

Självförtroende — en bristvara

Det krävs självförtroende för att ställa sig framför en publik. Alla, från "jag kan inte" till estradörer som chefer, lärare och skådespelare, behöver lära sig tala inför grupp. Att tala naturligt utan att agera kräver sin man och kvinna.

TEXT INGRID SAARVA

Aven om man vet att det man ska säga är viktigt, finns det människor som hellre försvinner genom ett hål golvet, än säger något offentligt. Den största tjänsten en chef kan göra en medarbetare är att skicka alla som inte vågar tala inför grupp på utbildning.

— Jag älskar de personerna som bestämt hävdar att de aldrig kommer att ställa sig inför grupp. De som är vettskrämda är de som åstadkommer de allra bästa presentationerna. Och det är en sän klick att se hur deras självkänsla växer, när de upptäcker att de kan, säger Gösta Palmqvist, vid Inlär i Väst AB.

Förutsättningarna i arbetsvärlden skiftar fort, i detta rymms både stora svårigheter och många möjligheter. Eftersom projektledning och kommunikation får en allt mer central roll på arbetsplatserna, krävs att personalen utvecklas och anpassar sig till de nya förhållandena. Det klarar bara en trygg människa. Vägen till trygghet för individen heter ständigt lärande och flexibilitet. På en rörlig arbetsmarknad kommer alla att ställas inför situationer där man måste kunna tala för sin kunskap och sina idéer.

Inlär i Väst AB är ett företag som kompe-

tenshöjer ledare och medarbetare, speciellt inom personlig utveckling och effektivitet. Företaget, som har tränat över 7 000 personer i muntlig framställning, representerar varumärket VDN-LEDAREN. VDN står i detta fall för Värde, Design och Nätverk och har underrubriken Gör allt möjligt, i dubbel bemärkelse.

VDN-LEDAREN är ett nätverk av partners. Den inre kretsen har specialistkompetens och är virtuell. Den består av funktioner för personlig utveckling, ledarskap, försäljning, pedagogik och mellanmänniska relationer. De som ingår i nätverket har var och en sitt eget fokus och agerar vid behov som projektledare. Den yttre kretsen deltar på uppdragsnivå för att tillföra spetskompetens inom nischade områden som EU-mål, rekrytering, stress, utbrändhet, massage, avslappning och balanserad styrning.

— Det intressanta med ett virtuellt nätverk är att det ger oss den paradoxala möjligheten att bli bredare genom att bli smalare och vi kan skaffa oss mer muskler genom att banta. För att inte tala om vad det ger när det gäller utvecklingskraft, förändringsbenägenhet och ekonomiskt utbyte, säger Gösta Palmqvist.

Inlär i Västs pedagogik bygger på träning genom upplevelse. Det ger erfarenhet och färdighet. Och gör att komfortabla zonen växer, det vill säga att det område där vi känner trygghet utökas varje gång vi antar en utmaning och lyckas. Det är så självförtroende och självtillit utvecklas. Med positiv förstärkning skapas resultat och trygghet som leder till en positiv utvecklingspiral.

— Det kan verka märkligt att lärare och skådespelare behöver träna sig i presentationsteknik, men de har oerhört svårt att gå utanför rollen. För många lärare är det en



fasa att behöva tala inför andra lärare. Och skådespelare utan manus ska vi inte tala om, säger Gösta Palmqvist.

En annan sida av myntet är, att inom offentlig förvaltning blir det allt vanligare att personalen behöver göra presentationer för och intervjuas av media. För det ändamålet har Inlär i Väst en särskild träning i presentationsteknik med videofilmning och konstruktiv återkoppling av två professionella "coacher". Målsättningen med utbildningen är att bli medveten om styrkor och mindre starka sidor, att träna i att skapa engagemang och att hantera pressade framträdanden.

— Vi tränar till personlig trygghet i stället för anpassning till media. Vi tar tjuren vid hornen och hanterar de svåra frågorna konkret, berättar Gösta Palmqvist. 3



Gösta Palmqvist, vid Inlär i Väst AB.

TALA INFÖR GRUPP

