



ACTcursus
www.actcursus.nl

EVALUATIE CURSUS ACT.

Ik stel het zeer op prijs om te weten wat je van de cursus gevonden hebt. Uiteraard kun je de evaluatie anoniem invullen.

1. Wat vond je van de vervolgcursus Acceptance and Commitment Therapy als geheel? Welk cijfer geef je deze cursus?
 - 8. Ik vond het intensief en helpend
 - 8.
 - 8.
 - 8. Fijn om er samen mee te stoeien en te zien hoe het (anders) kan. De video analyseren vond ik zeer leerzaam. En de discussies erom heen inzichtgevend.
 - Hele fijne aanvulling; veel praktischer waardoor het kwartje valt; nu beter idee van hoe het toe te passen.
 - 8,5. Paste goed bij mijn ontwikkelfase, hoewel ook in de fase van de komende 10 jaar
 - 9. Ik heb het idee een hele stap verder te zijn gekomen als therapeut. Fijn is dat het aansluit bij de fase waarin de cursisten zijn. Jacqueline, je bent een goed model van een ACT therapeut tijdens het geven van de cursus.

2. Was er voldoende tijd en ruimte om te oefenen?
 - Jazeker, met name op dag 2.
 - Ik vond de tweede dag heel leuk en leerzaam, fijn om veel te oefenen. De eerste dag was wel nuttig met de theorie, maar vond ik minder inspirerend. Als geheel komt het wel mooi bij elkaar.
 - Ja, vooral de 2^e lesdag. Ik vond het ook prettig om een aantal keer in de gehele groep te oefenen en zo vanuit meerdere invalshoeken input te krijgen.
 - Ja, juist dat is wat ik graag wilde.
 - Jazeker. Ook voldoende afwisseling in in duo's en klassikaal oefenen.
 - Absoluut
 - Ja
 - Er was veel gelegenheid om te oefenen in verschillende werkvormen

3. Kwam de theorie voldoende aan bod?
 - Ja, de extra formulieren van de mail waren ook helpend
 - Ja. Ik vond de film op dag 1 erg verhelderen en interessant. Ik had nog wel een film op deze manier willen bespreken.
 - Jazeker en m.n. de verbinding met de praktijk!

- Denk ik. Ik weet niet wat ik gemist heb natuurlijk 😊 . Enthousiast om verder in te verdiepen.
- Ja, boek/literatuur sloot mooi aan.
- Een prettige koppeling tussen de theorie en de praktijk
- Fijn was dat de inhoud werd afgestemd op de cursisten. Ik ben van plan de cursus over een langere tijd opnieuw te doen omdat ik dan weer andere leerpunten/onderdelen eruit haal

4. Wat vond je van de literatuur?

- Persoonlijk vond ik het boek wat taai. Het boek van de beginnerscursus vond ik prettiger lezen. Maar het boek was wel helpend. Ik denk dat ik hem nogmaals moet lezen en er dan meer tijd voor moet nemen.
- Nuttig, gaf inzichten, maar vond het wel wat droog en theoretisch. ACT in de praktijk vond ik veel leuker om te lezen.
- Boek was goed te lezen, evenals de vooraf gestuurde info.
- Goed!
- Interessant!
- Prettig boekje
- Zeer toegankelijk, concreet en bruikbaar. Ook herkenbaar.

5. Wat vond je van de docente?

- Ik vond Jacqueline heel prettig. Een goeie, maar flexibele agenda => ze speelde in op wat er aan bod kwam in de groep. Heldere uitleg, rust en veel kennis
- Heel erg goed, knap hoe ze ACT flexibel kan toepassen, antwoord kan geven op de vragen. Zeer prettige manier van contact.
- Fantastisch. Prettig in contact. Je straalt rust uit. Respectvol.
- Goede verhouding theorie en praktijk
- Fijn, kundig, rustig, waarde latend
- Heel erg ACT levend als voorbeeld (meest waardevolle). Prettig, kundig. Geeft les alsof het ACT is.

6. Wat vond je van de organisatie: verzorgen van de cursusruimte, informatievoorziening, cursusmateriaal?

- Allemaal top (toetjes!)
- Heel goed, maar mogelijk mail alleen op werkmail gekomen. Door vakantie niet gezien.
- Erg goed
- Ja, goed
- Goed
- Uitstekend

7. Zijn er nog dingen waar niet naar gevraagd is, maar die je graag zou willen opmerken?

- Nee, ik ben tevreden.
- De oefening 'en dan zeg jij' had van mij wat interactiever gemogen. Hier verslapte mijn aandacht wat.
- Nee
- geen toevoegingen
- Huiswerk graag vooraf laten doen