

Evaluering af 10 ugers e-kursus Sandbox efterår 2022

Spørgsmål 1: Hvilke forventninger havde du til e-kurset Sandbox? (blev de indfriet, hvorfor/hvorfor ikke?)
Jeg havde høje forventninger da jeg havde hørt meget godt fra mine medstuderende som har været med tidligere. De er i den grad blev indfriet og mere til.
Mine forventninger var at blive klædt bedre på til min karriere efter uddannelsesslutning. Jeg må sige at mine forventninger er mere end indfriet. Jeg har fået langt mere med fra forløbet end jeg havde turde drømme om.
Jeg havde faktisk ikke de store forventninger. Jeg tilmeldte mig for at presse mig selv til at komme gang med jobsøgningstanker og forberedelse. Jeg har tidligere været på ansøgning/CV-kursus i A-kasse og havde nok forestillet mig noget lignende. Heldigvis var Sandbox meget mere spændende og brugbart for mig!!
Mine forventninger var at blive klogere på, hvad jeg gerne vil arbejde med og få inputs til, hvordan man skriver en god ansøgning, samt hvordan man forbereder sig bedst til en jobsamtale. Til dels. Jeg er ikke blevet meget klogere på, hvad jeg vil arbejde med, men det er sandsynligvis, fordi jeg ikke fik lavet mit motivationskort/handlingskort. Jeg har fået hjælp til at skrive en rigtig god ansøgning, og tror også på jeg kan hente hjælp til hvordan jeg skal gå til samtale.
At blive klogere på hvad min uddannelse kunne bruges til, i forhold til mine egne tanker om at drømmejob.
At blive klogere på min selv og mine kompetencer, og blive bedre klædt på til overgangen fra studie til job. De blev indfriet.
Jeg havde forventninger, om at blive klogere på mine egne kompetencer. At få sat ord på, hvad jeg kan med min uddannelse og blive klædt på til at argumentere for mig selv i forhold til arbejdsgiver. Jeg synes helt sikkert forventningerne blev indfriet
Blive klogere på hvordan man skriver en god ansøgning og hvad der er vigtigt i et cv. Jeg ville også gerne blive klogere på hvad jeg skulle søge af jobs efter uddannelsen. Og hvad det er vigtigt for mig i mit næste job. Mine forventninger blev indfriet. Jeg har fået konkrete værktøjer til jobsøgninger mm og via individuel coaching er jeg blevet klogere på mit næste skridt ift starten på min karriere.
Jeg havde ikke så mange forventninger, da jeg tilmeldte mig i sidste øjeblik - og derfor ikke havde nået at tænke så meget over det. Mine forhåbninger og grunden til at jeg deltog, var at få et overblik over mine muligheder, inspiration i forhold til hvordan jeg tilrettelægger min tilgang til fremtiden og jobmuligheder. Samt værktøjer hertil. Det hele og mere til er blevet indfriet.
Jeg forventede at få afklaret hvordan det er at skrive CV/Jobansøgning. Jeg er tilfreds med udbyttet
Jeg forventede at vi lærte noget om at søge jobs og hvad vi ville. Det blev indfriet både ift materiale, men Martabolette var samtidigt utrolig hjælpsom med at blive konkret og give feedback.
Jeg havde en forventning om at blive mere afklaret ift hvilke muligheder min udd kunne give mig. Forløbet rakte langt videre og dybere end jeg troede.
At finde en retning for min jobsøgning. Jeg synes de blev indfriet idet jeg lærte mine præferencer bedre at kende og fik sat ord på mange kompetencer.
Jeg forventede at blive mere afklaret om, hvad jeg gerne ville arbejde med efter endt uddannelse, samt blive klædt på til jobsøgning. Mine forventninger blev bestemt indfriet. Det har virkelig været positivt for mig, at Martabolette italesatte at vi alle sammen var ramt af vores specialer og eksaminer netop nu, men at det var godt med et afbræk for at investerer i dette modul, så jeg har set det som sådan - en investering i min fremtid
At jeg blev mere klar og bevidst over hvad jeg kan tilbyde og hvilke kompetencer jeg besidder. Og ja de blev virkelig indfriet.
Jeg havde en forventning til at jeg fik en god indsigt i hvad en CV og en ansøgning skal indeholde samt at kunne finde frem til mine kompetencer og motivation til at finde et given job.
Jeg håbede at blive mere afklaret på egne drømme og muligheder efter endt studie. Jeg synes, de blev indfriet såfremt man deltog aktivt i kurset.
Jeg håbede at få nogle konkrete redskaber til den kommende jobsøgningsproces. Jeg håbede at blive mere klar over mine egne kompetencer, og øve mig i at sætte ord på dem
Jeg forventede at få redskaber til at kunne afklare tvivl jeg havde.

Spørgsmål 2: Hvad er din overordnede oplevelse af Sandbox? (uddyb gerne)

Virkelig godt med Martabolette's sparring på vores opgaver og personprofiler. Virkelig dybdegående og personlig tilbagemelding. Gode, spændende og relevante opgaver vi får.

Oplevelsen har været enormt god. Martabolette giver enormt meget af sig selv og hendes entusiasme og engagement for at arbejde med deltagerne stråler igennem skærmen, så man ikke kan undgå at blive smittet af det og føle sig inspireret. Modulerne er velstrukturerede med nogle spændende øvelser med et stort udbytte, når man laver dem. Jeg har fået langt større indsigt i mig selv som person og fået flere ord jeg kan bruge på min fremtidige jobsøgning.

Rigtig god. Jeg føler at der har været plads til alle, positiv energi, fremdrift og mange spændende og konstruktive perspektiver undervejs. Især har jeg været glad på det indre fokus - "hvad vil jeg, hvad driver mig, hvad er jeg god til?" i stedet for det ydre fokus som ofte dominerer ift. jobsøgningskurser - "hvordan får jeg et job"

Jeg synes, det har været utrolig givende at deltage i Sandbox. Jeg har fået rigtig mange gode værktøjer til at finde frem til mit potentiale samt hvordan jeg udnytter det bedst muligt.

Overordnet oplever jeg Sandbox forløbet meget givende, hvor jeg har fået udvidet min egen forståelse for realisering af drømme og faglige kompetencer, til jobmuligheder.

Jeg synes det har været en god oplevelse. Det eneste der har spændt ben for at jeg kunne få det fulde udbytte, er at jeg selv har været presset på tid og overskud, hvorfor jeg er ærgerlig over ikke at have engageret mig så meget som jeg havde ønsket.

Rigtig god oplevelse. Martabolette har skabt en meget åben og rummelig stemning Hun er god til at motivere og komme med konkret viden og hjælp. Det er min oplevelse at hun har hjulpet mange til en god start efter at man er blevet færdiguddannet.

Meget positiv, jeg har virkelig lært meget på kort tid, og jeg har fået meget sparring på de øvelser jeg har nået at lave, og de generere stadig refleksioner - og jeg føler mig mere kompetent, i tråd med mine værdier og faglige kompetencer, til at kunne forme min fremtid. Og jeg oplever ikke et kæmpe pres ved at tænke på mit forår med jobsøgning og specialeskrivning. Martabolette har været nærværende og tilgængelig, et evigt heppekor med overskud og gode refleksioner. Hun evner at være kort og konkret - samtidigt med at hun når en masse på kort tid.

Det var interessant. Martabolette virkede professionel.

Sandbox er et kursus jeg vil og har anbefalet til andre, der snart er færdiguddannet. Jeg har været glad for kurset og selvom det har været hårdt at finde motivationen når man sidder i en bachelor, så har det altid været det hele værd, når man var i gang. Derudover har Martabolette haft et exceptionelt engagement i alle deltagerne, som har gjort at man har fået et endnu større, personligt udbytte.

Martabolette er så kompetent og engageret. Jeg er imponeret over hvor dybt hun når hos så mange.

Et godt struktureret forløb, der udfordrer personligt. Som ser på det hele menneske og ikke kun på det job man skal ud at søge.

Den er meget positiv. Martabolette har lavet nogle spændende og lærerige moduler, som ikke har taget længere tid, end det har været til at overkomme samtidig med eksamen.

Jeg har haft en virkelig god oplevelse. Jeg synes Martabolette har været meget let tilgængelig og på trods af så mange på holdet, følte jeg at jeg ikke bare var en blandt mange. Det har givet mig rigtig meget at deltage ift. tydeliggørelsen over for mig selv om "hvad kan jeg".

Et godt forløb, hvor jeg har lært en masse om mig selv og det har givet mig mod og håb på at jeg med tiden nok skal finde mit "drømme job" og at der må være en plads til en person som mig et sted derude på jobmarkedet :)

Rigtig godt.

Rigtig god. Især de første øvelser var meget brugbare, men jo længere vi kom hen i forløbet des sværre blev det for mig at følge med - og de sidste produktøvelser var også for fjerne for mig på daværende tidspunkt.

Det var rigtig godt. Jeg kunne rigtig godt lide at vi fik en email hvert uge der gav en meget ligetil overskud over hvad præcis der vil komme til at ske.

Spørgsmål 3: Hvad har været det bedste ved at deltage i Sandbox for dig? (nævn gerne 3 ting)
Feedback på min personprofil og få lavet en personprofil. Jeg er blevet mere bevidst om at jeg skal snævre lidt ind på det der interesse mig for ikke at skyde i øst og vest når jeg skal søge job. LiveCoaching, jeg har selv deltaget og set andre. Det var givende begge dele.
1. Martabolettes engagement og kunskaber 2. Viden og øvelser om færdigheder, kompetencer og personprofilen 3. At være i en gruppe og se de andres øvelser/resultater.
- Afklaring om indre motivation (dreamboard og succeshistorier) - At blive hjulpet til at få spurgt andre om deres syn på mine primære kompetencer - det kom der gode snakke ud af. - Personlig coaching og personprofil. Det har jeg aldrig prøvet før!
Jeg har igennem udtalelserne fra mine veninder fået øjnene op for, hvad jeg er god til som person, samt hvordan jeg kan bruge det i min fremtidige karriere. Jeg har fået lavet en personprofil, som giver et rigtig godt billede af, hvem jeg er som person, og hvilke kvaliteter og kompetencer jeg kan bringe med mig i et job, og som desuden er god at kunne tilføje på sit CV. Jeg har gjort noget aktivt for at blive klogere på mig selv og mine karrieremuligheder. Den personlige feedback på det opgaver, vi har lavet har været guld værd.
Uanset om du er syg eller har haft travlt, eller om jeg svarer for sent. Så følger du op på de ting som jeg bidrager med, kommenterer og kommer med konstruktive handlemuligheder. Det giver en oplevelse af at min deltagelse og situation er vigtig og betydningsfuld. At få udarbejdet et CV og ansøgning - så jeg har et udgangspunkt til min kommende jobsøgning. Et hele forløbet har sat en ramme for min egen refleksion og tanker omkring fremtidens job muligheder.
1. Jeg er blevet klogere på mine egne kompetencer 2. Jeg har fået hjælp til hvordan jeg kan omsætte og fremhæve mine kompetencer i en jobsøgningsituation 3. Jeg er gennem øvelser og værktøjer tilgængelige online blevet klædt bedre på til jobsøgningsprocessen.
At blive klogere på mine egne kompetencer At få lavet mit CV At blive klogere på, hvordan netværket har betydning i forhold til kommende arbejdsliv.
- den individuelle coaching - online sessioner, hvor to deltagere fik deres cv og ansøgning gennemgået - kommentarerne fra Martabolette til ens personligheds test
Testen i starten. Øvelser der lagde op til refleksion Sparring med Martabolette.
1) Afklaret hvordan CV skal se ud 2) Afklaret hvordan man skriver Jobansøgning 3) Fået mere klarhed over hvad jeg er god til
At blive skubbet i gang med at lave ansøgninger, at italesætte hvad jeg brænder for og drømmer om og at få trænet at skrive cv'er og ansøgninger.
1. En afklarethed ift hvilke ressourcer jeg har med mig. 2. En kæmpe opbakning og selvtillidsboost. 3. Martabolette hjælper og bruger netværk og støtter op så jeg tager aktion.
At lave en personlighedstest. At lave dreamboard. At få personlig coaching.
1. I højere grad at blive bevidst om, hvad det er, jeg drømmer om at arbejde med. 2. Få feedback på CV / ansøgning og sparring ifm. jobsøgning 3. Spændende og lærerige øvelser såsom dreamboard - som jeg helt sikkert vil vende tilbage til.
- Video og anbefalingen af ens personlighedsprofil - En til en samtale med Martabolette - At opgaverne både var på tekst men også video
- at være med i en gruppeforløb - et forløb hvor man havde en konkret opgave man skulle arbejde med igennem de 10 uger. - live coaching, afsluttende event med tidligere sandbox deltagere samt ledere fra virksomheder og LinkedIn gennemgangen. - personlig coaching , som jeg skulle have benyttet mig meget mere af. Men mit overskud har ikke været så stort.
Martabolettes energi Afklaring af muligheder Refleksioner om fremtiden
Feedback fra Martabolette Coaching fra Martabolette Konkrete øvelser
Den feedback vi har fået. De online sessioner med andre.

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 er blevet mere tydelig på hvad jeg vil og ikke vil. Hvilken type jeg er og at jeg ikke bør gå på kompromis med dette.

Personprofilen har betydet meget for mig. Det har været unikt for mig at kunne sætte ord på hvem jeg er på en mere struktureret måde. Derudover har jeg fået mere indsigt i hvordan andre oplever mig (fra øvelserne) og trænet til min fremtidige jobsøgning. Jeg har også fået udviklet et godt CV og ansøgning, så jeg føler mig meget klar på fremtiden.

For mig har det mest været på det indre plan jeg har rykket mig. Så mere dybdegående indsigt i hvad der driver mig og hvad jeg drømmer om. Jeg tror også jeg har fået et mere positiv/optimistisk syn på mine muligheder og evner - og tro på at jeg skal lykkes med at få et spændende job.

Som nævnt har jeg fået sat helt konkrete ord på, hvem jeg er og hvad jeg kan både personlig og professionelt, og det har givet mig mere selvtillid, og peget mig i retning af, hvilket job der ville give mening for mig at varetage.

"At få udarbejdet et CV og ansøgning - så jeg har et udgangspunkt til min kommende jobsøgning." - Her har jeg fået en stor viden om hvad jeg skal vægte, inkludere og konkretisere. Det betyder at jeg har et solidt fundament, som jeg kan tage udgangspunkt i når jeg skal søge job. Et hele forløbet har sat en ramme for min egen refleksion og tanker omkring fremtidens job muligheder. Jeg har fået en viden om hvordan jeg kan blive klogere på hvad en arbejdsgiver vægter ved ansættelser, at jeg kan ringe til dem og spørg. Dvs. hvordan jeg selv kan handle for at blive klogere og mere kvalificeret.

1. Personlige og faglig kompetencer 2. Konkrete eksempler på CV og ansøgninger 3. Jeg er blevet klogere på hvordan jeg skal bevæge mig mod mit mål Det har givet en større ro og selvtillid ift. at skulle igang med at søge job.

Metoden med energi var indsigtsgivende. Vi bør arbejde med det, der giver energi og er meningsfuldt. Det taget jeg med videre.

- eksempler på CV, jobansøgninger og guides til fx hvilke spørgsmål man skal stille, hvis man vil ringe op til kontakten bag en jobansøgning - guide til LinkedIn - Personlighedstest Gjort mig mere opmærksom på mine egne styrker og svagheder, og hvad jeg vil prioritere at søge efter i jobs. Og hvad jeg kan gøre for at optimere min jobsøgning

Jeg har fået en større forståelse for mig selv og mine kompetencer. Det har betydet en større ro i forhold til at det er rigtig at jeg går mine veje, og at jeg skal følge min intuition. Mere selvtillid og retning.

Jeg har indset at jeg kan mere end jeg troede, samt hvordan man skriver CV og jobansøgning. Jeg tror denne viden vil øge mine chancer i en fremtidig jobsøgning

Jeg har fundet tilbage til, hvad der egentligt fik mig til at studere, det jeg gjorde og hvorfor jeg vil være journalist. Jeg har trænet cv'er og det har gjort at jeg allerede er i gang med at søge job.

Afklaret min personprofil. Hjælp til min cv med en opdateret og meget professionel udgave.

Jeg har fået hjælp til at formulere og opstille et CV og en ansøgning. Det er meget brugbart i en jobsøgning. Jeg har fået bekræftet hvad jeg selv havde på fornemmelsen omkring min personlighedstest: Jeg kan dermed bruge min viden om mig selv mere konstruktivt til at udvælge jobs og til at formulere mine kompetencer.

At gå efter det jeg drømmer om, selvom det måske er lidt udefinerbart, hvad det præcis er, man kalder 'sådan en' stilling. Hvis 'titlen' og vejen ikke er så åbenlys, så find nogen der arbejder med det - og spørg hvordan de er kommet derhen. Det har været en meget lærerig indsigt !

Det er blevet tydeligt for mig hvem jeg (personlighedsprofil) - hvilket jeg kan bruge aktivt og forstærkende.

CV - hvordan bygger man et CV op og hvad skal det indeholde samt hvad har mest betydning.

Personlighedsprofilen var en øjenåbner for mig men gav mig også en indsigt i både personlige og faglige kompetencer og hvilket job der vil motivere og engagere mig .

Hvad jeg gerne vil i fremtiden og hvad, der giver mig energi. Personprofilen gav mig den ærlighed omkring min person, som jeg selv har svært ved at sætte ord på.

Jeg har fået en hel masse redskaber. Det betyder at jeg har måder jeg kan gå til problemer.

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 er blevet bedre til at sætte ord på mine kompetencer og udarbejde et CV. Jeg fik en masse ideer da jeg blev livecoachet

Sandbox har bidraget til at afklare mine kompetencer på mange måder. Jeg har lært meget om mig selv og min profil har vist mig hvad jeg kan have glæde af at gå efter i et job. Derudover har Martabolettes øvelser hjulpet mig med at sætte ord på hvad jeg kan.

I nogen grad. Mest på det personlige plan. Jeg mangler fortsat viden og afklaring ift. mulighederne inden for mit fagområde. Men jeg fik ikke brugt nok tid på de sidste moduler, så det kan være det i kommer, når jeg får arbejdet med dem.

Se svar i sp. 4.

Ved at udfylde diverse skemaer og din feedback. Eller rettere det samlede indhold i de 10 uger. Det at få andre til at sætte ord på mine kompetencer, styrker min viden og forståelse af hvad jeg kan bidrage med på arbejdsmarkedet, så det handler ikke om min karriere på den måde - men mere hvordan mine karrieredrømme kan harmonere med mine kompetencer, og derved sikre at jeg få dem inddraget i jobsøgningen

Det har givet et overblik og overskud for den fremtidige jobsøgningsproces, som gør mig mere rolig fremover. Det har også hjulpet at blive bevidst om mine personlige kompetencer, og hvordan de kommer til udtryk i mine handlinger. Dette har været med til at skabe overblik over hvad jeg skal være opmærksom på i søgen efter et job, og hvordan disse kompetencer og mine egne præferencer spiller sammen i denne situation.

Sandbox forløbet har hjulpet til at sætte ord på de ideer jeg havde i forvejen. Det havde jeg brug for.

Den individuelle coaching var rigtig god, da jeg fandt ud af at jeg ikke skal afskrive en karrierevej, bare fordi at jeg har haft en dårlig oplevelse på en arbejdsplads. Det har givet mig håb og en tro på, at der helt sikkert er en god arbejdsplads til mig inden for det felt jeg brænder for.

Det har bekræftet mig i at jeg ved hvad jeg skal - og styrket mit mod til at gå den vej.

Forløbet har hjulpet mig med at indse hvad jeg kan gennem øvelser, samt gennem eksempler vist hvad en evt. arbejdsgiver er på udkig efter/lægger vægt på.

Jeg har fået reflekteret mere over, hvad der betyder noget for mig og Martabolette har fået sat nogle ord på det, som jeg måske ikke selv kunne se inden.

Helt klart min personprofil og hvordan det matcher et evt job.

Jeg har fundet ud af at der er konkrete muligheder for jobs jeg kan søge. Jeg har fundet ud af at jeg burde dygtiggøre mig mere i kvantitativ metode for at få en chance ved nogle af de jobs jeg gerne vil have.

Jeg har været 'tvunget' til at sætte mig ned og arbejde de ugentlige opgaver, som ikke var noget jeg ellers ville have gjort. På den måde har de været med til at afklare mine kompetencer og drømme for min fremtidige karriere

Igennem diverse øvelser blandt andet øvelsen om de tre succeshistorier, som at man skulle kontakte sit netværk.

Kurset har overordnet skabt rammerne for nogle af de store refleksioner, som hjælper mig på vej til en større afklaring.

Spørgsmål 6: På hvilke måder har din deltagelse på Sandbox givet dig viden om dine karrieremæssige muligheder? (uddyb gerne)

Martabolette har været med til at åbne mine øjne for virksomheder der beskæftiger sig med det jeg interessere mig for. Før troede jeg at jeg skulle være selvstændig men nu hælder jeg mere til at blive ansat i en virksomhed som har samme interessefelt.

Særligt LIVE coachingerne har været gavnlige, fordi jeg kunne se hvordan man kan bruge sit netværk og sin uddannelse i karrieren. Det havde jeg ikke tænkt på før.

Ikke så meget. Jeg tror det kommer, når jeg begynder jobsøgning og tager kontakt til mulige arbejdspladser og kontakter.

Jeg synes, jeg er blevet lidt klogere på, hvad der kunne være relevant for mig at søge ift. mine kompetencer, men jeg ved ikke, om det nødvendigvis stemmer overens med, hvad jeg har energi på.

Egentligt ikke det store, men nok mest fordi jeg havde undersøgt rigtigt mange muligheder i forvejen.

Dette i mindre grad, da jeg på forhånd har en uddannelses-profil som retter sig mod et bestemt job, og som jeg også ønsker at få efter endt studie.

På den måde at man ikke skal lade sig begrænse. Det kan give mening at se bredt på sin uddannelse og bruge netværk.

Jeg er begyndt at kigge mere på jobansøgninger og lægge mærke til de ord de bruger. Jeg har via personlighedstesten fået øjnene op for andre mulige karriereveje

I lidt mindre grad - men måske fordi jeg ikke har været så bekymret for det, om end sparring med Martabolette gav en idé til noget jeg skal undersøge.

Eftersom jeg ikke var låst fast til at begynde med, har forløbet ikke givet mig en idé om at jeg skal søge noget bestemt frem for noget andet. Men det har vist mig via. prioriteringskortet hvad jeg måske burde lægge vægt på. Herudover kom Martabolette med nogle konkrete brugbare eksempler, og blev herudover introduceret til måder man kan søge efter virksomheder på.

Det er måske i mindre grad relevant, da jeg i forvejen vidste, hvilket job jeg ville gå efter.

En vej til at turde bruge netværk og et cv at arbejde videre med.

Jeg har fået tilsendt jobforslag, som har været meget relevante for mig og jeg har fået hjælp til at formulere ansøgning og CV til ét af dem og dermed set at jeg passer godt ind i profilen der søges.

Nok ikke så meget på specifikke karrieremæssige muligheder i det deltagerne har været meget blandende. Men jeg synes alligevel at jeg har fået nogle værktøjer med - f.eks. det her med at sige tingene højt og bruge sit netværk, det har jeg måske været en smule tilbageholdende med før.

Jeg er stadig i tvivl om , hvilken retning jeg skal søge henimod karrieremæssigt.

Ved at sætte ord på mine kompetencer.

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)

Jeg er sådan en type der altid drømmer meget og handler knap så meget. Sandbox har været god til at sætte skub i handlekraften og at der sker ikke noget når man ikke handler. Jeg er nødt til at gøre noget for at finde ud af hvad der virker.

Sandbox har været med til at hjælpe mig til at sætte mål for processen med at søge nyt job. Jeg har fået meget mere tro på mig selv og at jeg er god nok til at søge mit drømmejob.

Jeg har fået mere tro på mig selv og mod til at handle på ønsker. Især synes jeg dreamboardet var rigtig godt til at skabe handlekraft - nu har jo tegnet det dér - så skal det også ske. Jeg har allerede handlet på nogle af elementerne på dreamboardet!

Jeg må desværre sige, at jeg skulle have deltaget mere aktivt i de moduler der krævede konkret handling som f.eks. motivationskortet, for jeg synes stadig det kan være svært at sætte gang i tingene, men jeg har dog lært, at det på ingen måde er farligt at kaste sig ud i tingene.

Min handlekraft er styrket ved at blive forelagt en række handlemuligheder og metoder. Hvordan jeg selv kan kontakte virksomheder jeg ønsker at arbejde for, gennemse stillingsopslag og kontakte dem for yderligere information.

Det har helt sikkert styrket mit mod på at komme igang med jobsøgningen, og også at være mere opsøgende i den. Det har givet mig gå på mod til at gå efter mine mål, selv hvis de virker uopnåelige, så det har helt sikkert givet mig noget jobsøgnings-selvtillid at deltage på kurset.

Jeg tror fortsat, jeg skal arbejde med min handlekraft. Forløbet har dog givet mig en styrke til det arbejde.

Det er især efter coaching at jeg har fået modet til at gå efter, det jeg gerne vil. Her var Martabolette en stor hjælp og det betød rigtig meget for mig.

Det har i hvert fald styrket den, og samtidigt med forløbet, har jeg været i jobskifte, og de to processer på samme tid, har givet sindsygt meget læring, indsigt og styrket hvad der er vigtigt for mig fremover.

Svært at sige, eftersom jeg endnu ikke ved hvad fremtiden bringer. Men jeg ved som udgangspunkt hvad jeg vil gå efter i første omgang, men vil heller ikke ignorere chancer hvis de pludselig opstår

Det har skubbet mig afsted, og første skridt er som regel det sværeste.

En tro på at der er en vej derude. Martabolette kom med konkrete ideer ud fra mine stikord. Samlede trådene.

Primært gennem den feedback jeg har fået af Martabolette er jeg blevet bedre til at se at jeg har noget at byde på. Det var udfordrende at lægge personlige ting på en facebookside, men det var rart at se at der er mange måder at være på, ved at kunne følge med i hvad de andre lagde op.

Jeg vil prøve at være mere målrettet i min jobsøgning. Jeg vil tage kontakt til de virksomheder jeg søger og få en bedre viden omkring det sted jeg søger og hvilken profil de søger.

Jeg er blevet bekræftet i egne evner, og føler større mod til "bare at gøre det".

Det har givet mig et skud selvtillid at høre fra andre og Martabolette hvad jeg kan og hvad jeg allerede har med mig af jobferinger

Jeg er blevet mere sikker på hvad det er jeg kan.

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 ringe til kommende arbejdsgiver Lave spændede CV og prøve at skrive speciale ved en virksomhed, som måske ikke nødtvendigvis er AUH.
Jeg vil bestemt gøre det anderledes i forhold til at søge job hvor jeg vil være mere proaktiv og tage kontakt også uopfordret i stedet for at vente på der kommer en stilling som jeg er interesseret i.
sandbox har gjort mig mere opmærksom på, hvor behjælpelige folk er, hvis man har spørgsmål til deres arbejde, til ens kompetencer eller andet som man kan bruge i søgningen efter nyt job.
Jeg vil gå helt anderledes til værks i mit arbejde med CV og ansøgning.
Jeg vil være mere udadsøgende i min måde at skaffe informationer – skrive til flere mennesker og hive fat i folk.
Jeg vil lave en profil på LinkedIn og være mere opsøgende hvis der er noget jeg ønsker svar på eller sparring ift.
Jeg har ændret hele min attitude omkring jobsøgning. Før var det en frygt at skulle i gang med. Nu glæder jeg mig, og har svært ved at vente, selvom jeg først er færdiguddannet om 8 måneder. Jeg hygger mig med arbejdet og har planer og drømme, som jeg langsomt og sikkert arbejder med at udføre.
Jeg vil række ud og afsøge i kommuner hvilke muligheder der er for job der inden for det felt jeg gerne vil arbejde med, på den måde har sandbox påvirket mig til at være mere opsøgende – jeg vil være bedre til og mere præcis i hvor mine styrker er og hvordan jeg ser mig selv i jobbet, fordi jeg ved mere om hvad jeg kan
Jeg har oprettet en LinkedIn og er begyndt at forbinde mig med forskellige folk. Desuden har jeg også fået mod på at begynde at skrive til virksomheder omkring deres ansættelse og arbejdsplads
Jeg vil blive mere opsøgende hos arbejdsgivere og ikke holde mig tilbage. Gå efter det som jeg drømmer om.
Mit CV og min ansøgning har virkelig opbet sig og blevet langt mere kvalificeret
Jeg ikke kommet dertil endnu, men jeg regner med at det vil få en betydning.
Se ovenstående
Jeg vil have mere fokus på at lave gode og gennemarbejdede ansøgninger til de jobs, der passer på min profil og mine værdier – og ikke blot søge ethvert job, jeg støder på, bare fordi det godt kunne passe til min profil.
Jeg vil helt klar få opdateret min linkedIn profil, med afsæt i webinaret.
Jeg har lært at være mere ærlig for eksempel i ansættelsesforløb, omkring hvad jeg kan og hvad jeg har brug for. Også for at jeg kan passe på mig selv og sørge for det også bliver en stilling jeg har det godt i.
Jeg har fundet ud af, hvad jeg brænder for som person gennem Sandbox og er allerede begyndt at melde mig til aktiviteter, der spiller ind i dette, så jeg kan udvide mit CV.
Min deltagelse har gjort at jeg nu har en større indsigt i hvad jeg kan bidrage med ved en virksomhed. Individuel coaching gør at jeg nu kan udarbejde et skarpere og mere præcist CV, samt ansøgning
Jeg tror de live webinar med forberedelse på job har været gode til at hjælpe mig selv til at klare den situation
Jeg er blevet bekræftet i at det er godt at ringe og snakke med arbejdsgiver. Det er ikke nyt for mig, men jeg var i tvivl om det stadig var ok at gøre. Jeg har fået et CV, som fylder mere og det tror jeg betyder noget for mine chancer.
Fra nu af ringer jeg ALTID på jobopslag inden jeg sender en ansøgning 😊
Jeg vil kontakte virksomheden inden jeg skriver min ansøgning og stille spørgsmål. Prøve at bruge mit netværk noget mere, måske være mere ”pågående” end jeg har været tidligere
Jeg vil højst sandsynlig være mere proaktiv i min jobsøgning.
Jeg vil ikke længere se det som en hindring i en jobbeskrivelse, at der står fuldtid (jeg vil meget gerne arbejde deltid) – blevet klar over, at det er helt okay og helt normalt at have sådanne ønsker
Jeg er gået i gang. Ofte var det hårdt netop fordi jeg ikke turde men nu vil jeg hellere bare ansøge end ikke at ansøge fordi jeg ikke tror jeg er god nok.

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)

Det har gjort mig mere bevidst. Men jeg har svært ved at sige i hvor høj grad. Men helt klart et forløb jeg vil gå tilbage til, når jeg skal til at søge job.

Jeg er overbevist om at det har styrket mine muligheder for beskæftigelse.

føler mig klart klædt bedre på til at fremhæve egne kompetencer og dermed gå til ansøgningsproceduren samt samtale med mere selvtillid.

Jeg tror på, at jeg står meget stærkere.

Ikke særlig stor, men jeg ved at kurset har givet mig en kæmpe tro på mig selv og at jeg kan hvad jeg vil.

Jeg tror bestemt det har øget mine muligheder for beskæftigelse, da jeg er blevet mere afklaret og lavet et CV, der viser mind kvalifikationer på en nye og virksom måde.

Det kommer til at gøre en kæmpe forskel for, hvor relevant mit ansøgningsmateriale er, hvordan jeg går til jobsamtale og i det hele taget, hvor aktiv jeg selv kommer til at være.

Jeg tror det har en stor betydning, da jeg nu har en bedre forståelse for, hvad jeg egentlig kan og vil og derfor kan søge målrettet herefter

Jeg tror på den har styrket mine muligheder, fordi jeg har fået sat ord på mine kompetencer og præferencer så jeg dels kan søge de relevante jobs dels være bedre til at være præcis i mine ansøgninger

Jeg tror det kommer til at betyde rigtig meget. Jeg er blevet mere sikker på hvad jeg kan og hvordan jeg kan "sælge" mig selv, og hvordan jeg skal tilgå jobsøgningen og skræddersy både CV og ansøgning efter behov.

Det har givet mig en større tro på tingene og mere selvtillid. Og et bedre materiale.

aner det ikke. Men jeg er ved godt mod og tror mere på egne evner. jeg er mindre vævende i mine kompetencer og klar på opgaven så snart specialet er afleveret.

Den er formentlig betydelig højere, fordi jeg har fået større indsigt i egne evner og kompetencer. Samt at jeg har fået sparring på CV.

At jeg vil blive kaldt til samtale. Jeg vil gerne blive bedre til jobsamtalen. Den er lidt svær men der hjalp den personlige coaching

Jeg håber, at mine ansøgninger fremstår mere attraktive, og at jeg derfor bliver kaldt til flere samtaler end ellers.

Jeg tror det får betydning, både gennem et godt CV, men min personprofil og gennem en mere uddybet LinkedIn profil, og en tro på at man godt må og kan drømme stort.

Det har både gjort mine ansøgninger og mine interviewprocessor meget mere skarpe og målrettede. Jeg kan se jeg er blevet kaldt til interview oftere, efter jeg har fået feedback på CV og ansøgning fra Martabolette.

Jeg tror det får enorm betydning. Jeg er mere bevidst om, hvad der driver mig, så jeg mere målrettet kan søge specifikke jobs, der kan passe ind i dette. Ift. at komme i beskæftigelse er jeg allerede meget bedre stillet efter Martabolette har hjulpet mig med CV og ansøgninger.

Jeg tror at jeg i højere grad vil blive indkaldt til samtaler efter dette forløb, fordi vi har fået så god hjælp til CV og ansøgninger. Derudover har vi kunne netværke til det afsluttende event, og at vi vil kunne række ud til Martabolette ifm. jobansøgningsprocessen eller forud for en samtale er også en faktor der gør, at jeg vil have bedre mulighed for at blive beskæftiget efter endt uddannelse.

Dels er Martabolettes anbefaling og CV rigtig godt at sende med og dels har jeg en større tro på mig selv.

Jeg tror det kommer til at gå hurtigere, end hvis jeg ikke havde deltaget.

Jeg tror helt sikkert at jeg har fået nogle redskaber med, som jeg vil kunne bruge i min jobsøgning fremadrettet

Jeg har lært utrolig meget om mig selv. Både mine personlige og faglige kompetecer.

Mit CV og ansøgning er blevet markant forbedret, så på den måde er der større chance for at blive taget i betragtning. Derudover afklaringer om, hvad jeg vil, gør at jeg kan søge mere fokuseret.

Jeg tror at det har hjulpet at forklare hvad mine egen kometpencer er. Jeg ved præcis hvordan jeg kan formulere hvordan jeg arbejder bedere. Dette vil helt klart være godt ved interviews.

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)?
Lidt kortere PFD'er og at jeg havde mere tid samt at have et konkret job ville gøre jeg var mere motiveret for at lave et CV og ansøgning.
Jeg har fået ekstremt meget ud af forløbet, men særligt her til sidst har jeg været presset af speciale og tror måske derfor at jeg ville være mere aktiv såfremt at havde haft mere overskud til sidst i forløbet.
Kunne godt ønske, at alle webinarer mm. lå om aftenen
Pas
Jeg har været presset af studie samtidig. Det er en vild proces at læse pensum, gå til forelæsninger, lave opgave og stadig være en privatperson og mor. Så det pres har sat sine begrænsninger for den tid jeg har kunne lægge i sandbox, men jeg har prioriteret at lave alle opgaver til de forskellige moduler.
Jeg ville ønske, at jeg havde været sat mere sammen med andre fra samme fag/branche som mig selv. Det er svært at dele erfaringer og udfordringer, når man ikke har samme fagsprog. Og det er nogle gange svært at beskrive et job eller en kompetence for andre, der ikke forstår konteksten. Jeg kan godt forstå pointen i at sætte folk sammen med samme personprofil. Det virkede bare ikke så godt for mig. Vi var alt for forskellige, selvom vores profiler lignede hinanden.
Måske starte tidligere på året, da jeg nogle gange godt kan være presset på tid, da jeg skriver speciale samtidig - dog har det været rigtig fint at man godt måtte overskride deadlines uden konsekvenser
Jeg kan ikke finde på noget. Det har været et virkelig givende forløb. Og martabolette har stået på tær for at hjælpe os allesammen.
-
flere som jeg karrieremæssigt kunne relatere til.
Jeg ville gerne have haft afsat en smule mere
Det er nok svært at få vejledning i længere tid. Men nu begynder jobsamtalerne og det er nok der det er sværest for mig og der jeg har behov for mest sparring. Så hvis det var tættere på dimittering. Men her er også meget at se til som studerende. Synes det har været rigtig godt.
Jeg synes det var grænseoverskridende at dele ting i en facebookgruppe. Jeg er glad for at jeg overvandt mig selv, men jeg var lige ved at trække mig ved allerede den første opgave, fordi jeg synes det var for meget at dele i det forum.
Jeg tror det havde været endnu bedre hvis jeg havde været ved at afslutte min uddannelse, da jeg så ville være endnu mere gearret til at deltage i alle dele af forløbet.
Måske hvis forløbet havde fortsat eller ligget senere på semesteret, så jeg havde været længere i min jobsøgning til efter aflevering af speciale. Jeg begynder nu at blive indkaldt til flere interviews som er en proces der har bragt en masse nye spørgsmål, som det også havde været godt at tale om på sandbox-forløbet.
Måske hvis der havde været nogen til live webinar, der havde mindre erfaring. Dem der blev coachet var alle superdygtige og havde lange relevante CV'er bag sig. Det kunne have været rart med en, der var i den helt anden ende af skalaen med få relevante ting eller et lidt "tyndere" CV. Og måske lidt flere med humanistisk baggrund.
Det kunne være fedt også at se frivillige til webinarerne, som ikke har så meget erfaring. Det ikke noget Martabolette kan gøre for selvfølgelig, men måske man kan opfordre til, at der gerne er en fra f.eks. VIA, DMJS og Arts som kan deltage til coaching under webinarerne.
Ingen forslag, men jeg er glad for fortsat at måtte holde kontakt. Det betyder meget at vide muligheden er der.
At jeg havde brugt mere tid på opgaverne. Jeg havde travlt på studiet, så det var svært at nå det hele. Det betyder noget, at det der bliver live-coachet ikke er stjernene med en allerede sprudlende karriere. Det kan være svært at spejle sig i: Så jo mere gennemsnitlige folk i livecoaching, jo bedre.
At jeg ikke havde været så presset med min eksamen. Den gjorde at jeg på de sidste moduler ikke havde mulighed for at deltage på online-møder, hvilket jeg er rigtig ærgerlig over. Så for min skyld, måtte det gerne ligge lidt tidligere - måske med start i august.
jeg tænker at jeg synes det var rigtig fint at man blev matchet med en fra sin gruppe, dog ville det have været rart at det var en som læste eksempelvis den samme kandidat som ens selv. Jeg oplevede at hende jeg blev matchet med, at vi var meget langt fra hinanden, emnefelt, interesse, branche, uddannelse etc. og vi endte med at sparre og bruge hinanden meget lidt i forløbet.
Her tror jeg det handler om eget engagement og aktivitet på kurset. Jo mere jeg selv lagde i det, desto mere fik jeg selvfølgelig ud af det.
Måske opstarte forløbet lidt tidligere? For da vi nærmede os december blev det for mit vedkommede til meget eksamen og ikke så meget energi til Sandbox
Jeg tror at i starten kunne man få at vide hvor meget en opgave kommer til at tage. Jeg troede at det ville tage meget længere men det var meget mere ligetil netop fordi det tydeligvis er en program der er perfekt lavet.

