

SLS poddkurs hösten 2025

Carina Frondén

### **Skriv så att alla kan förstå – skriv lättläst!**

Malin stirrar missmodigt på texten framför sig (.). Hon har inte fått sitt månatliga stöd. Stödet hon behöver på grund av sin funktionsvariation. Så hon har gått in på webben och hittat en text som förklarar orsaken, men texten är svår. Malin förstår inte innehållet och ställer sig därför i telefonkö för att få svar på sina frågor. (.) Men det Malin inte vet är att telefonlinjen nyligen lades ner, i syfte att effektivisera kommunikationen. Det Malin inte heller vet är att det i stället går att sköta sina ärenden via en app som man kan ladda ner på telefonen. I den svåra texten har servicegivaren informerat om ändringen:

*Med anledning av en pågående infrastrukturmodernisering och strävan efter en mer friktionsfri och användarorienterad interaktion mellan servicetagare och servicegivare kommer den analoga telefonlinjens operativitet att upphöra. Från och med ovan nämnda datum hänvisas samtliga berörda till den nya digitalt baserade applikationen för att säkerställa kontinuiteten i serviceutbytet.*

Och Malin är inte den enda som väntar i telefonkön. *Brian* har också väntat en god stund nu. *Amina* håller telefonlinjen öppen medan hon parerar babyn i famnen, de äldre barnens frågor och korvsoppa på spisen. Och *Edna* har skippat bingot på äldreboendet för att få svar på sin fråga.

Hur skriver vi så att det är lätt att läsa?

Alla kan vi råka ut för en för svår text i något skede av livet. Men vissa gör det oftare än andra. Föreställ dig att vara i den situationen om och om igen. Det här är tyvärr verkligheten för många människor. Närmare bestämt upp till 812000 människor eller nästan 14 procent av befolkningen i Finland. Mer än alla invånare i Helsingfors. (.) Så många beräknas ha behov av lätt språk.

Till målgruppen för lätt språk räknas till exempel personer som håller på att lära sig språket i fråga, personer med demens eller afasi och personer med intellektuell funktionsnedsättning. Och vem som helst i en mycket stressad situation eller efter ett sjukdoms- eller olycksfall kan också ha nytta av lätt språk.

*Vad* är då lätt språk? Lätt språk, inklusive lättlästa texter, är texter eller tal som av tillgänglighetsskäl har anpassats och riktar sig till personer i behov av språklig anpassning. Det handlar alltså till exempel om att undvika svåra ord och ett komplicerat språk. Och att välja bort sådant som inte är absolut nödvändigt att ha med.

Men *hur* ska vi då skriva så att andra har lätt att läsa vad vi skrivit? Det här är vad jag i min forskning har intresserat mig för, nämligen: vad gör en text lätt eller svår att läsa? Jag heter Carina Frondén, jag har nyligen disputerat i nordiska språk och i det här poddavsnittet ska ni få ta del av **några** av resultaten från min forskning, sammanfattat i tre tips för en lättläst text.

Låt oss återgå till citatet i början. Vad var det som gjorde att det lät knepigt? (.) *En sak som gjorde det svårt är att texten var fylld med många ovanliga långa ord. Friktionsfri. Användarorienterad. Infrastrukturmodernisering.*

Jag har i min forskning tittat på hur olika läsare läser och förstår lättlästa texter, och hur vissa textegenskaper påverkar deras läsning. Och jag har gjort det här med hjälp av ögonrörelsemätning och frågor. En del av dem som deltog i undersökningen var universitetsstudenter. En del hade en intellektuell funktionsnedsättning, jag kallar den gruppen för informantgruppen. I mina experiment läste deltagarna lättlästa myndighetstexter och meningar på en datorskärm medan en ögonrörelsekamera följde ögonens rörelser i texten.

Det är nämligen så att när vi läser så läser vi inte linjärt, utan med hopp och fixeringar. Fixering betyder att ögat stannar upp, till exempel på ett ord. Och det är just fixeringarna, **längden** på fixeringarna, som jag har varit intresserad av, för det säger någonting om den kognitiva bearbetningen. Det att man stannar upp och tittar länge på ett ord *kan* alltså betyda att ordet är svårare.

Om du till exempel läser meningen "Det är bra att ha lite framförhållning i livet." kommer ditt öga högst antagligen att stanna upp extra mycket på ordet **framförhållning**. Det här beror enligt forskningen framför allt på att ordet är ovanligt i det vardagliga språkbruket, men också att ordet är långt kan göra att du tittar en längre tid på ordet *framförhållning* än till exempel på orden *bra* och *i*. Långa och ovanliga ord kan försvåra läsningen.

Eller omvänt: ord som är bekanta för dig (och inte alltför långa) gör din läsning smidigare. (.) Men det här med bekant kan vara lite knepigt, för de ord som är bekanta för dig kanske inte är bekanta för mig, och tvärtom. För ett troget fotbollsfan är säkert olika fotbollstermer väldigt bekanta, medan jag nog är tvungen att **fundera** några gånger innan jag förstår vad *finta* och *assist* betyder. Det här gör att bearbetningen av en text med många fotbollstermer troligen går långsammare för mig än för det trogna fotbollsfanset. Men det finns förstås ord som högst antagligen är mer eller mindre bekanta för de flesta av oss, alltså ord som har en hög eller låg frekvens i det vardagliga språkbruket.

När deltagarna i mina experiment läste, fixerade de längre tid på ordet ju längre och ovanligare det var. När vi tittade närmare på resultaten märkte vi också att den här effekten var extra stor i informantgruppen, alltså bland läsarna med funktionsvariation. Dessutom verkade de bättre komma ihåg innehåll i texter med färre sådana ord. Det här tyder på att det är bra att undvika långa och ovanliga ord när man skriver en lättläst text. Som *Användarorienterad*. Eller *Infrastrukturmodernisering*.

Tips nummer ett är alltså: **undvik ovanliga och långa ord.**

**Men** som i det mesta av experimentell forskning om hur vi förstår och producerar språk så måste vi ta i beaktande resultatens sammanhang. För ett experiment som i laboriemiljö isolerat har studerat hur en viss egenskap påverkar läsningen eller minnet kanske inte berättar om hur det alltid är, för alla läsare, med alla texter, och i verkliga situationer. Och det gör det hela lite problematiskt när vi vill ta reda på vad som gör en text lätt eller svår att läsa. Antingen måste vi välja **några** egenskaper, till exempel ordlängd och frekvens, och kolla hur det påverkar läsarna. **Men** då är det taget ur sitt sammanhang eftersom det är så mycket som samverkar i en text. Men om vi samtidigt försöker ta reda på hur alla olika egenskaper i en text påverkar läsningen, som ingredienserna i en enda stor cocktail, så vet vi inte vad som påverkar vad och i hur hög grad. Och vi måste alltid komma ihåg att inte förenkla forskningsresultat så att det blir fel.

Mitt andra tips handlar om upprepningar. Forskning om läsförståelse har visat att det är lättare att hänga med i en text om centrala begrepp och nyckelinnehåll **upprepas**. Det här är speciellt viktigt om vi läser om något vi inte är bekanta med från förut. Eller om vårt arbetsminne av någon anledning är nedsatt. På grund av en funktionsvariation. Eller för att vi är alltför stressade eller att vi blivit väckta X antal gånger av en skrikande bebis natten innan. Men vad menar jag med upprepningar? Här kommer ett tillskruvat exempel från sportavdelningen:

*Det blev en nervkittlande match då **Holm** spelade mot **Jensen**. **Nils** låg länge under mot **dansken**. På slutet kom ändå "**tigern**" igen och **Peter** hade inte en chans.*

I det här exemplet har samma spelare flera namn då skribenten har kryddat sin text med att variera benämningen på de två spelarna: Jensen, Peter och dansken, och Holm, Nils och tigern. I det här fallet blir det ju lite finurligt men samtidigt kan läsaren – eller lyssnaren – falla av kälken när det kan bli oklart vilken av spelarna Nils, dansken och tigern hänvisar till.

I en av mina ögonrörelsestudier undersökte jag hur upprepningar påverkade läsningen. När informantgruppen läste de lättlästa myndighetstexterna, stannade de totalt sett kortare stund upp på ett ord om det ordet hade förekommit tidigare i texten. De kom också bättre ihåg innehåll i texter med flera upprepningar. (.) Det här tyder på att det är bra att upprepa samma ord i stället för att variera med olika **synonymer** när man skriver en lättläst text.

Tips nummer två är därför: **upprepa ord och nyckelinnehåll**.

Så till tips nummer tre, som handlar om läsarens **förförståelse**.

Men vad menar jag med förförståelse? Låt mig börja med ett exempel. Här kommer ett fritt översatt citat ur en bok av forskarna Bransford och Johnson:

*Det hela är egentligen ganska enkelt. Först sorterar du dem i olika grupper. Beroende på hur mycket det finns att göra kan förstås en hög räcka. Om du måste gå någon annanstans på grund av brist på faciliteter är det nästa steg, annars har du det du behöver. Det är viktigt att inte överdriva, lägg inte in för mycket på en gång...*

Tyckte du det var svårt att förstå vad det här egentligen handlade om? Det berodde antagligen på att du saknade förförståelse. Vi tar exemplet en gång till, och den här gången får du veta rubriken på förhand, nämligen: *Att tvätta kläder. Det hela är egentligen ganska simpelt. Först sorterar du dem i olika grupper. Beroende på hur mycket det finns att göra kan förstås en hög räcka. Om du måste gå någon annanstans på grund av brist på faciliteter är det nästa steg, annars har du det du behöver. Det är viktigt att inte överdriva, lägg inte in för mycket på en gång...*

Det hela blev ganska mycket mer begripligt nu, eller hur? Våra tidigare kunskaper och erfarenheter, alltså förkunskaper, och vad vi vet om textens sammanhang, alltså förförståelse, underlättar när vi läser en text. En text om kvantmekanik är alltså lättare att förstå om man har kunskap om sammanhanget, alltså högst troligen avsevärt lättare att läsa för den insatta fysikern än för språkvetaren. Till exempel.

När jag frågade deltagarna vad de kom ihåg av texterna de läst så märkte jag att det fanns en tydlig koppling mellan vad de återgav och vad de kände till från tidigare. Deltagare som själva kanske hade den där besvärliga huvudvärken eller muskelvärken i gott minne efter coronavaccinet kunde återge mera information om möjliga biverkningar ur texten om coronavaccin. Till exempel.

Så tips nummer tre är alltså: **ta läsarens förkunskaper i beaktande**. Med andra ord: ta det inte för givet att läsaren har förkunskaper om det du skriver om.

Skriver du en lättläst text är det alltså bra att undvika ovanliga och långa ord, det är bra att upprepa ord och nyckelinnehåll och det är viktigt att ta läsarens förkunskaper i beaktande. Det här är också bra för vilken som helst text som har en informerande funktion.

Det är ändå viktigt att komma ihåg att texten är en helhet och det är mycket som samverkar i en text. Ordval, meningsbyggnad, innehåll och struktur. Och hur texten ser ut. Hurdan text du ska skriva har också betydelse: är det en faktatext eller en novell? Så här kommer ett **bonusråd**: tänk på helheten. Och när en läsare möter en text finns det också mycket mer som kan påverka om texten är lätt eller svår för just den läsaren. Läsförmåga. Intressen och motivation. Läsmål och lässtrategier. Känslor och självkänsla.

((Något jag också märkte i mina läsexperiment var att trots att texterna var lättlästa så var de inte alltid tillräckligt tillgängliga för läsarna i informantgruppen. Det här ser jag som ett exempel på att lättästa myndighetstexter **inte alltid är** tillräckligt lätta att läsa. Och då har

jag två budskap till myndigheter och andra avsändare: **för det första** så förstår jag att det inte alltid är möjligt att publicera texter som är tillräckligt lätta för alla, och det är alltid ett steg åt rätt riktning att man ens strävar till att på något sätt förenkla eller anpassa informationen. **För det andra** så kan man inte förvänta sig att en lättläst text alltid är tillräcklig för att mottagaren ska förstå eller kunna agera utgående från texten. Även om man följt skivråden. ))

Lätt språk är också ett ganska nytt forskningsfält. Trots att lättlästa böcker har publicerats på svenska sedan 1960-talet är min avhandling den **allra första** språkvetenskapliga avhandlingen om lätt svenska. Det här säger kanske något om att lätt språk inte haft så hög status i samhället. Det har varit ett marginellt fenomen, för en marginaliserad grupp. Inte något medierna väljer att lyfta fram, för det genererar inte tillräckligt många klick. De finlandssvenska läsarna i behov av lätt språk är dessutom en minoritet inom minoriteten och är därför extra utsatta för marginalisering.

Forskningen om lätt svenska håller ändå på och växer fram. Helt nyligen har vi påbörjat ett nytt projekt som heter Lättläst litteratur, svenska och integration och leds av professor Camilla Lindholm och finansieras av Kulturfonden. Projektet studerar hur texter på lätt svenska fungerar som redskap för integration, något vi inte heller vet tillräckligt mycket om.

Och i slutändan handlar det om mänskliga rättigheter och demokratiska värderingar. Om delaktighet. Om människor. Malin, Brian, Amina och Edna. Skriv för dem. Skriv lättläst!