

## Evaluering af 10 ugers e-kursus Sandbox forår 2019

<b>Spørgsmål 1: Hvilke forventninger havde du til e-kurset Sandbox? (blev de indfriet, hvorfor/hvorfor ikke?)</b>
Klarhed over karriere muligheder og egne kompetencer Ja de blev indfriet
Det var at få ord på mine kompetencer, og finde ud af hvordan jeg optimerer min jobsøgning. De blev i HØJ grad indfriet!
Havde ikke mange forventninger men blev glædeligt overrasket da jeg lærte meget om mig selv
At jeg ville blive mere afklaret med min "profil" og dermed bedre vil kunne sætte en retning på min jobsøgning. Denne forventning blev indfriet.
Jeg havde en forventning om at blive klogere på hvad jeg ville i fremtiden, og det følte jeg bestemt at kursus støttede mig i
Da jeg tilmeldte mig Sandbox, var det med håbet om at blive klogere på mig selv, mine kompetencer og specielt hvordan disse kunne blive bragt i spil i fremtidige jobs. Igennem de mange forskellige øvelser i forløbet blev jeg helt klart mere bevidst om hvad jeg kan rent fagligt, men jeg fik også et bedre indblik i mine personlige kompetencer, hvilket har været meget lærerigt.
Jeg håbede at få større afklaring omkring min egen faglige kompetence Det blev ikke indfriet, men det var jo egentlig mest fordi, jeg totalt havde misforstået konceptet med SANDBOX Jeg fik tilgængæld så utroligt meget mere ud af det
Blive klogere på mig selv, hvad jeg kan og hvad jeg vil. Det er blevet indfriet, det har været nogle gode øvelser.
Jeg forventede at få hjælp til styrkelse af CV og ansøgning og jobsøgningsprocessen. Mine forventninger blev indfriet og jeg synes jeg er blevet meget klogere på det hele.
Jeg vidste ikke hvad indholdet ville være, men kombinationen af at det var gratis (betalt af AU) og videoerne med de mange gode udtalelser fra medkursister øgede mine forventninger. Indtil videre er forventningerne mere end indfriet, fordi alt indhold indtil videre har været meningsfuldt og fået mig fremad i processen.
At blive mere klar på hvad jeg skal efter kandidaten. Jeg er blevet mere klar, men har ikke konkrete planer om arbejdssted.
Jeg havde forventet at blive mere afklaret omkring, hvad jeg ville efter universitetet, og hvad jeg mere konkret skulle gå efter jobmæssigt. Jeg fik helt klart mine forventninger indfriet.
Mine forventninger til kurset var at blive mere afklaret omkring mine ønsker til et fremtidigt job og hvorledes jeg kan sætte mine kompetencer i spil i et kommende job. Mine forventninger er i den grad indfriet.
Jeg havde en forventning om at blive klogere på, hvad det er jeg kan og hvad mine muligheder er, når jeg er færdig som kandidat. Ja, de blev indfriet. Martabolettes måde at være på; positiv og engageret på smittede af og jeg kastede mig ud i øvelserne med stort gåpåmod.
At blive mere klar over retning i karrieren efter specialet
Bedre afklaring omkring hvad jeg kan og vil, samt konkrete værktøjer til brug i forbindelse med jobsøgning.
Jeg havde først tænkt, at et e-kursus ville være meget upersonligt, men til gengæld fleksibelt. Det viste sig at være fleksibelt, men på ingen måde upersonligt. På trods af at vi er så mange studerende der har gennemgået Sandbox, tror jeg at Martabolette kender os bedre end vi selv gør
Jeg havde en forventning om at blive klogere på mig selv og blive mere afklaret om nogle af de valg jeg står over for som kommende dimitend. De er blevet indfriet og dette er sket gennem de øvelser som jeg har deltaget aktivt i.
At blive bedre forberedt til arbejdsmarkedet, og på hvad jeg gerne vil karrieremæssigt.
Jeg havde en forventning om, at jeg skulle blive mere afklaret ifht jobsøgning og hvad jeg gerne vil arbejde med. Mine forventninger blev indfriet, da jeg via øvelserne blev meget mere sikker på min vej videre efter specialet. Flere af øvelserne hjalp med at kvalificere de ideer jeg allerede havde, og Martabolettes coaching satte yderligere skub i min proces.
Mine forventninger var at blive bedre til at skrive ansøgninger og cv - hvilket jeg bestemt mener er blevet indfriet med sandbox.
Jeg havde ikke så mange forventninger. Jeg meldte mig til, fordi jeg havde hørt godt om det fra tidligere studerende, så jeg forventede selvfølgelig at det var godt, men ikke yderligere forventninger end det. Og ja - de blev indfriet. Martabolette har hjulpet mig med en ansøgning og mit CV, og var der med det samme jeg bad om hjælp.
Jeg havde ikke de store forventninger, idet jeg selv synes jeg havde gjort meget for at komme i spil på arbejdsmarkedet. Jeg har virkelig fået mange gode værktøjer og idéer med mig- så for mig har kurset været over al forventning.

<b>Spørgsmål 2: Hvad er din overordnede oplevelse af Sandbox? (uddyb gerne)</b>
Meget kompetent og individuelt tilrettelagt
Meget god. Det er personligt, særligt med feedback, og fleksibelt.
God oplevelse. Jeg lærte meget om mig selv og fik endelig lidt mere styr på hvad det er jeg ønsker og hvad det er der er vigtigt for mig
Kanon! Martaboletta er vildt cool og dygtig!
Rigtig godt. Dejligt med en fleksibel ramme og Marta er en enormt dygtig coach, som formår at være personlig tiltrods for digital afstand
Jeg har været rigtig glad for at deltage i Sandbox og synes at øvelserne har været rigtig gode og brugbare. Tiden vi har fået til at løse opgaverne har også været passende og det har således ikke været et uoverskueligt projekt at skulle igennem, hvilket er noget jeg sætter pris på, eftersom jeg ved siden af Sandbox forløbet har skrevet mit Speciale.
Jeg er virkelig positivt overrasket. Jeg er blevet meget mere afklaret med, at det er okay at følge mine drømme - og at mærke efter hvad mine drømme er og turde sigte efter dem
Rigtig god, vil anbefale det til andre.
Jeg synes det har været en rigtig god oplevelse som har gjort mig mere parat til at skulle søge job, og gjort mig klogere på hvad jeg selv kan gøre.
Har ikke noget negativt at sige, det har virkelig været positivt på alle parametre.
God. Meget personligt og det er vigtigt da jeg har fulgt et andet lignende forløb tidligere som ikke var personligt overhovedet.
Jeg har haft en rigtig god oplevelse, hvor jeg virkelig føler, at der bliver lyttet til en. Martabolette er meget engageret, og det har været virkelig fedt at opleve hendes energi, samt at få kendskab til hendes værktøjer.
Det er et struktureret forløb, hvor man får mange forskellige indgangsvinkler og redskaber til at arbejde med kompetenceafklaring og sætte nye mål.
At det en transformerende proces, hvor man får lov til at arbejde ærligt og konstruktivt med at se sig selv på en helt ny måde. At ens selvtillid i forhold til at søge arbejde vokser, fordi der kun er fokus på alle ens styrkesider.
Det har været en god proces
God. Martabolette er enormt god til at følge op, være grundig og konkret i sin respons og give konstruktiv feedback.
En rigtig god oplevelse, som jeg gerne ville have brugt endnu mere tid på, men da det ligger under specialeskrivning, har det til tider været presset at gennemføre øvelserne til tiden og gøre det 100% ordenligt.
Rigtig god. Jeg er meget tilfreds og har kun haft meget positive oplevelser med alle øvelser, Marthabolette og de øvrige deltagere.
Rigtig god! Jeg føler virkelig, at jeg har fået nogle værktøjer med i bagagen og en målrettethed, som jeg ikke har oplevet før.
Det var en positiv atmosfære i Sandbox. Specielt Martabolettes gode tilgang til coaching synes jeg smittede af på deltagerne.
Super spændende, super lærerigt, giver både meget personligt og fagligt. styrker troen på egen kunnen og giver ressourcer vil at handle på drømme.
En stor hjælp. Nogle af øvelserne var lidt mere "fluffy" end hvad jeg er vant til, eksempelvis dreamboardet. Jeg forstår tanken bag, men det var lidt "blødt" at sidde i min stue og farvelægge en tegning - dog ikke sagt at det skal tages fra :-)
Et struktureret kursus med en engageret, dygtig og dedikeret underviser.

<b>Spørgsmål 3: Hvad har været det bedste ved at deltage i Sandbox for dig? (nævn gerne 3 ting)</b>
Personlig coaching Personprofil Motivation til fremtidig jobsøgning
1. Personlig feedback 2. Personlig samtale med gode råd 3. At lære meget om sig selv og sin profil
1. afklaring af profil 2. afklaring af mine ønsker for fremtiden
Jeg har fået begrebsafklaret mine kompetencer Styrket troen til at gå ud Fået konkrete og brugbare råd til mit CV
1) Alt den fantastiske, omhyggelige og brugbare feedback vi har fået af Martabolette. Det har givet blod på tanden ift. at kunne gå videre med ens ønsker for fremtiden. 2) At Sandbox ikke kun er hjælp til CV og ansøgning, men mere omfattende, idet at forløbet også tager højde for personlige kompetencer og giver én redskaber til, hvordan man kan nå sine mål/ønsker. 3) At det har været i samspil med andre. Det at vi har kunne "se" hindanden i Facebookgruppen, har gjort forløbet mere konkret og det har været spændende også at opleve andres tilgang til materialet i øvelserne. Jeg tror ikke, at det havde været den samme oplevelse, hvis vi blot havde fået tilsendt materialet på mail, uden at have nogen at kunne dele det med.
-Afklaring -Øjenåbner for mine muligheder -
Personlighedsprofil, konkrete øvelser man kan bruge senere, coaching.
Jeg er blevet presset til at gøre noget jeg ellers ikke ville få gjort. Jeg har fået feedback på CV og ansøgning. Jeg har fået værktøjer som kan hjælpe mig selv til at være mere aktiv i sin jobsøgning
Det bedste har nok været: 1) den personlige coaching 2) de produkter som er kommet ud af modulerne (personprofilen, dreamboardet osv.) 3) at vi var i en fælles gruppe og kunne følge med i hinandens ting på den måde.
At blive bevidst om egne præferencer gennem personprofilen. Martabolettes personlige tilbagemeldinger. Alt det brugbare materiale man har fået adgang til.
Helt konkret er jeg glad for, at jeg har fået en værktøjskasse, som jeg benytte på hendes hjemmesiden. Derudover er jeg glad for, at jeg har haft mulighed for personlig coaching og har fået en personlig anbefaling fra Martabolette, som jeg kan bruge videre i min jobsøgning.
At Martabolette er den formidler og det menneske hun er. Man er i trygge og kompetente hænder, hvilket giver frihed til at afprøve nye tankebaner og overvejelser. At jeg har fået øjnene op for mine særlige kompetencer og unikke profil. Lærerrigt at læse medkursisters svar.
Det har været givende, inspirerende og en meget positiv bekræftelse på, at man kan få ting til at ske, hvis man har den rette tilgang. og en god påmindelse at hvor der er en dør, der lukker, så er der en anden, som åbner sig.
At skabe et overblik over hvilke kompetencer jeg har og hvad der driver mig som person
- Indfrie forventninger - Rum til at man ikke lige når deadline fordi specialet tager tid - Mulighed for personlig feedback
Personlig udvikling i den forstand, at jeg er blevet skubbet ud på dybt vand. Både af mig selv og Martabolette, at jeg er begyndt at turde gøre nogle ting, tage kontakt til folk.
Øvelserne hvor man rent praktisk skulle gøre noget Coachingen ved Marthabolette Reflektion over egne styrker + arbejde med dem
1. At blive afklaret med hvad jeg gerne vil - eller hvad jeg skal sigte efter. 2. Følelsen af, at det er okay at være kræsen. Min største frygt var at få et job, som jeg egentligt ikke kunne lide. 3. Den hjælp, som jeg manglede ift. at sætte ansøgninger, CV osv. op, og hvad jeg skulle skrive i dem. Jeg føler mig godt klædt på til efter specialet nu.
1. Dreamboard-øvelsen. 2. Individuel coaching. 3. Coaching over internettet. 4. Anbefaling fra Martabolette
Det hele, men særligt læren om egne styrker og læren om vigtige aspekter i en god ansøgning og cv
Martabolette feedback. Meget konstruktivt og meget hjælpende!!! Hjælp til ansøgning og CV, så jeg nu føler mig klar til at søge arbejde. Strukturen.
Fleksibiliteten i kurset, værktøjer til at arbejde videre, coaching

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

Personlige kompetencer Blevet bedre i stand til at søge det rette job og beskrive egne stærke sider

Min personlighedsprofil, den har givet mig forklaring på hvorfor jeg gør som jeg gør, og hvad der motiverer mig.

Hvordan jeg skal prioritere mine mange forskellige ønsker til min karriere og hvordan de kan kombineres

^^

Troen på og viden om, hvordan viden fra universitet sagtens kan overføres direkte til en kommende stilling, til trods for, at man ikke har flere års erfaring inden for erhvervslivet - så har man mange års erfaring som studerende, hvilket er lige så vigtigt.

Igennem den personlighedstest vi fik lavet i begyndelsen af forløbet er jeg blevet mere opmærksom på hvor mine styrker er og således hvilke kompetencer, specielt personlige, jeg med større succes kan anvende for at stå stærkere i eks. et fremtidigt job. Derudover synes jeg også, at de øvelser vi har lavet, har givet mig en ny viden om, hvad jeg kan specielt ift. at kunne identificere mine styrker og således være mere bevidst om hvor og hvordan jeg kan bringe mig selv i spil.

Jeg er blevet så meget mere afklaret med, hvad der driver mig og hvad jeg kan gøre for at få opfyldt mine drømme

Resultater fra personlighedsprofil. Tror mere på at jeg kan nogle særlige ting.

Jeg er blevet klogere på hvordan jeg kan prøve at beskrive mig selv som værdiskabende for en potentiel arbejdsgiver. Det har betydet at jeg har fået lavet en ansøgning som jeg synes giver mening. Jeg har fået mod på at være mere opsigende i forhold til jobmuligheder. Det betyder at jeg nu kan lægge en plan for hvordan jeg kan sætte mig selv i spil.

Personprofilen, og ikke mindst Martabolettes uddybende, detaljerede kommentarer til denne, ramte meget præcist ift. hvad den prøvede at beskrive. Eksempelvis at jeg åbenbart er produktorienteret, hvilket jeg tænker meget mere over nu.

Hvad jeg skal gøre for at komme videre til et nyt job. Min personprofil som MB tager udgangspunkt i.

Jeg er blevet afklaret omkring, hvad jeg gerne vil arbejde med, og hvad der giver mig energi og motivation i et arbejde. Jeg har fået lavet et meget bedre CV, som jeg håber kan stille mig bedre i en ansøgningsproces og konkret kendskab til en god ansøgnings opbygning.

Indsigten i mine personlige kompetencer, medfører at jeg har fået et andet syn på mine evner og muligheder, hvilket ansporer mig til at turde at kigge i nye retning karrieremæssigt, men også med hensyn til personlig udvikling.

Jeg er blevet klogere på, hvad jeg kan og hvordan jeg skal bruge det i fremtidig jobsøgning.

Personprofilen var rigtig god da man får klarhed om hvad der driver én

Afklaring af hvad jeg er optaget af og ønsker at arbejde med/inden for.

CV, ansøgning ift. hvad jeg skal lægge vægt på. Men også indsamle viden om det fag, jeg gerne vil ud og arbejde med

Jeg har fået ny viden om mine styrker, min personlighedsprofil og også hvor nogle af de steder jeg ikke er så stærk ligger. Denne viden har konkret bidraget til at jeg er blevet mere skarp på hvad jeg er rigtig god til og hvad jeg ønsker at gå mere i retningen af ved jobsøgning.

Jeg har fået ny indsigt i mine kompetencer og kvalifikationer, og hvad jeg skal gå målrettet efter. Det har hjulpet mig til at kunne se mig selv udefra og faktisk give mig selv konstruktiv feedback.

Jeg har fået ny viden, om hvordan jeg kommer videre; hvad er det næste, bedste skridt.

på ovenstående - hjulpet mig til at blive klar over hvor jeg skal investere min energi og hvordan jeg kan komme i kontakt med arbejdsmarkedet på bedst vis.

Mit CV har jeg fået hjælp til, og synes det står skarpt nu.

CV, jobansøgning, hvordan jeg kommer i spil og min profil. Stor betydning- nu kan jeg målrette alt mere efter, hvad jeg ønsker og ikke gå på kompromis.

**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)**

Personprofil og øvrige opgaver undervejs

At få sat ord på dem har hjulpet mig meget.

Jeg er blevet mere bevidst om mine kompetencer, og vil dermed kunne målrette min jobsøgning specifikt efter dette.

Det har haft betydning at kursuset har faciliteret forskellige øvelser - bl.a. det at fremhæve egne succes historier og få andres perspektiver på ens kompetencer. Det jeg selv ser som min styrke, genkendes også af andre.

I gennem Sandbox er jeg blevet mere afklaret med mine kompetencer. Jeg synes det er vigtigt at understrege, at Sandbox giver én et større indblik i både ens faglige, men også personlige kompetencer. Man arbejder i høj grad også med hvem man er som person og det synes jeg styrker grundlaget for ens faglige kompetencer, da en bedre indsigt i hvem man er som person kan ændre måden hvorpå man tænker om sine faglige og professionelle kompetencer. Ift. hvad jeg skal satse på karrieremæssigt, så har jeg rigtig mange drømme og ønsker for fremtiden. Her synes jeg, at Sandbox har været god til at hjælpe mig med at visualisere disse og dermed gjort mig mere klar over, i hvilke retninger jeg kan gå.

I stor grad! Mine faglige kompetencer har der ikke rigtig været fokus på, men tilgængæld er jeg karrieremæssigt meget mere afklaret

Jeg er blevet klogere på mig selv og kompetencer, men det har ikke påvirket mine kommende planer.

Sandbox har gjort at jeg har arbejdet aktivt med hvad jeg selv kan gøre. Det har tvunget mig til at forholde mig til hvad jeg gerne vil og lave øvelser som jeg ellers ikke ville have lavet. Alt i alt har jeg fået skabt færdige produkter (CV og ansøgning) som jeg ellers ville være gået i stå med. Det har været godt for mig at der har været nogle i den anden ende som man skulle "aflevere" noget til. Det forpligter og det har hjulpet mig meget, så mit produkt er blevet færdigt og jeg har fået et bedre resultat fordi jeg har fået feedback.

Personprofilen har styret mig i retning af nogen generelle fællesnævner ved jobs, jeg vil gå efter. Dreamboardet har givet mig overblik. Den personlige coaching konkretiserede en plan.

Ved at man bliver tvunget til at tænke over hvad man kan og hvad man vil. Personprofilen er brugbar.

Jeg synes det var rigtig brugbart at lave en estimate personprofil, da jeg fik sat en masse ord på mine kompetencer, som jeg normalt ikke tænker over. Det var ligeledes brugbart at spørge personer i mit netværk, hvad de synes var mine primære kompetencer, det har gjort mig mere bevidst omkring dem og bekræftet mig i dem.

At jeg har en ganske særlig profil, evner og kompetencer, som jeg skal turde at tilbyde den rette organisation/virksomhed, da dette kan blive til gensidig glæde og gavn. Før kurset så jeg mig selv i jobs meget lig mine tidligere lærerjobs, hvor jeg nu har et meget mere bredt perspektiv på hvilke jobs jeg vil kunne trives i og byde ind med noget.

Modellen med farver, hvor man får ens personlighed delt ind i fire grupper, er en meget konkret og tilgængelig model, som tydeligt viser, hvad jeg er god til. Dden vil jeg tage med mig videre, når jeg skal søge job og når jeg skal overveje jobmuligheder.

At jeg blev skubbet til at tage stilling til hvad jeg virkelig ville, og hjælp til hvordan jeg når derhen

Har fået feedback på, hvordan jeg mere konkret og målrettet kan beskrive mine kompetencer i jobsøgningen.

Især modulet med Dreamboard kunne afklare nogle ting, og det var fedt at få tankerne ud af hovedet og ned på papir

Jeg har konkret skulle opstille nogle scenarier hvor jeg har været nødt til at reflektere over mine kompetencer. Det har været rigtig godt, da jeg som en ydmyg person tidligere har haft svært ved at sætte ord på disse ting. Det har øvelserne på Sandbox hjulpet mig med at formulere og det har også gjort mig mere skarp og givet mig en retning på hvad jeg skal satse på karrieremæssigt.

Jeg synes, der har været godt balance mellem at tænke og fundere selv, hjælp fra makker og individuel hjælp fra Marthabolette!

I en live-coaching var der fokus på CV- og hvordan man kan uddybe sine kompetencer. Det var meget nyttigt. Plus, jeg fik et par kontakter, som jeg kan gå videre med.

Hjulpet mig med at forstå mine styrker og hvor jeg får mest energi.

Ift personlighedspeofilen - jeg blev hvertfald bekræftet i, hvem jeg er

Ved at skabe klarhed overfor mig selv om, hvilke ønsker og drømme jeg har, og hvordan de matcher mig som menneske.

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

Klarhed over hvilke kompetencer jeg har personligt og fagligt

At få udvidet og indskrænket dem har hjulpet meget.

mere afklaring

For mig har det mest handlet om troen på, at man som nyuddannet allerede har en masse at byde på

Sandbox har lært mig, at jeg ikke skal være bange for at gå efter det jeg drømmer om, og selvom jeg endnu ikke er helt afklaret med hvordan mine karrieremæssige muligheder ser ud, så er jeg ikke bange for, at kaste mig ud i det!

I nogen grad

At man skal være rigtig god til at kontakte mulige arbejdsgivere, være god til at bruge netværk. Fokusere på sine personlige kompetencer lige så meget som sine faglige kompetencer.

Jeg synes det var godt at få lavet en personlighedsprofil. Det gav faktisk rigtig god mening. Jeg tror jeg var meget klar over hvad jeg gerne ville med min uddannelse, men sandbox har alligevel gjort det nemmere for mig at se hvordan jeg kan nå derhen, og skulle jeg finde ud af at jeg vil noget andet, så synes jeg også sandbox har hjulpet mig med at se hvordan jeg så kan arbejde for det! Øvelserne er nogle jeg tror jeg kommer til at gentage når jeg er færdig med uddannelse, for at kunne søge i andre retninger hvis mit "drømmejob" ikke lige kommer.

Den personlige coaching har givet mig et overblik, og det har været godt, efter hvert "afleveret produkt" uge for uge, at få MB's kommentarer, som også har bidraget til at nuancere hvilke muligheder jeg har, som ville passe mig godt.

MB er god til at se mulighederne og hjælpe med at give råd og vejledning.

Jeg er blevet mere bevist omkring, at jeg gerne vil arbejde med udvikling og forandring, hvor mennesket er i fokus. Det gør det lettere at målrette min jobsøgning.

Se ovenstående spg.

Forløbet har været med til at afklare og tydeliggøre nogle af mine kvaliteter, som hjælper mig med at se muligheder fremfor begrænsninger.

Ikke så meget ny viden på dette område for mig. Havde et rimeligt billede af, hvilke muligheder jeg har, men havde mere brug for at finde ud af hvad jeg så vil.

Ved at overveje, hvordan jeg kan blive klogere på mit fag og interessefelt, og hvordan jeg tilgår mennesker der sidder med den viden (f.eks. mennesker i virksomheder som jeg ikke nødvendigvis kender)

Jeg har under udarbejdelsen af mit dreamboard selv fået reflekteret over nogle af de ting jeg drømmer om. På den måde er jeg gået mere i retningen af de ting efterfølgende, fordi det er blevet tydeligere for mig, hvad det egentlig er jeg gerne vil.

Det har været en alternativ måde at arbejde med sig selv på. Det har på mange måder været grænseoverskridende, men utroligt lærerigt! Jeg kan godt lide, at der bliver skubbet til mine grænser, når det er for at forbedre mig!

Jeg har fået udvidet feltet af jobs, jeg gerne vil gå efter.

På samme måde.

Ud fra personlighedsprofilen ved jeg mere om hvilke stillinger jeg skal gå efter

Ved at skabe et overblik og give mig værktøjer til at målrette mine drømme ude i praksis

**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)**

Ved hvilken type job jeg passer godt til og det til mig Hvad det er jeg brænder mest for

Givet mig meget større motivation til at forfølge mine mål

Den personlige kontakt med Martabolette har især haft betydning. Jeg har tidligere haft en tro på, at jeg i de første jobs måtte være udmyg og derigennem opbygge de rette kompetencer for at kunne få mine drømme job. Igennem dialog med Martabolette, har jeg erkendt, at det nødvendigvis ikke er nødvendigt, jeg har allerede en masse erfaring og kompetencer.

Jeg er blevet 'tvunget' (på den bedste måde) til at tænke over min fremtidige karriere og det bedste ved det var, at selvom ens drømme og ønsker i ens eget hoved kan virke alt for uopnåelige, så har den processen i at få artikulere disse drømme været en utrolig fed kickstarter for, hvad faktisk kan lade sig gøre. Vi blev opfordret til at drømme stort og det lærte mig, at det jeg karrieremæssigt går og drømmer om, måske ikke er så uopnåeligt endda. Det har givet mig blod på tanden ift. at turde at gå efter det jeg ønsker for min fremtidige karriere og det er utrolig dejlig indstilling at have.

I meget stor grad! Særligt den personlige coaching og "afslutningsreceptionen" med input fra tidligere deltagere

Ikke så meget, men har fået nogle rigtig gode redskaber til nogle processer, jeg helt sikkert kan komme i senere.

Det har styrket mig rigtig meget. Især fordi jeg kan være mere forpligtende over andre end overfor mig selv, og derfor er jeg blevet bedre til at handle ved at have været igennem denne her proces.

MB er god til at konkretisere, hvor jeg oftere spekulerer/tænker. Og det smitter jo af, hvilket er positivt.

Jeg ved mere om hvordan jeg kan komme videre efter endt uddannelse.

Jeg er gået der fra med god energi og tro på karrieremuligheden - det har været positivt.

Jeg har fået strategier og er blevet bevidst om nye muligheder, og har herved fået fornyet blod på tanden : )

Igen, Martabolettes positive tilgang og tro på, at det skal lykkes for os alle sammen er faktisk meget medvirkende. Derudover er de meget konkrete værktøjer med til at hjælpe og lette den proces, der ligger foran mig med til at give mig mod på at komme i gang efter at mit speciale er afleveret.

At man aldrig ved hvordan det ender før man prøver

Bare det at sidde og arbejde med øvelser vedr. drømme og jobsøgning har givet mere motivation for jobsøgningen.

En af Martabolettes budskaber har været "du ved det ikke hvis du ikke har prøvet det". Og det mantra har givet mig mod til at prøve nogle ting af, og ikke være bange for at fejle

Først og fremmest opbakning fra de andre deltagere og selvfølgelig opbakning fra Martabolette. Derudover har øvelserne bidraget til at vi skulle reflektere over hvad vi har ønsket at gå efter, og det har gjort at jeg også har fået arbejdet med det.

Jeg føler, at jeg er blevet mere konkret og målrettet ift. at opsøge virksomheder for at stille spørgsmålet og få feedback professionelt. Det har givet et større gåpåmod og en selvsikkerhed, føler jeg.

Jeg er blevet mere opmærksom på mit udgangspunkt, og hvordan jeg kan bruge mine kompetencer.

Ved martabolettes fantastiske sparring og opgaverne.

God og konstruktiv feedback fra martabolette som giver selvtillidsboost

De nye redskaber/værktøjer har medført at jeg ikke er "gået ind i en mur" mere. Jeg har nu kendskab til handlinger der kan få mig videre.

**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?)**

Klar over hvilke job jeg skal søge og ikke mindst hvilke job jeg ikke skal nøjes med

X

At tro mere på mig selv og søge stillinger selv om jeg ikke opfylder alle kriterier

Jeg vil være mere proaktiv og mindre ydmyg. Jeg vil være bedre i stand til at argumentere for de kompetencer jeg har, og hvordan jeg har brugt dem tidligere.

Først og fremmest har jeg fået en del mere selvtillid når det kommer til jobsøgning og jeg vil i fremtiden ikke holde mig tilbage fra at søge jobs der eksempelvis ikke passer 100% på min fagkombination. Jeg tror i ligeså høj grad, at de personlige kompetencer kan være en afgørende faktor og det er jeg blevet mere bevidst om at bringe i spil.

Have mere fokus på personlige kompetencer. Tage mere kontakt til folk, bruge netværk.

Jeg har søgt to jobs, som jeg ellers ikke ville have fået søgt fordi processen ville have været meget usikker og jeg ville give op. Derudover har jeg fået et frivilligt arbejde som er meget meningsfuldt for mig, og det ville jeg heller ikke have fået søgt hvis jeg ikke havde fået hjælp gennem sandbox.

At være mere konkret, og "bare tage kontakt" istedet for at det ikke bliver til noget. Er jeg blevet mere bevidst om.

Jeg vil bruge mit netværk og tænke ud af boksen.

Det er svært at sige, jeg har ændret mit CV, hvilket jeg måske ikke havde gjort med det samme, hvis ikke jeg havde været på Sandbox.

Der er helt sikkert noget jeg vil gøre anderledes. Jeg vil dyrke de sider af mig selv, som kurset har gjort mig bevidst om. Fx nysgerrigheden og lysten til at udvikle og skabe.

Coaching-sessionen med Martabolette var med til at sparke mine tanker i gang om, hvilke muligheder der findes og hvordan jeg kan gribe dem an.

Især det at tage kontakt til relevante personer på f.eks. LinkedIn er jeg blevet bedre til. Men også at ringe til en potentiel arbejdsgiver og stille konkrete spørgsmål, selvom det er grænseoverskridende

Jeg er begyndt at arbejde mere med mine styrker. Jeg er blevet bedre til at fokusere på det jeg er god til og bruge meget mindre energi på det, hvor jeg ikke selv føler mine styrker og energi ligger. Jeg er blevet bedre til at turde ringe og kontakte folk og sige hvad det er jeg har brug for hjælp til, for at kunne blive mere afklaret.

Det samme som punkt 7. Jeg er blevet bedre til at opsøge virksomheder professionelt, hvor jeg gerne vil arbejde. Jeg ved mere eller mindre nu, hvad jeg skal spørge om, og hvordan jeg skal bruge det til min fordel.

Jeg vil være bedre til at gribe muligheder og sætte mig selv i spil. Martabolettes coaching har gjort det klart for mig, at det er vigtigt, at jeg er aktiv i min jobsøgning via uofficielle kanaler.

Blivet mere skarp på at beskrive mine styrke - og overføre min faglige viden til praktiske ressourcer.

Jeg vil målrette mine ansøgninger mere, bruge mit netværk og blive ved med at kæmpe



**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)**

Betydeligt forøget

Den gør det nemmere ift at være målfokuseret og struktureret, og hjælper med at fremhæve mine styrker

Det gør, at jeg føler, at jeg står mere sikkert med en større tro på mig selv, når jobsøgningsprocessen for alvor sættes i gang i juli

Det er selvfølgelig svært at sige, idet jobmarkedet er meget svingende, men jeg tror at jeg med min nye viden ultimativt vil stå stærkere og mere skarpt, således at jeg kan skille mig ud blandt andre ansøgere og i sidste ende vil have større chancer for komme i betragtning til jobbet.

Jeg ved ikke, hvor meget større mine chancer er blevet - men jeg er tilgængelig så meget mere afklaret med at det er okay at satse stort og gå efter, hvad jeg virkelig vil

Har styr på planerne i nærmeste fremtid, så deltagelsen har ikke ændret på noget. Men det kan være godt til senere.

Jeg tror det har gjort at jeg kommer til at være meget mere aktiv og at en evt. ledighedsperiode kommer til at være meget mere meningsfuld i forhold til at gøre noget for at komme i job.

Det er helt sikkert positivt! Det påvirker først og fremmest selvsikkerheden om hvad jeg vil gå efter, og det kan jo mærkes i en jobsamtale, er jeg overbevist om.

De er forbedrede håber jeg. Jeg er mere bevidst om egne kompetencer

Jeg håber, at det giver mig gode muligheder og større bevidsthed omkring mig selv, mine ønsker og kompetencer.

Tænker det har udvidet mine muligheder for at komme i relevant og meningsfuld beskæftigelse.

Det ved jeg ikke. Jeg håber da, at de er øget. Uanset så føler jeg, at jeg har fået et værktøj til at gå i gang med en opgave, som jeg ellers ikke havde en ide om, hvordan jeg skulle gå i gang med.

Mere specifik jobsøgning, og bedre jobansøgninger da jeg er fået bedre sprog for hvad jeg har af kompetencer.

Jeg får gjort mere opmærksom på mig selv til f.eks. jobsøgning og ved at netværke mere, hvilket forhåbentlig bidrager til en øget chance for job tidligere

Jeg tror mine muligheder er blevet bedre. Jeg er helt klart selv blevet meget mere afklaret og det er også blevet tydeligere for mig, hvad det er jeg skal gå efter (eller i retningen af). Jeg er også blevet bedre til at sætte ord på mine kompetencer og hvad jeg kan bidrage med.

Det er selvfølgelig usikkert, men ift. hvad mine studiekammerater, som ikke har deltaget i kurset, virker det som om, at jeg er bedre klædt på!

Jeg er meget mere afklaret med hvad jeg vil opnå, og har også en forståelse af hvad jeg faktisk kan bidrage med.

Igen - samme som ovenstående.

Jeg håber virkelig på, at jeg finder mit drømmejob.

<b>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)?</b>
Er tilfreds
Intet. Super super godt forløb
At jeg havde taget kurset på 9. semester og ikke 10. semester, hvor jeg skriver speciale - mest pga. tiden. Derved kunne jeg mere roligt begynde jobsøgningen, tage kontakt til virksomheder og rette CV til - og derved være endnu mere beredt til når jeg er færdig til juni
Måske en enkelt øvelse mere hvor man sparre med den partner man bliver sat sammen med. Jeg synes det fungerede godt at kunne dele ens svar med en anden fra gruppen og synes det var fedt at vi var blevet sat sammen med én der havde nogenlunde samme svar i personlighedstesten. På den måde vidste man, at ens sparringspartner sandsynligvis havde samme indgangsvinkel til materialet og det var således sjovt at sammenligne svar og man kunne i højere grad sætte sig ind i den anden persons situation.
Ikke noget, tror jeg.
Jeg synes faktisk det har været rigtig godt. Jeg har selv brugt mere end 1/2-1 time om ugen på det. For mig har øvelserne fyldt meget i baghovedet, især fordi nogle af dem har været meget grænseoverskridende for mig. Jeg ved ikke hvad jeg synes skulle være anderledes, for jeg synes det har været godt og jeg har fået meget ud af det. Jeg kunne godt have forestillet mig at have haft gavn af kurset tidligere på studiet i forhold til job/studiejob efter bacheloren.
Jeg synes motivationskortet var svært at sidde med selv. Også selvom der var en livestream, hvor andre fik det udfyldt. Der kunne man måske tydeliggøre, at det er en god idé at tage det med til den personlige coaching, ellers kan nogen mennesker måske falde fra ved dét værktøj. Jeg følte ihvertfald at den gav lidt mindre mening for mig end de andre, da jeg sad med den, men det var før den personlige coaching. Den plan som kom ud af den personlige coaching var til gengæld rigtig god!
Det er alt for presset at deltage i samtidig med speciale skrivning. Ville gerne have prioriteret det højere. Manglende tid.
Jeg har haft travlt med at skrive speciale samtidig, så det har været lidt svært at finde tid til fordybelsen i opgaverne.
Der er intet i forløbet jeg kunne ønske mig anderledes. Det er et meget fint, struktureret og appetitvækkende forløb. Tak for det : )
At det ikke havde været placeret så tæt på min afleveringsfrist for speciale.
At jeg havde valgt at tage kurset før mit speciale og ikke midt i.
Forløbet kunne med fordel have lagt i efteråret (3. semester), men jeg kan godt se det smarte i, at jo mere frisk man har det tillærte i erindringen, jo nemmere bliver det at anvende ifm. jobsøgningen.
Jeg har brugt så meget tid på forløbet som muligt, men jeg føler at jeg har fået det ud af det jeg gerne ville. Hvis jeg havde haft mere tid (udover mit speciale som tager al min tid) så havde jeg arbejdet måske endnu mere på nogle produkter og brugt mere tid på jobsøgning undervejs. Men det har jeg ikke haft tid og mulighed for. Jeg er meget tilfreds med min egen deltagelse.
Jeg synes, det har været rigtig lærerigt og spændende at være med! Martabolette har været en skøn coach og hjælp!! Det eneste lille ting, som jeg lige vil nævne, er, at de sidste forløb blev en lille smule forvirrende. Jeg var lidt i tvivl om vi skulle uploade noget eller ej ligesom de resterende moduler, og hvornår tidsfristen var. Det var lidt som om, at der var flere små moduler inde i hinanden, så måske en lidt bedre oversigt eller afklaring, når modulet starter 😊
Hvis der skulle have været noget som var anderledes, så ville jeg ønske, at hele gruppen kunne mødes et par gange undervejs i forløbet.
Ikke andet, end at jeg ville ønske, at jeg havde taget det på et tidligere semester, da det er svært at finde tid til under specialeskrivning.