

Evaluatie Training Omgaan met Weerbaarheid

Data: 20 januari t/m 31 maart (10 sessies)
Aanbieder: CCMW, 5.1, 2, e 5.1, 2, e en 5.1, 2, e
Locaties: Oudezijdsvoorburgwal 300 (Vondelzaal)
eigen kantoor CCMW, Amsterdam Zuidoost
Deelnemers totaal: 12 deelnemers
Respondenten: 7 p
Percentage respondenten: 58 %

Cijfers kwalitatief:

1.

Stelling 1: Ik heb door deze training nieuwe inzichten of kennis opgedaan die relevant zijn voor mijn werk.

Gemiddeld cijfer: 8,6
Uitschieter naar boven: 10 (3X)
Uitschieter naar beneden: 7 (2X)

2.

Stelling 2: Door de training kan ik onbewuste en onbedoelde mechanismen die mij triggeren bij ongelijke behandeling, eerder herkennen.

Gemiddeld cijfer: 7
Uitschieter naar boven: 10 (1X), 8 (4X)
Uitschieter naar beneden: 1 (1X)

3. Stelling 3: Deze training heeft me geholpen meer verantwoordelijkheid te durven en kunnen nemen voor anders handelen.

Gemiddeld cijfer: 7,4
Uitschieter naar boven: 10 (1X), 9 (1X)
Uitschieter naar beneden: 5 (1X)

4. Stelling 4: Ik vond de setting veilig genoeg om mijn persoonlijke weerbaarheid te bespreken.

Gemiddeld cijfer: 8,7
Uitschieter naar boven: 10 (2X), 9 (2X)
Uitschieter naar beneden: 7 (1X)

5. Open vraag: Wat vond je het beste onderdeel of aspect van deze training?

- hele goede trainers
- De oefeningen en het buddysteem
- De openheid en het delen van ervaringen.

- trainers met biculturele achtergrond en de nadruk op je achtergrond en je persoonlijke verhaal
- De rust die de trainers uitstralen.
- Inzicht in systemen
- het gedeelte waarin je leert hoe je privé invloed heeft op je werk en dit dagelijks meeneemt

6. Open vraag: Wat kun jij nu beter dan voor de training?

Positieve reacties:

- milder naar collega's zijn
- Meer bewustwording, sneller trigger herkennen
- Herkennen wanneer mijn grenzen worden overschreden.
- triggers herkennen op werk, mogen/durven voelen, gepast plekje geven en daarmee de ruimte voor mezelf in alle totaliteit innemen en dus beseft dat dit er ook mag zijn. Is veel gezonder, dan onderdrukken en deel van mezelf niet erkennen en dit als last meedragen. Juist ook de kracht en sterkte hiervan inzien
- Triggers herkennen, ander omgaan daarmee
- grenzen stellen en de dynamiek waar ik in zit herkennen

Kritische noten:

- Dat sommige mensen niet helemaal aan bod kwamen

7. Open vraag: Hoe kunnen we deze training verbeteren?

- de tekst van de training (om je in te schrijven) moet echt heel anders worden opgeschreven. het komt niet overeen met wat we hebben gedaan. dat was de eerste keer al duidelijk. volgens mij zijn er ook meerdere mensen afgehaakt hierom (omdat het anders is). Het is goed om echt te weten wat je gaat doen, dan kun je hier ook bewust voor kiezen.
- Sneller duidelijkheid over startdata, (inloop)tijden en locaties ivm impact op de agenda.
- Deze training kan vaker worden ingezet binnen de gemeente.
- Meer investeren in de voorbereiding/screening. Ik ging er vrij bleu en onvoorbereid in en dacht oh het is voor werk en had niet door dat het te maken heeft met hele persoonlijke stukken. Dus de voorbereiding hierop en de "waarschuwing" dat het persoonlijk is en dat je je kwetsbaar en verdrietig kan gaan voelen. De titel "Weerbaarheidstraining" dekte niet geheel de lading. Het had echt af en toe trekjes van groepstherapie bijna zo diep ging het
- Meer op de praktijk gericht.
- Locatie beter en hetzelfde alle 10x
-

8. Stelling:

Ik zou deze leeractiviteit aanbevelen aan mijn collega's.

Ja: 6 X

Nee: 1X

9. Open vraag: Wat vond je van de toegankelijkheid van de training? (bereikbaarheid, akoestiek etc.)

- zuidoost was te ver
- Vondelzaal niet echt geschikt, liever iets buiten gemeente. Het proces van aanmelden bij de portier op OZVBW omslachtig en niet gebruiksvriendelijk
- Prima
- Mijn voorkeur had de Vondelzaal aan OZVW 300 ipv de ruimte in Zuidoost. 2 redenen: ik vond zuidoost echt te ver/niet centrale ligging en de Vondelzaal was groter, wat ik ook prettiger vond omdat de training ook veel fysieke oefeningen in de ruimte had
- De locatie in ZO was beter dan die in het centrum, omdat het geen werkplek was.
- Wisselend
- goed

10. Gesloten vraag: Ik heb behoefte aan een terugkomdag

Ja: 4 X

Nee: 3X

11. Open vraag: Welke vragen of opmerkingen wil je nog kwijt?

- Ik dacht dat het bedoeld was om ook als omstander vaardiger te worden. Zo heb ik het niet ervaren maar de training is heel goed voor eigen bewustwording, dus wel veel aan gehad voor mezelf.
- Bedankt voor de mooie inzichten.
- Dat dit echt de beste training is die ik binnen de gemeente heb gevolgd. Hele fijne, professionele trainers. Veel geleerd en een invalshoek (migratie/biculturele) die voor mij nog niet eerder zo goed uit de verf kwam.
- Mooie combinatie de 2 trainers
- Beste training die ik ook gevolgd heb vooral omdat het mij veel inzicht gegeven heeft over mijn privéleven en de keuzes die ik maak (in m.n. werk). Ik raad deze training specifiek aan de collega's die uitvallen of werken aan vitaliteit