

Utvärdering av kursen Praktisk Ridterapi

Föreningen Ridterapi för Alla arrangerade i juni 2014 en femdagarskurs omfattande 35 timmar. I anslutning till kursen fick deltagarna ta ställning till följande frågor. Här listas utvärderingens frågor samt deltagarnas svar.

1. Hur var den information som du fick på förhand om kursens upplägg och innehåll?
 - a. I början var både upplägg och innehåll ganska öppet. Men att få en lista om den första dagen med deltagarnas namn var väldigt bra och tryggt.
 - b. Bra och enkel.
 - c. Bra!
 - d. Genomgången väl av* chef + arbetskollega med stor ridbeh. + hästkunskap. Såg bra ut för oss alla. *Viktigt! Obs! Bra!
 - e. Via Facebook, Ridterapi för Alla´s logg. Det väckte nyfikenhet, + att jag länge önskat att gå en kurs för Johanna.
 - f. Det var svårt att utläsa riktigt vad kursen skulle innehålla, men efter mer info via mail osv fick jag veta att kursen skulle anpassas efter deltagarna.
 - g. Informationen om den första kursdagen var mkt tydlig.
 - h. Bra!
 - i. –

2. Hur var administrationen och bemötandet när du anmälde dig till kursen?
 - a. Jag blev väl bemött och fick snabb återkoppling. Smidigt och personligt.
 - b. Gott!
 - c. Bra!
 - d. Bra.
 - e. Bra, helt OK. Tydligt och klart.
 - f. Bra! Snabba svar på frågor via mail osv. Det kändes redan där som om vi delade glädjen i att en kurs skulle bli av - äntligen!
 - g. Mycket bra! Fick snabbt svar och tydlig info!
 - h. Bra!
 - i. Snabb, tydlig, vänlig och personlig. + Toppen!

3. Hur var kursledarens kompetens gällande kursens tema?
 - a. Mycket hög. Johanna var inte bara sjukgymnast utan även pedagog och hästkännare vilket gav en fin helhet.
 - b. Utmärkt!
 - c. Mycket bra! Glad, inspirerande – känner mig boostad och sugen på att börja arbeta.
 - d. Optimalt!
 - e. Fullkomligt!! :) Vi var ”pilotkurs” och fick lära oss hur ridterapin på Novalis fungerar.
 - f. Bred kompetens och stort engagemang i att lära ut kunskap och förmedla erfarenheter till oss deltagare. Trygg och väl förberedd i sin ledarroll! Toppen!
 - g. Väldigt hög kompetens! Inspirerande :)
 - h. Mycket bra. Många infallsvinklar. Genuint arbete med häst och människa.
 - i. Stor kunskap, känsla, erfarenhet. Stort hjärta.

4. Vad har du själv bidragit med till kursen?
 - a. Förhoppningsvis reflektion och koppling till mina erfarenheter från min verksamhet.
 - b. Lyssnat, tagit till mig vad som sagts av kursledare samt deltagare. Förmedlat egna tankar.
 - c. Jag har försökt ha öppna sinnen, granskar mig själv, reflekterat, ställt frågor, varit delaktig.
 - d. Mina reflektioner, öppenhet, nyfikenhet.
 - e. Min närvaro, min sårbarhet, mina frågor, mina erfarenheter.
 - f. Viss erfarenhet, tankar och frågor i diskussioner, glädje och engagemang i detta gemensamma intresse!
 - g. Jag har delat med mig av erfarenheter, både från kursen och sedan tidigare. Jag har ansträngt mig för att engagera mig i de olika kursmomenten.
 - h. Feldenkraistänk. => kroppsmedvetenhet.
 - i. Nyfiken. Försökt förstå, ta in, intresserad av människosyn.

5. Vilket är din viktigaste erfarenhet från kursen?
 - a. Att prova olika övningar samt att prova vara "den andra" (eleven).
 - b. Tänka fritt, fått nya idéer och att jobba ut ifrån sig själv.
 - c. Hur svårt det är! :) Men det är en motivator för mig – att försöka bli så bra som möjligt.
 - d. Tror det måste reflekteras och smälta mer för att veta med säkerhet... Men ledarskapets respekt ödmjukhet och sensibilitet.
 - e. Viktigt med tydlighet – ej dubbeltydlighet!! (i mitt fall omedvetet).
 - f. Att språket/kommunikationen med hästen har stor inverkan och är viktig för relationen terapeut, patient och häst.
 - g. Att bara "vara" på hästen är en viktig del av terapin. Våga vara lugn och inte göra för mkt.
 - h. *Hästens aktiva roll/speglingar/känslor
*Lek, busighet, motivation
*Fin människosyn både mot andra och sig själv
*Intuition, använda – lita på sig själv
 - i. Att jag måste vara tydlig när jag hamnar i nya situationer, som ex. en kurs.

6. Vilka frågor hade du med dig till kursen?
 - a. Hur kan jag utveckla mina hästar vidare samt motivera mina elever.
 - b. Funderingar kring ridterapi, vad som är det och inte.
 - c. Väldigt mycket "hur" gör man? Hur kommer man igång? Passar jag för att arbeta med detta? :)
 - d. Inga på förhand.
 - e. Allt!! Ville veta så mycket som möjligt, erfara så mycket som möjligt..
 - f. Hur ridterapi praktiskt kan utföras. Hur man kan tänka vid olika personer som rider. Hur man börjar.
 - g. Hur man hittar intressanta övningar för att hålla intresset uppe under terapin? Hur blir man tryggare i sin roll som terapeut?
 - h. Vad kan jag som har min roll göra i terapi och väcka tankar hur jag kan gå vidare i någon verksamhet.

- i. Kan jag rida trots min nacke? Svar: JA :) Kan man använda hästar i Feldenkrais? Svar: JA

7. Hur upplever du att dessa har tagits emot?

- a. Väl med intresse och respekt.
- b. Johanna har verkligen tagit allas frågor till sig och försökt att svara på allt.
- c. Ja, absolut.
- d. –
- e. Frågor på kursen har besvarats vänligt och tydligt.
- f. Alla frågor som ställts av samtliga deltagare har lyfts upp av ledaren samt som diskussion i gruppen.
- g. De har tagits emot väl och besvarats under kursens gång.
- h. Det är jag som får ta till mig det jag får. Mycket väl.
- i. Mkt bra.

8. Vad har varit det bästa med kursen?

- a. Helhetssynen. Människan, terapeuten och hästen. Samt häftet! Det var skönt att få metodik i teori och praktik. Dessutom var det fint att träffa så olika professioner bland oss.
- b. Praktisk kunna få prova, dels att själv få sitta på hästen och dels att leda terapin
- c. Oj, jag svarar HELHETEN!
att agera/interagera med Johanna, hästarna, deltagarna
att se Johannas fina arbete med klienterna! WOW!! :) Att ha sån koll på häst, pat => det rörde mig enormt! Johanna är en inspirationskälla! :)
- d. Inlärningsmiljön – konceptet och ärligheten i det komplexa. Tydlighet och ödmjukhet/helhet. Lagom stor grupp.
- e. Mötet med hästarna, kursdeltagarna, kursledarna – och mig själv (även om just det var tufft..)
- f. Att min motivation till att arbeta med ridterapi har blivit ännu större. Likaså min tro på att starta eget. Samt att jag fått så många bra idéer/tips.
- g. Att få prova olika lekar/övningar i praktiken, att själv få prova olika roller (hästledare/terapeut/Patient)
- h. Kunskap, fin stämning, gruppen
- i. Att jag fått möta mig själv i nya situationer. Lärt känna mig själv mera, HÄSTARNAS möjlighet att vara med i den läkande processen med människan.

9. Vad behöver bli bättre framöver?

- a. Kanske att hitta olika "steg" i kurserna. Det behövs tid för att hitta kommunikationen med hästarna, då alla har så olika hästbakgrund.
- b. Inget konkret men det vore intressant att nämna något om forskningen, vad som finns osv för att det är så viktigt i arbetet inom tex landstinget.
- c. Ingenting!
- d. Kanske en uppföljning?... Steg 2. Vare sig vi vill eller ej tror jag att evidens och forskning måste flätas in... för hållbarhet i längden
- e. Inget jag kommer på!
- f. Ev kan infon "välkommen på kursen" komma några veckor tidigare.

- g. Att alla deltagare får ta plats, att fokus inte hamnar så mycket på en/ett par deltagare
- h. Kanske uttrycka förväntningar innan? Kanske vi gjorde det? Men intressant att följa upp se var vi befinner oss i förväntan och process.
- i. En "intervju" med varje deltagare innan om varför man vill gå kursen. Om det är ngt speciellt "behov" man har (i mitt fall att inte bli knuffad, ex...).

10. Hur kan det här formuläret utvecklas?

- a. Vet inte, det är redan omfattande och genomtänkt.
- b. Ex fråga om varje delmoment
- c. Vet ej!
- d. Bra!
- e. Längre mellanrum mellan formulärets frågor, så man får mer space att skriva på.
- f. En punkt med övriga kommentarer :) Se nedan
- g. En punkt med fria reflektioner?
- h. –
- i. Vet ej

11. Skulle du rekommendera kursen för en kollega?

- a. Absolut!
- b. Ja, absolut
- c. Självklart
- d. Absolut.
- e. Ja, verkligen
- f. Verkligen! Tror det är givande oavsett vad man har för ambitioner.
- g. Absolut. För en kollega som är mottaglig för Natural Horsemanship och utveckling som terapeut :)
- h. Absolut.
- i. Ja!!

12. Ringa in den siffra som motsvarar din bedömning av kursen som helhet

0	1	2	3	4	5
Dålig					Utmärkt

Svar:

5, 5, 5, 4, 6, 5, 5, 5, 4