

# Evalueringsrapport

## Høgskolen i Narvik, Narvik 2012

### Tema: Studiemestring, studieteknikk og motivasjon Del II

Antall: 156 stk

Karakterskala 1- 6, hvor

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

<b>Kursets faglige innhold</b>	<b>5,6</b>
<b>Kursdokumentasjonen</b>	<b>5,6</b>
<b>Hvordan ble stoffet presentert</b>	<b>5,8</b>
<b>Utbytte av kurset</b>	<b>5,5</b>
<b>Kurslokalets standard og den teknisk gjennomføringen</b>	<b>5,6</b>
<b>Helhetsvurdering av kurset</b>	<b>5,7</b>

#### KOMMENTARER:

- Jeg hadde lite motivasjon før jeg kom på kurset ditt. Men nå vet jeg hvordan jeg skal kunne øke motivasjonen, selvtilliten og selvfølelsen min. Stå på, du gjør en super jobb for studentene og skolen.
- Veldig motiverende kurs. Har allerede merket en forskjell i tankegangen min i forhold til før begge disse kursdagene. Utrolig bra!
- Tusen takk for et fantastisk kurs, du kan jo faktisk inspirere en stein.
- Utrolig bra kurs, du har virkelig lagt en tankevekker i meg. Har hatt problemer med mye stress tidligere, men nå tror jeg at jeg kan mestre

det.

- Supert kurs. God helg.
- Dette kurset burde holdes for FK Mjølner i nedgang. Månen til motivasjons-boost man får, vil uten tvil få selv Andreas Markussen til å score mål.
- Utrolig bra kurs. Føler jeg er mer motivert nå enn tidligere.
- Perfekt foreleser.
- Mållous, eit kurs som verktleg satte ord på realiteten – tusen takk!
- Skulle ønske ALLE forelesere var like engasjert.
- Ønsker at du tar et oppgjør internt på skolen og coacher de andre lærerne i foredragsholdning. Månen til engasjerende foredragsholder skal man lete lenge etter. MEGET BRA.
- Fantastisk kurs!
- Meget bra gjennomført kurs. Jeg håper jeg får utbytte av dette kurset fremover.
- Alderen vil arbeide i mot deg, sa den ene intervjueren. Er ikke så sikker på det, sa den andre intervjueren. Nå vet jeg hvem som hadde rett.
- Meget bra fagstoff og fremføring av det. Svært bra at du går utenfor dette av og til med egne erfaringer, historier og humor – slik at det ikke blir så tungt og følge med hele tiden.
- Jeg har lært svært mye på disse to kursdagene.
- Du er svært flink og engasjerende, tusen takk!
- Har lært mye i går og i dag.
- Synes at kursdagene var interessant og lærerik.
- Føler at jeg er “lært hjelpeløs” eller hva du kalte det. Etter dette kurset er jeg spent på om jeg kommer til å klare første året på sykepleien. Urke, du er kjempeflink, og nå er resten opp til meg!
- Svært bra. Kjenner meg igjen gjennom erfaringer fra forsvaret.
- Synes kurset var veldig givende og har begynt å tenke på ting i livet jeg ikke har vært klar over. Har aldri hatt spesiell tro på avslapningsteknikker, men etter dette kurset er jeg villig til å prøve affirmasjonene.
- Du er en utrolig inspirerende person, du har mye vett i dæ, og jeg har lært mye av deg disse to dagene! Jeg liker din blanding av informasjon og humor, jeg nøt disse to dagene og jeg vet nå at jeg vil lykkes i studiene og livet etter disse to dagene. Tusen takk skal du ha.
- Som svensk tycker jag at du har pratat lite før fort i bland. Annors e jag mycket nöjd!
- Igjen briljant gjennomført, Arvid! Som sagt forrige gang (forrige skjema) det er utrolig hvor store ringvirkninger dette kurset får. Du gjør samfunnet og individet en stor tjeneste. Du er en real kar, Arvid. Håper vi holder kontakten i studietiden.
- Det har vært en ære å høre på din kunnskap, kompetanse og visdom.

- Jeg skal definitivt anbefale alle mine venner på NTNU til å delta på dine kurs/forelesninger.
- Veldig bra kurs, jeg setter veldig stor pris på disse dagene.
- En motivert student har blitt enda mer motivert og bedre og klar for nye mål.
- Var noe skeptisk før jeg dro på kursene, men angreir ikke på at jeg dro hit og er sikker på at jeg har mye igjen for disse to kursdagene.
- Jeg har blitt veldig inspirert! Tusen takk for et fint kurs.
- Helt fantastisk. Motivert som faen nå! Tusen takk.
- Veldig bra kurs, må bare huske å bruke alt jeg har lært!
- Meget bra kurs. Jeg ble motivert for studier og fikk litt annet, mer positivt syn på framtidige utfordringer i studiet. Nyttige avspenningsøvelser.
- Takk for fint foredrag!
- En øyeåpner, mye inspirasjon, dette kan sørge for at jeg klarer skoleåret. Ønsker mer, Arvid!
- Veldig bra kurs.
- En lærer jeg hadde på videregående, hadde en morsom formulering på emosjonell – distansering, som jeg tror du ville ha syntes hadde vært morsomt: "Hulemann-syndromet."
- Sliten i hele trynet, fy faen som æ har flira. Dritbra jobba!
- Du er svært flink.
- Jeg føler meg veldig rustet til å mestre studiehverdagen, takk for et svært bra, lærerikt og inspirerende kurs.
- Synes kurset var meget bra, men det ble litt for mye egenerfaringer på dag 2 av kurset. Ellers synes jeg at kurset var verdt all tiden!
- Avstressingsmetodene var bra i seg selv.
- Når jeg var 17 år, knuste jeg så å si venstre side av kroppen og måtte gjennom et "operasjonshelvet", der jeg noen ganger ikke engang ble bedøvet. Først etter dette lærte jeg GLEDEN med uteliv i naturen og mosjon og er blitt et bedre menneske. Derfor har jeg aldri angret. Du har rett der. Moren min hadde 1 % sjanse for å overleve etter kreft, legen sa hun overlevde på grunn av hennes gode humør. Det handler vel om positiv tenkning!
- Etter å ha slitt med stress i store deler av videregående, så håper jeg at etter alt jeg har lært i dag, så kan jeg motarbeide stresset og demotivasjonen min. Fikk ikke tid til å komme på gårsdagens kurs på grunn av private årsaker, men har dårlig samvittighet for at jeg ikke fikk med meg det. Men etter å ha valgt 3-termin datateknikk, som er resultat i at du overbeviste meg på utdanningsmessen i Bodø, så har jeg selv bestemt meg for at dette skal æ faen mæ klare. Så det blir 3-5 krevende år, men tusen takk for et fantastisk bra kurs med mye bra humor. Du er rå!

- Tusen takk for to utrolige kursdager. Ser nå at det ikke finnes noen grenser for hvor langt man kan nå med hardt arbeid. Arvid, jeg tenker positivt og dette studiet skal jeg klare. Tror ikke jeg har møtt en mer positiv mann enn deg. Så takk skal du ha!