

# Cavalissimo® ou a Arte de Liderar

Comunicação, motivação e liderança: o que podemos aprender com os cavalos.

por: **Elisabete Silvestre**, Coordenadora de Desenvolvimento Pessoal e Organizacional na ATEC

**O** que têm cavalos e pessoas em comum? Que paralelismos conseguimos observar no comportamento de liderança do animal e do ser humano e o que podemos daí aprender? O Cavalissimo® é uma formação especialmente concebida para quem lidera ou quer saber mais sobre o seu impacto pessoal no relacionamento com terceiros. Em termos de abordagem, suporta-se na teoria da inteligência emocional e tem “coformadores” muito especiais – cavalos. Tal como no relacionamento com pessoas, quando perante um cavalo, é crucial reconhecer o estado emocional do mesmo, adaptarmos-nos aos padrões de comportamento observados e darmos resposta de forma adequada. O cavalo comunica essencialmente de forma não-verbal, reagindo de modo sensível à linguagem corporal e ao contacto visual. Estas características conferem-lhes uma sensibilidade especial na observação da sua envolvente e na deteção de incongruências entre o verbal e o não-verbal. Por sua vez, nós seres humanos perdemos sensibilidade em relação às nossas capacidades não-verbais, alicerçando a nossa comunicação na linguagem verbal.

Frequentemente, já não conseguimos detetar sinais não-verbais subtis e reconhecer o seu significado, ficando com um sentimento de incerteza no que diz respeito às intenções do nosso interlocutor.

O cavalo reage no momento, não é dissimulado e não sente necessidade de nos agradar, espelhando exata-



À esquerda, ação de formação promovida pela ATEC e Prokschconsult.

mente os sinais que lhe enviamos e dando um *feedback* direto e sem floreios, mostrando a nossa eficácia ou ineficácia na comunicação com ele.

No contacto com os cavalos aprendemos a dar maior atenção ao nosso não-verbal, e a aplicar de forma consciente a pressão e energia que incutimos na relação com o nosso interlocutor. Aprendemos, por um lado, a conquistar e manter o nosso espaço pessoal na relação (profissional), e por outro lado dar o espaço necessário ao outro para que este se sinta confortável conosco. Em contexto de liderança, dado o *feedback* imediato que recebem do seu “formador” de quatro patas, os participantes têm a oportunidade de reagir e adequar o seu comportamento de liderança de acordo com a situação. Ao trabalhar com vários cavalos, cada um com o seu caráter e temperamento, há que encontrar diferentes formas para motivar e liderar o indivíduo que tem à sua frente.

A experiência e as *lessons learned* dos exercícios com os cavalos são depois analisadas e refletidas em grupo ou individualmente, por forma a permi-

tir a transferência para o quotidiano profissional e os participantes saem habitualmente de um Cavalissimo® inspirados e com muitas novas ideias para colocar em prática.

## O Cavalissimo® em Portugal

Em 2011 a ATEC e a Prokschconsult iniciaram uma parceria para introduzir o programa Cavalissimo® em Portugal e trazer assim novas práticas e abordagens na formação para executivos. O programa tem um cariz flexível, podendo ser adaptado aos mais variados grupos alvo, seja em contexto de liderança, ou em contexto de desenvolvimento pessoal e de equipas. Para participar num Cavalissimo® não é necessário saber montar, pois todos os exercícios são feitos apeados.

A Prokschconsult desenvolveu este programa em 2003 na Áustria e levou-o além-fronteiras para os países limítrofes como a Alemanha e a Suíça. Entretanto o Cavalissimo® chegou também a terras lusas, onde já decorreram varias ações, sempre com grande entusiasmo dos participantes. —P