

# Läs lättare

Ryggsäcksmodellen:  
kunskap & tips för  
läsfrämjare



Karin Salmson

Mera

Hegas

# Läs lättare

Ryggsäcksmodellen:  
kunskap & tips för läsfrämjare

Karin Salmson

MeraHegas



# 3

## RYGGSÄCKSMODELLEN

Hur kan vi arbeta både generellt och specifikt med att underlätta läsning för barn och unga? En del har svårare att hitta in i litteraturen än andra, det är som att de bär på en lite tyngre ryggsäck. En ryggsäck som gör det svårt att röra sig fritt och lustfyllt mellan sidor och pärmar.

Ryggsäcken är fylld av de olika faktorer som påverkar läsning:

1. avkodning
2. tolkning
3. arbetsminne
4. koncentration
5. motivation.

Vi kan se de fem faktorerna som bollar som finns i ryggsäcken. För olika läsare är de olika bollarna olika tunga.

För att hjälpa läsare behöver vi dels förstå vilken boll (eller vilka bollar) det är som tynger ner läsningen, dels förstå hur vi kan underlätta någons boll.

Dessutom är bollarna kopplade till varandra. Den som har testat att jonglera med olika tunga föremål vet att det inte bara är det tyngsta föremålet som blir svårt att hantera.

När vi har svårt att *avkoda* belastas arbetsminnet mer, vilket försvårar tolkningen och kan påverka motivationen.

Den som har svårt med *tolkningen* belastar också sitt arbetsminne mer, men kan även tappa koncentrationen eftersom det som läses inte upplevs meningsfullt, och då riskerar motivationen att dippa.

Den som har problem med sitt *arbetsminne* får svårt att tolka sammanhang, vilket också påverkar koncentration och motivation.

Den som har svårt att *koncentrera* sig får svårt med både avkodning, tolkning och motivation. Och *motivation* påverkar självfallet allting!

### **Ålder och svårighetsgrad**

Innan vi går vidare och tittar på de olika läs-bollarna behöver vi stanna upp vid hur böcker anpassas i relation till ålder för att vara lättare att läsa.

Det här är något som inte bara sker när läsaren har olika typer av svårigheter. Det finns en tanke om en generell mognadsutveckling och progression i ordförråd och tolkningsramar, samt tankar om att klara av att läsa allt längre texter. När det kommer till anpassade böcker finns det dock en ännu större uppmärksamhet på en boks längd och svårighetsgrad kopplat till läsarens ålder.

I de lägre åldrarna är majoriteten nya läsare med ett begränsat ordförråd. Det innebär att orden som finns i texten ska vara sådana som läsarna kan förväntas känna igen och som är lätta att avkoda. Med en kort bok får alla uppleva känslan av att läsa en hel bok, vilket ger självförtroende och motiverar till vidare läsning.

De äldre eleverna har fler år med lästräning bakom sig och de har mött fler olika typer av texter i olika sammanhang. I böcker för dem kan textmängden variera och man kan skapa olika svårighetsnivåer genom antalet karaktärer,



berättelsens kronologi och dramaturgin. Här kan även tema och handling skapa motivation genom förståelse eller igenkänning.

Ofta försöker de som förmedlar böcker att samla titlar som har ungefär samma nivå på utmaningar i olika kategorier för att det ska vara lättare att hitta rätt och guida barnet som ska läsa. Det är dock viktigt att det oavsett svårighetsgrad behöver finnas åldersanpassade teman. Det vill säga, även om du har svårt att läsa kan du fortfarande hantera komplexa ämnen och känslor eller utmanande teman.

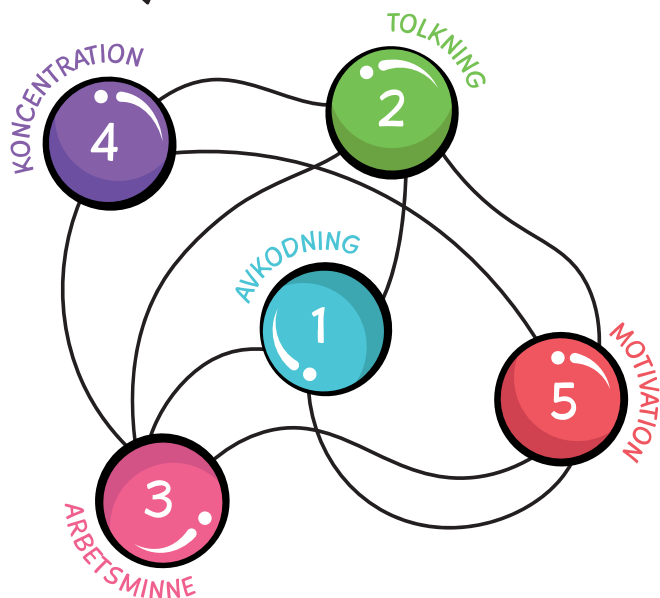
För en del läsare blir ryggsäcken allt lättare genom träning och utveckling. För andra är det inte så, utan de läsvårigheter som finns består. Då ska det ändå finnas ett brett utbud av böcker för alla åldrar på en enkel nivå. Böcker som kan fortsätta att väcka lust och engagemang och göra läsningen meningsfull.

## TIPS!

**VARNINGSTECKEN** Screeningtester, som de Inger Fridolfsson och Birgitta Herkner beskriver, hjälper oss att upptäcka när läsutvecklingen har utmaningar. Dyslexiföreningen listar också andra kännetecken att vara uppmärksam på:

1. Svagt intresse för böcker och bokstäver.
2. Svårigheter att skilja på ljud som ligger nära varandra (*bristande fonologisk medvetenhet*).
3. Svårt att minnas sådant som man nyss läst eller hört (*bristande fonologiskt arbetsminne*).
4. Problem med att hitta rätt ord (*bristande ordmobilisering*).

(Hyrefelt, K. 2023)



1. När vi har svårt att avkoda belastas arbetsminnet mer, vilket också försvårar att tolka och kan påverka motivationen.
2. Den som har svårt med tolkning belastar också sitt arbetsminne mer, men kan också tappa koncentrationen eftersom det är svårt att göra det som läses meningsfullt, och motivationen dippar.
3. Den som har svårt med sitt arbetsminne får svårt att tolka sammanhang, vilket också påverkar koncentration och motivation.
4. Den som har svårt att koncentrera sig får svårt med både avkodning, tolkning och motivation.
5. Motivation påverkar självfallet allting!



### Arbetsminne

För att läsa arbetar hjärnan med sina minnesfunktioner på flera olika sätt. Det handlar bland annat om att lagra informationen från texten. Vi behöver minnas vad som står i meningens början för att meningens slut ska bli begripligt, liksom vad som stod i bokens första kapitel, vem som är vem och bokens övergripande handling.

Utöver det behöver vi använda oss av tidigare erfarenheter, både om hur en berättelse brukar vara uppbyggd och annan, mer generell, kunskap som är relevant för tolkningen av det som vi läser.

Forskningen kring arbetsminnesträning ger inte entydiga svar på om träning faktiskt förbättrar elevers resultat i ämnen som matematik och läsförståelse. Däremot finns det en enighet om att det behövs mer forskning. Studier pekar dock på att den som har nedsatt arbetsminne lätt blir överbelastad vid läsning vilket påverkar exempelvis läsförståelse.<sup>67</sup>

**Torkel Klingberg** är professor i kognitiv neurovetenskap och forskar på hur barn påverkas av att träna sitt arbetsminne. Tidigare har arbetsminnet setts som något statiskt, men nu har man förstått att det går att förbättra genom träning. Forskning har också visat att barn med koncentrationssvårigheter, som exempelvis adhd, har svårare att hålla information i arbetsminnet.<sup>68</sup>

Enligt läraren och specialpedagogen **Karin I. E. Dahlin** som forskat på elever med uppmärksamhetssvårigheter är det viktigt att lärare känner till att arbetsminnesförmågan

67) Fornander, R. (2012).

68) Karolinska institutet (2023).



kan vara avgörande för hur väl någon klarar sig, och att det krävs flera olika insatser för att ge stöd.<sup>69</sup>

**Lisa Thorell**, forskare och docent i psykologi, berättar också att de som har störst utmaningar med sitt arbetsminne samtidigt är de som har minst hjälp av den träning som finns.<sup>70</sup>

Det innebär att det som kan hjälpa den som har ett begränsat arbetsminne sannolikt är sådant som minskar belastningen under läsningen, snarare än att jobba med specifika arbetsminnesövningar.



69) Drewsen, Annlie & Duwal, M. (2013).

70) Orre, S. (2021).

Arbetsminnet är starkt kopplat till vår förmåga att läsa. Ju större utmaningar vi har med de olika aspekterna av läsningen, desto mer belastas arbetsminnet. Och ju sämre arbetsminne, desto mer problematiska kan de övriga aspekterna te sig.

### **VEM BRUKAR HA SVÅRT FÖR BOLLEN ARBETSMINNE?**

- Den med npf-diagnos, som adhd
- Den med intellektuell funktionsnedsättning
- Den som är ny till svenska



## LÄTTLÄST & ARBETSMINNE ENLIGT RYGGSÄCKSMODELLEN

En bok som är lättläst för den som har utmaningar kopplat till arbetsminne har:

- korta kapitel
- begränsat antal karaktärer
- tydliga karaktärer
- bilder som ger stöd
- ett berättarperspektiv
- rak kronologi och få tidshopp
- begränsat antal platser
- liten ordvariation
- upprepningar av viktig information.

### TÄNK SÅ HÄR NÄR DU LETAR EFTER RÄTT BOK TILL DIN LÄSARE:

För att du inte ska behöva komma ihåg för många karaktärer bör antalet hållas nere. Ju enklare bok, desto färre platser bör berättelsen utspela sig på. En rak kronologi och få och korta tidshopp hjälper läsaren att hänga med i handlingen. Viktig information kan upprepas så att läsaren inte behöver minnas den mellan bokens början och mitt, och vid dialog bör det vara tydligt vem som säger vad. Det kan också vara bra om början av ett kapitel hjälper läsaren att orientera sig när det gäller plats och vad som hänt i kapitlet innan.

När läsaren är lite äldre, har mer erfarenhet av läsning och kan hantera större komplexitet kan boken följa fler karaktärer. Men det är viktigt att karaktärerna är tydligt olika så att minnet lätt kan skilja dem åt.

SÅ GÖR JAG!



MARIA BJÖRSELL, LÄRARE & LÄSINSPIRATOR

## Läs för att du måste ... tills du bara **MÅSTE** läsa

För att få läsflyt, läsförståelse och känna läsupplevelse måste våra elever lästräna tills deras avkodningsprocess inte behöver belasta arbetsminnet. Först då kan de använda sitt arbetsminne till att tolka, förstå och känna läsupplevelse. Lästräningens fokus flyttas från avkodning till tolkning. Ju mindre läsaren sedan

behöver belasta sitt arbetsminne för att tolka, desto mer läsflyt, läsförståelse och läsupplevelse.

För att alla barn och ungdomar oavsett arbetsminnets kapacitet ska bli läsare behöver de lägga tid på att läsa. Eftersom endast en mindre del av våra elever läser på sin fritid ligger det inom skolans kompensatoriska ansvar att avsätta tid för läsning. Skolan behöver också prioritera tid för att hitta rätt böcker att läsa, tid för att öva tolkning av text och tid för att dela med sig av reflektioner och läsupplevelser. Det är under egen läsning, bok-, lyssnar- och lässamtal som arbetsminnet tränas på det som eleven behöver öva på. Därför är, utöver tid, ett stort utbud av åldersadekvata böcker på olika läsnivåer ett måste.

Många använder metaforen "läsmuskel" när vi talar om elevens läsprocess. Metaforen är bra, eftersom "läsmuskeln" precis som vanliga muskler behöver regelbunden träning för att utvecklas och inte stagnera. Och precis som biceps eller hjärtat behöver läsmuskeln högintensiv träning för att accelerera i sin utveckling. Jag brukar därför prata om

lågintensiv och högintensiv lästräning för att träna ”läsmuskeln” arbetsminne och läsprocesser.

Lågintensiv läsning bör ske dagligen. För att få till lågintensiv läsning schemalägger skolan egen lästid på 20 till 40 minuter varje dag. Tidsaspekten för egen lästid bygger på att alla ska ”hinna” läsa. När lästiden är för knapp är det oftast bara de som redan är goda läsare som läser. Samtidigt som ovana läsare med strategier för att slippa läsa, lyckas ”trolla bort” sin lästid. Lågintensiv läsning bygger på att alla ska få möjlighet att läsa utifrån sina egna förutsättningar och eget intresse.

Jag tycker om DEAR-time. Det står för *Drop Everything And Read time*, alltså: Släpp allting och läs-tid. Det innebär att alla på skolan, såväl elever som pedagoger, pausar sitt vanliga uppdrag för en stunds egen läsning. Det är ett internationellt arbetsätt som bygger på upprepad lågintensiv läsning.

Högintensiv lästräning pågår under en avsatt och begränsad tid. Jag brukar föreslå en månad. Under läsmånaden läser alla elever valfria böcker en timme per dag. Tanken med högintensiv lästräning kan liknas vid hur vi förbättrar vår kondition och muskelmassa under en period av intensivträning. För att lösa organisationen samarbetar alla pedagoger i arbetslaget oavsett ämne kring lästiden. Lektionerna i svenska används för att träna övriga viktiga färdigheter i läsprocessen genom reflektioner, boksamtal och stöd i att hitta böcker att läsa.

Både lågintensiv läsning och högintensiv lästräning kräver samarbeten och en organisation bestående av läsande förebilder. Läsande förebilder som vill skapa bra förutsättningar för elever som måste läsa ... till de bara MÅSTE läsa.

## **DEAR-TIME**

Ger eleverna tid att läsa!

Skapar möjlighet att läsa av eget intresse!

Visar läsande förebilder!

Synliggör läsning och öppnar upp för boksamtal!





## MARIAS ARBETSMINNESTIPS!

Läs dagligen!

Läs intensivt i projekt!

En vältränad läsmuskel avlastar arbetsminnet!

**LÅT DINA ELEVER LÄSA TILLS DE  
BARA MÅSTE LÄSA, FÖRST DÅ ÄR  
ARBETSMINNET AVLASTAT.**

Hur hjälper vi på bästa sätt unga att bli starka läsare? Vilka utmaningar finns och hur möter vi dessa? Ryggsäcksmodellen hjälper dig som är läsfrämjare att förstå vilka faktorer som kan tynga läsningen och vilka insatser som gör det lättare.

*Läs lättare* samlar forskning om läsning och ger dig som vill jobba konkret tips och råd kopplat till avkodning, tolkning, arbetsminne, koncentration och motivation.



Hegas

Mera

Art nr 932875

ISBN 978-91-8093-287-5



9 789180 932875  
www.hegas.se