



Evalueringsrapport

Høgskolen i Harstad, Harstad 2013

HØGSKOLEN I HARSTAD

Tema: Eksamensmestring-

Hvordan takle eksamensstress og eksamensangst?

Antall: 178 stk

Karakterskala 1- 6, hvor

- 1 = Svært dårlig**
- 2 = Dårlig**
- 3 = Ganske godt**
- 4 = Godt**
- 5 = Meget bra**
- 6 = Svært bra**

Kursets faglige innhold	5,8
Kursdokumentasjonen	5,7
Hvordan ble stoffet presentert	5,8
Utbytte av kurset	5,7
Kurslokalets standard og den teknisk gjennomføringen	5,7
Helhetsvurdering av kurset	5,7

KOMMENTARER:

- ALLE studenter burde vært med på dette kurset!
- Beste kurset jeg har vært på.
- Kurset var mye bedre enn forventet!
- Jeg er veldig glad jeg kom på dette kurset!

- Jeg har fått fullt utbytte av kurset, og jeg er sikker på at dette vil hjelpe meg gjennom studiet og livet på mange måter!
- Flott å se en lærer så engasjert! Blir «med-engasjert» som student!
- Tusen takk for et flott eksamensmestringskurs!
- Den måten du presenterer stoffet på ved å kombinere mellom fakta og humor gjør at du fanger min oppmerksomhet. Det gjør at jeg ikke kjeder meg på ditt kurs.
- Veldig nyttig kurs, men det er litt for mye bare for en dag, synes jeg!
- Veldig glad for at jeg kom på kurset!
- Jeg har lært mye på dette kurset og flirt masse!
- Sinnsstemningen din som kursleder smitter fort over på oss studenter og jeg går ut her fra kurset med en meget god følelse.
- Pass på lysene rundt deg når du beveger deg i lokalet URKE! Du er nær å ta fyr!
- Det er veldig motiverende å høre på deg!
- Takk for et flott kurs!
- Dette var et fantastisk kurs!
- Flott faglig og motiverende kurs!
- Kan ikke du komme å ha kurs for lærerne her på Høgskolen i Harstad? Å lære dem å legge frem stoffet på en artig å bedre måte.
- Bra jobbet, stå på!
- Du er en fantastisk foredragsholder!
- Veldig bra kurs!
- Jeg vil anbefale en amerikansk verdenskjent bok som har delvis kunnskap som du har presentert i dag. Boken heter «The Secret»!
- Føler jeg har lært mye om angst, stress o.s.v. Ser frem til eksamen!
- Avslappings øvelsene tar for lang tid av dagen, men skjønner dette er kun en personlig ting da slike øvelser ikke fungerer på meg!
- Takknemlighet har også en stor kraft om man trener den opp hver dag. Om du er takknemlig for små ting, vil universet fortsette og gi deg ting å være takknemlig for!
- Det var et supert kurs, men vanskelig å sitte, lite plass for beina.
- Det var veldig bra undervisning, kunne hatt mindre meditasjon og litt kortere kurs, ble litt trøtt på slutten.
- Jeg er veldig fornøyd med dette kurset, og vil absolutt anbefale dette til de som kommer etter meg på HiH.

- Jeg synes det var veldig interessant og morsomt kurs!
- Tusen takk for et svært bra kurs!
- Interessant kurs. Skulle gjerne vært en plass man kunne finne lydfilene til senere bruk!
- Supert kurs! Veldig inspirerende og morsomt kurs!
- Tusen takk for positivt innputt i en til tider stressende hverdag!
- Takk for et svært bra kurs og mange gode tankevekkere.
- Denne kunnskapen skal jeg bruke for å nå mine mål frem til jeg blir VERNEPLEIER!
- Kjente meg igjen i mye av det som ble sagt og vil samtidig ta med meg innholdet og øvelsene videre i studiet.
- Eg vil gjøre mitt beste på eksamen!
- Tusen takk for at flott kurs! Dette trengtes nå 1 måned før første eksamen!
- Du er utrolig inspirerende og har mint meg på viktige faktorer og verktøy jeg allerede kan, men som jeg kan bruke i studiesammenheng.