



# Utvärdering av ACT

## – Att leva livet fullt ut

Vissa av frågorna skattas mellan 1-5. Skalan fungerar så här:

**1=mycket dåligt 2=dåligt 3=både bra och dåligt 4=bra 5=mycket bra**

Deltagarnas medelbetyg och kommentarer visas i blått.

### Helheten

**Vilken siffra 1-5 ger du ACT – Att leva livet fullt ut som helhet?**

(Utbildningsdagar, material och öva hemma mm, dvs. allt)

Betyg: \_\_\_\_\_(1-5) **4,7 i snitt**

**Hur stor nytta tycker du att du haft av det du lärt dig här?**

Betyg: \_\_\_\_\_(1-5) **4,7 i snitt**

**Hur mycket av kursinnehållet tror du att du kommer att fortsätta att använda dig av?**

Betyg: \_\_\_\_\_(1-5) **4,5 i snitt**

**Kommentarer: Vad var bra och vad kunde ha gjorts annorlunda?**

- Pedagogisk manual, bra övningar som ger upplevelsebaserad förståelse, bra med modellinlärning och få se manualein "in action", goda möjligheter till diskussion.
- Kommer ha stor nytta av kursen både privat och på jobbet
- En mycket bra kurs som kommer hjälpa mig mycket under mitt arbete. Känner mig dock inte helt säker på allt material, men kommer att fortsätta arbeta med materialet själv och fördjupa mig mer i det. Stort tack till er!
- Känts som ett bra upplägg. Tydligt och lättillgängligt för ungdomar.
- Tydliga instruktioner. Bra växling mellan föreläsning och övningar. Teori som omsätts i en praktik - mycket bra.
- Mycket bra innehåll och lärorika kursträffar

## Träffarna

	stämmer inte alls	stämmer lite grann	stämmer ganska bra	stämmer mycket bra	
- Innehållet under träffarna var bra	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	4,7 i snitt
- Jag förstod de metoder som lärdes ut	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	4,82 i snitt
- Sex tillfällen var lagom mycket utbildning	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	4,73 i snitt
- Jag skulle rekommendera kursen till en kollega	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	4,82 i snitt
- Jag tycker att jag har lärt mig mycket nyttigt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	4,82 i snitt
- Kursen levde upp till mina förväntningar	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	4,55 i snitt

## Gruppledarna

Vilket betyg ger du gruppledarnas insatser?

Betyg: \_\_\_\_ (1-5)      4,9 i snitt

Kommentarer: Vad gjorde de bra och vad kunde ha gjorts annorlunda?

- Kompetenta och insatta, bra diskussioner.
- Ni har varit fantastiska.
- Bra engageman och kompetens.
- Väldigt kunniga och duktiga, väl insatta i ACT och även kringliggande forskning.
- Superbra! Lyhörda.
- Fångade intresset och pedagogiska. Väldigt nöjd.
- Mycket engagerade och skapade mycket fint värderingsfritt gruppklimat. Tacksam för att jag fått chansen att träffa er och gå utbildningen.

## Övriga synpunkter? Ge gärna förslag på förbättringar!

- Märks att ni är kunniga på ert område.
- Viktigt bra (och tungt) att läsa litteraturen. Tar tid att processa och få med sig. Lärorikt och viktigt även i det privata livet, i samtal med ungdomar förutom gruppssammanhanget.
- Supertydligt instruktionsmaterial.
- Kursen hade ett mycket nyare innehåll än jag förväntat då jag just gått basutbildningen. Det känns positivt och kul att jag får ytterligare kunskaper och material att jobba utifrån. Det skiljer sig så pass att jag skulle rekommendera kollegor som gått grundkursen för länge sedan att gå även denna.
- Tydligt, bra och oerhört givande både som privatperson och professionell.

**Tack för din medverkan!**