

Pressmeddelande 2025-11-11

## Lena Skogholm emot hårdare tag i skolan och vill se smartare tag som bygger på hjärnforskning

Samtidigt som debatten om svensk skola präglas av krav på disciplin och fler regler menar beteendevetaren och föreläsaren Lena Skogholm att hårdare tag inte är lösningen. I sin nya bok *Varför elever beter sig som de gör* visar hon hur förståelse för den unga hjärnan kan skapa både lugnare klassrum och bättre skolresultat utan att någon behöver tappa lusten att lära.



Allt fler röster höjs för att ta in med hårdare tag i skolan. I debatten har både bestraffning och så kallade

*No excuses*-skolor lyfts fram som ett möjligt svar på stök och sjunkande resultat. Men det är en väg som riskerar att skapa rädsla och distans snarare än motivation och studiero, menar Lena Skogholm.

Hon vill istället att skoldebatten ska vila på vetenskapliga insikter om hur barns och ungas hjärnor faktiskt fungerar.

– Vi behöver sluta tolka barns beteenden som stök och börja se dem som information. Det som ofta upplevs som trots är egentligen kommunikation. När vi lär oss förstå den unga hjärnans signaler kan vi förebygga konflikter, bygga samarbete och få ökad studiero på köpet, säger Lena Skogholm.

Genom att ta hänsyn till hur hjärnan utvecklas går det att förutse beteenden, hantera utmanande

situationer och skapa trygghet i klassrummet. I boken *Varför elever beter sig som de gör* visar Lena Skogholm hur lärare och skolledare kan använda hjärnforskning i praktiken och få både studiero med fokus på kunskapsmålen och starkare relationer.

– Vi behöver inte fler pekpinnar, vi behöver fler nycklar. Den som blir förstådd orkar mer och den som känner sig trygg lär sig mer. Det handlar om att bygga framtidens skola på vetenskap, inte på tillfälliga trender eller straffsystem som sällan fungerar, säger Lena Skogholm.

Maja Frankel, Friends generalsekreterare, skriver i Friendsrapporten 2025 att elever behöver tillit och trygga vuxna – inte hårdare tag. Forskningen stödjer också synsättet. En metaöversikt från Skolforskningsinstitutet, *Främja studiero i klassrummet – lärares ledarskap*, visar att lärarens ledarskapskompetens och relationsskapande förmåga är en grundförutsättning för studiero. Här behövs både mer kunskap inom området, [en undersökning](#) visar att endast 16 procent av nyutexaminerade grundskolelärare anser att deras utbildning förberett dem väl för att skapa studiero och hålla ordning i klassrummet, samt tid och resurser för att kunna arbeta med ledarskap och relationsskapande.

I dag står omkring 18 000 barn och unga utanför skolan. Efter höstlovet ökar ofta antalet som inte orkar tillbaka. För Lena Skogholm är det ett tecken på att det är dags att tänka om.

– Hårdare tag stöter bort elever, smartare tag bjuder in. Vi behöver också reflektera över vår elevsyn. Det är barn på tillväxt med en hjärna som långt ifrån är färdigutvecklad och som präglas starkt av vuxenvärlden. Den välkända orden: ”Ett barn som kritiseras lär sig att fördöma. ... Ett barn som möts med tolerans lär sig tålmod” gäller väl också elever? säger Lena Skogholm.

Efter framgångarna med *Koden till tonårshjärnan* och *Bemötandekoden* tar Lena Skogholm nu avstamp i skolans mest akuta utmaningar i den nya boken *Varför elever beter sig som de gör*. Hon visar hur kunskap om den unga hjärnan kan användas för att förebygga konflikter, stärka relationer och skapa en miljö där både elever och lärare mår bättre. I *Varför elever beter sig som de gör* beskriver hon hur hjärnans nätverk påverkar beteende och inlärning, men också vad som sker när hjärnan blir överbelastad eller utmattad.

Boken tar upp hur vuxna kan möta elever på ett sätt som både minskar konflikter och stärker skolnärvaro, och ger konkreta verktyg för att förstå och hantera mer komplexa situationer som explosiva utbrott och problematisk skolfrånvaro. Här förklaras vad som händer när den unga hjärnan inte längre har några krafter kvar, hur funktionsnedsättningar kan påverka skolnärvaro och hur samspelet mellan elev, skolpersonal och vårdnadshavare kan bli mer konstruktivt.

Exemplen om hur du kan hantera olika skolsituationer är skrivna i samarbete med **Mona Liljedahl** som är leg. gymnasielärare i svenska och engelska och sedan många år verksam som specialpedagog i grundskolan



Parallellt med lanseringen av boken för skolpersonal släpper Lena Skogholm också *Så funkar din tonårshjärna – förstå hjärnan och bli snällare mot dig själv*, en bok för unga från 13 år och uppåt. Boken kan med fördel användas i skolan för att lära sig om psykisk hälsa och hur man kan ta hand om sin hjärna. Det underlättar skolarbetet och skyddar bland annat mot överbelastning och utmattning - en av de stora orsakerna till psykisk ohälsa. Boken fungerar utmärkt som ett pedagogiskt stödmaterial på bland annat lektioner inom ämnena biologi och idrott och hälsa.

Utgivningsdag: 21 oktober.

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](mailto: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, bland annat som lärare under 10 år, 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 elever. 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. [www.lenaskogholm.se](http://www.lenaskogholm.se)