

# 5

## Snabba

### EVA HYLLSTAM

#### Hur kom du igång med din föreläsarkarriär?

– Jag jobbade i många år med längre ledarskapsutbildningar. Efterfrågan på mina egna föreläsningar inom kommunikation ökade efterhand. Sedan dess har jag föreläst om bland annat ledarskap, förändringar och coaching.

#### Vad föreläser du om?

– För tillfället föreläser jag främst om framgångsrik kommunikation i samband med förändringar. I våras gav jag ut en bok på just det temat, den heter "Det bor en hjälte i dig". Både boken och mina föreläsningar fokuserar på hur man kan hantera förändring framgångsrikt på individnivå. På mina föreläsningar tar jag bland annat upp hur man bäst hanterat förändringar samt att lyckas med sitt inre och yttre ledarskap.

#### Vilka egenskaper tycker du utmärker en duktig föreläsare?

– Ett brinnande intresse för de frågor man föreläser om, en välutvecklad social förmåga och ett genuint intresse för människor, att man har den uthållighet som krävs för att ha tillräckligt med tålamod för att sy ihop en föreläsning. Det tar tid att mejsla fram en bra föreläsning, det är ett



hantverk som kräver sin tid och sina finjusteringar. Humor och självdistans är också mycket viktiga egenskaper för en bra föreläsare.

#### Vad bör man tänka på som åhörare för att få ut mesta möjliga av en föreläsning?

– Fundera på varför du går på just den här föreläsningen. Formulera tre frågor som du vill ha svar på under föreläsningens gång. Skriv ner de saker

du vill memorera från föreläsningen, annars är det lätt hänt att kärnbudskapet dränks i allmäninformation.

#### Vad är du aktuell med i höst och vinter?

– Jag arbetar som coach och mentor samt med ledarskapsutbildningar på global nivå. Jag planerar dessutom att ta en halvårslång kreativ paus från och med april för att skriva nästa bok och komponera nya föreläsningskoncept.