

Evalueringsrapport

Kurs for medlemmer i Fagforbundet UNN

avd. 404, Universitetssykehuset Nord- Norge,

Tromsø 2010

Tema: Hvordan øke livskvalitet, mestre stress og hindre utbrenthet på jobben?

Antall: 44

Karakterskala 1- 6, hvor

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

Kursets faglige innhold	5,6
Kursdokumentasjonen	5,6
Hvordan ble stoffet presentert	5,6
Utbytte av kurset	5,6
Kurslokalets standard og	
den teknisk gjennomføringen	5,5
Helhetsvurdering av kurset	5,6

KOMMENTARER:

- Et fantastisk kurs! Interessant og lærerikt, tida gikk som en røyk.
- Kan ikke se noe som kan forbedres på dette kurset. Tusen takk!

- Det var behagelig og fin atmosfære, med stearinlys, fine bilder og musikk.
- Positivt overrasket over foredragsholders personlige engasjement, hilser personlig på ALLE!
- Mye nytt men også noe som er kjent fra før, greit å få bekreftet en del ting.
- Fantastisk bra kurs. Håper at vår avdeling kan få glede av din kunnskap og evne til å formidle dette.
- Meget nyttig kurs i en hektisk hverdag!
- Fikk mange nyttige tips som skal brukes både på jobb og privat.
- Et kjempeflott kurs med en utmerket foredragsholder!
- Det med avspenningsøvelse var veldig bra!
- Du er god som du er, og vet det sjøl.
- Veldig bra kurs, og engasjerende kursleder!
- Sett av mer tid til diskusjoner.
- Synes dette kurset har vært veldig lærerikt.
- Vær forsiktig å stresse på slutten for å bli ferdig.
- Når det gjelder utbrenthet har arv også noe å si.
- Det har og noe å si hva som aksepteres på arbeidsplassen og i samfunnet, dette i forhold til hvorfor man blir utbrent. Slik som at det er forskjell på Jørgen Hattemaker og Kong Salomon.
- Det var til tider veldig mørkt i lokalet, hadde trang til å se ut på det fine været.
- Fint med slike avspennings øvelser.
- Ønsker litt mer om utbrenthet - mindre om for eksempel kost og stress!
- Svært interessant kurs!
- Dette var et svært bra kurs – men for kort tid!
- Kjempebra kurs!
- Det kunne vært mer tid til spørsmål.
- Trengte dette kurset virkelig i dagens situasjon.
- Hjerte sukk! Hva gjør man når man som gruppe, sliter med ledere de burde vært her....SUKK.