

# PolicyLab Håndbog: Værktøjer til ungdomsdemokrati

Politik kan ofte føles som et fremmed sprog – noget der foregår i parlamenter og nyheds studier, langt væk fra din hverdag. Men sandheden er mere nærværende. Politik er grunden til, at din transport koster, hvad den gør, hvorfor din studiegæld følger dig mange år efter din uddannelse, og om du har råd til at leje en bolig i den by, du er vokset op i.

Denne håndbog er din guide. Du behøver ikke en statskundskabsuddannelse for at forstå, hvordan magt fungerer. Du behøver blot de rigtige spørgsmål.

Brug denne guide til bedre at forstå, hvordan politiske forslag bliver formet, opdage hvordan de påvirker dit eget liv, og ruste dig til at træffe bevidste valg ved valget i 2026 og fremover.

## Sådan bruger du håndbogen:

Tænk på denne håndbog som et sæt værktøjer snarere end en akademisk tekst. Du behøver ikke læse den fra start til slut. Brug den i stedet på den måde, der fungerer bedst for dig:

- Spring rundt: Står du overfor en valgdebat i næste uge? Gå direkte til afsnit 2 om at spotte "bullshit". Forsøger du at forstå en ny lov? Spring til afsnit 1.
- Brug tjeklisterne: I de næste kapitler finder du korte tjeklister. Brug dem til at analysere nyhedsartikler, TikTok-rants eller kampagne flyers i realtid.

- Tag den med til workshoppen: Denne guide er designet til at fungere hånd i hånd med Policy Lab-workshops. Skriv noter i marginen og tag dine spørgsmål med.

En kort note om sproget: Ordet *politik* vil dukke op mange gange på de næste sider. Husk, at en politik i bund og grund blot er en handlingsplan. Det kan være en lov, et statsbudget eller et politisk partis løfte. Denne håndbog hjælper dig med at afkode det hele.

Vi har holdt det enkelt og letforståeligt, for politik er for alle.

# Indholdsfortegnelse

<b>PolicyLab Håndbog: Værktøjer til ungdomsdemokrati</b>	<b>1</b>
<b>01 Introduction</b>	<b>4</b>
<b>02 Den Danske Kontekst</b>	<b>6</b>
<b>03 Sådan læser du et politisk forslag</b>	<b>11</b>
<b>04 At gennemskue "bullshit" i politiske forslag</b>	<b>14</b>
<b>05 Hvem vinder, hvem taber, og hvem bestemmer?</b>	<b>20</b>
<b>06 Utilsigtede konsekvenser og afvejsninger</b>	<b>25</b>
<b>07 Brug af politikanalyse i hverdagen</b>	<b>29</b>
<b>08 Fra kritik til handling</b>	<b>35</b>
<b>09 Konklusion</b>	<b>42</b>

# 01 Introduction

Mange opfatter politik som et fjernt skuespil – noget der udspiller sig i parlamentets sale mellem karrierepolitikere og nyhedsværter, mens resten af os blot ser til. Virkeligheden er mere nærværende. Som Timothy Snyder argumenterer, er hverdagslivet i sig selv politisk, fordi selv små handlinger er med til at forme fælles samfundsmæssige resultater (Snyder, 2017).

Det afgør, om din løn kan følge med stigende huslejer, om du kan indånde ren luft i den by, du har råd til at bo i, om der er adgang til mental sundhed støtte, når du har brug for det, og om din studiegæld kommer til at præge dine tredivere. Det former også adgangen til børnepasning, stabiliteten i din internetforbindelse, trygheden i de offentlige rum omkring dig og hvor sikre og stabile de jobs er, du søger. Politik er ikke en separat verden. Det er den verden, du lever i – organiseret gennem beslutninger, der bliver truffet i dit navn.

Politiske beslutninger former hverdagslivet gennem det, som David Easton beskrev som den "autoritative fordeling af værdier" i et samfund (Easton, 1953). I sin kerne handler politik om den løbende forhandling af ét grundlæggende spørgsmål: Hvordan ønsker vi at leve sammen? Hver politisk beslutning, hvert budget og hver lov er et svar på netop det spørgsmål.

Men disse svar er aldrig neutrale. De formes af magt, økonomiske interesser og af hvilke stemmer der bliver hørt og hvilke der bliver overset. Når en regering vælger at støtte privat sundhedspleje frem for den offentlige, vil nogle aktører drage fordel af beslutningen, mens andre må vente længere på behandling i det offentlige system. Når et budget prioriterer skattelettelser frem for investeringer i klimatilpasning, træffes der samtidig en beslutning om, hvem der skal bære omkostningerne i fremtiden.

At forstå, hvordan disse valg bliver truffet, og hvem der har indflydelse på dem, er en vigtig del af at være en oplyst og ansvarlig samfundsborger.

Konsekvenserne af disse valg rammer direkte din generation. Rentecændringer påvirker din mulighed for at finde og betale en bolig. Boligpolitik afgør, om du kan slå rødder i den by, du er vokset op i. Klimamål – eller fraværet af dem – er med til at forme den verden, du vil leve i, når du er i fyrrerne og halvtredserne. At være uvidende om, hvordan politik fungerer, betyder i praksis, at disse beslutninger bliver truffet uden dig. At forstå dem giver dig en stemme i, hvordan de bliver til.

Denne håndbog er tænkt som et praktisk redskab til netop den forståelse. Den forventer ikke, at du bliver politik ekspert fra den ene dag til den anden. I stedet tilbyder den nogle rammer for at se de politiske beslutninger, der er indlejret i hverdagen: i de nyheder du scroller igennem, i de valgløfter du hører, og i samtalerne på arbejde eller ved middagsbordet derhjemme.

Ved at lære at læse et politisk forslag, genkende tom retorik og undersøge, hvem der vinder, og hvem der taber, kan du rette din energi mod det, der betyder mest for dig – hvad enten det er klimaretfærdighed, boligspørgsmål, mental sundhed eller andre emner, der påvirker dit liv.

Dette kræver ikke en uddannelse i statskundskab. Målet er at oversætte komplekse systemer til tilgængelige værktøjer – værktøjer, du kan tage med ind i stemmeboksen, til en demonstration, et borgermøde eller en debat med dine venner.

## 02 Den Danske Kontekst

Der findes omkring 1.300 love i landet, men den vigtigste er Grundloven. Dette dokument fastlægger de grundlæggende regler for det demokratiske system. Den består af 11 kapitler og 89 paragraffer og danner fundamentet for den politiske orden.

Danmark blev et demokrati i 1849, da den første grundlov blev vedtaget. Indførelsen markerede afslutningen på enevælden. Kongens magt blev begrænset, og en større del af befolkningen fik stemmeret.

Alle andre love skal være i overensstemmelse med Grundloven. På grund af dens grundlæggende betydning er det også langt sværere at ændre den end almindelig lovgivning. Siden 1849 er den kun blevet ændret fire gange.

Styreformen er et konstitutionelt monarki, som det fremgår af Grundlovens § 2. Det betyder, at monarken formelt besidder den udøvende magt, men at denne magt er begrænset af Grundloven.

I praksis er monarkens politiske magt i dag meget begrænset. Monarken udøver ikke selvstændig politisk myndighed. I stedet ledes landet af en regering, som ikke må have et flertal i Folketinget imod sig (Folketinget, 2025).

## 3 forvaltningsniveauer

Politikken i Danmark udformes på tre forvaltningsniveauer, der hver har forskellige ansvarsområder.

Niveau	Hvem er de?	Hvad beslutter de
State	Folketinget + Regeringen	Nationale love, budgetter, udenrigspolitik, forsvar, klimamål, uddannelse, rammerne for sundhedsvæsenet.
Regional	5 regioner	Hospitaler, psykiatrisk behandling, regional offentlig transport.
Kommuner	98 kommuner	Lokale skoler, ældrepleje, sociale ydelser, lokal infrastruktur, arealplanlægning.

De fleste politikker, der har indflydelse på din dagligdag, kræver, at alle tre niveauer samarbejder.

## Ministerier

De forskellige ministerier har ansvaret for forskellige politikområder.

Ministeriet	Ansvarsområdet
Finansministeriet	Statsbudgettet, skatter, økonomisk politik
Klima og energiministeriet	Klimatiltag, energiproduktion, grøn omstilling
Transportministeriet	Motorveje, jernbaner, infrastruktur
Justitsministeriet	Domstole, politi, strafferet
Udenrigsministeriet	Internationale relationer, EU-politik, forsvar

Kulturministeriet	Medier, sport, kunst, fritid
Børne- og Undervisningsministeriet	Folkeskole, gymnasiet
Uddannelses- og Forskningsministeriet	Universitetet, SU
Social Affairs	Social- og Boligministeriet
Arbejdsministeriet	Arbejdsmarkedet, arbejdsløshedsunderstøttelse
Udlændinge- og Integrationsministeriet	Statsborgerskab, asyl, integration
Sundhedsministeriet	Hospitaler, sundhedspolitik
Ministeriet for Fødevarer, Landbrug og Fiskeri	Landbrug, fødevarer, fiskeri

Efter et valg rådgiver partilederne monarken om, hvem der bør lede regeringsdannelsen. Monarken udnævner derefter en statsminister (i øjeblikket Mette Frederiksen), som sammensætter et ministerhold. Ministrene behøver ikke nogen særlig uddannelse, og de behøver ikke engang at være medlemmer af Folketinget, selvom de fleste er det.

Danmark fungerer efter et negativt parlamentarisk system, hvilket betyder, at en regering ikke kræver flertal, men blot skal undgå at have et flertal imod sig. Dette system resulterer ofte i mindretalsregeringer, der skal forhandle sig til støtte fra flere partier for at få vedtaget lovgivning.

Den nuværende regering, der har siddet siden december 2022, er en koalition mellem Socialdemokraterne, Venstre og De Moderate. Denne flertalsregering bygger bro over den traditionelle kløft mellem venstre og højre.

## **Hvordan love bliver til**

### Step 1: De politiske prioriteter fastlægges

Regeringen udarbejder et regeringsgrundlag, der angiver, hvad den ønsker at opnå. Hvert år fremlægger den et lovforslagskatalog med forslag, som den forventer at opnå flertal for.

### Step 2: Høring

Inden et lovforslag behandles i Folketinget, sendes det til organisationer og myndigheder med henblik på høring. Fristen er normalt fire uger. Alt materiale offentliggøres på Høringsportalen.dk.

Hvorfor det er vigtigt: Dette er en formel mulighed for civilsamfundet, herunder fagforeninger, virksomheder, NGO'er og interesseorganisationer, til at påvirke politikken, inden den når Folketinget.

### Step 3: Forhandlinger

Ministrene forhandler med andre partier for at sikre et flertal. Aftaler udformes ofte som politiske forlig, der er politisk bindende, men ikke juridisk bindende.

### Step 4: Afstemning i Folketinget

Lovforslaget behandles, gennemgås i udvalgene og sættes til afstemning. Ministrene skal besvare spørgsmål fra folketingsmedlemmerne sandfærdigt; vildledning af Folketinget kan få konsekvenser.

#### Step 5: Loven træder i kraft

Når loven er vedtaget, offentliggøres den på retsinformation.dk og gennemføres af ministerier, regioner og kommuner.

#### EKSEMPEL

Den grønne trepartsaftale (2024): Regeringen indgik en banebrydende aftale med landbrugsorganisationer og miljøgrupper om at indføre EU's første afgift på landbrugsemissioner. Dette viser, hvordan politik udformes gennem forhandlinger mellem regeringen, erhvervslivet og civilsamfundet.

### **Parties for the 2026 Parliament Elections**

A. Socialdemokratiet – Mette Frederiksen

B. Radikale Venstre – Martin Lidegaard

C. Det Konservative Folkeparti – Mona Juul

F. SF – Socialistisk Folkeparti – Pia Olsen Dyhr

H. Borgernes Parti – Lars Boje Mathiesen

I. Liberal Alliance – Alexander Vanopslagh

M. Moderaterne – Lars Lykke Rasmussen

O. Dansk Folkeparti – Morten Messerschmidt

V. Venstre, Danmarks Liberale Parti – Troels Lund Poulsen

Æ. Danmarks Demokraterne – Inger Støjberg

Ø. Enhedslisten – De Rød-Grønne – Pelle Dragsted

Å. Alternativet – Franciska Rosenkilde

## 03 Sådan læser du et politisk forslag

Enhver politik er en løsning på et problem, som nogen har defineret. Inden du beslutter, om du er enig i løsningen, skal du forstå, hvad politikken egentlig går ud på. Brug Policy Decoder til at analysere den.

### A. Det grundlæggende

- Hvad er forslagets officielle navn?
- Hvem har offentliggjort det? Hvor stammer det fra? (Et politisk parti? Et ministerium? En NGO?)

### B. De 4 punkter

1. Målet: Hvilket problem forsøger man at løse?
  - Hold øje med: »Denne politik har til formål at...« eller »For at løse problemet med...«
2. Målgruppen: Hvem skal dette hjælpe (eller regulere)?
  - Hold øje med: Specifikke demografiske grupper (elever, forældre, arbejdsløse), aldersgrupper eller indkomstgrupper.
3. Mekanismen: Hvordan fungerer det rent praktisk? Hvilken strategi vil de implementere?
  - Se efter: Er det en lov? En nedskæring i bevillingerne? En ny skat? En oplysningskampagne?
4. Tidsplan og ansvar: Hvornår vil det ske, og hvem har ansvaret?

- Se efter: »Senest i 2027...« eller »Ministeriet for X vil føre tilsyn med...«

Hvis tiden tillader det: Gå videre

Når du har gennemgået det grundlæggende, skal du ikke stoppe der. Et par hurtige søgninger kan give dig mere information end selve forslaget:

Undersøg forslagsstilleren. Har vedkommende tidligere fremsat lignende forslag? Virkede det? Har vedkommende tidligere stemt for eller imod lignende idéer?

Undersøg problemet. Er dette emne allerede blevet undersøgt? Findes der eksisterende løsninger fra andre byer eller lande, som du kan sammenligne med?

Internettet byder på en verden af information. Brug det. Begræns dig ikke til det, du allerede ved, eller det, forslaget vil have dig til at tro.

Tjekliste:

- Kan jeg sammenfatte denne politik i én sætning?
- Nævner den en bestemt gruppe, som den har til hensigt at hjælpe?
- Er det klart, om der er tale om en ny lov, en ændring i udgifterne eller blot et forslag?

## Øvelse i udarbejdelse af et politisk forslag: Den danske sundhedsreform 2024

<https://www.ism.dk/Media/638954298352847005/Danish%20Health%20Care%20Reform%202024%20%20in%20brief.pdf>

**Din opgave er nu at læse politikforslaget grundigt igennem og besvare følgende spørgsmål:**

Mål – Hvilket problem forsøger jeg at løse?	
Målgruppe – Hvem er det meningen, at dette skal hjælpe?	
Mekanismen – Hvordan fungerer den?	
Tidsplanen – Hvornår sker det?	
De ansvarlige aktører – Hvem har ansvaret for gennemførelsen?	

**Tag et skridt videre:**

Undersøgelse af initiativtageren	
Undersøg problemet	
Hvad er det, der ikke bliver sagt?	
Tjek status	

**Baseret på din analyse:**

- Beskriv med et enkelt sætning, hvad denne politik egentlig går ud på:
-

- På en skala fra 1 til 5: Hvor klart er dette forslag? (1 = meget vagt, 5 = meget konkret)
- 

- Hvis du var 25 år og havde svært ved at betale huslejen, ville dette lovforslag så hjælpe dig? Hvorfor, eller hvorfor ikke?
- 

- Hvilket spørgsmål ville du stille til lovforslagets ophavsmænd?
- 

## 04 At gennemskue “bullshit” i politiske forslag

Jo mere vi forbruger, desto dårligere bliver vi til at bedømme, hvad der er sandt. Da 80 % af europæerne er online, afhænger demokratiet af vores evne til at filtrere kritisk.

Derfor har EAVI (Media Literacy for Citizenship) udviklet værktøjer til at gå »ud over falske nyheder«, som hjælper os med at navigere i en mediemættet verden med intention, ikke bare instinkt.

Før vi dykker ned i det, en hurtig bemærkning: disse værktøjer er ikke magiske. Deres effekt kan variere fra neutral til høj afhængigt af situationen. I det virkelige liv vil du sjældent finde en enkelt faktor, der virker alene; de er næsten altid indbyrdes forbundne.



Figure 1: Understanding how we can be manipulated, 10 types of misleading news, EAVI.

- Propaganda: er information, der spredes for at fremme en sag, fremme en idé eller skade en modstander. Den er ikke objektiv. Den er ikke neutral. Det er information med en dagsorden. Men her kommer det overraskende: propaganda er ikke altid dårlig. Ordet har en negativ klang, og det er der god grund til.

- Clickbait: findes for at få dig til at klikke, ikke for at informere dig. Overskriften lover alt; artiklen leverer intet.
- Sponsoreret indhold: Ved første øjekast kan sponsoreret indhold (eller »native advertising«) virke harmløst, men en undersøgelse fra Stanford viste, at 80 % af eleverne i mellemskolen ikke kunne se forskel på sponsoreret indhold og ægte nyheder.
- Satire og hoax: Satire bruger humor, ironi og overdrivelse til at afsløre det absurde ved magten. Den får dig til at grine, men den bedste satire får dig også til at tænke. Den holder politikere ansvarlige ved at sætte deres modsigelser på scenen, så alle kan se dem.
- Fejl: Nyheder kan indeholde fejl, og nogle gange kan sproget være vanskeligt med vilje for at forvirre læseren.
- Partisk: Ideologisk og inkluderer fortolkning af fakta og foregiver at være upartisk.
- Konspirationsteori: forsøger at forklare en kompleks virkelighed på en enkel måde som reaktion på frygt eller usikkerhed.
- Pseudovidenskab: eksempler inkluderer greenwashing, mirakelkure, antivaccination osv.
- Fejlinformation: kan være på to måder, som en ærlig fejl eller som en bevidst løgn for at vildlede.
- Falsk: helt falsk indhold spredt bevidst for at desinformere.

## **Her er et konkret værktøj**

*En værktøjskasse til kritisk tænkning*

Politikere og fortalere bruger ofte et sprog, der er beregnet til at give dig en god fornemmelse, uden egentlig at love noget konkret. Her kan du læse, hvordan du genkender vage påstande og vildledende udsagn.

- Advarselstegnene på "bullshit":

- De "generiske" ord: Hold øje med ord, som alle er enige om, men som ikke betyder noget i sig selv. Ord som "frihed", "retfærdighed", "reform" eller "støtte til familier".
- Spørg: Hvad betyder "frihed" egentlig her? Frihed fra noget eller frihed til at gøre noget?
  - Det magiske tal: Statistikker er nemme at manipulere.
- Spørg: Hvor kommer dette tal fra? Er det et gennemsnit? Er det en prognose? (f.eks. "Vi vil skabe 1.000 arbejdspladser!" – over hvilken periode? Til hvilken pris?)
- Løsningsfælden: At love en enkel, perfekt løsning på et komplekst problem.
  - Spørg: Hvis problemet var så let at løse, hvorfor er det så ikke allerede løst? Hvad overser de?
- Bingo med tomme buzzwords:
  - "Strømlining" (betyder normalt nedskæringer/færre tjenester)
  - "Empowerment" (uden at sige hvordan)
  - "Verdensklasse" (uden en definition)
  - "At tage kontrollen tilbage" (kontrol over hvad, præcist?)

Den gyldne regel for at gennemskue vrøvl: *Hvis du ikke kan forestille dig, hvordan succes ser ud i din dagligdag, er det sandsynligvis tom retorik.*

Desuden ved vi, at politikere vælger deres ord med omhu, men det, de ikke siger, er ofte mere afslørende end det, de siger. Spørg dig selv: Hvad er det, der udelades? Omkostningerne? Kompromiserne? De mennesker, der risikerer at blive tabere? Og hvis du kan undersøge det på egen hånd.

*Sanewashing: et nyt begreb og ord, der er nødvendigt i dag. Det kan defineres som handlingen at minimere de opfattede radikale aspekter af en person eller idé for at få dem til at fremstå mere acceptable for et bredere publikum. Ved fjernelse af medier og kontekst.*

## Øvelse i at gennemskue vrøvl:

<https://www.liberalalliance.dk/wp-content/uploads/2025/09/50-forandringer-paa-100-dage.pdf>

Sammenfattet: Den 6. september 2025 mødtes fire danske oppositionspartier – Den Liberale Alliance, Danmarksdemokraterne, De Konservative og Dansk Folkeparti – til det første »Borgerlige Konvent« i Fredericia. Her fremlagde de i fællesskab en liste med 50 politiske forslag, som de lovede at gennemføre inden for de første 100 dage af en fremtidig centrum-højre-regering.

De fire partiledere: Alex Vanopslagh (LA), Inger Støjberg (DD), Morten Messerschmidt (DF) og Mona Juul (KF) fremlagde en liste med ikke mindre end 50 forslag, som de vil gennemføre inden for de første 100 dage af en centrum-højre-regering.

Blandt løfterne:

- Genindføre butiksnedlukningsdagen som helligdag
- Afskaffe arveafgiften
- Tillade atomkraft i Danmark
- Øge støtten til private skoler
- Udarbejde en plan for at slanke DR (Danmarks Radio)
- Afskaffe »racismeparagraffen«
- Stramme indvandringspolitikken
- Indføre et skattefrys og en skattereform
- Kortlægge "islamisk infiltration"

Advarelses tegn	Er det til stede? (Ja/Nej)	Bevis fra teksten
"Generiske" ord (vage)		
Det magiske tal		
Løsningsorienteringens		

fælde (forenklet)		
Tomme buzzwords (store, men indholdsløse)		
Urealistisk tidsplan		
Manglende nøglespillere		

Hvad mangler der i dette forslag? Overvej følgende:

- Omkostninger: Hvor meget vil 50 politikker koste? Hvem betaler?
- Afvejninger: Hvis atomkraft tillades, hvad sker der så med de eksisterende energiinvesteringer?
- EU-lovgivning: Nogle løfter (atomkraft, tilbagetrækning fra EMRK) kræver forhandlinger med EU. Er det nævnt?
- Venstre: Det største blå parti var ikke med. Hvordan bliver disse løfter til lov uden dem?
- Hvorfor nu? Hvorfor lancerede disse fire partier denne 50-punktsplan i september 2025?

Hvad er ikke blevet sagt?	Hvorfor har de mon udeladt det?

Baseret på din analyse:

1. Hvad er det egentlige formål med denne 50-punktsplan, kort sagt? (Er det at vedtage en lov? Eller at sende et signal?)

---

2. På en skala fra 1 til 5: Hvor meget af denne plan er "vrøvl"? (1 = helt holdbar, 5 = helt tom) Hvorfor valgte du det tal?

---

3. Hvis du skulle stemme ved det næste valg, hvad ville du så gerne spørge disse partiledere om, før du troede på deres løfter?

---

## **05 Hvem vinder, hvem taber, og hvem bestemmer?**

Statsvidenskabsmanden Harold Lasswell formulerede det på en mere enkel måde. Politik, sagde han, er studiet af »hvem der får hvad, hvornår og hvordan«.

Det er det centrale spørgsmål i dette kapitel. Enhver politik fordeler noget: penge, magt, muligheder eller risiko til nogen. Din opgave er at finde ud af, hvem der ender med hvad, og hvorfor.

## *Kortlægning af magt og interesser*

Politik er ikke neutral. Den fordeler ressourcer og muligheder. For hver vinder er der ofte nogen, der bliver ladet i stikken. Din opgave er at finde ud af, hvem det er.

### Step 1: Identificer interessenterne

Lav en liste over alle grupper, der har interesse i denne politik.

- Eksempler: Elever, lærere, private virksomheder, forældre, skatteydere, udlejere, kommende generationer.

### Step 2: Oversigt over strømforbruget

Tegn et simpelt diagram.

- Stor indflydelse / Stor interesse: Beslutningstagerne (f.eks. ministre, partiledere).
- Stor indflydelse / Lille interesse: Personer, der kunne ændre tingene, men som ikke ser det som en prioritet (f.eks. centralbanken, internationale investorer).
- Lille indflydelse / Stor interesse: De, der er mest berørt af politikken, men som har ringe direkte indflydelse (f.eks. unge, flygtninge, mindstelønnede).

### Step 3: Analyser afvejningen

Hvis politikken hjælper unge iværksættere med at få tilskud:

- Vinderne: Folk, der ønsker at starte en virksomhed.
- Taber: Eksisterende små virksomheder, der nu står over for større konkurrence? Kunststøtten, der mistede sin budgetbevilling?
- Beslutningstagerne: Erhvervsministeren, det udvalg, der godkendte budgettet.

Spørg dig selv: Er kløften mellem de »beslutningstagere« og de "berørte" for stor? Burde de mennesker, der har "begrænset indflydelse", have mere at sige?

Husk: Det er nemt at se på en politik og tænke: "Det lyder som noget, venstrefløjen/højrefløjen ville foreslå." Men stereotyper er genveje, ikke analyse. Brug i stedet tid på at forstå, hvad denne politik rent faktisk indebærer.

### Øvelse om, hvem der vinder, og hvem der taber:

Politik fra Sydafrika (2013): Lokale kyllingeavlere siger, at de ikke kan konkurrere med billigere kylling importeret fra andre lande. De hævder, at udenlandske producenter har lavere omkostninger, og at dette truer de lokale arbejdspladser. Som reaktion herpå beslutter regeringen at hæve tolden (en afgift) på importeret kylling. Dette gør importeret kylling dyrere i de lokale butikker.

Link: [Poultry Production and Trade in the Republic of South Africa: A Look at Alternative Trade Policy Scenarios](#)

Opgave 1: Brainstorm over interessenter med tilknytning til politikken

Stakeholders	Hvorfor er de interesseret/berørt?

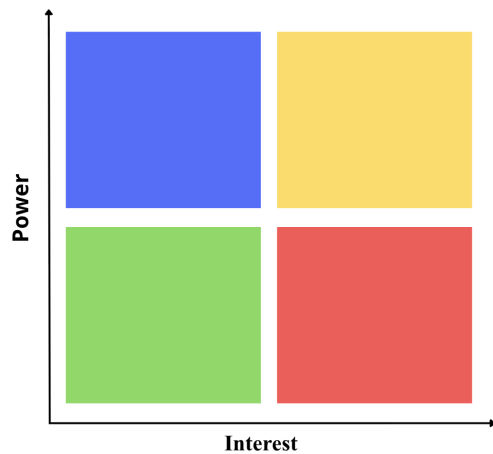
Opgave 2: Placer interessenterne i det mest passende felt

Grøn: Begrænset indflydelse og lav interesse

Blå: Stor indflydelse, men lav interesse

Rød: Stor interesse, men begrænset indflydelse

Gul: Stor interesse og stor indflydelse



Opgave 3: Læs teksten igen. Hvad er det erklærede mål med politikken?

Hvem vinder?

Hvorfor?

1.	
2.	
3.	

Hvem taber?

Hvorfor?

1.	
2.	
3.	

Hvad giver man afkald på?

---

Hvad opnås der?

---

På en skala fra 1 til 5: Hvor retfærdig er denne afvejning? (1 = helt urimelig, 5 = helt rimelig)

---

Hvorfor?

---

## 06 Utilsigtede konsekvenser og afvejninger

*Fokus på "Og hvad så?"*

Politik udspiller sig i en kompleks verden. En løsning på et problem skaber ofte et nyt problem et andet sted. Dette gælder især inden for klimapolitikken, hvor gode intentioner ofte støder sammen med økonomiske realiteter, kulturel identitet og menneskelig adfærd. Økonomiske aktiviteter medfører således ofte omkostninger, der ikke afspejles i markedspriserne, det såkaldte negative eksterne effekter (Pigou, 1920).

I det meste af den moderne historie blev politikker udformet, som om miljøet var usynligt. Beslutninger om transport, energi, landbrug og industri tog højde for omkostninger som arbejdskraft, materialer og fortjeneste, men ikke forurenede luft, forgiftet vand eller tabte økosystemer. Disse negative eksternaliteter, omkostninger der eksisterer, men aldrig vises i regnskabet, blev betalt af en anden eller af fremtidige generationer.

I dag har vi videnskaben. Vi forstår sammenhængen mellem kulrøg og forventet levetid, mellem industrielt landbrug og døde zoner i havet, mellem fossile brændstoffer og en opvarmende planet. Men politikken udformes stadig i siloer: transport her, boliger der, energi et andet sted.

Miljøet oplever dem alle på én gang, men ingen enkelt myndighed har ansvaret for at sætte dem i sammenhæng.

Resultatet er, at mange miljømæssige konsekvenser forbliver usynlige – ikke fordi vi ikke kan måle dem, men fordi den politiske proces ikke er indrettet til at se efter dem.

Dette værktøj hjælper dig med at se efter. Brug det, når du støder på en almindelig politik – bolig, transport, handel, landbrug – for at afdække de miljøpåvirkninger, der ligger lige for øjnene af os.

For at få en bedre forståelse af, hvilke konsekvenser en politik vil få:

*Ripple-effekt-testen:*

Vælg en politik, og gennemfør følgende step:

1. Politikken: "Regeringen indfører en kontant bonus for hvert barn, der fødes, for at øge fødselsraten."
2. Det tilsigtede resultat: Flere babyer, gladere forældre.
3. De utilsigtede konsekvenser ("hvad nu hvis"-scenarierne):
4. Økonomisk: Bliver bonusen blot ædt op af de høje udgifter til børnepasning?
  - Ulighed: Kan velhavende familier (som har mindre brug for pengene) lige så let få udbetalt bonusen som familier med lav indkomst? Udelukker den enlige forældre?
  - Miljø: Hvad er den langsigtede indvirkning på ressourcerne af en pludselig befolkningsstigning?
  - Socialt: Sætter det folk under pres for at få børn, de ikke er klar til?

Sådan kan man se på afvejsninger:

Hvert politisk valg har en pris.

- Hvis vi bruger penge på nye motorveje, går vi glip af muligheden for at bruge de penge på offentlig transport.

- Hvis vi lemper reguleringen af lejemarkedet for at hjælpe udlejere, risikerer vi at gøre boliger mindre overkommelige for lejere.

## Øvelse om utilsigtede konsekvenser og afvejninger

Den kunstige halvø Lynetteholmen (godkendt i 2021): København er i gang med at opføre en kunstig halvø ved navn Lynetteholmen i Øresundsstrædet, mellem Nordhavn og Refshaleøen. Projektet vil skabe 282 hektar nyt land (en udvidelse i forhold til de oprindelige 190 hektar) med plads til 35.000 indbyggere og 35.000 arbejdspladser. Byggeriet begyndte i 2021 og forventes afsluttet i 2070. De erklærede formål omfatter at beskytte København mod oversvømmelser som følge af stigende havniveauer, at skaffe boliger til den voksende by og at skabe et nyt »grønt« byområde med strande og rekreative områder.

Link: [Om Lynetteholm](#)

*Værktøjet til skjulte påvirkninger*

Step 1: Politikken

*Hvad er det?*

---

Step 2: Hvad er målet?

*Hvad påstår det, at det kan?*

---

Step 3: Påvirkningsområde

Potentielt berørt område	Potentielle side effekter
Produktion	
Transport	
Energi	
Arealanvendelse	
Affald	
Opførsel	

STEP 4: Skjult støtte

Er noget kunstigt billigt, fordi de sociale og miljømæssige konsekvenser ikke er indregnet i prisen?

---

## 07 Brug af politikanalyse i hverdagen

Som vi har nævnt flere gange i denne håndbog, er politik ikke noget fjernt, der kun foregår i parlamentsbygninger eller på valgaftenen. Det er den usynlige struktur, der omgiver os.

Politik former samfundet. Men samfundet former også politikken. De systemer, vi lever i, er ikke fastlåste eller naturgivne; de er resultatet af valg, som mennesker træffer, påvirket af det, de tror på, værdsætter og kræver. Det betyder, at politik også er dig: dine overbevisninger, din måde at handle på, din stemme og din tavshed.

Når vi diskuterer emner, der er så ladede som politik, økonomi eller klima, udveksler vi ikke blot information. Vi bringer vores identiteter, vores frygt, vores håb og vores livserfaringer med ind i rummet (Lundskow, G. et al., 2025). Og de samtaler med venner omkring middagsbordet, med kolleger i kaffepausen, med familiemedlemmer, der ser verden anderledes, kan nogle gange føles umulige.

Fakta alene ændrer sjældent folks holdninger. Bevis overbeviser ikke altid. Og når det føles personligt, kan uenighed hurtigt føles som et angreb.

Det er her, værktøjerne i denne håndbog møder noget dybere: hvordan vi taler med hinanden.

### **Værktøjer + empati**

En produktiv politisk diskussion kræver lytning og empati frem for blot at udveksle fakta (Cramer, 2020).

Tjeklisterne, afkodningsværktøjerne, spørgsmålene om ringvirkninger: Alt dette hjælper dig med at tænke klart. De hjælper dig med at spotte vrøvl, spore konsekvenser og se, hvem der vinder, og hvem der taber. De giver dig selvtilliden til at danne dine egne tanker i stedet for at gentage det, du har hørt på sociale medier eller fra en partitalsperson.

*Men klar tænkning er kun den ene halvdel af ligningen.*

Den anden halvdel handler om, hvordan du bringer disse tanker ind i samtalen. Og det kræver noget, som værktøjerne alene ikke kan give dig:

- Nysgerrighed efter at forstå, hvorfor andre har en anden overbevisning
- Empati for de livserfaringer, der har formet deres synspunkter
- Iværksomhed til at lytte, ikke blot at vente på, at det bliver ens tur til at tale
- Åbenhed over for at få sit eget synspunkt ændret
- Engagement i forholdet trods uenigheden

Når du kombinerer de analytiske værktøjer fra denne håndbog med ægte empati og en vilje til at lytte, sker der noget. Debatter handler mindre om at vinde og mere om at forstå. Samtaler bliver mindre stressende og mere berigende. Du får måske ikke den anden person til at skifte mening, og vedkommende får måske ikke dig til at skifte mening. Men I vil begge gå derfra med et klarere billede af, hvorfor I tror på det, I gør.

## **Kilder, hvor du kan finde information:**

Online:

- Folketingets hjemmeside: [Folketinget.dk](http://Folketinget.dk)
- Dansk portal om dine rettigheder: [Borger.dk](http://Borger.dk)

- Den officielle valghjemmeside: Valg.im.dk
- Den offentlige tv- og radiostation: DR (Danmarks Radio)
- Politik og politiske debatter: altinget.dk

#### Online Data:

- Rapporter om valgdeltagelse og vælgerkontakt: Det Danske Center for Valg og Partier
- Rådata inden for alt fra økonomi til demografi: Danmarks Statistik

#### I person:

- Borgermøder og offentlige møder
- Debatarrangementer: DUF (Dansk Ungdoms Fællesråd)
- Partiarrangementer
- Folkemødet på Bornholm

#### Social medier (for international):

- Instagram side: We vote we care

#### Website for faktacheck:

- International: <https://app.adfontesmedia.com/chart/interactive>
- Dansk: <https://www.factcheck.org/>

## Øvelse i at anvende politikanalyse i hverdagen

I det forrige kapitel har vi givet dig de vigtigste redskaber til at forstå politiske forslag. Nu giver vi dig:

'12 spørgsmål' Værktøj

Generelle spørgsmål:

1. Hvad står der egentlig i politikken?
2. Hvilket problem forsøger den at løse?
3. Hvem har ansvaret for at gennemføre den?
4. Kan jeg forestille mig, hvordan en succes vil se ud i praksis?
5. Hvem vinder, hvis dette sker?
6. Hvornår og hvordan vil dette ske?
7. Hvem taber, og hvem vinder?

Spørgsmål, du kan stille, når du er uenig

8. Hvad tror du, folk som mig overser?
9. Hvad er vi egentlig enige om her?

Spørgsmål, du bør stille dig selv

10. Lytter jeg, eller venter jeg bare på at komme til orde?
11. Kan jeg nævne én ting, de sagde, der gav mening, selvom jeg stadig er uenig?
12. Vil denne diskussion stadig have betydning i morgen? Vil dette forhold?

## Politikken: Gratis offentlig transport for studerende (øvelse i par)

Baggrund: Byrådet overvejer et forslag om at gøre alle busser, tog og metroer gratis for studerende (i alderen 18–30 år, der er indskrevet på en uddannelse). Ordningen skal finansieres gennem en mindre forhøjelse af den kommunale skat, som alle borgere betaler. Det erklærede mål er at gøre uddannelse mere tilgængelig, mindske trafikken og støtte unge økonomisk.

Spørgsmål	Dit svar
1. Hvad står der egentlig i politikken? (Ikke hvad folk påstår, at der står.)	
2. Hvad er problemet der bliver løst?	
3. Hvem har ansvaret for at få det til at ske?	
4. Kan jeg forestille mig, hvordan succes ser ud i virkeligheden? (Beskriv en konkret situation.)	
5. Hvem vinder, hvis det sker? (Nævn grupper.)	

6. Hvem taber? (Nævn grupper.)	
7. Hvornår og hvordan vil det ske? (Tidsplan? Fremgangsmåde?)	
8. Hvad tror du, folk som mig går glip af? (Prøv at se det fra deres synspunkt)	
9. Hvad er vi enligt enige om her?	
10. Lytter jeg - eller venter jeg bare til at få lov?	
11. Kan jeg nævne én ting, de sagde, der gav mening selvom jeg stadig var uenig.	
12. Vil dette argument have nogen betydning imorgen? Vil dette forhold have nogen betydning imorgen?	

Fik de 12 spørgsmål til at ændre måden du ser politikken på? Hvis ja, hvordan?

---

Hvilket spørgsmål var sværest at besvare? Hvorfor?

---

Ville du støtte eller modsætte dig denne politik i dag? Hvorfor?

---

## 08 Fra kritik til handling

*Sådan foreslår man noget bedre*

Det er let at rive ting ned. Den virkelige styrke ligger i at opbygge noget. At gå fra »det her er elendigt« til »sådan løser vi det« er kernen i demokratisk handlekraft. Det er helt i orden at være uenig i, hvordan tingene er, de beslutninger, der træffes, de systemer, vi arver, og den verden, vi ikke selv har skabt. Det afgørende er, hvad man gør bagefter. At være velinformeret er det første skridt. At handle er det andet.

Step 1: Find frem til det egentlige problem.

Fokuser ikke på løsningen, men på selve problemformuleringen.

- *I stedet for:* "Din plan om at give penge til studerende er dum."
- *Prøv:* "Jeg er enig i, at de studerende har det svært (problemet), men at give dem kontanter (din løsning) vil ikke virke, hvis der ikke er nok lejligheder, de kan leje."

Step 2: Formuler dit alternativ ("Ja, og").

Brug den samme metode fra afsnit 1 til at udarbejde dit modforslag.

- Dit mål: (f.eks. at mindske stressen i forbindelse med boligforhold for studerende).
- Din målgruppe: (f.eks. studerende i større byer).

- Din løsning: (f.eks. lejekontrol for kollegier + opførelse af flere andelsboliger).
- Dit argument: Hvorfor er din idé bedre? Hvem vinder i din version, som tabte i deres?

Step 3: Find dit omdrejningspunkt.

Hvor kan man bruge denne idé?

- I en debat: "Jeg synes faktisk, vi bør fokusere på udbuddet, ikke kun på tilskud..."
- Til en politiker: Spørg ved et borgermøde: "Din politik hjælper med studieafgiften, men hvad med leveomkostningerne? Har du overvejet [din løsning]?"
- Med dine venner: Brug det til at skabe enighed. "Vi er altså alle enige om, at politikken er dårlig, men vi synes, de bør prøve X i stedet. Lad os skrive et indlæg om det."

### **Her er nogle konkrete eksempler:**

Jakob Rask var uenig i den økonomiske status quo, så han var medstifter af Copenhagen Doughnut, et borgerdrevet initiativ, der anvender økonom Kate Raworths berømte model.

Doughnut-modellen er enkel: et økologisk loft (hvad planeten kan klare) og et socialt fundament (hvad mennesker har brug for for at trives). Målet er at holde sig i det »søde punkt« mellem de to: et sikkert og retfærdigt rum for menneskeheden.

Det er et kompas, ikke et kort. Modellen er fleksibel i sin udformning og hjælper byer som København med at udvikle politikker, der både er bæredygtige og retfærdige.

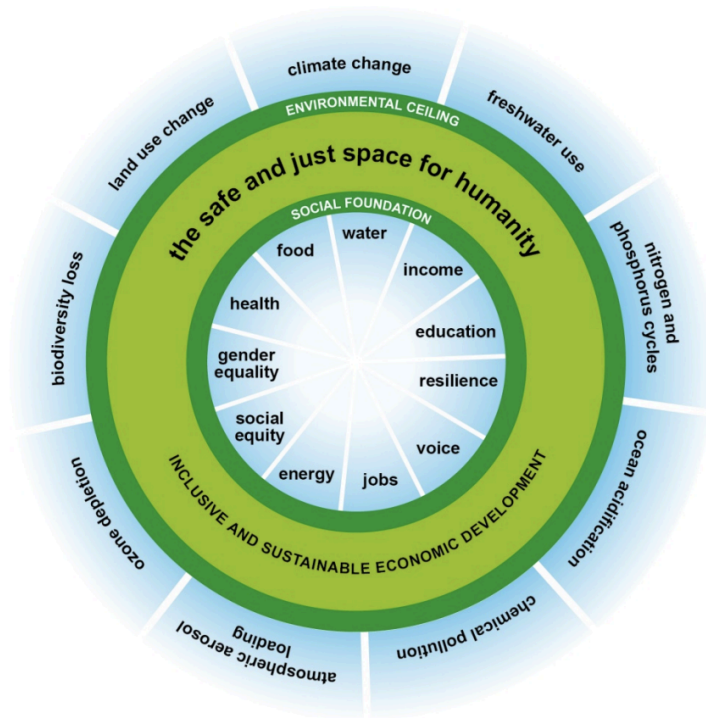
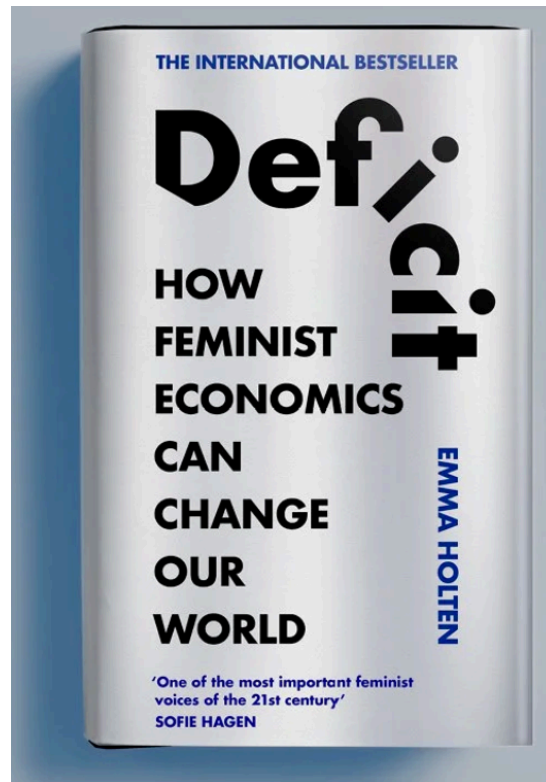


Figure 2: Representation of the 11 dimensions of the social foundation are illustrative and are based on governments' priorities for Rio+20. The nine dimensions of the environmental ceiling are based on the planetary boundaries set out by Rockström et al (2009b), Oxfam, 2012.

Emma Holten er kvindeaktivist og konsulent inden for kønsligestilling. Hun har holdt adskillige hovedtaler i hele Europa og i USA og holder foredrag på uddannelsesinstitutioner, i organisationer og virksomheder. I 2024 udgav hun bogen 'DEFICIT – Om værdien af omsorg' om, hvordan økonomiske tænkere skabte et værdisystem, der overså og forsømte 'kvinders arbejde' og omsorgsarbejde. Hun afslører, hvordan de økonomiske modeller, der driver politiske beslutninger i dag, er lige så mangelfulde, idet de giver os enestående økonomisk velstand, men forårsager dybe sociale skader, der rammer os alle.



Repair Festival (mod forbrugerisme) i det moderne samfund er skabt i et samarbejde mellem VedvarendeEnergi (Green Workshop), Repair Café Danmark og bæredygtighedsagenturet Worldperfect samt brancheforeningen Cirkulær, Bolius, TÆNK og en lang række lokale biblioteker, uddannelsesinstitutioner, foreninger og lokalsamfund, der arrangerer lokale aktiviteter omkring reparation og vedligeholdelse. På deres hjemmeside kan du finde lokale arrangementer og aktiviteter, men også retningslinjer for genbrug og vedligeholdelse af alt fra tøj til elektronik og udendørsudstyr.



# Øvelse om "Fra kritik til handling"

Step1: Find dit problem

Det, der ligger mig på sinde, er:

---

Hvad er det helt konkret, der frustrerer dig ved den nuværende situation?

---

Hvem er mest berørt af dette problem?

---

Hvem har beføjelse til at ændre det?

---

Step 2: Undersøg emnet

Research Spørgsmål	Dit research
Er dette problem blevet undersøgt? Hvad viser data?	
Har andre byer/lande løst dette problem? Hvordan?	
Er der allerede nogen, der har foreslået en politik på dette område? Hvad skete der?	

Hvem er imod forandringer, og hvorfor?	
Hvad er det, de fleste overser i emnet du har valgt?	

### Step 3: Udarbejd dit forslag

Framework	Dit svar
Problemet	<i>Hvad er der i stykker?</i>
Målet	<i>Hvad bør der ændres?</i>
Målgruppen	<i>Hvem skal denne politik hjælpe?</i>
Mekanismen	<i>Hvordan fungerer det? Hvad går strategien ud på?</i>
Tidslinjen	<i>Hvornår skal det ske?</i>
Omkostningerne	<i>Hvilke ressourcer er der brug for? Hvem betaler?</i>
Forsvaret	<i>Hvorfor er dette bedre end det, der findes i forvejen?</i>

Ekstra step: Du kan dobbelttjekke dit eget forslag ved at bruge et af værktøjerne fra det forrige kapitel. For eksempel metoden med »bullshit« og »hvem vinder og taber«.

## 09 Konklusion

Du er nået til slutningen. Men det er faktisk her, det først rigtigt begynder.

På de foregående sider har du tilegnet dig en række redskaber, som mange aldrig lærer. Du ved nu, hvordan man:

- Læs en politik som en professionel: Find målet, målgruppen, mekanismen og den, der reelt har magten.
- Gennemskue tom snak: Genkend tomme buzzwords, magiske tal og løfter, der lyder godt, men ikke betyder noget.
- Kortlæg magtforholdene: Spørg, hvem der vinder, hvem der taber, og hvem der egentlig har truffet beslutningen.
- Spor konsekvenserne: Følg ringene i vandet for at afdække, hvad der sker bagefter, og hvad der sker efter det.
- Se det usynlige: Find de miljømæssige og sociale omkostninger, der aldrig er kommet med i det officielle regnskab.
- Foreslå noget bedre: Omdan kritik til konkrete ideer, som folk rent faktisk lytter til.
- Tal på tværs af forskelle: Bevar nysgerrigheden og forbindelsen, selv når uenigheden er dyb.

Det er virkelig meget. De fleste mennesker lever hele livet uden nogensinde at lære at stille disse spørgsmål. Nu har du dem lige ved hånden.

### Anbefalinger

Lad ikke denne håndbog samle støv.

Gem den på din telefon. Læs siderne. Vend tilbage til tjeklisterne, når du har brug for dem. Brug værktøjerne, indtil de bliver så velkendte for dig, at spørgsmålet »hvem vinder, og hvem taber?« bliver lige så naturligt som at tjekke din telefon om morgenen.

Og så, når du er klar:

- Del det. Send det videre til en ven, der også prøver at finde ud af det her.
- Brug det. Tag et spørgsmål med til et borgermøde. Skriv det der forslag på én side. Start den samtale, du har undgået.
- Stol på det. Du ved mere nu, end du gjorde før. Stol på den viden. Stol på din evne til at tænke klart. Stol på, at din stemme betyder noget – ikke fordi du har alle svarene, men fordi du stiller de rigtige spørgsmål.

## Kildehenvisninger:

Aristotle. (1998). *Politics* (C. D. C. Reeve, Trans.). Hackett Publishing

Lasswell, H. D. (1936). *Politics: Who Gets What, When, How*. McGraw-Hill

Cramer, K. J. (2020). *Talking politics*. University of Chicago Press.

Easton, D. (1953). *The Political System*. Knopf

Eavi (n.d) <https://eavi.eu/beyond-fake-news-10-types-misleading-info/>

Folketinget, <https://www.thedanishparliament.dk/>

Lundskow, G. et al. (2025). "When Politics Gets Personal: Students' Conversational Strategies as Everyday Identity Work."

Oxfam (2012) 'A Safe and Just Space for Humanity Oxfam Discussion Paper'

[https://www-cdn.oxfam.org/s3fs-public/file\\_attachments/dp-a-safe-and-just-space-for-humanity-130212-en\\_5.pdf](https://www-cdn.oxfam.org/s3fs-public/file_attachments/dp-a-safe-and-just-space-for-humanity-130212-en_5.pdf)

Pigou, A. C. (1920). *The economics of welfare*. Macmillan

Snyder, T. (2017). *On tyranny: Twenty lessons from the twentieth century*. Tim Duggan Books