

## Mister vi evnen til å lese bøker?

Johann Hari

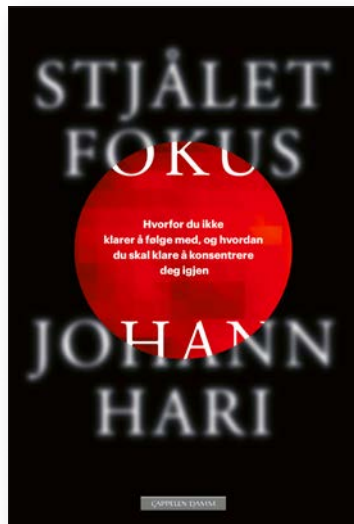
*Stjålet fokus*

Oslo: Cappelen Damm, 2023

350 s.

ISBN 978-82-02-77279-6

*Michael 2023; 20: 234–8.*



Manglende oppmerksomhet er en sosial epidemi på linje med overvekt. Mens vi drukner i informasjon, strever vi med å konsentrere oss når vi leser bøker og lange tekster. Det er årsakene til dette den britiske journalisten Johann Hari jakter på i denne boka, som er blitt en internasjonal bestselger.

På originalspråket heter boka *Stolen focus*. Det har sikkert ikke vært enkelt å oversette det forslitte og paradoksalt nok, upresise fokus-ordet, som på norsk bør forbeholdes øyeleger. «Verdsette fokus», «lærer fokus» og «bedre fokuset mitt» er simpelthen dårlig språk. Med unntak av det og «det britiske helserådet» for National Health Service, kommer Eva-Marie Lund greit fra oversettelsen.

Av bokas 14 kapitler handler de 11 første hovedsakelig om informasjonsteknologiens konsekvenser.

De er langt mer troverdige enn de tre siste kapitlene der forfatteren prøver å forklare oppmerksomhetssvikten med ernæring og luftforurensning. Å bruke ADHD-diagnosen på mennesker (og hunder) som indikator på

problemet, virker useriøst. Og at «problemet stort sett er resultatet av en biologisk katastrofe» (s. 235) er i beste fall en språklig overdrivelse.

Boka er skrevet i jeg-form. Med utgangspunkt i en digital avvenningsperiode, nærmest en flukt til en landsby i New England, reiser forfatteren rundt i verden til forskere på oppmerksomhet og lesing. Han har snakket med 250 eksperter som presenteres, litt påfallende, med fornavn i dialogene. Måten sluttnotene er organisert på, gjør det vanskelig å finne referanser til mange av uttalelsene fra intervjuobjektene som inkluderer tre norske; leseforskeren Anne Mangen, politikerens Inga Marte Thorkildsen og sosialantropologen Thomas Hylland Eriksen.

### **Et liv fullt av distraksjoner**

Ikke noe har endret livet i vår generasjon så mye som digitale skjermer. Informasjonstilgangen gjør at vi «drikker av en vannslange». Samtidig har døgnet fortsatt bare 24 timer. Nettet stjeler både tid og oppmerksomhet.

Hari dokumenterer godt hvordan evnen til selektivt å konsentrere seg om noe, svekkes av distraksjoner. Bruken av e-post og sosiale medier har vent oss til å hoppe rastløst fra det ene til det andre. Svitsjing er bortkastet bruk av hjernekapasiteten, skriver han.

Vi blir minnet om at forretningsmodellen for mediegigantene er å holde oss foran skjermen lengst mulig. «Overvåkningskapitalisme» betyr at det du ikke betaler i penger, betaler du i data og vaner om deg selv som selges til høystbydende og brukes som kommersielle algoritmer.

Effektiviseringen og gledene som skjermene har medført, omtales ikke. Men så er heller ikke målet å gi en balansert beskrivelse av den digitale revolusjonens fordeler og ulemper. Dette er en bok om en av revolusjonens store bivirkninger; oppmerksomhetskrisen. Den rammer ikke bare enkeltpersoner, men hele samfunnet. *Stjålet fokus* er ingen selvhjelpsbok. Endringer av dagens nettbruk forutsetter da også mer enn individuelle atferdsendringer. Det trengs strukturelle tiltak, og de er det ikke lett å finne – heller ikke i denne boka.

### **Lesingens mysterium**

«Heretter trenger du aldri å kjede deg i livet». Det har vært mitt budskap til barna og etter hvert barnebarna når de har lært seg å lese.

Lesing er fortsatt langt på vei et mysterium. «Det er et større under enn at man har fått et såkorn fra faraoenes gravkamre til å spire», skriver Olof Lagercrantz (1911–2002) i sin lille perle av en bok «Om kunsten å lese og skrive» (1, s. 7).

I dag kan vi ikke tenke oss et liv uten lesing, og det er vanskelig å forstå at stillelesing ikke ble vanlig før på 900-tallet – tusen år etter at biblioteket i Alexandria hadde sin storhetstid (2).

Lesing er en individuell aktivitet, og lesingens historie er «historien om hver enkelt leser» (2, s. 22). Gjennom det 20. århundret har oppmerksomheten blant leseforskere flyttet seg fra forfatter til tekst, og fra tekst til leser (3). Moderne lese teori gir leseren en aktiv rolle. Denne rollen avhenger av hva som leses. Mens sakprosa oppfattes «som direkte ytringer om virkeligheten» (4, s. 15), er skjønnlitteratur tekster som involverer leseren på en personlig og individuell måte. Samspillet mellom tekst og leser er avgjørende. Interaksjonen kan nærmest betraktes som et kontraktsforhold mellom forfatter og leser. Forfatteren gjør halve jobben, leseren den andre halvparten. «Gjennom måten hver og en av oss tolker det vi leser på, og gjør oss opp en mening om det, får teksten verdi» (5, s. 31).

### **Boklesing er truet**

«Den mest oppsiktsvekkende av menneskets mange redskaper er utvilsomt boken», skrev Jorge Luis Borges (1899–1986). «Boken er en utvidelse av hukommelsen og fantasien» (sitert i 6, s. 128).

Bokens død er spådd mange ganger, men den har overlevd, og finnes i dag i flere formater og fasonger enn noen gang før. Endatil den tradisjonelle papirboken er seiglivet. Boksalget er ganske stabilt, og i 2022 ble det solgt 7,7 millioner papirbøker i Norge fordelt på knapt 50 000 ulike titler (7).

Ifølge Hari er boklesing nå på et lavmål i USA der flertallet ikke leser en eneste bok i løpet av året (s. 93). I Norge er situasjonen bedre, selv om boklesingen synker også her. I 2022 opplyste 83 % at de leste minst en bok siste år, stort sett papirbøker, men gjennomsnittlig antall bøker er redusert fra 17 i 2013 til 11 i 2022 (8). Hos skoleelever er utviklingen mer bekymringsfull. I 2018 svarte halvparten av elevene at de ikke leste i fritiden mot en tredel i 2000. Barn og unge leser sjeldnere lange tekster, mens nettbasert lesing har økt (9).

Nettet endrer måten vi leser på. Det er forskjell mellom lesing på skjerm og papir. På skjermene skanner og skimmer vi innholdet hurtig, og det smitter over på lesing av lengre, sammenhengende tekster. Det er *dyplesingen*, den konsentrerte og uforstyrrede lesingen, som lider, først og fremst hos yngre lesere. Manglende boklesing i tidlig alder, gir dårligere leseferdigheter senere i livet (10). Mange studier tyder dessuten på at digitale medier er mindre egnet til dyplesing enn papir (11–13).

Den økende skjermbruken svekker leseevnen. Skjermer inviterer til mer overfladisk lesing (14). Dette har ført til en offentlig diskusjon om digita-

lisingen har gått for langt i skolen (15). Ved Universitetet i Oslo erkjenner man at studentenes leseferdigheter synker og arrangerer seminarer om dyplesing (16, 17).

Før kunne jeg «ligge i sengen i dagevis uten å gjøre annet enn å storsluge bøker», skriver Johann Hari selvransakende. Men nå leste jeg «på en forhastet, hyperaktiv måte – jeg skannet Charles Dickens slik man kan skanne en blogg for viktig informasjon» (s. 59). Denne refleksjonen er gjenkjennelig.

### Hva går vi glipp av?

Mister vi evnen til boklesing, mister vi mye. «Uten leselyst og leseglede kan vi bli et samfunn av velutdannede barbarer», skriver Inge Eidsvåg (18). Han har skrevet en tankevekkende bok om lesingens «velsignelser, farer og fryd» (19). I et samfunn med travelhet og effektivitet som kjennetegn, må vi ta vare på de åpninger av tid til tenking som finnes. Å lese er en slik oase.

Johann Hari mener at lesing av skjønnlitteratur gir oss bedre forståelse av andre menneskers liv. Boklesere har mer empati enn andre, skriver han (s. 101). Så kan man selvsagt spørre hvilken vei kausaliteten går i denne sammenhengen. Men det er faktisk vist at så lite som et kvarters lystlesing i hvert fall gir økt velvære og har målbar effekt på stressnivået (20).

Å dokumentere nytten av å lese bøker er unødvendig. Det er nok å vise til nytelsen det gir (5, 19). Vitnesbyrdene om det er mange.

Vi blir neppe bedre mennesker av å lese bøker. Men kanskje kan det gi oss bedre forutsetninger for å mestre det livet vi har?

### Litteratur

1. Lagercrantz O. *Om kunsten å lese og skrive*. Oslo: Bokvennen, 2000. <https://www.nb.no/items/b620df7e92ced8af1d62204b0026d3e8?page=0> (18.3.2023).
2. Manguel A. *En historie om lesning*. Oslo: Aschehoug, 1999. <https://www.nb.no/items/7961b27bc74160d77aa8fd6b2876f499?page=0> (18.3.2023).
3. Aamotsbakken B, Knudsen SV. *Å tenke teori. Om leseteorier og lesing*. Oslo: Gyldendal, 2011. <https://www.nb.no/items/d7b7ce5ebf1ebdb8f3fd0f47911510a?page=0> (18.3.2023).
4. Tønnesson JL. *Hva er sakprosa*. Oslo: Universitetsforlaget, 2008. <https://www.nb.no/items/e7834f0093d9e34161bb1e7cd68437b6?page=0> (18.3.2023).
5. Spjeldnæs KJ. *Lese. En liten bok om store opplevelser*. Oslo: Aschehoug, 2020.
6. Vallejo I. *Evigheten i et siv. Historien om boken*. Oslo: Gyldendal, 2022. <https://www.nb.no/items/4e3b4b6f961a59bd1e6f351fac1e51f9?page=0> (18.3.2023).
7. Bokhandlerforeningen. *Årsoppsummering: Slik var salget i bokhandelen i 2022*. <https://bokhandlerforeningen.no/arsoppsummering-slik-var-salget-i-bokhandelen-i-2022/> (18.3.2023).

8. Husom LH. *Leserundersøkelsen 2022*. Bokhandlerforeningen/Forleggerforeningen <https://forleggerforeningen.no/wp-content/uploads/2022/05/Leserundersokelsen-2022-gjen-nomfort-for-Bokhandlerforeningen-og-Forleggerforeningen-1.pdf> (18.3.2023).
9. Roe A. Elevenes lesevaner og holdninger til lesing. I: Frønes TS, Jensen F, red. *Like muligheter til god leseforståelse? 20 år med lesing i PISA*. Oslo: Universitetsforlaget, 2020: 107–34. <https://doi.org/10.18261/9788215040066-2020-05>
10. Jerrim J, Moss G. The link between fiction and teenagers' reading skills: International evidence from the OECD PISA study. *British Educational Research Journal* 2019; 45: 181–200. <https://doi.org/10.1002/berj.3498>
11. Delgado P, Vargas C, Ackerman R et al. Don't throw away your printed books: a meta-analysis on the effects of reading media on reading comprehension. *Educational Research Review* 2018; 25: 23–38. <https://doi.org/10.1016/j.edurev.2018.09.003>
12. Konga Y, Seob YS, Zhaia L. Comparison of reading performance on screen and on paper: a meta-analysis. *Computers & Education* 2018; 123: 138–49. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2018.05.005>
13. Clinton V. Reading from paper compared to screens: a systematic review and metaanalysis. *Journal of Research in Reading* 2019; 42: 288–325. <https://doi.org/10.1111/1467-9817.12269>
14. Støle H, Mangen A, Schwippert K. Assessing children's reading comprehension on paper and screen: a mode-effect study. *Computers & Education* 2020; 151: 103861. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2020.103861>
15. Moe I. Har digitaliseringen gått for langt? *Aftenposten* 16.3.2023: 4–6. <https://www.aftenposten.no/verden/i/LIWNwx/sveriges-skoleminister-setter-paa-bremsen-mener-digitaliseringen-har-gaatt-for-langt> (18.3.2023).
16. Åm IG. Dyplesing: – Seminaret er en trening i å kjede seg. *Morgenbladet* 26.11.2021. <https://www.morgenbladet.no/aktuelt/2021/11/26/dyplesing-seminaret-er-en-trening-i-a-kjede-seg/> (18.3.2023).
17. Hansen DH. Gjør sosial medier oss dummere? *Universitas* 2.2.2023. <https://www.universitas.no/akademia-dyplesing-ferdigheter/gjor-sosiale-medier-oss-dummere/362453> (18.3.2023).
18. Eidsvåg I. Porten til tusen andre liv. *Klassekampen* 14.1.2023: 30–1. <https://www.nb.no/items/184d59f673ad1605b5b964589d9c5565?page=29> (18.3.2023).
19. Eidsvåg I. *Stille stemmer – indre bilder*. Oslo: Cappelen, 2007. <https://www.nb.no/items/7d8be02c46f4a9b9ae1155bc1b3c67a4?page=0> (18.3.2023).
20. Nguyen TT, Ryan RM, Deci EL. Solitude as an approach to affective self-regulation. *Personality and Social Psychology Bulletin* 2018; 44: 92–106. <https://doi.org/10.1177/0146167217733073>

*Magne Nylenna er professor emeritus i samfunnsmedisin ved Universitetet i Oslo og redaktør av Michael.*