

# Säljaren

Bli medlem i Säljarnas!

Säljarnas är det enda fackförbundet som specialiserat sig på säljare/marknadsförare.

Bli medlem



Hästar lär ut tydligt ledarskap

2010-05-03

**Företag som Disney, Jaguar och försvarsmakten i USA har länge använt sig av hästen som lärare när de utbildar sina chefer och ledare.**

Text: Jan Nordström, Foto: iStockPhoto

- Hästen har 50 miljoner års erfarenhet av kraftfullt ledarskap och tydlig kommunikation, säger Katrin Gunnarsson som håller liknande kurser i Sverige.

Hon har 40 års erfarenhet av hästar, är certifierad coach vid Skandinaviska ledarhögskolan och har arbetat som befäl inom Svenska handelsflottan och som chef i Offshore-branschen. En mycket mansdominerad värld, där det var tufft att vara kvinna i chefsbefattning.

- Jag kände mig inte nöjd med hur jag blev bemött och började därför fundera över vilka signaler jag sände ut. Jag lärde mig att jag behövde bete mig mer kraftfullt och tydligt.

Olika kommunikationsforskare har alla kommit fram till samma sak. Till stor del är det genom vårt kroppsspråk som vi påverkar andra människor. Det vi förmedlar med enbart vår hållning, rörelse, ögonkontakt, attityd och sinnesstämning är upp till 70 procent av vår kommunikation, säger Katrin.

Hon menar att det finns många likheter mellan en grupp människor och en flock hästar. Det finns dock en stor och mycket lärorik skillnad. Hästar är enormt tydliga och ger omedelbar respons på ditt kroppsspråk och hur övertygande du är.

- Du kan inte lura en häst med en massa prat. Den lyssnar på ditt icke-verbala språk. Du måste exempelvis sträcka på dig för att få tyngd och pondus, annars följer inte hästen dig. Detta gör den helt unik att träna tillsammans med, säger Katrin.

För en häst handlar ledarskap om hela flockens överlevnad, om liv och död. Därför känner hästen direkt om du är kraftfull och övertygande i ditt ledarskap. Du måste vara en värdig

ledare. Är du inte det ser hästen sig själv som ledare i stället, säger Katrin.

Lika många män som kvinnor, från helt olika branscher, går utbildningen och det behövs ingen som helst hästvana. Marie Westman som jobbar på Swedbank har gått flera olika kommunikations- och ledarskapsutbildningar, men ingen som liknar denna.

- Många kurser är väldigt teoretiska. Man pratar, men egentligen lär man sig inte hur kroppsspråket fungerar i verkligheten. Tillsammans här med hästarna lär man det sig omedelbart, säger hon.

Alla övningar tillsammans med hästarna filmas så att kursdeltagaren får se sig själva. Katrin stannar en kursdeltagares film.

- Det där var bra. När du gjorde rörelsen snabbare fick du hästens uppmärksamhet. Det är något du kan ta vara på även när du ska fånga människor. Att våga göra större rörelser och inte bara stå stilla. Du kan ha något jätteintressant att berätta, men står du bara rakt upp och ner är det svårt att fånga och hålla kvar lyssnarens intresse. Ser du också skillnaden i hur du gick. Hur hästarna lyssnar på dig när du går med bestämda steg och sätter ner fötterna ordentligt, säger hon.

### **7 saker att lära av hästen**

1. Att förstå ditt egna omedvetna kroppsspråk
2. Att upptäcka när du tappar fokus och målinriktning.
3. Hur du med ditt kroppsspråk bemöter olika personlighetstyper.
4. Ett ärligt svar på dina starka och svaga sidor och ökad självkänedom.
5. Ökad förståelse för ledarskapets betydelse.
6. Hur du gör dig intressant.
7. Ett naturligt ledarskap.

Källa: Marie Westman, [www.ursprungskallan.se](http://www.ursprungskallan.se)