

## Metodbeskrivning medarbetar- och grupputveckling

Vi arbetar enligt EAHEA´s (European Association for Horse Assisted Education) metod samt Horse Power & Natural Leadership som är en upplevelsebaserad personlig och professionell coach metodik, som snabbar upp utveckling av grupper, ledarskap och kommunikationsförmåga.

Att göra är det mest kraftfulla sättet att lära. Vi lär oss mest genom det vi gör och dessutom av det som vi lyckas med. "Misslyckanden" ger oss visserligen insikter och nya tankemönster, men ett lyckat försök ger mer bestående spår. Vi varvar därför korta teoretiska avsnitt med mycket praktiska övningar. Genom de praktiska övningar byggs insikten och erfarenheter upp, över hur man som individ och grupp fungerar, agerar och reagerar i olika situationer.

Kommunikation baseras bara 7 % på det talade ordet. 38 % på tonläget och resterande 55 % på kroppsspråket. Hästar bryr sig inte om det talade ordet men är experter på kroppsspråk och därför en utmärkt spegel beteenden. Hästar dömer inte och ger 100 % ärlig feedback. De ger oss en unik möjlighet att experimentera med hur vi själva och teamet kan arbeta på bästa sätt. Vi använder oss därför av hästar i våra praktiska övningar.

Hästar fungerar som katalysator och speglar beteende, styrkor och vad som behöver utvecklas. Ingen häst- eller ridvana behövs, alla övningar sker på marken där man leder hästarna i olika övningar. Vi blandar korta teoriavsnitt med aktiva övningar med hästar som belyser olika gruppspekter, hur samarbetet i gruppen fungerar samt vilka roller som finns. Inte rätt eller fel, utan resultat, effekter etc. Målet är inte på att lyckas med alla övningar utan att få insikt om sitt eget och gruppens agerande för att få motivation till att variera det om behovet finns.

I vår upplevelsebaserade utbildning ligger fokus på att förbättra gruppens samarbete och därmed resultat. Grupper får handgripligen träna upp förmågan att kommunicera "här och nu", hantera stress och konflikter, samt att ge och ta feedback på ett konstruktivt sätt, vilket skapar ett "öppet" klimat i gruppen. Känsla för och tillhörigheten till gruppen utvecklas, och viljan att arbeta tillsammans ökar. Genom övningar får individerna insikt i hur man agerar som individer och som grupp. Övningar tydliggör för deltagarna vilka roller som finns i gruppen och individernas bidrag till gruppens helhet och resultat.

Teoripassen omfattar exempelvis:

- Firo: grupputvecklings teori
- Roller: att ge och ta plats
- Individens olikheter och bidrag
- Platina regeln: Olika kommunikation stilar
- Balansen mellan process och uppgift
- Konstruktiv feedback: varför och hur man tar och ger
- Klar kommunikation

Teoripassen efterföljs av övningar som har en direkt koppling till det man talat om. Man får testa teorin i praktiken. Efter varje övning får gruppen som utfört övningen reflektera över vad som hänt under övningen.Handledaren ställer coachande frågor exempelvis: hur fungerade samarbetet, följde man sin plan, vilka roller fanns det, vilket blev resultatet, behöver gruppen ändra på något etc. Kopplingar görs till hur det fungerar på arbetsplatsen. Kan man se samma mönster där etc.

Genom att observera sig själva och varandra i övningar får man nya tankar som ger insikt och utveckling. Genom att bidra till varandra skärper man sin observationsförmåga och ger värdefull feedback till varandra. Feedbacken ska ibland följa ett specifikt mönster med vissa ledord för att få struktur och vara konstruktiv.

Kursen avslutas med en workshop övning där gruppen tar fram de specifika områden som gruppen vill förändra för att komma vidare som grupp och effektivisera sitt samarbete. Efter ett par veckor kan kurshandledaren komma till kundens företag (Göteborgs området) för att i workshopform göra en uppföljning och konkritisering av föreslagna utvecklingsområden.