

Bag om følelsernes overtagelse af magten



Foto: Lisbeth Holten

LE LYBY

10.10.2025



PSYKOLOGI & SAMFUND // BOGANMELDELSE – Med sin nye bog om følelser inviterer psykologiprofessor Lene Tanggaard os til at se på, hvordan vi som samfund, forældre og professionelle både kan tage ansvar for egne følelsesudtryk og samtidig skabe rammer, hvor børn kan trives – et klart forsvar for dannelsesstraditionen i en tid præget af PISA-tests, quickfix-løsninger og hård retorik om “pissedårlig opdragelse.”

Når følelserne tager magten

Af Lene Tanggaard. 148 sider, Gads Forlag. Er udkommet.

Professor i pædagogisk psykologi ved Aalborg Universitet, **Lene Tanggaard**, er kendt for sin mangeårige forskning i kreativitet, læring og udvikling hos børn og unge og i øvrigt en ivrig samfundsdebattør.

I sin nyeste bog *Når følelserne tager magten* formidler hun forskning om følelser på en måde, der er letforståelig, samtidig med at bogen taler direkte ind i samfundsdebatten.

Følelser ses i dag som signaler, der skal forstås og anerkendes, ikke som noget, man skal skjule eller “komme over”

Tanggaard kombinerer sin faglige tyngde med en engageret formidling af, hvordan vi som samfund, pædagoger og forældre kan forstå og håndtere følelsers rolle i hverdagen – og blive vores egne følelsers arkitekter – både i skolen og i livet generelt.

Bogen placerer sig i genren samfundsdebatteerende faglitteratur og tager et klart standpunkt i diskussionen om “det nye børnesyn”, som har vundet indpas siden 1990’erne. Det bygger på idéen om, at børn er kompetente, selvstændige individer med ret til at blive hørt og taget alvorligt. Implicit ligger, at børns følelser er blevet meget synlige og tillagt høj værdi.

Følelser ses i dag som signaler, der skal forstås og anerkendes, ikke som noget, man skal skjule eller “komme over”. Det har givet en vigtig humanisering af barndommen og gjort det mere legitimt at tale om trivsel, sårbarhed og relationer.

Når alt skal føles rigtigt og trygt, mister vi erfaringer

Men samtidig, påpeger Lene Tanggaard, kan det føre til en overfokusering på følelser som mål i sig selv. Når alt skal føles rigtigt og trygt, mister børn erfaringen med, at følelser kommer og går – at sorg, vrede og skuffelse også er naturlige dele af livet.

Tanggaard lover ingen hurtige løsninger, men opfordrer i stedet til personlig og kollektiv refleksion.

I bogen trækker hun tråde fra mange forskellige fagområder, tider og perspektiver, som tilsammen fletter et billede af en klar tilslutning til den klassiske skandinaviske dannelsesstradition som fundament for børns udvikling – et ideal, der i dag presses af blandt andet globaliserings- og konkurrencekrav, som fx PISA-tests.

Lene Tanggaard

NÅR
FØLELSERNE
TAGER
MAGTEN

gads forlag

Samtidig adresserer hun aktuelle udmeldinger fra politikere som Mattias Tesfaye, der taler om “pisse dårlig opdragelse – PDO” og lægger ansvaret på børn og familier. Tanggaard går imod denne tendens ved at pege på de voksne og institutionernes ansvar for at skabe rammer, hvor børn kan lære og trives . Men hvad betyder det mere konkret?

Jeg har bedt Lene Tanggaard om at komme med nogle bud på, hvordan vi kan blive mindre afmægtige overfor alle de store følelser, som efterhånden synes at have overtaget verdensordenen.

Ansvar for følelser og nærvær

”I arbejdet med følelser og dannelse”, konstaterer Lene Tanggaard, ”har vi alle ansvar for vores egne følelser. Og voksne har derudover ansvaret for at lære børn at håndtere deres på en moden måde. Vi skal ikke quickfixe for børnene. Vi skal lytte, være nærværende og give dem tid til selv at gro,” siger hun.

“Når vi presses, ryger empatien i svinget. Vi forventer meget af både os selv og hinanden, og det skaber kludder i følelserne

“For børn skal ikke være genstande for voksnes behov for at skabe orden. Børn er også mennesker i sig selv, og de kan rumme langt mere, end vi tror.”

Tanggaard peger på, at det enorme pres i hverdagen ofte betyder, at vi kan miste empatien. “Når vi presses, ryger empatien i svinget. Vi forventer meget af både os selv og hinanden, og det skaber kludder i følelserne,” forklarer hun.

Hun fremhæver, at voksne ikke kan overtage al følelsesmæssig regulering for børn. Det handler som voksen om at vise, hvordan man selv håndterer glæde, sorg og skuffelser, så børn kan lære det samme – fx gennem samtaler under daglige rutiner, men også i de små, hverdagsagtige handlinger.

Litteraturen og det sanselige som vej til empati

Et centralt element i Tanggards tilgang er litteraturen og det sanselige som rum for empati. Tanggaard er overbevist om, at vi bliver klogere på vores følelser gennem noget andet end tanker og følelser i sig selv: “Gennem mødet med det æstetiske og det sanselige: litteraturen, naturen, musikken, poesien, arkitekturen, designet... Alt det, der kan vække en erindring eller en følelse i os og gøre, at vi bedre forstår både os selv og andre. Det er hér, vi træner empati.”

Hun understreger, at det ikke handler om at dyrke alle følelser hele tiden: “Følelser kommer og går. Vi kan godt bruge dem til noget, men vi kan også selv vælge, hvilke følelser der skal have plads. Det er en del af det at blive følelsesmæssigt intelligent.

“Vi skal lære børn, at tilværelsen ikke er perfekt, og at andre mennesker også kan fejle. Det gør det nemmere at håndtere både sine egne og andres følelser

Derudover giver mødet med litteratur, kunst eller musik giver os mulighed for at leve os ind i andres liv – sorg, drama eller glæde – uden selv at blive overvældet. Et digt eller et kunstværk kan fremkalde minder og følelser, som gør, at vi bedre forstår os selv og hinanden.”

Fælles erfaringer og læring i praksis

Tanggaard fremhæver, at fælles erfaringer skaber de bedste samtaler og læring: “Følelsesmæssig opdragelse sker i afstanden mellem drøm og virkelighed – gennem erfaringer og oplevelser, ikke kun gennem samtaler.

“Når vi gør noget sammen, går en tur, laver mad, maler eller bygger noget side om side, opstår de gode snakke,” siger hun og fortsætter: “Vi skal lære børn, at tilværelsen ikke er perfekt, og at andre mennesker også kan fejle. Det gør det nemmere at håndtere både sine egne og andres følelser”.

Hendes pointe er, at følelsesmæssig dannelse ikke blot handler om metoder, men om tid, nærvær og modet til at lade både børn og voksne opleve det smukke og det svære. “Vi bliver kloge på vores følelser gennem mødet med noget andet end os selv – og først dér kan vi vokse som mennesker,” afslutter Tanggaard.

Let forståelig og inspirerende fagbog, der peger ud i mange retninger

Bogens styrke er dens klare sprog og dens evne til at forbinde det nære med det samfundsmæssige. Tanggaard skriver uden akademisk tunghed, men stadig med intellektuel tyngde. Eksemplerne er genkendelige, og pointerne skærer igennem.

Hvis man skal pege på en svaghed, kunne det være, at bogen til tider fremstår mere som en række refleksioner end en stramt styret analyse. Der er mange spor at følge, og nogle læsere kunne måske ønske sig mere dybdegående værktøjer.

Hvis man vil gå i dybden med et af emnerne eller udsagnene, kan man med fordel søge videre andre steder – eller løbende følge Tanggaard folde sine mange spændende tanker ud på sociale medier, i artikler og i foredrag.

Boganmeldelse

litteratur

opdragelse

samfund

LE LYBY

Le Lyby er selvstændig konsulent og arbejder med change management, kommunikation, organisations- og forretningsudvikling, ledelsesrådgivning og undervisning, primært relateret til IT-området. Hun er uddannet cand.mag. med kommunikation og sprog fra Syddansk Universitet og har...

POV Overblik

Støt POV's arbejde som uafhængigt medie og modtag **POV Overblik** samt dagens udvalgte tophistorier alle hverdage, direkte i din postkasse.

- Et kritisk nyhedsoverblik fra ind- og udland
- Indsigt baseret på selvstændig research
- Dagens tophistorier fra POV International
- I din indbakke **alle hverdage** kl. 12.00
- Betal med **MobilePay**

For kun 25 kr. om måneden giver du POV International mulighed for at bringe uafhængig kvalitetsjournalistik.



25 kr./md.

Overblik

TOPHISTORIER

SENESTE

POV International

HVAD ER POV?

REDAKTION