



Eva Krabbenhöfts tale om tillid til sig selv ved Talefest Syd

Taler

Eva Krabbenhöft
Elev på A.P. Møller Skolen

Dato

18. marts 2025

Sted

Odense Hovedbibliotek

1 Tror du på dig selv og gør du det, du virkelig vil?

Eller laver du stadig det, de andre laver?

5 Selvtillid, en byggesten for tillid.

Selvtillid, at stole på sine egne evner og beslutninger.

Et ord.

10

Et ord der skal være afgørende for vores lykke og succes?

Store beslutninger er hårdt, og man er bange for at tage en "dårlig beslutning".

15 Jeg tror ikke på, at mine egne valg altid er rigtige.

At stole på sig selv er svært. Ikke at kritisere sig selv er svært.

20

Når man står foran spejlet, eller lige har fået en eller anden aflevering tilbage fra skolen.

Der er så meget usikkerhed, og det er os unge der er påvirket.

Der er tusind muligheder for fremtid og job, og hvad er nu det rigtige valg?

25

Hvad hvis jeg fejler, og hvad hvis jeg ikke bliver til noget.

Som ung bliver vi konstant stillet foran beslutninger, og skal tage stilling til en

30 overvældende mængde.

Det er ikke kun egen pres og tvivl på os selv og vores evner.

En stor del er de sociale medier og det med at sammenligne sig selv med andre.

35

Vi glemmer ofte at det vi ser på skærmen, ikke altid er sandheden.

Mange ting der gør at selvtillid er megasvært.

40 Derfor skal vi sørge for godt selvværd og tillid til os selv.

Vi skal fokusere på os selv og ikke på andre.

Selvtillid er nøglen. Manglende selvtillid fører til mistillid.

45

Vi har oplevet mistillid, vi alle har.

Mistillid på grund af mennesker der har såret dig. Mistillid i skolen eller også i familien.

50

Mistillid er en dårlig rustning, der forhindrer mere end den beskytter.

Man skal ud i verdenen og lære at mistillid ikke er den rigtige vej.

55 Vi skal stå ind for os selv og det vi vil. Være mindre bekymret for hvad de andre tænker. Opbygge et sundere mindset.

“Fejl er et tegn på svaghed” tænker mange, men det er forkert.

60 Vi har alle hørt denne sætning, at fejl er vigtige og at det gør en stærkere. - Men en stor del af os tænker stadig, man er svag eller dårlig, når der mislykkes noget.

Accept er det, der er vigtigt, - acceptere at man fejler.

65 Acceptere at man skal stå op igen - og igen.

Det er hårdt, men en del af at styrke sin selvtillid. - Vi skal accepter fejl og at der

ikke findes det perfekte menneske.

70

Hvordan snakker du til dig selv når du fejler?

Er du kritisk og hård mod dig selv? - Aldrig ville vi være på denne måde når vi snakker til vores venner eller familie.

75

Hvorfor så snakke sådan til os selv.

Når vi er sammen med vores venner er vi ærlige men stadig sød, så vi ikke sårer dem. Men når det kommer til os selv, - ser det anderledes ud. Hvorfor?

80

Et stort skridt mod bedring af vores selvtillid er, at snakke sødt til sig selv.

Selvtillid er meget arbejde, og det er der - ikke bare pludseligt.

85 Det er en lang proces, og små skridt - hjælper dig længere og længere i den rigtige retning.

Vi har alle potentialet og muligheden for at opnår selvtillid.

90 Hvad for et skridt tager du nu?

Accepterer du dine fejl, - stopper du med at måle dig med andre og folk i de sociale medier, - stoler du på dine valg, - eller starter du på at være mindre kritisk og hård mod dig selv?

95

Alt dette fungerer kun hvis du selv tager det i hånden og tror på dig selv.

Så tro på dig og tør at gøre det du vil!

100

Kilde

Manuskript tilsendt af taler og udgivet af Danske Taler med tilladelse fra taler.

Kildetype

Digitalt manuskript

105

Tags

Agitationstale, Talefest

Relateret

Anne Dicte Madsens tale "Jeg slår op" ved Talefest Syd
18. marts 2025

110 Frida Sloth Henriksens tale "En 10. klasse gør en forskel" ved Talefest Syd
18. marts 2025

Rasmus O. Nylands tale "Er AI virkelig så godt?" ved Talefest Syd
18. marts 2025

Signe Steenholdts tale om uddannelsesparathed ved Talefest Syd
18. marts 2025

115

URI

<https://www.dansketaler.dk/tale/eva-krabbenhofts-tale-om-tillid-til-sig-selv-ved-talefest-syd>

120

125

130

135

140

145