



Af Jesper Aagaard,
cand.psych. og ph.d.

PH.D.-STAFET

Hvad forsker danske psykologer i? Det skiftes de til at skrive om i denne ph.d.-stafet. Her skriver Jesper Aagaard om sin ph.d. med titlen *Digital distraction. A qualitative exploration of media multitasking*, der blev forsvaret 26. maj 2017 på Aarhus Universitet.

Digital distraction

Fra politisk hold har man i mange år haft stor tiltro til, at øget brug af digitale teknologier vil revolutionere vores uddannelsessystem. Undervisningsministeriet har eksempelvis hævdet, at digitale læremidler vil kunne højne kvaliteten af undervisningen, fordi de motiverer eleverne og inddrager dem mere aktivt. På den baggrund er der blevet investeret svimlende summer i øget anvendelse af informationsteknologi i undervisningen. Forskning har dog vist, at eleverne ofte bruger disse teknologier til fagligt irrelevante formål i timerne, og at denne aktivitet – ikke overraskende – giver sig udslag i en række negative konsekvenser: Dårligere årskarakterer, dårligere testpræstationer og en dårligere koncentrationsevne (Aagaard, 2015b). Forskningen viser også, at eleverne er bevidste om disse konsekvenser: De ved skam godt, at deres fagligt irrelevante brug af teknologier er uhensigtsmæssig. Men hvorfor gør de det så?

Min afhandling undersøger fænomenet digital distraction. Når forskere hidtil har beskæftiget sig med teknologiers relation til menneskelig opmærksomhed, har de ellers benyttet sig af begrebet multitasking, som bogstaveligt talt betyder at dele sin opmærksomhed mellem flere (*multi-*) informationskilder eller opgaver (*tasks*) på samme tid. Der er dog ét problem med denne forskning: Den handler slet ikke om multitasking (Aagaard, 2015b). De eksperimenter, der skal måle effekten af multitasking, består nemlig ikke blot af flere opgaver, men indebærer en særlig type af opgaver: Primæropgaven er en skolelignende aktivitet så som at læse en artikel, mens sekundæropgaven består af noget helt andet så som at chatte med forsøgslederne om ens fritidsinteresser. Der udvælges altså en sekundæropgave, som er specifikt designet til at aflede opmærksomheden fra primæropgaven, og de resulterende præstationsforringelser skyldes derfor ikke, at deltagerne opmærksomhed *deles* mellem to opgaver, men at den 'trækkes-væk' eller *distraheres* fra primæropgaven.

At erstatte ordet multitasking med distraction rokker selvfølgelig ikke ved eksistensen af de førnævnte præstationsforringelser, men det udfordrer den bagvedliggende forklaringsmodel: Der er ikke partout noget galt i at udføre flere opgaver på én gang, og vi skal ikke forhindre eleverne i at tage noter (opgave #1), mens de lytter efter (opgave #2). Problemet opstår i det øjeblik, hvor deres opmærksomhed trækkes-væk fra undervisningen, idet den eksempelvis trækkes-ind i Facebook. Det er denne form for distraction, jeg satte mig for at undersøge. Mit ph.d.-projekt varede i årene 2013-2017 og tog form som et kvalitativt forskningsprojekt med dataindsamling på et større dansk handelsgymnasium. Her interviewede jeg seks lærere, foretog deltagerobservation i 50

undervisningstimer og interviewede 25 elever om deres brug af digitale teknologier. Baseret på denne dataindsamling har jeg udgivet tre empiriske artikler, som udgør substansen i min ph.d.-afhandling.

En kolossal udfordring

I afhandlingens første artikel benytter jeg deltagerobservation til at udforske brugen af digitale teknologier i det moderne klasselokale (Aagaard, 2017). Artiklen forsøger at demonstrere, hvordan sådanne teknologier er involveret i to uadskillelige rumlige dynamikker: På den ene side sætter teknologierne eleverne i stand til at hente relevant viden 'udefra-og-ind' i klasselokalet. Læreren kan således bede eleverne om at indhente informationer om alt fra udviklingen på den indiske betalingsbalance til biografiske oplysninger om Oscar Wilde, og vakse elever kan endog benytte informationssøgning til at nuancere eller ligefrem modsige lærerens udsagn i klasselokalet. Denne dynamik skaber en hidtil uset demokratisering af viden og er med rette blevet fejret i forskningslitteraturen. På den anden side giver teknologierne samtidig eleverne mulighed for at flygte 'indefra-og-ud' af timen. Den selvsamme portal, som åbner mulighed for at bringe verden ind i klasseværelset, udgør med andre ord også en bagdør, hvorigennem eleverne kan undslippe timerne til fordel for sociale medier, blogs og bettingsider. Denne dynamik udgør en kolossal udfordring for det moderne uddannelsessystem og er hidtil blevet negligeret af forskningen (og uddannelsespolitikken).

Stærk tiltrækningskraft

I afhandlingens anden artikel udforsker jeg derfor elevernes fagligt irrelevante brug af digitale læremidler via kvalitative interviews (Aagaard, 2015a). Eleverne beskriver, hvordan de ofte oplever en 'habituel distraction' i form af en stærk tiltrækning mod visse hyppigt besøgte, men fagligt irrelevante hjemmesider så som Facebook. En pige fortæller eksempelvis, at når hun skal ind på skolens elevportal, logger hun ofte på Facebook ved et uheld, fordi manøvren er så gennemgribende vanegjort. "Det er bare F, A, fordi det er Facebook, og så Enter", som hun siger, idet hun indtaster kombinationen i luften foran sig. De unge går med andre ord på Facebook uden at tænke over det. De vælger det ikke bevidst, og de gør det hverken, fordi de er dumme eller dovne. De er blot vant til at håndtere computere på specifikke måder, som også sidder i fingrene på dem, når de er i skole. At være trukket-mod disse sider betyder samtidig at være trukket-væk (eller *dis-traheret*) fra undervisningsaktiviteten. Eleverne irriteres selv over denne stærke tiltrækningskraft, og i

visse situationer klapper de endda computerne sammen for at kunne fastholde opmærksomheden. Men er distraktion i klasselokalet ikke bare et velkendt fænomen, der altid har eksisteret? Det kan jo undertiden være kedeligt at gå i skole.

Digitalt hverdagsliv

I afhandlingens tredje og sidste artikel forsøger jeg at imødekomme denne indvending ved at spørge ind til digital distraktion i situationer, hvor de unge aktivt har valgt at være til stede (Aagaard, 2016). I mine interviews spurgte jeg nemlig også ind til elevernes hverdagsliv: Hvordan bruges digitale teknologier under samværet med familie, venner og kærester? Eleverne beskriver, hvordan brugen af mobilere under sådanne ansigt-til-ansigt samtaler giver udslag i en række forringede mikrosociale dynamikker så som manglende øjenkontakt, forsinkede svar, en mekanisk stemmeføring samt et hæmmet kropssprog. Baseret på Daniel Sterns teori om affektiv afstemning argumenterer jeg for, at disse dynamikker tilsammen udløser en 'utilsigtet fejlafstemning', hvor den telefonbrugende part mismatcher sin samtalepartners affektive niveau, og derved bryder samtalepartners rytme, dræner dens energi og signalerer ligegyldighed over for samtalepartneren. Eleverne beskriver sådanne oplevelser som irriterende og sårende, men anerkender samtidig, at de uforvarende kan finde på at gøre det samme over for andre. Det er således tydeligt, at digital distraktion strækker sig ud over klasselokalet. Jeg vil faktisk vove den påstand, at de fleste af os efterhånden har stiftet bekendtskab med fænomenet.

Praktisk afhængighed, ikke patologisk

Da jeg påbegyndte mit ph.d.-projekt i 2013, syntes brugen af digitale teknologier at være omgærdet af en ukuelig optimisme. I de senere år har vi dog set sprække i denne optimisme, bl.a. i form af en spirende bekymring omkring teknologiafhængighed. Om end min afhandling også forsøger at belyse skyggesiderne ved brugen af digitale teknologier, er jeg skeptisk over for denne diskursive udvikling. At italesætte vores nærmest ufrivilligt tætte forhold til digitale teknologier som en 'afhængighed' er selvfølgelig en effektiv måde at ruske op i befolkningen og markere en kritisk stillingtagen til vores generelle teknologibrug, men det er også en direkte vej til at sygeliggøre en række almindeligt forekommende adfærdsmønstre. Som psykologer må vi være på vagt over for sådanne tendenser. Det er ganske vist sandt, at unge mennesker er afhængige af deres mobiltelefoner og computere, men der er tale om en

praktisk afhængighed (*dependency*), der gør det besværligt at undvære disse apparater, og ikke en patologisk afhængighed (*addiction*) på linje med stofmisbrug. Da jeg for nylig deltog i en såkaldt offline-uge på Dronninglund Gymnasium, var der i hvert fald ingen abstinenser at spore blandt eleverne. "Det er ikke hårdt, det er bare upraktisk", som en af dem sagde.

Det handler om vaner

Min afhandling er også teknologikritisk, men den styrer eksplicit udenom afhængighedsbegrebet samt beslægtede vendinger så som fix, detox, junkie og pusher. Jeg benytter i stedet et fænomenologisk vanebegreb, som langt hen ad vejen besidder samme forklaringskraft, idet det rummer mange af de negative oplevelsesmæssige kvaliteter, som afhængighedsbegrebet forsøger at indfange: Vaner er førbevidste og foregår så at sige 'under' vores bevidste beslutningsprocesser, de kan være vanskelige at ændre på, og visse af vores vaner – vores dårlige vaner eller vores laster, som man kalder dem – strider mod vores bevidste mål og værdier. Vanebegrebet har dog den fordel, at det kapper de sensationsprægede konnotationer til kanyler og stofmisbrugere og således erstatter moralsk panik med en mere jordbunden diskussion af vores kollektive teknologibrug. Vanebegrebet indebærer desuden en afgørende nuance: Det giver ingen mening at skelne mellem 'god' og 'dårlig' afhængighed, men det gør det, når vi taler om vaner. Hvor afhængighed skal knækkes og elimineres, skal gode vaner trænes og kultiveres. Vanebegrebet åbner dermed for idéen om (*ud*)dannelse af gode teknologivaner, eller det man også kunne kalde digital dannelse. Dette er efter min mening en af de store udfordringer i det 21. århundrede. ●

Referencer:

- Aagaard, J. (2015a). Drawn to Distraction: A Qualitative Study of Off-Task Use of Educational Technology. *Computers & Education*, vol. 87, p. 90-97.
- Aagaard, J. (2015b). Media Multitasking, Attention, and Distraction: A Critical Discussion. *Phenomenology and the Cognitive Sciences*, vol. 14(4), p. 885-896.
- Aagaard, J. (2016). Mobile Devices, Interaction, and Distraction: A Qualitative Exploration of Absent Presence. *AI & Society*, vol. 31(2), p. 223-231.
- Aagaard, J. (2017). Breaking Down Barriers: The Ambivalent Nature of Technologies in the Classroom. *New Media & Society*, vol. 19(7), p. 1127-1153.