Vad tycker du om kursen som helhet?

* Mycket bra
* Ganska bra
* Varken bra eller dåligt
* Ganska dåligt
* Mycket dåligt

Vad tycker du om övningen ”trygg/säker plats”?

* Mycket bra
* Ganska bra
* Varken bra eller dåligt
* Ganska dåligt
* Mycket dåligt

Vad tycker du om tillfället då vi ”pratade/ritade/skrev om mardrömmar”?

* Mycket bra
* Ganska bra
* Varken bra eller dåligt
* Ganska dåligt
* Mycket dåligt

Vad tycker du om strategin ”räkna baklänges/alfabetet baklänges”?

* Mycket bra
* Ganska bra
* Varken bra eller dåligt
* Ganska dåligt
* Mycket dåligt

Vad tycker du om ”progressiv muskelavslappning”?

* Mycket bra
* Ganska bra
* Varken bra eller dåligt
* Ganska dåligt
* Mycket dåligt

Vad tycker du om ”fyrkantsandning”?

* Mycket bra
* Ganska bra
* Varken bra eller dåligt
* Ganska dåligt
* Mycket dåligt

Rekommenderar du kursen till andra? 🞎 Ja 🞎 Vet inte 🞎 Nej