



Joey Damgaard Leths tale om at tage chancer ved Talefest Midt

Taler

Joey Leth Damgaard
Elev på Aarhus Katedralskole

Dato

19. marts 2025

Sted

Dokk1, Aarhus

1 Forestil dig, at du står på en klatrevæg. Dine hænder er svedige. Det sidste greb er lige foran dig, men hvis du rækker ud efter det, risikerer du at falde. Hvad gør du? Rækker du ud – eller klatrer du forsigtigt ned igen?

5 Jeg har ofte valgt at klatre ned. At blive i det sikre. Men jeg har også lært, at hver gang jeg gør det, går jeg glip af noget vigtigt...

Der er mange situationer, hvor vi står mellem to valg: Skal vi tage chancen og risikere at fejle? Eller skal vi lade frygten styre os og give op på forhånd?

10

Det kan være at række hånden op i klassen, selvom svaret måske er forkert. At kaste sig ud på den sorte piste, selvom man kan ende med at falde. At spille musik foran andre og risikere at ramme en forkert tone. Eller at stille sig op foran et publikum og holde en tale – og måske glemme alle ordene.

15

Alle de ting kan virke meget grænseoverskridende, for hvad nu hvis det går galt. Hvad hvis man rækker hånden op og siger noget helt forkert. Hvis man prøver kræfter med den sorte piste, men vælter og slår sig. Spiller foran hele klassen, men ender med at spille helt forkert og ødelægge det for resten af gruppen. Eller stiller sig op foran folk og holder en tale, men glemmer det hele i nervøsitet.

20

Det er de tanker der gør at jeg ofte ender med slet ikke at prøve. Jeg beholder hånden nede, jeg bliver på den blå piste og jeg bliver hjemme den dag, hvor jeg skal holde talen. Men man lærer ikke at svømme ved at gå på kanten og idet jeg bliver på kanten, går jeg glip af så meget. Jeg går glip af nogensinde at stå på den sorte piste. Jeg går glip af at spille alt rigtigt og få en masse ros fra andre bagefter. Jeg går glip af den fantastiske følelse af at prøve noget man ikke troede man kunne og finde ud af at man godt kunne alligevel. Men vigtigst af alt, går jeg glip

25

30 af at finde ud af, at man kan prøve og fejle, og at det også er okay. Det hele skal nok gå alligevel.

Men hvordan overvinder man så frygten? Tænk på en gang, hvor du lykkedes. Hvor du stod over for noget, der skræmte dig, men alligevel tog chancen – og
35 klarede det. Måske var det, da du tog springet fra 5 meter vippen eller første gang du satte dig ind bag rattet og skulle køre bil.

Kan du huske følelsen bagefter? Lettelsen. Glæden. Stoltheden.

40 Når vi oplever succes, sker der noget i hjernen. Den frigiver serotonin – et stof, der giver os en følelse af glæde og selvtillid. Det er den følelse, der gør, at vi tør gøre det igen næste gang. At vi langsomt bygger en tro på, at vi faktisk godt kan. Men for at få den følelse, skal vi turde prøve. Hvis vi altid lader frygten styre os, så snyder vi os selv for den oplevelse.

45 Så næste gang du står i en situation, hvor du mærker nervøsiteten, så mind dig selv om de gange, hvor du har overvundet den. Hold fast i den følelse. For jo flere gange du gør det, jo lettere bliver det. Og pludselig, en dag, vil det føles helt naturligt. Ikke fordi frygten forsvinder helt – men fordi du bliver mere og mere
50 sikker på, at du kan klare det alligevel.

Denne teknik har jeg selv brugt, når jeg har skulle overvinde min frygt. Jeg har særligt tænkt tilbage til da jeg skulle holde tale til min konfirmation. Mine forældre havde sagt at jeg ikke behøvede at holde tale og jeg overvejede stærkt at
55 lade vær. Men jeg fik taget mig sammen. Jeg stillede mig op foran alle og holdt min tale. Og intet af det jeg havde frygtet skete. Jeg glemte ikke ordene. Der var ikke nogen der grinte af mig, men i stedet grinte de med mig. Efter talen fik jeg en masse ros og det var aldrig sket, hvis jeg ikke havde taget mig sammen og set frygten i øjnene.

60 Vi husker sjældent de gange, nogen fejlede. Hvor mange kan huske, hvornår nogen sidst rakte hånden op og svarede forkert? Eller hvem der spillede forkert til sammenspil? Til gengæld husker vi tydeligt de gange, nogen lykkedes. Når nogen spillede en fantastisk solo. Når nogen overvandt deres frygt og susede ned
65 ad den sorte piste. Når nogen holdt en rørende tale, der ramte os. Det er de ting vi tager med os og husker på.

70 Så næste gang du står i en situation, hvor du tvivler på, om du kan klare det –
prøv alligevel. Tag chancen. Ræk ud efter det sidste greb på klatrevæggen. Hold
den tale. For uanset hvad, skal du nok klare det. Og du vil helt sikkert lære en
masse af det.

75

Kilde

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

Kildetype

Digitalt manuskript

80

Tags

Agitationstale, Talefest

Relateret

Ida Stampe Haghs tale om gratis offentlig transport ved Talefest Midt
19. marts 2025

85

Isabelle Fontini Degns tale "Fra formynderi til frihed" ved Talefest Midt
19. marts 2025

Jonas Overgård Christensens tale om elcyklister ved Talefest Midt
19. marts 2025

Lukas Rask Jensens tale om ensomhed ved Talefest Midt
19. marts 2025

90

Magnus Gyldholm Møllers tale om atomkraft ved Talefest Midt
19. marts 2025

Louise Fjeldgaard Hvalsøes tale om kvindedrab ved Talefest Midt
19. marts 2025

Naja Marie Kjær Bramsens tale om privatøkonomi på skoleskemaet ved Talefest Midt
19. marts 2025

95

Oscar Moen Søndergaards tale om ligestilling ved Talefest Midt
19. marts 2025

URI

<https://www.dansketaler.dk/tale/joey-damgaard-leths-tale-om-at-tage-chancer-ved-talefest-midt>

100

105