

## Evaluering af 10 ugers e-kursus Sandbox efterår 2018

<b>Spørgsmål 1: Hvilke forventninger havde du til e-kurset Sandbox? (blev de indfriet, hvorfor/hvorfor ikke?)</b>
Jeg forventede at blive klogere på mig selv, og hvad jeg kan tilbyde et fremtidig arbejdsplads. Det er til dels blevet indfriet - jeg er blevet bekræftet og styrket i nogle ting, som jeg allerede vidste.
Jeg havde ikke de store forventninger inden forløbet, men er kun blevet positivt overrasket.
At få mere styr på mine kompetencer, og det blev indfriet
Jeg forventede at blive afklaret omkring mine kompetencer og kvaliteter. Og om hvordan jeg bedst forfølger det jeg gerne vil. Denne forventning blev indfriet fx gennem personlighedstest, MBs kontinuerlige, vedholdende respons på opgaver.
Jeg ville gerne have haft mere om ansøgning og CV, men ellers indfriet
Jeg forventede at få større vished om hvilke arbejdspladser der kunne tiltale mig og hvad jeg har at byde på. Jeg har en klar oplevelse af at mine forventninger blev indfriet.
Forventninger: Jeg havde forhåbninger om: at jeg ville med Sandbox komme tættere på - hvad vil jeg gerne ville arbejde med/hvad kan jeg når jeg er færdig. Indfriet (hvorfor/hvorfor ikke?): Jeg er kommet til frem til det jeg gerne vil arbejde med. Jeg er dog stadigvæk i tvivl om hvad jeg "kan", men ment med det - så jeg blevet klog på, hvordan jeg nu skal omsætte min viden umiddelbart - og hvad jeg vil gå efter for at nå mit drømmejob.
At jeg ville lære noget om mig selv, særligt om karriereønsker. De blev i den grad indfrie, og mine små anelser om primære kompetencer og interesser er nu skærpede til mere præciserede faglige interesseområder.
Jeg havde ikke stor tro på mig selv, og gennem kurset har jeg fået mere selvtillid i forhold til mine kompetence og hvad jeg kan bidrage med.
Jeg forventede at blive mere afklaret ift. karrierevalg. Denne forventning blev indfriet, idet jeg har et bedre udgangspunkt og bedre redskaber til at undersøge og afprøve mine muligheder.
Jeg havde faktisk ikke så høje forventninger til dette kursus, jeg har prøvet at være på et lignende, hvor det blot har været "spild af penge", men Martabolette har godt nok formået at give mig en masse ressourcer til mit videre forløb vedr speciale og jobsøgning. Det har virkelig været godt med alt hende feedback, det har været så brugbar og givet sindsygt meget mening! Jeg har virkelig taget det til mig, og fået flyttet nogle grænser og fået sat ord på nogle kompetencer som jeg nærmest ikke vidste jeg havde.
Jeg forventede at blive klogere på hvad jeg skulle gå efter endt uddannelse. Jeg har lært meget om mig selv som person, mine kompetencer og hvad jeg kan bidrage med/får energi af.
Jeg forventede at få større kendskab til mine egne kompetencer, både personlige og faglige. Derudover ønskede jeg at få et større kendskab til arbejdsmarkedet og hvilke typer af jobs en cand.mag kan få. Jeg har klart fået større kendskab til mine personlige kompetencer. Jeg ville gerne have fået større viden omkring mine fagspecifikke kompetencer. Jeg har fået lidt større viden om jobmarkedet for humanister, men jeg ville gerne have haft mere.
Jeg havde en forventning om, at jeg ville få et større indblik i, hvordan jeg kunne fremhæve mine kompetencer i jobsøgningen. Jeg havde nok forventet at der var meget fokus på, hvordan man skrev den gode ansøgning osv.. Men er jeg blevet meget positivt overrasket over, at fokus i højere grad lå på, hvad der motiverer mig, samt bringe mig frem til hvad jeg gerne vil have ud af mit arbejdsliv. Jeg synes især det har været fedt at arbejde ud fra, hvilken profil jeg har. Det har givet mig vildt meget selvtillid, og gå på mod!
Jeg forventede at få mulighed for at arbejde med egne kompetencer og bliver mere afklaret i forhold til mit fremtidige arbejdsliv. Jeg ved ikke helt om jeg er blevet mere afklaret, men der er blevet tydeligere for mig, hvad jeg skal være opmærksom på.
Jeg havde en forventning om, at jeg ville blive en lille smule klogere på mig selv. Det blev helt sikkert indfriet. Først og fremmest med personlighedsprofilen, men også med alle øvelserne igennem de forskellige moduler. Og så satte den afsluttende coaching en så fin sløjfe på det hele, og forbandt min personlighedsprofil med eventuelle veje, jeg kan vælge at gå.
Jeg havde en forventning om at blive klogere på mig selv ift styrker og svagheder. Jeg har fundet ud af, igennem forløbet, at jeg faktisk har en god fornemmelse af hvad jeg ønsker for fremtiden. Øvelserne har hjulpet til at det blev eksplicit. Jeg har desuden haft brug for et skub til at tage initiativ, og det har jeg fået.
Mine forventninger var, at jeg ville blive mere bevidst om mine kompetencer og lære at bruge dem til fremtidig jobsøgning. Dette blev indfriet og jeg har fået udarbejdet et nyt flot CV og en skitse til en uopfordret ansøgning.
hjælp til at bringe mig selv i spil ved jobsøgning. Dette blev indfriet
Jeg blev overrasket over hvor meget der kom ud af det korte spørgeskema i begyndelsen, og der kom sider op der fyldte mere end jeg regnede med (den blå).

<b>Spørgsmål 2: Hvad er din overordnede oplevelse af Sandbox? (uddyb gerne)</b>
Det har været på studerendes præmisser, og det er jeg kæmpe fan af. Det kan man mærke hele vejen igennem!
Rigtig god. Jeg har udviklet mig meget igennem forløbet og er blevet mere afklaret og bevist om personlige såvel som faglige ting
Et rigtig godt kursus! Man lærer sig selv bedre at kende, og får nogle gode værktøjer til at sætte ting igang
Jeg har haft en god oplevelse med Sandbox og anbefaler det til folk i mit netværk. MBs sparring og opmærksomhed til hver enkelt er helt klart den største styrke ved forløbet. Derudover er den personlige coaching til sidst også virkelig værdifuld. Det er nok forskelligt hvor store aha-oplevelser man får undervejs. Selvom jeg selv har vejledt og guidet andre fik jeg alligevel noget ud af de øvelser der relaterede sig til den afdeling, hvilket er meget positivt.
fint
Det har været givende både personligt og ifht. min fremtidige karriere. Som næsten færdiguddannet har jeg det ambivalent med det der venter: den spændte glæde over endelig snart at bruge al sin viden i praksis og over alle de mange muligheder VS. det fortvivlende over alle mulighederne (hvilken vej vælger man lige? hvor starter man?) og frygten for ikke at slå til.
Min overordnede oplevelse af Sandbox har været: - Utrolig gennemarbejdet forløb. - Utrolig lærerigt - Utrolig udfordrende (positivt ment) - da jeg her påtænker at det kræver megen selvrefleksion over "hvem er jeg" "hvad vil jeg". - - Utrolig dedikeret sparring og opgaver. - Kræver man sætter tiden af til øvelser - men det er det hele værd - en kæmpe investering inden man skal forlade uddannelsessystemet trykke rammer og ud på arbejdsmarkedet. Så jeg på den måde rustet og kan allerede fra første dag sætte ord: hvad jeg vil - og ikke først efterfølgende finde ud af det når jeg bliver færdig. - Det har også været sjovt/interessant/fået flyttet grænser - både det at blive mødt af en anden der udfører så konkret og meningsfuldt analyse m. personlighedstest, tage kontakt til folk der har "fat" i ens drømme job mv. - Alt sammen utrolig givende og lærerigt - noget jeg slet ikke ville have været foruden. Selvom det har betydet "ekstra" arbejde udover studiet (heldigvis trives jeg med at have travlt) - men det har selvfølgelig betydet lidt ekstra travlt, men det har ikke mindst hjulpet mig til at omsætte min tid/finde nye områder i min uddannelse jeg synes er interessant både i forhold til sparring m. medstuderende, undervisere og temaer i undervisningen.
Fantastisk god oplevelse, udfordrende, men når man lægger det nødvendige arbejde i det, opnår man også noget, man næppe kunne have opnået ved egen hjælp.
Jeg synes det har været en super fedt forløb. Jeg har lært mere om mig selv og kan tage en masse positive ting med fra kurset, som jeg kan bruge når jeg skal til at søge job.
Jeg synes det var et rigtig godt forløb, hvor jeg blev udfordret, men også oplevede en personlig udvikling. Det var en rigtig positiv oplevelse at få personlig feedback.
Jeg vil sige at det er virkelig et kursus som holder hvad de lover, jeg har været meget usikker på hvilke kompetencer jeg havde efter endt uddannelse, men det har jeg fået præciseret efter min opgaver og min coaching så det har givet så meget mening!
Yderst positivt.
Det har været en god oplevelse. Martabolette er rigtig dygtig og er super engageret og giver grundig personlig feedback på ens øvelser.
Jeg synes det har været vildt lærerigt, og jeg har fået mange værktøjer, som jeg helt klart tænker, at jeg vil gøre brug af i fremtiden. Jeg synes dream board fungede rigtig godt - og kan godt forestille mig, at jeg ville bruge den i en jobsamtale. Derudover synes jeg også handlingskortet fungede godt - det tænker jeg også, at jeg vil gøre brug af i fremtiden.
Det har været et godt og professionelt tilrettelagt forløb, og jeg er imponeret over den energi og fokus på os som enkeltpersoner, du Martabolette har lagt i forløbet
Min overordnede oplevelse har været rigtig god. Det har været så imponerende, hvordan Martabolette har kunne jonglere mellem os alle, og man har uden tvivl følt sig set som person. Det har været en fornøjelse og ære at få lov til at være med.
Det har været en interessant rejse. Det at skulle vende drømme og ønsker udad har været grænseoverskridende, men meget lærerigt.
At det har været et godt kursus. Man bliver tvunget til at sætte sig ned og virkelig tænke over, hvad kan jeg, hvad er jeg god til og hvad er det jeg vil? Det har også været super at få respons.
Positiv. På grund af konkrete opgaver, som gav en ny forståelse af mig selv
Det har været positivt, men har desværre fået en sygdomsmedling med stress undervejs, derfor har det været svært at være med i sidste del

<b>Spørgsmål 3: Hvad har været det bedste ved at deltage i Sandbox for dig? (nævn gerne 3 ting)</b>
- Den personlige coaching - Personprofilen - Feedback på produkt
At jeg har fået mere mod på at gå efter det jeg virkelig drømmer om at arbejde med. Derudover var den personlige coaching også virkelig motiverende for mig.
1. Sat ord på kompetencer 2. Dreamboard 3. Snævret det lidt ind hvad jeg gerne vil
MBs opmærksomhed og interesse i min personlige karrierevej Personlig coaching Personlighedstest personprofil
Mulighed for at sætte ord på nogle af de mange tanker man går med som næste færdiguddannet. Øvelser til at støtte og hjælpe refleksion på vej. Spejlinger/kommentarer og spørgsmål fra Martabolette, gav anledning til at jeg skulle forholde mig til det jeg skrev på en anden måde.
3 ting der for mig har været det bedste for mig i Sandbox: 1) Jeg har fundet ud af hvad jeg vil, og det nok hele tiden "har været gemt i mig", men det at finde vejen igennem øvelserne og vejledningen har været helt vildt godt. 2) Sandbox og Martabolettes måde at møde en på/arbejde på: For mig har hun virkelig fået omsat tanke til handling. Haft tro, tillid, anerkendt, givet inputs, feedback, professionalisme, humor og samtidigt taget én utrolig seriøst igennem et helt utroligt gennearbejdet forløb. 3) Forløbet er teoretisk funderet, at jeg har fået udført nogle produkter (henvendelser, mail, dreamboard, interviews mv) som jeg kan bruge i så mange sammenhænge, personlighedstest, certifikat og at jeg kan tilgå materiale efter endt forløb - som jeg værdsætter utrolig meget (når jeg skal søge jobs)
Jeg har afgrænset et interessant fagligt område, som jeg brænder for at arbejde indenfor. Jeg har lært noget om mig selv (også ud over min faglighed) gennem personlighedsprofilen og videoen, men også de mange overvejelser som de forskellige moduler lægger op til. Jeg har fået nogle værktøjer til at kickstarte min karriere, bl.a. coaching med udkast til uopfordret ansøgning.
At jeg har skulle se meget ind af og arbejde med mig selv og forsøge at skabe et mere positivt billede af mig selv.
1. jeg har lært mig selv bedre at kende. 2. jeg har fået redskaber til at håndtere udfordringer - en struktur til afklaring og til at finde ud af, hvor energien er 3. jeg er blevet mere opmærksom på mine stærke sider
At jeg er blevet skubbet ud af min komfort zone ift selv at tage ansvar, men samtidig fået en brugbar og konstruktiv feedback! At ligemeget hvad så har Martabolette givet feedback på det jeg har udarbejdet, og ikke blot kommet med små kommentar!
Coaching med Martabolette, Dreamboard Og den første personlighedstest
Større viden om personlige kompetencer, personlighedstest/profil og hjælp til CV og ansøgning.
Jeg har fået et klart indblik i, hvad der motiverer mig, og hvad mine spids kompetencer er ud fra min profil Jeg har fået lavet en god handlingsplan for fremtiden, og fundet en ro i, at jeg nok skal finde et job, når tiden er til det Jeg synes også det har været godt at få feedback, fra andre i sit netværk. Det har i hvert fald givet mig en del selvtilid, at få af vide, at det jeg selv synes jeg er god til, det synes andre os.
At få tilbagemeldinger på mine opgaver/produkter At jeg er blevet "presset" til at gøre mine overvejelser tydelige for andre At det har været muligt både at arbejde i et her og nu perspektiv og i en på sigt perspektiv
- At få udarbejdet en personprofil og derigennem blive klogere på mig selv - At få så god feedback på øvelserne hele vejen igennem - At blive coachet i 20 min. til sidst
- At få afklaret stærke og svage sider - og vide hvilke jeg skal sætte i spil som jobsøgende. - at få andre øjne på mig selv i et fortrolig forum
- at få respons på de ting jeg har afleveret, for martabolette er god til at påpege ting, som man ikke nødvendigvis selv har tænkt over - jeg er blevet mere opmærksom på, hvilke kompetencer jeg har - jeg har fået mere mod på at arbejde mod mine mål, da det hele er blevet mere konkret og jeg ved, hvad jeg skal gøre
Den personlige coach var toppen Personlighedstesten var også god
1. Få øjnene op for den blå side 2. At få sat ord på succeshistorie 3. Lave visualisering af hvad det er jeg vil

**Spørgsmål 4: På hvilke konkrete områder har du fået ny indsigt og viden - og hvilken betydning har denne indsigt og viden haft for dig?**

Jeg har fået mere viden om at udnytte sit netværk og tage uopfordret kontakt. Tidligere virkede det skræmmende, men Martabolette formåede rigtig fint at tale det ned og forklare, hvorfor det giver mening at udnytte.
Jeg er blevet klogere på mig selv og hvilke kompetencer jeg besidder. Jeg har altid haft svært ved at sætte ord på lige præcis hvad det er jeg synes jeg kan og det har Sandbox hjulpet mig til. Det var virkelig spændende for mig at få lavet og præsenteret min personlighedsprofil på modul 1
Mange nye teorier om hvad der driver en, og vigtigt at finde ud af hvor ens energi ligger. Meget spændende at læse alt materiale til Sandbox.
Personlighedstesten understregede hvilke kvaliteter og svagheder jeg har. Det betyder at jeg har endnu bedre grundlag for at træffe beslutninger vedrørende karrierevalg fremadrettet.
mest om personlige kompetencer
Mine personlige kompetencer og værdier har været vigtige for mig at få øje på, som en form for sikkerhed når man står og føler sig grøn og sårbar uden særlig meget praksiserfaring og som noget at gå ud fra. Ny indsigt og viden - og dennes betydning for mig har haft at: - Jeg har lært mig selv bedre kende (mærke efter: hvad vil jeg gå med>
Jeg har stiftet bekendtskab med dreamboards. Noget jeg vil forsøge at bruge årligt i mit videre liv med hele familien. Jeg har helt generelt lært, at deadlines fungerer godt for enhver, hvis noget skal gøres - dette tror jeg, jeg vil benytte mig mere af fremover (både i arbejdet og privatlivet) Jeg håber på at lære noget på fredag (d. 14.) om ledighed, jobsøgning og systemet som helhed.
Hvad jeg skal gå efter karrieremæssigt og hvordan jeg kan bidrage.
Særligt hvilke muligheder jeg har jobmæssigt, hvilket giver ro og optimisme mod slutningen af uddannelsesforløbet. Desuden indsigt i hvad jeg ønsker fra en arbejdsplads, hvilket jeg ikke tidligere konkret har tænkt over, men jeg synes det er rigtig vigtigt, så det er noget jeg helt sikkert tager med mig i min jobsøgning.
Jeg synes at vi startede med at få lavet en profil gav super mening, også derefter rigtig gode øvelser som på hver deres måde har givet et indblik i ens kompetencer.
Særligt kompetenceafklaring og hvad jeg finder energi i har været rigtig godt og afklarende ift speciale og job
Jeg har fået ny viden om mig selv og mine personlige kompetencer. Jeg kan nu i højere grad sætte ord på hvad jeg kan tilbyde en kommende arbejdsgiver.
Jeg har brugt profilen rigtig meget. Jeg er meget gul, og har i flere år, gået og blidt mig selv ind, at jeg var meget struktureret og ville gerne nørde i analyse arbejde osv. Efter at jeg fik øjnene op, for kvaliteterne i den gule profil, er jeg blevet meget mere bevidst om, at det også har sine fordele ikke altid at være så struktureret, og at jeg nok heller ikke er det. Det har givet mig en ro.
Det er blevet tydeligere for mig, hvilket type job, jeg skal søge efter, men også hvor vigtigt det er for mig at det er den "rigtige" arbejdsplads
Jeg har fået ny indsigt i hvem jeg er, og hvordan jeg bedst fungerer på en arbejdsplads. Og det kan jeg nu bruge helt konkret i forhold til når jeg skal søge arbejde efter speciale. Både i forhold til specifikke jobs, men også i forhold til hvordan jeg præsenterer/beskriver mig selv bedst muligt.
- Jeg er afklaret ift ønsker om fremtidig jobsituation, det har givet energi til at handle på det - jeg er blevet bevidst omkring mine kompetencer, hvilket gør det nemmere at sætte mig selv i spil i fx jobansøgninger. - det at få lavet en personprofil har også hjulpet med at afklare hvilken type jobs jeg vil være god i.
Jeg er blevet klar over, hvordan jeg arbejder/ hvilke kompetencer jeg har til opgaveløsning og hvilke forudsætninger der skal opfyldes, for at jeg arbejder bedst og mest effektivt.
Jeg har på grund af øget indsigt i egne ønsker (hvad giver mig energi) konkretiseret mine jobønsker
Jeg har fået øje på, at det er vigtigt for mig med et job hvor jeg kan fordybe mig, og hvor jeg har stort ansvar under frihed

**Spørgsmål 5: På hvilke måder har din deltagelse på Sandbox bidraget til at afklare dine kompetencer og hvad du skal satse på karrieremæssigt? (uddyb gerne)**

Jeg vidste allerede godt, hvad jeg gerne ville. Sandbox har hjulpet mig til at handle på det.

I høj grad. Jeg har fået meget mere mod på at følge det jeg gerne vil arbejde med

Den har været med til at afklare kompetencerne, og måske gøre en mere sikker på at man faktisk er sådan, som man måske hele tiden vidste. Og få sat ord på det. Karrieremæssigt i mindre grad, men det er nok fordi jeg stadig er meget i tvivl.

Se ovenstående

godt i forhold til personlige kompetencer, at finde ud af type job i nogen grad, men knap så meget på specifikt plan

Personprofil og øvelsen med succesoplevelser og værdier fik mine øjne op for mine personlige kompetencer og hjalp mig på afstand af et fokus på mangler (jeg kan ikke x, y, z) til et mere konstruktivt spor. Dreamboard øvelsen hjalp mig til at få overblik over mine mange ønsker og drømme og til at blive klar over hvad der er gennemtænkt og står lige for og hvad jeg bør se nærmere på hvis det skal lykkes. Coaching; bandt forløbet sammen og gav retning til videre arbejde.

Jeg er blevet afklaret ifht. mine kompetence og det jeg skal satse på karrieremæssigt ved at: - Jeg er nu bevidst om jeg er klar til at komme ud på arbejdsmarkedet (og jeg skal ikke først lige forsøge mig med en master el. andet). - Jeg kan en masse viden/kompetencer - og det skal jeg nu ud og anvende og prøve mig selv af. - Jeg ved med min brug af mine kompetence skal jeg nok nå min vej hen mod de mål jeg har.

Ved at opfordre til aktivt at undersøge, tage stilling interesseområder og kompetencer. Ved at skulle forklare det for andre udefrakommende (Facebook-gruppen skriftligt), og dermed få sat flere ord og flere detaljer på.

Personlighedsprofilen har virkelig gjort mig bevidst om mine styrker og svagheder.

Ved at konkretisere hvad man kan, ønsker, har brug for sat i forhold til hvor man er får man redskaber til at arbejde med sine egne idéer - desuden fik man set sig selv udefra og fik hjælp og feedback på ens idéer, hvilket førte nye idéer med sig.

Se gerne meget af det jeg har skrevet længere oppe!

Jeg har skulle arbejde med mig selv og blive tvunget til at kigge indad. Dette har været en yderst positiv oplevelse og meget spændende.

Jeg ved nu hvilke kernekompetencer jeg har og jeg har også fået større afklaring ift. hvilke typer af jobs der passer til mig.

Det har været en stor hjælp ! Jeg har fået så meget ud af det her kursus - meget mere end jeg overhovedet havde regnet med. Jeg synes det har været fedt at arbejde med de forskellige enmer hver uge. Det at læse teskten og teorien bag opgaverne, også lade det arbejde i ens underbevidsthed har været en sindsygt god tilgang for mig

Sandbox har været en del af flere ting, som jeg har arbejdet med, og det har passeret godt sammen med de øvrige overvejelser

Det har bidraget til at gøre mig mere sikker på min person og på hvad jeg kan. Og fået mig til at indse at det ikke er farligt at kontakte nogle, man ikke kender. Dette er dog stadig grænseoverskridende, men det har givet mit et skub i en god retning.

Jeg har som skrevet haft brug for et skub, og det har jeg fået. Jeg kaster mig ud i at søge andre stillinger end den type jeg kom fra, så jeg kan få mine kompetencer i spil. Jeg har desuden taget kontakt til arbejdspladser for at "sælge" mig selv

De to første øvelser med succeshistorier og at spørge andre, om hvad de synes, at jeg er god til, har virkelig givet et godt indblik på mine kompetencer. Hvad jeg skal karrieremæssigt havde jeg lidt en ide om i forvejen, men sandbox har gjort, at jeg har en bedre ide om, hvordan jeg kommer derhen. Dette har været igennem øvelsen, hvor vi skulle udarbejde et produkt og sende det til en relevant person og gennem coachingen.

Jeg har på grund af øget indsigt i egne kompetencer konkretiseret mine jobønsker

Det har sat en masse overvejelser igen, og jeg er blevet skarpere på min egen del af forventninger tilmut kommende job



<b>Spørgsmål 6: På hvilke måder har din deltagelse på Sandbox givet dig viden om dine karrieremæssige muligheder? (uddyb gerne)</b>
Jeg har ikke valgt at arbejde så meget med, hvad jeg har af muligheder
I mindre grad.
I mindre grad, men det er nok fordi jeg ikke selv har fået fuldført de sidste moduler fuldstændig, ved fx at kontakte personer og høre om muligheder.
... jeg havde ikke brug for denne indsigt.
Desværre ikke så meget som håbet.
Jeg har fået viden om mine karrieremæssige muligheder: - Sparring/interviews jeg har fået fra dygtige mennesker på arbejdsmarkedet som beskæftige sig med bl.a. det jeg drømmer om (fra en netværksøvelse). - Feedback/input fra Martabollette til hver øvelse/produkt/webinaret mm.
Martabolette har foreslået virksomheder eller retninger, man kan gå i. Herudover har jeg læst om andres idéer, og snakket med et rekrutteringsfirma indenfor mit felt (hvilket også skete i kraft af bl.a. Sandbox).
I høj grad.
Helt konkret fik jeg til viden om muligheder jeg ikke selv kendte til under min coaching sidst i forløbet. Og jeg fik hørt fra en masse andre mennesker, som er i samme situation som mig, hvilket gjorde mig mere åben over for de nye muligheder jeg fik kendskab til.
Jamen som skrevet før, så har jeg endelig fået italesat mine kompetencer på en konstruktiv måde, jeg er blevet meget mere selvsikker fordi jeg har fået brugbar feedback
Se ovenstående
I nogen grad. Jeg ville gerne have haft talt med relevante personer der sad i samme type stilling som den jeg gerne vil have. Fx en der arbejder som AC-medarbejder som kan fortælle mere om de konkrete arbejdsopgaver og hverdagen i den stilling.
Det har hjulpet mig med at få en afklaring af, hvilket område som jeg brænder for - og det har givet mig mod på, at gå ud og undersøge mine muligheder nærmere, så jeg kan komme endnu nærmere mine klar muligheder
Jeg har fået nogle meget konkrete bud på, hvad jeg kan arbejde videre med.
Ikke i så høj grad i forhold til specifikke karrieremuligheder inden for mit felt.
Jeg har hele tiden haft en idé om hvad min uddannelse kan bruges til, der er enormt mange valgmuligheder! Jeg er blevet skarp på hvilken del af det store udvalg jeg skal gå efter, når jeg søger arbejde.
Jeg synes ikke sandbox har givet mig mere viden om mulighederne, men mere hvordan jeg tilgår dem, som jeg ved, jeg har.
Egentlig ingen måder. Men troen, derimod, på mine karrieremæssige muligheder er blevet styrket
Jeg overvejer at arbejde som underviser, og tror mere på det nu end jeg gjorde før

### **Spørgsmål 7: På hvilke måder har din deltagelse på Sandbox styrket din handlekraft og dit mod til at gå efter det, som du gerne vil karrieremæssigt? (uddyb gerne)**

Det har styrket mig til at kontakte mennesker, som jeg ikke havde mod til før. Og det er motiverende! For uanset hvad får jeg nogle nye input, om det så bare er en kort samtale eller en kort mail, så får jeg stadig ny viden om virksomheden/stillingen eller noget helt tredje.

I høj grad!

Sandbox har givet gode værktøjer til at kontakte folk, og vist at det ikke skader at sende en mail.

Min ildrøde og gule personprofil vil afsløre at handlekraft og mod er to kompetencer jeg besidder i forvejen... :) det har jeg fået bekræftet.

Handlekraften er nok mest kommet i takt med at jeg er blevet mere afklaret omkring hvad jeg gerne vil beskæftige mig med. Modet lå for mig meget i at få øjnene op for mine personlige kompetencer og værdier.

Min handlekraft og gåpåmod er styrket ved at jeg nu kan karrieremæssigt: - Hvad jeg vil gå "all" in på for at nå den vej jeg vil karrieremæssigt (og opsøge de mennesker der kan vejlede/hjælpe mig i retningen - folk er så ufattelig venlige - ikke at jeg ikke vidste det - men det er virkelig vildt for meget folk vil gøre/spare/vejlede/give inputs så man kan komme på rette spor. Stor taknemmelighed herfra) - Jeg har meget lettere ve at stille spørgsmål sådan helt uformelt/uden jeg føler jeg trænger mig for meget på hos dygtig mennesker, hvis arbejde jeg beundre. - Jeg ved nu at min vej til mit mål ikke er en lige linje - og det har jeg det helt fint med - det troede jeg først ikke - men nu glæder jeg kun til at komme i gang med at følge vejen - og gøre min måde for at nå derhen og måde de mennesker/læse de bøger som kan få mig rigtig godt på vej.

At få sat ord på og at finde noget konkret har givet mere vished om, hvad jeg søger, og dermed gjort det lettere at gå efter det. Herudover har Sandbox også givet selvtilid ift. at sætte fokus på ens kompetencer og gode egenskaber, samt bekræftet, at man kan opnå det, man ønsker, hvis man er målrettet og gør en indsats (hvad før virkede uoverskueligt og til tider umuligt, er nu afmystificeret)

I høj grad. Jeg føler at jeg er blevet mere bevidst om hvad jeg kan og hvordan jeg kan bruge det karrieremæssigt.

Den struktur og de redskaber jeg har fået gennem modulerne gør, at jeg er bedre kan sætte kræfterne ind, hvor de skal bruges. Jeg følger desuden, at jeg har mere at byde på, end jeg troede jeg havde, hvorfor jeg har mere mod på at gå efter en jobmulighed.

Se længere oppe

Jeg har fået mere mod på at bruge netværk, fordi jeg ved hvordan jeg skal forklare mig egne kompetencer.

Jeg er nu mere fokuseret på hvad jeg vil og hvad jeg ikke vil karrieremæssigt.

Det har haft stor betydning - jeg synes modul 5 var mega godt ! Det med at skulle gå ud i den virkelige verden, og sige "se mig" synes jeg var rigtig godt !

Sandbox har bidraget til mere afklaret-hed hos mig

Det har givet mig lidt mere blod på tanden i forhold til at sætte mig selv i spil. Fx er det ny viden for mig, at det er helt ok at skrive en mail/ringe til det sted, man gerne vil søge arbejde/praktik/osv. inden man søger, for lige at få en føler på, hvad de lægger vægt på.

Se box 5

Sandbox har hjulpet med at gøre hele jobsøgningen mere konkret, så jeg ved, hvad jeg skal gøre som det næste. At have noget mere konkret at forholde sig til, styrker min handlekraft. Viden om mine kompetencer giver mig lidt mere mod.

På en god måde. Inden kurset var jeg gået lidt ned m.h.p. at søge job mm.

Jeg er blevet bekræftet og føler mig mere sikker på mig selv

**Spørgsmål 8: På hvilke måder har din deltagelse på Sandbox påvirket dine handlinger for at bringe dig selv i spil karrieremæssigt? (er der fx noget, du nu vil gøre anderledes - eller som du allerede har gjort?)**

Jeg vil tage mere kontakt til mit netværk.
Jeg er blevet mere selvsikker og tænker, at selvfølgelig er der nogen der kan bruge mig og det jeg kan bidrage med.
Være mere opsøgende.
Jeg er blevet styrket i mit valg.
Jeg har en meget bred interesse for mit uddannelsesfelt, hvilket har gjort det svært at gøre noget målrettet. Min målfelt er blevet snævret lidt ind, hvilket gør det muligt for at mig at kontakte potentielle arbejdspladser, skrive mere målrettede cv'er og ansøgninger, osv.
- Mere "gå på mod" (bare gribe knoglen og ringe/skrive den mail). - Mere afslappet omkring at arbejde med min mål - jeg har kun en stor nydelse og glæde ved at tænke på at jeg snart er færdiguddannet - fordi jeg ved hvad jeg vil gå med/efter - hvad det så lige bliver mit første job (det må tiden vise) - men jeg kender mig selv så godt at jeg ved at nok skal nå "derhen" hvor jeg gerne vil. Jeg glæder mig bare sig meget til mødet med erhvervslivet - selvom jeg har været glad for mine hjemmebane (skolen). Det er et stor skift for mig - for jeg har altid været vild med at studere.
Jeg har især fået ny inspiration til at skrive en god og målrettet ansøgning, hvilket jeg har i sinde at prøve kræfter med efter nytår (jeg er færdiguddannet til juni)
Jeg skal tro mere på mig selv, og det tør jeg at gøre mere nu.
Det har klart gjort mig mindre bange for at skulle søge job, fordi det, som jeg har følt var ukendt og uafklaret er blevet konkretiseret og ufarligt.
Se længere oppe
Bruge mit netværk mere.
Jeg kan bedre sætte ord på mine kompetencer. Jeg er blevet klar over at man må springe ud i jobøgningen og tage kontakt til relevante personer, også selvom det er grænseoverskridende.
Jeg har fået et indblik i, at jeg måske skal gå anderledes til opgaven ift. at bringe mig selv i spil. Jeg tror i højere grad, at jeg vil tænke mere kreativt, når jeg skal søge jobs i fremtiden
Det har været godt at arbejde med helt konkrete redskaber som dreamboard og handlingskort
Jeg vil forsøge at være mere opsøgende. Og sætte mig selv i spil - selvom det også er sårbart.
Ja, jeg er helt klart mere proaktiv end tidligere.
Jeg har mere mod på at skrive til mine kontakter. Jeg fik mod på at lave et nyt CV, hvor jeg har fået tilføjet referencer og uddyber mine kompetencer.
Endnu har jeg ikke gjort noget anderledes, men CV skal ændres lidt, og formulering af ansøgninger skal fylde noget mere og formuleres mere åbent
Ikke rigtig, men det kan være at hvis jeg også havde været med til sidst havde jeg fået mere ud af det



**Spørgsmål 9: Hvilken betydning tror du, at din deltagelse på Sandbox får for dine muligheder for at opnå beskæftigelse efter, at du dimitterer? (uddyb gerne)**

Jeg håber på, at det kan hjælpe mig, da jeg er mere villig til at sætte mig selv på spil.

Jeg har fået mere mod på at gå efter stillinger som jeg inden ikke troede jeg havde nok erfaring til at søge

Jeg har bedre værktøjer til at skrive en ansøgning og cv, hvilket sikker kan hjælpe.

Det har forbedret mine muligheder i kraft af at MB har bakket mig op og delt ud af sit netværk. Jeg har haft et atypisk og anderledes karriereønske som MB har taget imod med åbne arme, det skal hun have stor ros og tak for.

Jeg tror jeg kan gå mere målrettet til værks, hvilket jeg tror øger mine chancer for at opnå beskæftigelse. Jeg forventer også at jeg kommer til at genbruge nogle af øvelserne fremadrettet.

Stor! Jeg har en stor tro og forhåbning om at jeg nok skal finde et eller andet. Jeg har ikke et konkret ønske (mht. arbejdsplads/virksomhed) men nærmere nogle arbejdsopgave/arbejdsområder som jeg virkelig brænder for at varetage ude på arbejdsmarkedet - så det jeg sikker på jeg nok skal opnå efter jeg dimitterer. Jeg kan som sagt sætte ord på mig selv bedre nu, mine kompetence og mit interesse område.

Gode muligheder. Jeg kan bedre målrette min jobsøgning, samt bruge min personlighedsprofil og mit dreamboard til en samtale.

Jeg synes at fremtiden virker mere overskuelig end den gjorde inden kurset. Jeg glæder mig til at sætte mig selv i spil.

Statistisk set var mine muligheder for at opnå beskæftigelse efter jeg dimitterer ret høje i forvejen (det var derfor jeg valgte at læse det), men det har i hvert fald haft betydning i forhold til at opnå beskæftigelse inden for et område, som interesserer mig.

Se længere oppe

Jeg syntes det har været vigtig at blive bevidst om mine kompetencer, drømme og hvordan dette i samspil kan bringes i spil på arbejdsmarkedet.

Jeg tror stadig det bliver svært for mig at finde job, pga. jobmarkedet og min uddannelse som cand.mag, men jeg har klar forbedret mit udgangspunkt for at levere kvalificeret ansøgningsmateriale.

Jeg håber at det har givet mig en masse mod og handlekraft, som vil kunne sikre mig et job hurtigt i fremtiden. Samtidig har det givet mig en forståelse for, hvad jeg helt konkret kan tilbyde en arbejdsplads

Det er svært at sige, da jeg først dimitterer om et halvt år, men jeg oplevet at det har bidraget positivt til mit samlede arbejde ift. at få job.

Jeg tror, det har en betydning i forhold til hvordan jeg vil gribe det an at søge arbejde.

Jeg har fået viden til at sælge mig selv og mine kompetencer bedre, det kan kun være en fordel i den fremadrettede jobsøgning.

Sandbox har givet mig mere mod på jobsøgning og uopfordrede ansøgninger. Jeg er blevet mere opmærksom på mine kompetencer. Disse er helt sikkert en fordel til at få et job.

Tjah, det afhænger af næste halve år. Får jeg succes med indledende øvelser (praktik) vil muligheder for job helt klart øges

Jeg er blevet klar over fx mine egne forventninger til et job

**Spørgsmål 10: Hvad vil være afgørende for, at du ville have fået endnu mere ud af din deltagelse på Sandbox (uddyb gerne hvis der er ting, du havde ønsket anderledes)?**

Jeg ville ønske, at teksterne (pdf'erne) havde været meget kortere, for så ville jeg have læst dem ordentligt. Så ville jeg også ønske, at arbejdsbelastningen havde været stor til en start og mindre til sidst - mest i forhold til hvor lang tid, vi havde til opgaverne i de forskellige moduler. Ellers er jeg meget tilfreds! Tusind tak for et godt forløb. :)

Jeg fik desværre ikke fuldført de sidste 2 moduler, hvilket jeg ærger mig over. Men tidspress i forhold til skole, eksamen etc gjorde, at jeg måtte nedprioritere det. Der var egentlig god tid mellem modulerne, men jeg tror desværre der var flere der faldt lidt af på den til sidst. Det kunne jeg i hvert fald se i min gruppe på FB

Evt. fået skrevet til nogle personer.

Jeg ved, at det har været afgørende, at jeg selv har investeret tid og energi i forløbet. Det er en forudsætning for et succesfuldt forløb, at man selv deltager mest muligt. Hvis andre ikke har fået nok ud af det, forestiller jeg mig at det kan være en forklaring. Tak til Jobcenter Aarhus, AU og MB for muligheden.

Hvis jeg havde haft bedre tid Hvis der havde været eksempler fra naturvidenskabelige studier

Jeg kunne have ønsket at forløbet var længere så man havde bedre tid til øvelserne. Det hele foregår ved siden af studie, arbejde og andet i hverdagen, som gjorde det presset for mig at nå opgaverne og særligt i løbet af november hvor mine eksaminer (som alle ligger her i december) kom tæt på.

Jeg vil ikke som sådan have gjort noget anderledes - eller tænker noget andet i forløbet kunne gøre bedre. Den eneste ting, jeg tænker, der kunne være et input til anvendelsen i forløbet er Facebook, der jo er mediet for den samlede kommunikation og samlingsstedet for os alle i gruppen. Så måske er det godt givet ud til en start virkelig at få arbejde med det der kan være "grænseoverskridende" i sådan en ny stor gruppe, der handler om personlig udvikling - og dermed lidt følsomme emner man bl.a. kan have interesse i at tale om/få sparring på. Herpå tænker jeg bl.a. når man har lagt noget op - kunne en tanke for mig være: - "hvad folk tænker hvis man læste deres opslag") (det jo meget personligt) - "hvad man selv tænker når mange folk læser en" (har man skrevet noget dumt/noget interessant) Jeg er naturligvis overbevidst om alle der har meldt til sig til Sandbox kun har gode intentioner. Derudover ved jeg også at meningen er, at man netop kan læse hinandens uploads (for at få andre inputs). Men jeg har måske ikke lige oplevet denne del så meget. Så jeg ved ikke om det kunne være en idé at man havde indledende (som vi også har gjort, da vi skrev hvad vi gerne ville have ud af Sandbox) fortsat gør det - om man i stedet kunne gøre noget andet: Upload et Facebook noget folk skulle kommentere på altså evt. ved et alm. upload (og ikke kun Martabolette), det kunne også i stedet måske være en video/i en snapchat-varighed) som folk lige skulle like/give en meldning på. Bare så man på en eller anden måde lige følte, der var lidt mere socialt i gruppen, og det er alm. accept at kommentere, åbne hinandens dokumenter mv. Så man på den måde "tør" at læse mere hinandens uploads/dokumenter - så det fx. til det ene gruppearbejde der var virkelig fik "hevet" fat i dem man skulle/matchet med fra personlighedstesten. Jeg ved selvfølgelig godt at vi er voksne mennesker - så selvfølgelig bliver det også gjort. Men på Facebook er kan man altså være lidt mere fremmedgjort, da det er lidt for mig usagt, hvad man må/hvad folk tænker om at læse hinandens upload. Hvilket jeg synes er en skam - for jeg kunne virkelig fornemme den personlige og venlige gejst til aller sidste session til Webnariet (folk var her virkelig glade, hvilket jeg også kun tror) Men jeg tror hvis vi havde fået "nedbrudt" den regel (om at åbne/dele og kommentere) så tænker jeg kun chancen for at netværke ville blive en endnu bedre forudsætning (det kunne man fx være i den snapchat-video-varighed jeg henviser til i en alm. første præsentation, at her kunne man fx udtrykke ens interesser/et arbejde/nogle man kender nogle andre kunne måske have glæde af/frivilligt arbejde osv), så tror jeg ligesom alle i gruppen vil investere mere fordi man på den måde kan give/få lidt igen (det kunne jo fx. føre til en speciale kontakt el. en musikpædagog fordi en vil være skuespiller. Håber tanken giver mening! :-)) Ellers vil jeg utrolig gerne uddybe.

Jeg synes, det har fungeret rigtig godt. I vores Facebookgruppe, var der også god opbakning fra de fleste deltagere. Også en stor tak til, at du er så fleksibel og f.eks. har flyttet deadline for modul 5 for at give os endnu bedre forudsætninger for at få større udbytte af kurset. Du har gjort et rigtig godt stykke arbejde. Man er tryk i dine hænder, og du er altid imødekommende og hjælpsom overfor alle i gruppen. Af hjertet tak!

Personligt ville jeg gerne have arbejdet mere med CV, ansøgning osv. Fordi jeg mener det er en kæmpe del af det at søge job.

Jeg ville gerne have haft forløbet var begyndt lidt tidligere på semesteret, idet de sidste to moduler løb ind i eksamensperioden - men jeg følte alligevel jeg fik arbejdet godt med de to sidste moduler, så det er kun en lille detalje - alt i alt var det et virkelig godt forløb, jeg føler jeg har taget virkelig meget med derfra.

Jeg synes at det hele givet mening, jeg synes det med at vi er en gruppe også ay man har en sparrings partner også det med at vi altid kan kontakt Martabolette :) også helt klart coaching til sidst! Jeg har svært ved at sige hvad der skulle ændres jeg synes virkelig det har været en spændende proces og være med i, og jeg har virkelig udviklet mig både fagligt og personlig 😊

Mere konkret viden omkring mine fagspecifikke kompetencer og at tale med personer som arbejder i de stillinger jeg selv gerne vil arbejde i.

Hvis jeg havde haft mere tid til at fordybe mig i opgaverne

Forløbet har passet godt til den situation jeg har været i genne forløbet, hvor jeg har studeret og læst til eksamen samtidigt. Personligt kunne jeg godt have tænkt mig, at mødes med de andre i facebookgruppen, for at dele erfaringer og viden.

Jeg kan ikke komme i tanke om noget.

Mere refleksion mellem deltagerne.

Mere gruppearbejde ville styrke forpligtelsen. To ekstra uger ville have taget lidt i presset i midten af kurset (der var kun 1 uge til besvarelse)

At jeg havde fuldt forløbet hele vejen igennem