



Lad os få mobiltelefon-fri skoler – fordi læring kræver fordybelse

Kronik
Anette Prehn

Debatten om mobiltelefonfri skoler tager fart herhjemme. Det sker i kølvandet på, at den franske regering vil gøre alle skoler mobiltelefonfri. Og efter at stort set alle skoler i Storbritannien har haft en klar politik på området siden 2012. Typisk indleveres mobiltelefonerne om morgenen og udleveres igen, når skoledagen slutter. En nylig rundspørge i Danmark viser, at en lignende vaneændring er undervejs her: Fire ud af ti skoler har i dag regler for brug af mobiltelefoner i undervisningstiden.

Når mobiltelefoners tilstedeværelse i skoler bliver diskuteret, synes det at vække en urrefleks hos nogle: modstanden mod forbud. Pointen med »mobiltelefonfri skoler« har dog aldrig været forbud, men i stedet et tilvalg af en anden virkelighed end den konstant distraherende, hvor elever med tændte mobiltelefoner befinder sig i evige fristelser. Fristet af at gribe mobilen, og dermed mentalt »skride«, når der indtræder et øjeblik kedsomhed, forlegenhed, træthed eller nervøsitet. At føle sig intenst fristet stresser og dræner kostbar opmærksomhed og viljestyrke.

I stedet for at tro, at vi her skal diskutere »for« eller »imod« forbud, vil jeg helhjertet opfordre til, at vi bliver mere ambitiøse i vores debat i Danmark. Et langt vigtigere spørgsmål handler om, hvordan vi sikrer børn og unge nogle langstrakte zoner af koncentration og nærvær, så læring rent faktisk kan sætte sig fast. Og hvordan styrker vi generelt de »stier« i børn og unges hjerner, som vil tjene dem i livet?

Mobiltelefonen har ændret karakter i forhold til, hvad den repræsenterede for bare få år siden. I dag er den en forlængelse af vores identitet og giver direkte adgang til alt, der nogensinde har interesseret os. Teknologivirkomhederne har fundet ud af at udnytte »en sårbarhed i den menneskelige psyke« - som Facebooks første præsident Sean Parker for nylig indrømmede det - til reelt at gøre os afhængige af at bruge masser af tid på vores personliggjorte enheder.

Vi har behov for en ansvarlig diskussion af, hvad et hensigtsmæssigt læringsrum er i en digital tidsalder. Det er helt oplagt at bruge de digitale muligheder i situationer,

hvor disse kan understøtte, perspektivere eller katapultere læring. Men det er ligeså oplagt at skærme menneskehjernen fra digitale distraktioner og fristelser på bestemte tidspunkter for at fremme, at læring rent faktisk kan sætte sig fast. Ellers spilder vi i høj grad »skolepengene«.

Multitasking er en illusion

Jeg er varm fortaler for de muligheder, det digitale fører med sig. Selv har jeg mere end 50.000 studerende, der fra 177 forskellige lande følger mine onlinekurser. For en del af dem er mobiltelefonen afgørende for deres læring, da de ellers ikke ville have adgang til kurser.

Når jeg alligevel er tilhænger af mobiltelefonfri skoler i Danmark, skyldes det noget andet. Det skyldes, at jeg dagligt arbejder med »hjernens spilleregler«, og at disse tilbyder en væsentlig anden linse at betragte tematikker igennem.

Hjerneforskerne ved, at hvis læring skal sætte sig fast, kræver det en tilstrækkelig aktivering af hippocampus, hjernens lærings- og hukommelsescenter. Hvis vores opmærksomhed er utilstrækkelig eller vandrende, sker dette ikke.

Vi ved også fra forskningen, at multitasking er en illusion. Mennesker kan ikke svare på en tråd på sociale medier eller google og samtidig opfatte, hvad en person i det fysiske rum siger. At begynde at bruge sin mobiltelefon, når man er i fysisk rum med andre, er de facto det samme som at »gå fra« opmærksomhedsmæssigt.

Det sociale signal er klart: »Det kan godt være, at I andre synes, at det, der foregår i rummet her er interessant, men jeg har altså vigtigere ting at tage mig til.«

Hjernens båndbredde er meget begrænset. Når den er opbrugt (og det sker hurtigt), ryger opmærksomheden, og kompetencerne udvandes. Elever præsterer for eksempel signifikant dårligere med en tændt mobiltelefon i nærheden.

Jeg stødte første gang på »det mobilfrie læringsrum« i international sammenhæng for syv år siden. Det har været en krumtap i de mange læringsrum, jeg har ledet lige siden. Hver gang, jeg underviser, er rammen, at mobiltelefonerne er slukket og lagt



Maglegårdsskolens 5. klasse låser deres mobiltelefoner inde hele dagen. Foto: Asger Ladefoged

væk. Det gør koncentrationsmæssigt og samspilmæssigt en verden til forskel.

Tre stier som mobiltelefoner truer

Flere danske erhvervs virksomheder har i dag erkendt, at det underminerer effektivitet og produktivitet, når de ansatte har en tændt mobiltelefon med til møder eller kurser. Derfor sætter mange virksomheder i dag relevante rammer a la »vi bruger kun mobiltelefonen i mødets pauser«.

Naturligvis kan det være relevant at have mobiler og computere med til et møde eller et kursus ind imellem. Det afhænger af formålet. Pointen er, at man reflekterer over, hvilken værdi man ønsker at skabe og så

rammesætter derefter. Vi lader jo heller ikke børn gå rundt med en sav hele tiden, bare fordi de har sløjd to timer om ugen, vel?

Hjernen består af et gigantisk netværk af nerveforbindelser, som er konstant foranderlige. De ændrer sig efter det, vi gør, tænker og føler. De forbindelser, vi bruger hyppigt, bliver stærkere, ligesom stier i skoven, der bliver stadigt tydeligere, jo oftere vi går på dem. De forbindelser, vi sjældent eller aldrig bruger, gror til.

Sidstnævnte kan enhver, der har prøvet at indlære intenst op til en eksamen og bagefter sluppet faget, sikkert skrive under på. Princippet hedder Use it or Lose it (Brug det eller mist det) - og det er så grundlæg-

gende, at det burde danne fundament for al læring, der efterstræbes her til lands.

Ethvert ansvarligt samfund med denne viden bør spørge sig selv: Hvilke stier er under udvikling hos vores elever, fordi de går til ofte - og hvilke er under afvikling, fordi de sjældent bruges?

En hyppig (eller konstant) tilstedeværelse af egne mobiltelefoner i skoletiden, truer særligt tre stier, som det fra et lærings- og dannelsesmæssigt perspektiv er essentielt at udvikle og vedligeholde:

1) Fokus, fordybelse og koncentration. Denne sti er en forudsætning for, at vi kan lære og huske noget på længere sigt. Den bidrager også til indre ro, tålmodighed og

udholdenhed. Hvis vi flere timer dagligt træner distraktion, forstyrrelse og vandrede opmærksomhed, er det dog i stedet disse stier, som vinder terræn i hjernen.

2) Impulskontrol. Denne sti er afgørende for, at vi kan modstå fristelse og omdirigere vores opmærksomhed til et langsigtet, værdifuldt mål. Mobiltelefonens univers er desværre én lang udfordring af vores impulskontrol, hvad enten vi bruger mobilen aktivt (og lader den lede os fra én ting til den næste og næste) eller »bare« har den med os (som en mulig digital exit).

3) Sociale færdigheder. Denne sti er nødvendig for, at vi kan opbygge et bredt og hensigtsmæssigt socialt repertoire. Den er også en grundsten i dannelse. Sociale færdigheder tillader os at kunne begå os i mange forskellige sociale rum og indebærer, at vi kan vise respekt, empati, nysgerrighed og omsorg over for andre og i øvrigt engagere os på nærværende måder.

Følg Frankrig

Mobilfri skoler kan sagtens gå hånd i hånd med relevant brug af digitale hjælpemidler. Selvfølgelig skal elever have fag eller projektforsøg i stil med »teknologiforståelse«, »digital dannelse«, »kodning og algoritmer« samt »sociale færdigheder og empati i en digital tidsalder«. Lad os endelig ekskvare på dette snarest.

Men vi bør erkende, at de langstrakte zoner af koncentration og nærvær - der er nødvendige for at læring kan sætte sig fast, og for at mennesker kan udvikle sig på en sund måde - ikke opstår automatisk. Og da slet ikke, hvor tændte, personliggjorte mobiler er dagens orden og skræddersyet til konstant at »banke på« og løbe med vores kostbare opmærksomhed.

I Storbritannien tog det mere end fem år at gå fra, at 50 procent af skolerne havde rammer omkring mobiltelefonbrug, til at næsten alle havde det. Spørgsmålet er, om vi gider vente lige så længe her, eller om vi med fordel kan lade os inspirere af fransk handlekraft?

Anette Prehn er sociolog, underviser og forfatter til bl.a. Hjernesmart pædagogik, Hjernesmart ledelse og Stierne i hjernen.