

Pressmeddelande 2025-06-09

Ny bok av Lena Skogholm: *Varför elever beter sig som de gör* - vetenskaplig vägledning till bättre studiero och samspel i skolan

Den storsäljande författaren, beteendevetaren och pedagogen Lena Skogholm är aktuell med boken *Varför elever beter sig som de gör: Vetenskapen bakom den unga hjärnan, hur du samselar med den och får bättre resultat*. Den bygger på hjärnforskning och ger praktiska verktyg för att förstå och hantera utmanande skolsituationer med elevens hjärna i fokus. Samtidigt släpps även *Så funkade din tonårshjärna*, en bok riktad direkt till eleverna.



Efter succéerna med *Koden till tonårshjärnan* och *Bemötandekoden* riktar Lena Skogholm nu strålkastarljuset mot skolans värld. I sin nya bok ger hon insikter om vad som händer i den unga hjärnan och hur vi kan samsela med den för att hantera allt från konflikter i klassrummet till bråd i matkön. Boken tar också upp hur man möter svårare situationer, som explosiva uppträdanden och problematisk skolfrånvaro.

– Lärare förväntas skapa studiero, hantera utmanande beteenden och möta alla elevers olika behov, ofta utan att ha fått tillräcklig utbildning i hur man hanterar oordning och konflikter, bygger relationer eller bemöter elever med till exempel NPF eller särskild begåvning. Bara 16 procent av nyutexaminerade grundlärare tycker att utbildningen förberett dem väl eller mycket väl inför att hålla ordning och skapa studiero. Samtidigt brottas skolorna med ökad stress, svår arbetsmiljö och problematisk skolfrånvaro där hela 17 000 elever just nu är drabbade. För att kunna nå kunskapsmålen behövs mer än ämneskunskap. Man måste förstå hur den unga hjärnan fungerar. När vi samselar med hur hjärnan faktiskt fungerar underlättar det inlärningen samtidigt som studieron ökar och stressen minskar. Något som gagnar både elever och lärare, säger Lena Skogholm.

Boken *Varför elever beter sig som de gör* förklarar hur olika system och nätverk i den unga hjärnan antingen kan främja eller försvåra inlärning och samarbete och hur vi kan påverka dessa med rätt bemötande och struktur. Den ger också en grundlig genomgång av vad som händer i en överbelastad, utmattad hjärna och visar hur problematisk skolfrånvaro kan förstås och hanteras utifrån både aktuell forskning och beprövad erfarenhet.

– Jag märker ett allt större behov av att förstå elever på djupet. Bakom det vi ofta kallar problembeteenden döljer sig unga hjärnor som är överbelastade, stressade, traumatiserade eller vilsna. I det rådande skolklimatet behövs inte bara yttre struktur, utan också inre förståelse. Hjärnforskningen ger oss just det. En fördjupad karta över vad som faktiskt pågår under ytan i skolvardagen. Min intention med boken är att underlätta för lärare och även elever, för när vuxna runt eleverna samarbetar med den unga hjärnan är alla vinnare. Efter att själv ha arbetat som lärare i närmare tio år vet jag hur många knepiga situationer som ska hanteras. Ofta under hög arbetsbelastning, säger Lena Skogholm.

Exemplen om hur olika skolsituationer kan hanteras är skrivna i samarbete med Mona Liljedahl som är leg. gymnasielärare i svenska och engelska. Hon arbetar sedan många år som specialpedagog i grundskolan och har djupa kunskaper inom bland annat neuropsykiatriska funktionsnedsättningar (npf), språkstörning, särskilt begåvade barn och problematisk skolfrånvaro.

Parallellt med lanseringen av boken för skolpersonal släpper Lena Skogholm även ***Så funkar din tonårshjärna – förstå hjärnan och bli snällare mot dig själv***, en bok riktad direkt till unga som är 13 år och uppåt. Boken förklarar varför tonåringen känner, tänker och beter sig som de gör. Den är skriven med värme och glimten i ögat och ger konkreta förslag hur man kan samarbeta med sin egen hjärna för att bli snällare mot sig själv och må bättre. Den kan läsas på egen hand eller användas som samtalsstöd av vuxna i ungdomars närhet, men även i hemmet. Här får unga både svar och hopp med budskap om att det är inte fel på dem – det är hjärnan som bygger om.



Båda böckerna har utgivningsdag den 21 oktober.

Pressbilder finns att [ladda ner här](#).

Foto: Sara Appelgren.

Formgivare bokomslag: Sofia Scheutz

För mer information eller intervjuförfrågningar, kontakta gärna:

Magdalena Höglund, presskontakt,
tel: 0733 338840 eller

e-post: magdalena@highlandpr.se

Lena Skogholm har som beteendevetare och pedagog de senaste 25 åren specialiserat sig på hur vi kan ha praktisk nytta av hjärnforskning i vardagen. Med mångårig erfarenhet av att möta barn och unga både i arbetet och privat, kombinerat med stora insikter i den unga hjärnan, har Lena den pedagogiska förmågan att omvandla avancerad hjärnforskning till en bruksanvisning i fickformat för mötet med unga. Hon har samarbeten med handledare för ungdomar, skolpersonal och socialtjänst. Lena Skogholm är författaren bakom succéböckerna *Bemötandekoden – konsten att förstå sig på människor och få ett bättre liv*, *Livskoden enligt hjärnan* och *Koden till tonårshjärnan* som tillsammans har sålts i över 125 000 exemplar och har getts ut i flera länder. År 2021 vann Lena Stora Talarpriset. Som föreläsare är hon väl anlitad och har med sina gedigna kunskaper och smittande energi inspirerat tiotusentals människor.

<https://www.lenaskogholm.se>