

Ulla Lönn utvecklar ledare med hjälp av hästen

”Om jag inte hade sysslat med hästar hade jag inte mått så bra som jag gör i dag. Jag hade inte varit en lika närvarande människa eller chef”.

Ulla Lönn pratar fort och mycket, med stor inlevelse och stora gester. Hon skrattar så de färgstarka och karakteristiska glasögonen hoppar på näsan. Hon är karriärkvinnan, styrelseproffset och grundaren av rekryteringsföretaget Cojn i Linköping, som hittar lugnet, och idéerna, i stallet.

Sedan barnsben har hon ridit. Först på ridskola, sedan hemma på hästen hon och syrran fick när familjen flyttade från staden till landet.

- Jag och min syster fick välja mellan ett piano och en häst. Mamma hade nog velat att vi valde pianot.

”Så fort jag satt upp kom allt tillbaka”

Men det stora hästintresset lades på is under flera år. Att kombinera studier, föräldraliv och yrkesliv med hästen blev omöjligt för Ulla – som under många år försökte få sina söner att bli hästbitna. Dock utan framgång. Hon berättar om en händelse när familjen är på väg hem från en dag på hästryggen. I baksätet av bilen sitter sönerna, fem och sju år gamla och säger: ”Mamma, lova att vi aldrig behöver göra det här igen”.

- Min syster fick tre döttrar och alla blev hästgalna. Du kan ju gissa hur avundsjuk jag har varit, säger Ulla.

En gång om året såg hon dock till att få rida – på kickoffen med jobbet. Saknaden efter hästar, att få rida ut i skogen och ha ett ställe att koppla av på, växte sig stor genom åren. För 15 år sedan var det dags att sitta upp i sadeln. Igen.

- En väninna bokade in oss på en ridtermin på islandshästar. Så fort jag satt upp kom allt tillbaka – dofter, känslor och ridkunskapen. Jag kunde ju rida!

Hon berättar att hon blir fegare med åren och skulle aldrig nuförtiden sitta upp på en stor häst. Islandshästarna är perfekta för henne, i storlek och temperament.

Känslig häst väckte ny affärsidé

Det klickade inte bara mellan Ulla och islandshästarna. Utan även med ridinstruktören Anna Andersson. De blev bästa vänner, har idag både hästar och ett företag ihop – Management by Horsemanship. Det är ett utvecklingsprogram för personer som har en ledande roll i arbetslivet. Tillsammans med Islandshästarna på gården Kulltorp övar ledarna kommunikation och ledarskap.

Företagsidén bara kom en dag. Ulla var trött på att kickoffer och verksamhetsdagar ser likadana ut - paddling eller bergsklättring, och någon samarbetsövning.

- Roliga grejer men hur utvecklar det mig i min yrkesroll? Vad kan jag ta med mig tillbaka till kontoret efter en sådan dag?, undrar Ulla.

Hon ville hitta ett koncept med meningsfulla kickoffer, som utvecklar folk. Och det hittade hon tack vare sin första häst, Ljosadis.

- Ljosadis var en känslig häst. Jag hade en bild av mig som en blid människa men har tydligen hög röst och yviga gester. Jag gjorde hästen stressad. Hon stod i stallet med jättehög puls för att jag pratade och rörde mig som en duracellkanin. Hon visste inte vad hon skulle göra för jag gav dubbla budskap hela tiden.

Kroppsspråket ger kommunikativa vinster

I och med medvetenheten om vilken inverkan kroppsspråket har på djur och människor föddes Management by Horsemanship. Nu får ledare öva upp en tydlighet i sitt kroppsspråk tillsammans med hästarna, hos Anna och Ulla.

- Islandshästar är bra att jobba med. De är ursprungshästar, inte präglade av människans närvaro som storhästar. De har ett naturligt reaktionsmönster. De vill göra som du säger så det handlar om att ge tydliga instruktioner. Det behöver vi också kunna göra i vårt arbete.

Att bli medveten om vilka signaler ens kroppsspråk sänder tar tid att upptäcka och att förändra. Ulla medger att hade inte hon lyssnat på Ljosadis hade hon varit mindre bra på att leda. Idag ser hon kommunikativa vinster i alla relationer genom att vara medveten om sitt eget kroppsspråk.

Kontrasten mellan Ullas yrkesliv och hobby känns milsvid. Men Ulla menar att hon tränar ständigt ledarskap och kommunikation när hon är hos hästen.

- Om jag inte hade sysslat med hästar hade jag inte mått så bra som jag gör i dag. Jag hade inte varit en lika närvarande människa eller chef.

Ljosadis somnade in i förra vintern. Nu har Ulla Eyja, som Anna tävlar med, och halva Gripa. Den andra halvan av Gripa äger Anna. Tre gånger i veckan är Ulla i stallet. Här får hon vara i fred och nedkopplad med fokus på hästen som kräver att ryttaren är här och nu.

- Hästen kräver det, att man bara är och det hjälper även min hjärna att sortera. Inte så att jag mentalt svarar på mejl eller sätter dagordningen till mötet, men jag sorterar fram det viktiga. Och så får jag syre och energi, jag är i skogen oavsett väder och vind. Det är underbart.

Smedstad Ridsportcenter – en naturlig mötesplats

Ulla Lönn ser stallet som en bra ledarskapsskola för unga tjejer från tidig ålder.

- De lär sig att ta plats. De blir handlingskraftiga och tränas tidigt i konsekvenstänkande. Stallet är också en mötesplats över åldersgränser. Jag, en tant, får lära mig massor av de unga tjejerna men har också en del att lära dem. Vi möts på ett naturligt sätt.

Hon hoppas att Smedstad Ridsportcenter blir en naturlig mötesplats för alla, både elitryttare och glada motionärer.

- Det ska vara lätt att ta sig till stallet, så tjejerna blir oberoende.



Kortfakta

- Namn: Ulla Lönn
- Ålder: 64 år
- Bor: I en lägenhet i Linköping
- Familj: Make och två söner
- Intressen: Alldeles för många, mest hästar
- Läs mer om Management by Horsemanship på:
www.managementbyhorsemanship.se

Text av: Hanna Borglund – Lejonfastigheter

Bild: Privat