



## Ruth Pearson

### INFLUENCER

De flesta organisationer har en strategi för välbefinnande. Det är dock betydligt färre som vet hur man ska agera när en ledande medarbetare i tysthet hanterat en kronisk sjukdom som aldrig syns på sjukskrivningsintyget. Det är i klyftan mellan den offentliga policyn och det som en närmaste chef faktiskt säger en tisdag morgon som personalen slutar, talanger går förlorade och stress leder till personalomsättning.

Ruth Pearson är en föreläsare inom välbefinnande, coach och tidigare biträdande rektor som hjälper organisationer att omsätta sin välbefinnandepolicy i praktiken genom att påverka chefernas dagliga beteende. Hon drar nytta av sina mer än tjugo år inom gymnasieutbildningen och sin egen erfarenhet av att inneha ledande befattningar samtidigt som hon lever med lupus.

## Ruth Pearson:s 2026 biografi

### Varför organisationer samarbetar med Ruth Pearson

- Hon talar om dolda funktionsnedsättningar utifrån sin egen erfarenhet. En ledare som har byggt upp en 25-årig karriär inom högre utbildning samtidigt som hon hanterat lupus ger en trovärdighet kring långvarig sjukdom på arbetsplatsen som policyer och HR-utbildningar inte kan skapa.
- Hennes coachningsramverk, 5STEPS2LEARN, som beskrivs i *Say Yes To New Opportunities!*, ger linjechefer och individer ett gemensamt språk för de samtal de vanligtvis undviker: stress, kapacitet och rimliga anpassningar.
- Hon har stått i samma rum som de båda målgrupper som en välbefinnandestrategi är avsedd att tjäna: ledningsgrupper som fastställer policyn och personal i frontlinjen som måste leva efter den. Hon fungerar som översättare mellan dem.
- Som verifierare av The London Healthy Workplace Charter har hon utvärderat välbefinnandeanspråk mot organisatorisk verklighet, vilket skärper hennes förmåga att diagnostisera klyftan mellan avsikt och beteende.
- Hennes arbete inom radio och tv med GoodNewsBritain.com, bland annat som programledare för *Tomorrow News Today*, ger henne ett register som tilltalar en icke-specialiserad publik, vilket är användbart vid personalmöten där deltagarna har olika befattningar och olika engagemang.

### TILLGÄNGLIG FÖR

- Coaching
- Föreläsningar

### RUTH:S TALANDE TEMAN

- DEI (Mångfald, jämlikhet och inkludering)
- Förändringsledning
- Inkluderande ledarskap
- Medarbetarvälbefinnande
- Psykisk hälsa på arbetsplatsen

### SPRÅK: Engelska

## Biografiska höjdpunkter

- Grundare av Listening To Your Voice Ltd, ett konsultföretag inom välbefinnande, coaching och utbildning som vänder sig till ledare inom näringslivet och utbildningsväsendet.
- Tidigare biträdande rektor med över 25 års erfarenhet av gymnasieutbildning i Storbritannien.
- Författare till *Say Yes To New Opportunities! Be Motivated to L.E.A.R.N.* (2015), som introducerar coachingstrategin 5STEPS2LEARN, och *Listening for God's Voice*.
- TV-presentatör och programledare på GoodNewsBritain.com, värd för *Tomorrow News Today*.
- Verifierare av The London Healthy Workplace Charter; grundande medlem av Cornerstone Counselling Services.
- Har talat på The Business Show, ExCeL London.

## Biografi

Det svåraste välbefinnandeproblemet i de flesta organisationer är inte frånvaro. Det är den äldre medarbetaren som aldrig är sjukskriven, men som i tysthet arbetar på halvkapacitet på grund av ett tillstånd som ingen känner till. Lupus är ett sådant tillstånd. Ruth Pearson har levt med det sedan 1996 och har under den tiden fortsatt att leda team på brittiska gymnasieskolor upp till biträdande rektornivå.

Den erfarenheten är ryggraden i hennes arbete. Genom Listening To Your Voice coachar hon ledare, håller sessioner för styrelser och team i frontlinjen och skriver för chefer som vill ha ett ordförråd för de samtal som välbefinnandepolicyn förutsätter redan äger rum. Hennes coachningsramverk, 5STEPS2LEARN, beskrivs i hennes bok från 2015, *Say Yes To New Opportunities! Be Motivated to L.E.A.R.N.*, och bygger på motivation, kapacitet och de praktiska mekanismerna för att be om hjälp på jobbet.

Hennes trovärdighet när det gäller arbetsplatsstandarder är inte bara personlig. Som verifierare av The London Healthy Workplace Charter har hon utvärderat hur organisationer faktiskt lever upp till de välbefinnandeåtaganden de publicerar, vilket ligger till grund för hur hon diagnostiserar klyftan mellan policy och beteende. Hon är också en av grundarna av Cornerstone Counselling Services och medverkar regelbundet i GoodNewsBritain.com, bland annat som programledare för livesändningen *Tomorrow News Today*.

Hon är till störst nytta för organisationer som redan har en välbefinnandestrategi på papperet och vill veta varför den inte når fram till de människor den är avsedd för. Svaret är oftast beteendemässigt, inte strukturellt, och det tenderar att framträda tydligast i hur chefer talar till anställda med tillstånd som de inte kan se.

## Viktiga föreläsningssämen

- Välbefinnande på arbetsplatsen och förebyggande av utbrändhet
- Dolda funktionsnedsättningar och kroniska sjukdomar på arbetsplatsen
- Stress, resiliens och personlig kapacitet
- Motivation och engagemang genom förändring
- Inkluderande ledarskap inom utbildning och företagsmiljöer
- Kommunikation mellan chefer och medarbetare om hälsa
- Personliga berättelser som verktyg för inkludering på arbetsplatsen

## Perfekt för

- HR- och välbefinnandansvariga som utformar eller lanserar en ny välbefinnandestrategi
- DEI- och inkluderingsansvariga som arbetar med dolda funktionsnedsättningar och kroniska sjukdomar
- Ledare inom utbildningssektorn, MAT-chefer och rektorer
- Evenemang för hela personalen eller hela skolan där deltagarna har olika befattningar och engagemang

## Resultat för målgruppen

- En tydligare bild av hur dolda funktionsnedsättningar ser ut på ledningsnivå och var den nuvarande policyn brister.
- Ett arbetsordförråd, hämtat från 5STEPS2LEARN, för de samtal mellan chefer och medarbetare som stress och kronisk sjukdom kräver.
- En skarpare insikt i varför deras befintliga välbefinnandestrategi fungerar bra i vissa team men inte i andra.
- Förnyad energi och en känsla av tillåtelse, särskilt för personal som för närvarande hanterar ett tillstånd som de inte har avslöjat på arbetsplatsen.

## Ruth Pearson s 2026 samtal & ämnen

### Att övervinna utmaningar och förbättra relationer genom bättre kommunikation

Ett seminarium om de kommunikativa mekanismer som avgör om välfärdspolitiken blir en del av den dagliga verksamheten eller förblir något som bara finns på intranätet.

#### Huvudpunkter:

- Varför de flesta brister i välbefinnandet är kommunikationsrelaterade, inte strukturella.
- En enkel struktur för chefsavstämningar som tidigt upptäcker kapacitetsproblem.
- Hur man pratar om stress och ohälsa på jobbet utan att bryta mot sekretessen.

---

### Arbetsrelaterad stress och dolda funktionsnedsättningar

Ett föredrag som bygger på Ruths egna erfarenheter av lupus och hennes år som ledare för skolteam samtidigt som hon hanterade en kronisk sjukdom.

#### Huvudpunkter:

- Hur en dold funktionsnedsättning faktiskt ser ut i en ledande befattning.
  - De signaler som chefer oftast missar och de antaganden som kostar organisationer talanger.
  - Hur man utformar rimliga anpassningar som människor accepterar istället för att avvisa.
-

## Fem steg för att främja välbefinnandet som företagare

En tillämpad session baserad på 5STEPS2LEARN, det coachningsramverk som beskrivs i boken *\*Say Yes To New Opportunities!\**.

### Viktiga slutsatser:

- En motivationsbaserad modell för personligt välbefinnande under ihållande arbetsbelastning.
- Hur man återfår sin kapacitet utan att ta ett steg tillbaka från ledarskapet.
- Praktiska vanor som håller i längden under långa perioder av press eller ohälsa.

---

## Fira din unika personlighet

Ett huvudtal om individuella skillnader som en tillgång på arbetsplatsen, särskilt relevant inom mångfald, jämställdhet och inkludering (DEI), i skolan och för målgrupper som vänder sig till ungdomar.

### Huvudpunkter:

- Varför standardisering av beteenden på arbetsplatsen innebär att potential går förlorad.
- Hur ledare föregår med gott exempel när det gäller att tillåta olikheter utan att själva agera på det sättet.
- Kopplingen mellan psykologisk trygghet och avslöjande av dolda tillstånd.

## Ruth Pearson's Videos



## Vad Ruth Pearsons kunder säger

Ruth har en "personlig berättelse" som hon framför på ett sätt som kan få tårarna att rinna, samtidigt som den "verkligen inspirerar dig". Det är inte konstigt att hennes böcker har blivit en succé och att hon har blivit inbjuden till tv- och radioprogram för att berätta sin gripande historia. Ännu mer imponerande är hennes engagemang för att hjälpa andra att uppleva det som många kallar hennes "mirakulösa helande" på samma sätt som hon själv gjorde. Ruth, du är verkligen en inspiration, tack...

**Anthony Vee**

*Medordförande, Master Coach AB*

Ruth är en enastående och mycket resursstark kvinna. Hon har medverkat som programledare i våra Sky-program och har alltid visat prov på den äkta professionalism som kännetecknar en framstående, kunnig och pålitlig journalist. Hon har en utmärkt kommunikationsförmåga och lyckas engagera publiken på ett mycket karismatiskt sätt. Det gläder mig att kunna säga att hon är en av mina mest uppskattade kollegor.

**Ian Pelham Turner**

*Projektet "Good News Britain" och SKY Olive-programmet "Modern Britain Today"*