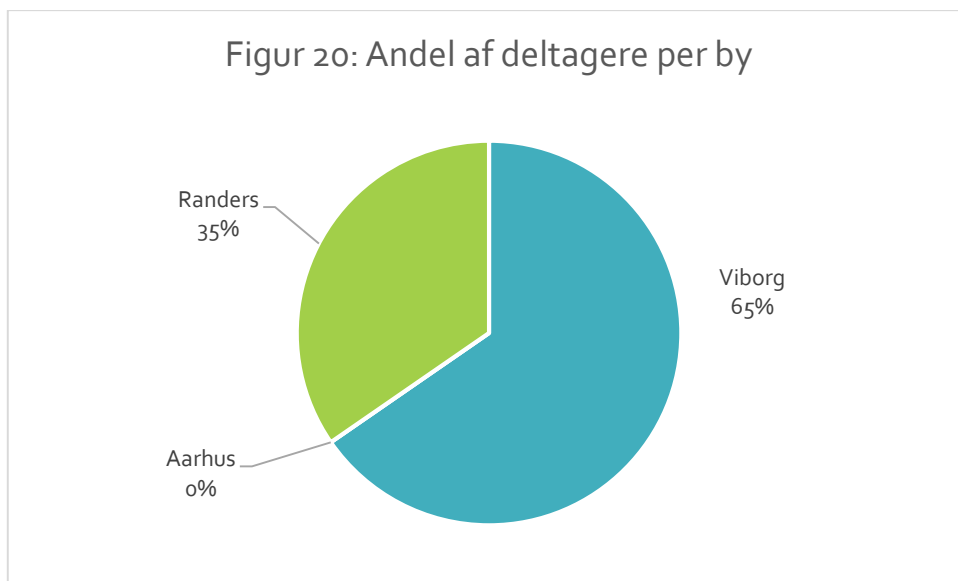
Del 2: Evalueringsresultater af de lange kurser (n= 26)

Nedenstående resultater baserer sig kun på 26 evalueringskemaer. Det betyder, at evalueringsresultaterne skal læses og tolkes med forsigtighed.

Andel af evalueringskemaer per by

Som tidligere nævnt er det primært Viborg, som i denne periode bidrager med kursister til de længere kurser (2/3) mens resten er fra Randers (1/3).

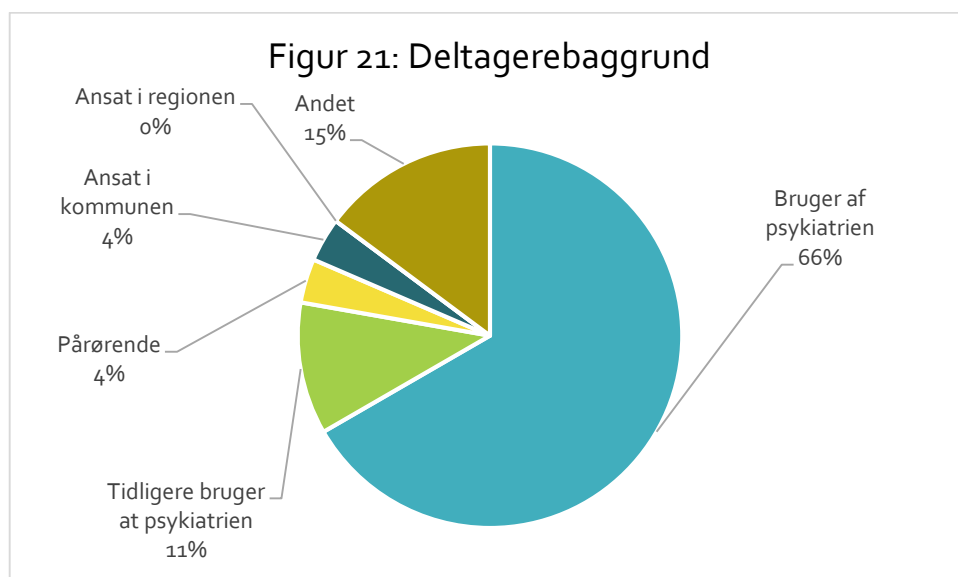
8. marts 2017



Viborg: 17, Randers: 9 & Aarhus: 0.
Note: n=26

Deltagernes baggrunde

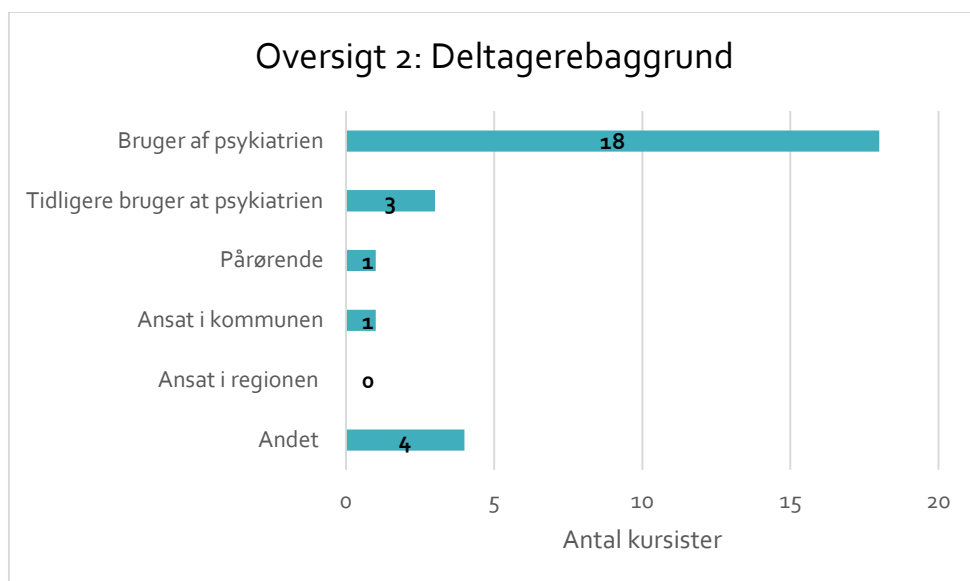
I figur 21 er det tydeligt at se, at den primære gruppe, som benytter sig af recovery-skolernes lange kurser, er nuværende og tidligere brugere af psykiatrien (3/4 af kursisterne). Skolerne er opmærksomme på, hvordan man fremadrettet også kan målrette de længere kurser til en bredere deltagerkreds.



Note: n=26

8. marts 2017

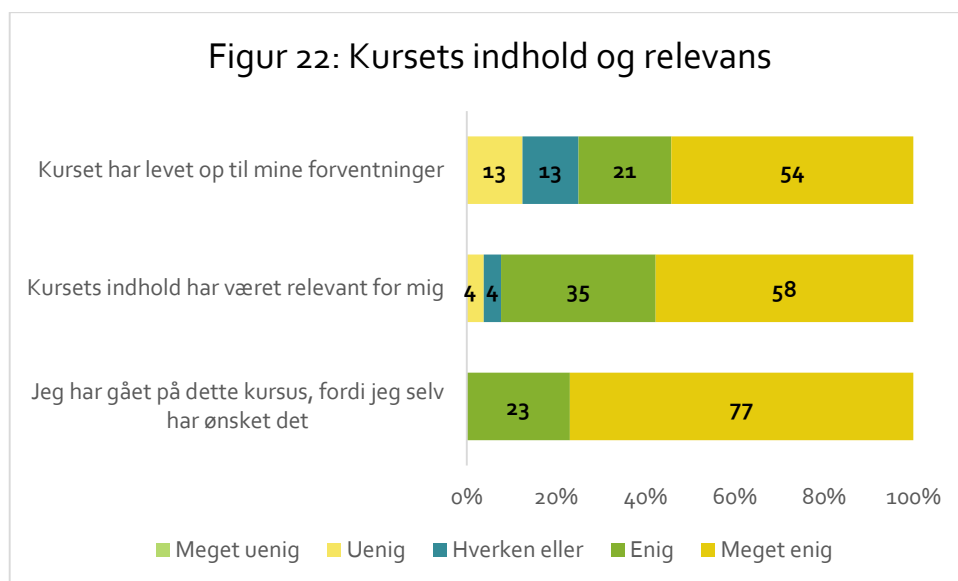
En mere detaljeret opgørelse over deltagernes baggrunde fremgår nedenfor.



Note: kursisterne har haft mulighed for at sætte flere kryds. Derfor overstiger antallet de 26 evalueringsskemaer.

Kursernes indhold og relevans

Figur 22 viser, at kursisterne generelt er meget tilfredse med kursernes 'indhold og relevans'. Det er dog væsentlig at hæfte sig ved, at hver fjerde deltager svarer, at de enten er uenige i (13 %) eller ikke kan tage stilling til (13 %) om kurset har 'levet op til deres forventninger'. En kursist skriver f.eks. "Jeg havde store forventninger i forhold til kursusbeskrivelsen - I har taget munden for fuld". Denne kommentar fra en kursist understreger vigtigheden af en god og præcis kursusbeskrivelse, så forventningerne er afstemt.



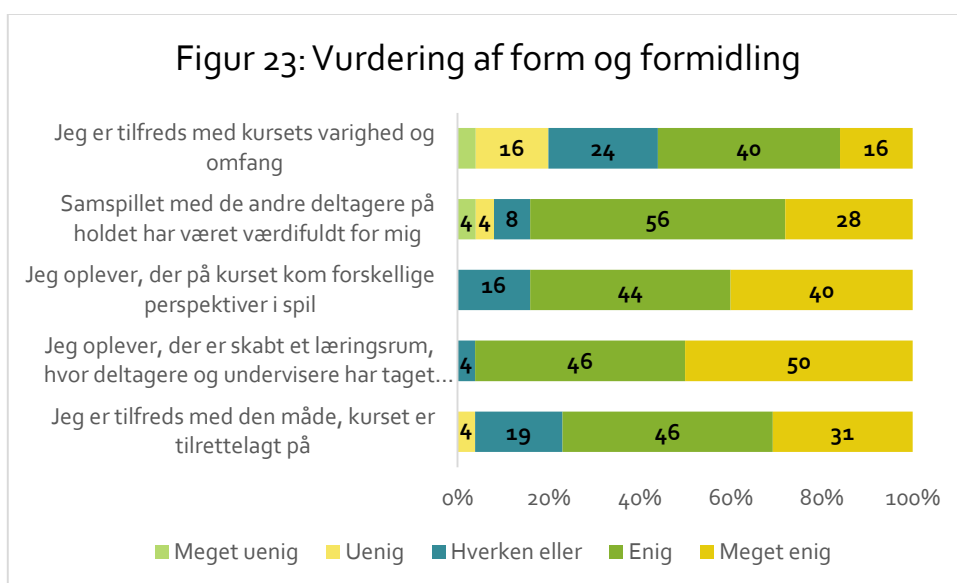
Note: n=26

8. marts 2017

Vurdering af form og formidling

Figur 23 viser igen en meget positiv tendens, hvor 8/10 af kursisterne oplever 'samspillet med de andre på holdet som værdifuldt', at være 'tilfreds med den måde kurset er tilrettelagt på', at der er kommet 'forskellige perspektiver i spil', og at der blev skabt 'et læringsrum, hvor der blev taget fælles ansvar for undervisningen'. En ligeså positiv tendens gør sig ikke gældende for spørgsmålet om hvorvidt, at de er tilfredse med kursets 'varighed og omfang'. Her er kun 50% enige, grunden til denne tendens kan findes i kommentarerne, hvor kursisterne efterspørger mere tid til at skabe bedre relationer med de andre kursister.

I kursisternes fritext efterspørger flere af kursisterne, at der opstilles spilleregler på kursets første dag, så der bliver plads til alle. En kursist foreslår f.eks., at man "Opstillede spilleregler for kurset, evt. skriftlig på førstedagen og synligt resten af kurset".



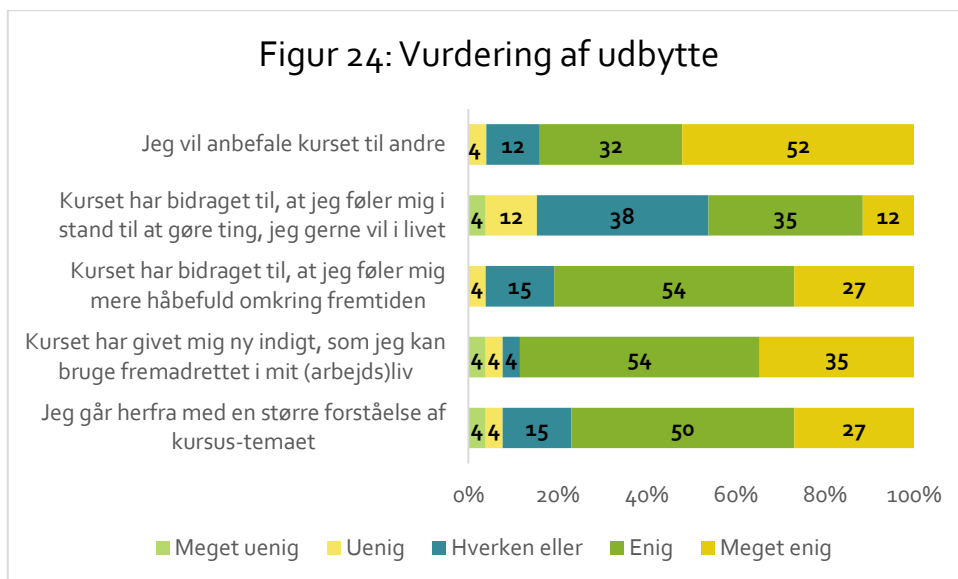
Note: n=26

Vurdering af udbytte

Også på de lange kurser oplever deltagerne generelt, at de får et stort udbytte. Et stort flertal oplever, at de 'har fået indsigt de kan bruge i deres (arbejds-)liv' (89%), at de vil 'anbefale kurset til andre' (84%), at de 'føler sig mere håbefulde for fremtiden' (81%) og at kurset har bidraget til, at de i højere grad 'føler sig i stand til at gøre de, ting de gerne vil i livet' (47%).

En kursist svarer f.eks., at det bedste ved kurset var at: "Komme omkring relevante emner og få konkrete strategier med, som kan bruges".

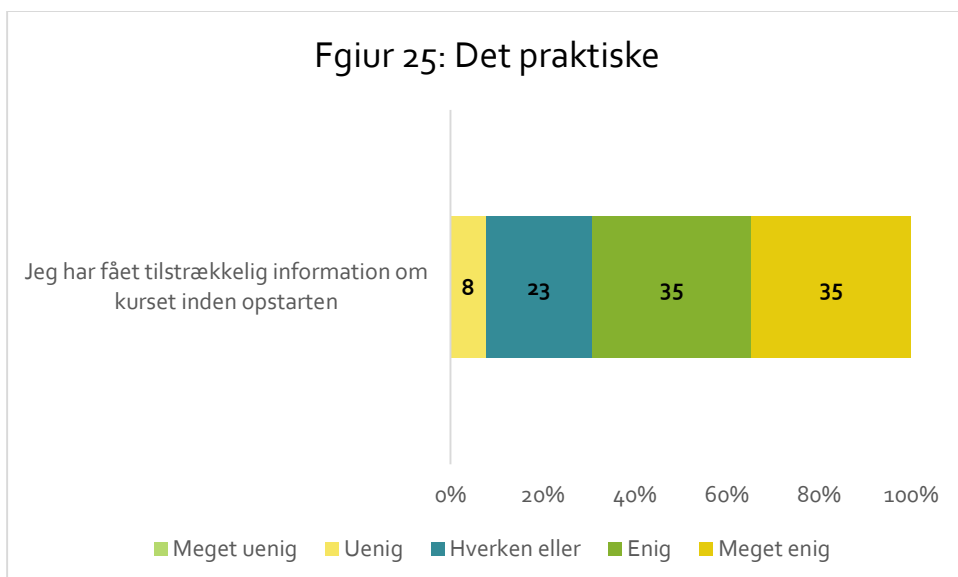
8. marts 2017



Note: n=26.

Det praktiske

Som det gjorde sig gældende ved de korte kurser, så er størstedelen af kursisterne på de længere kurser også tilfredse med 'den information, de har modtaget inden kursets start'. Igen kunne en tredjedel af kursisterne dog godt have brugt mere og bedre informationer om kurset inden opstarten.



Note: n=26.

Hvor har kursisterne hørt om recovery-skolen?

- Fra bosted/bostøtte (4)
- Kommunal kontaktperson (3)
- En pjece (3)
- Min mentor (3)

8. marts 2017

- Internettet (2)
- Min læge (1)
- Min sygeplejerske Heidi(1)
- Center for mestring (1)
- Pjece på jobcenter (1)
- Nede i cafeen (1)
- Pjece i venteværelset i psykiatrien (1)
- Via tidligere kursus (1)
- Via en ven/veninde/familie (1)
- Rehabiliterings teamet Viborg kommune (1)
- Min sagsbehandler (1)
- Arbejdsgruppen på recovery-skolen (1)
- Gennem kommunen (1)

Hvad synes kursisterne har været det bedste ved kurset?

Parentesen efter kommentaren illustrer hvor mange lignende kommentarer, der har været.

- Meditation, redskaber til forskellige problemer
- Da vi snakkede om trigger, forsvar for trigger + meditation
- God introduktion til opgaver. Behagelig og rolige kursusledere - rolig stemmeføring og egen erfaring, som de delte ud af.
- Deltager turde komme frem med deres meget personlige oplevelser, også selvom det rørte personen dybt.
- Ingen fagtosser, sagsbehandler osv. deltog - kun private personer
- At snuse til mindfulness
- At lære de andre at kende og høre deres historier, især dem der har været forskellig fra mig selv.
- Oplæg fra fagprofessionelle har givet lyst til at læse og lære endnu mere.
- Det personlige oplæg fra peer var helt sikkert bedst - var fantastisk og meget følsomt og det rørte mig dybt.
- Bedre indsigt i sig selv og større selvforståelse
- Komme omkring relevante emner og få konkrete startegier med som kan bruges
- Der har været plads til alle
- Mødet med andre unge med samme problem
- Dets rummelighed og undervisernes egne erfaringer
- At gennemføre det
- Det har været til at overskue og søde undervisere og fint sted
- Dialogen mellem underviser og deltager
- At lære de andre at kende og høre deres historier, især dem der har været forskellig fra mig selv.
- Oplæg fra fagprofessionelle har givet lyst til at læse og lære endnu mere. Det personlige oplæg fra peer var helt sikkert bedst - var fantastisk og meget følsomt og det rørte mig dybt.
- Bedre indsigt i sig selv og større selvforståelse
- Spejling med andres historier/ selvrefleksion
- Man er både fagpersoner og almindelige bruger sammen
- Det hele samlet, vi har fungeret godt sammen, inspirerende undervisere.
- De levende fortællinger

Hvad synes kursisterne kunne have været bedre ved kurset?

Parentesen efter kommentaren illustrer hvor mange lignende kommentarer, der har været.

- At kurset afholdes over flere gange (7)

8. marts 2017

- Tidsstyring. Opstillet spilleregler for kurset - skrifteligt på første dagen og synligt alle dagene, taleret til alle og håndsækning før tale. (2)
- Gøre det klart for deltagerne, at man skal være klar til at dele egne levede erfaringer og høre på andres.
- At det starter senere på dagen. At der skal være flere med, for at starte kurset
- Antallet af kursister er for lavt til at få noget ud af det.
- Have lidt mere styr på hvem der taler, og hvor meget taletid folk har - det kan let virke stressende, når de råber om deres liv.
- Der var tre kursister der fyldte rigtig meget, jeg havde svært ved at finde plads til mig og få sagt ret meget. Jeg har brug for mere tid og ro, for at jeg kan sige noget. Jeg følte mig utryk pga. den uro.
- Jeg havde store forventninger i forhold til kursus beskrivelsen, I har skuffet mig (måske var kursus beskrivelsen lavet til et kursus som var af længere varighed)
- Hjemmeopgaver, så man har mere tid til at gennemtænke, lidt papir og kuglepen fra start af, især til os glemsomme.
- Flere deltagere på holdet og over flere gange
- En præsentations runde, hvor man nævner diagnose - måske man kunne finde en sparingspartner.
- Flere gange end 4, så man kan lære hinanden bedre at kende og åbne lidt op, jeg tror også, at der er flere emner/ting, der kunne tages op, især med ens identitet.
- Mere diskussion og opgaver frem for tavle undervisning mere inddragelse
- Længerevarende og mere dybdegående
- At jeg havde sagt noget mere
- Jeg synes underviserne har talt meget om sig selv, i stedet for at høre om vores historier