

## **Pål Kolsrud og Kjersti Hagel, 16.02.2026**

Etter å ha lest pressemeldingen fra kunnskapsdepartementet (05.02.2026, regjeringen.no), kontakter vi deg. Du har fått oppgaven å lede lesekommisjonen, som skal gi nasjonale råd om lesing. Det er et spennende fagområde, og det blir interessant å etter hvert få deres konklusjoner og råd for økt leseglede og ferdigheter for kommende generasjon i årene fremover.

Optikk og Synshjelp as/Alfawiz, som vi representerer, jobber med synsproblematikk i forbindelse med lesing. Vår tilnærming til barn med leseutfordringer er ganske unik. Syn blir ofte ekskludert som årsak til leseproblemer. Det er sjekket ut hos helsesøster, evt. optiker eller øyelege, uten at det blir påvist relevant korreksjonsbehov. En vanlig synstest fokuserer primært på avstandssynet.

Her er det et underkommunisert problem, da synet ikke blir sjekket relatert til oppgaven det er å lese. Du har antageligvis selv hatt en synsundersøkelse, og erfart hvor mye av tiden som brukes på å sjekke avstandssynet i forhold til hvordan vi ser på nær.

Synet, evolusjonært sett, er utviklet for et best mulig avstandssyn. Det er de av oss som har klart å fange elger og passe oss for bjørner som historisk har overlevd for å bringe genene videre til neste generasjon. Det er bare de siste tiårene vi har gått over til å nesten bare å bruke øynene aktivt på nær, og det er krevende på helt andre måter enn det å se på avstand. Den største synsutfordringen er å lese, da det er helt kritisk at øynene leverer korrekt informasjon for at hjernen skal kunne tolke det du ser og gi mening til det du leser. Det blir ofte en litt for stor utfordring, da synet ikke primært er utviklet for nærarbeid og man ikke har de fysiske forutsetningene for å løse denne oppgaven tilfredsstillende.

For å utvikle leseglede og ferdigheter, er det ekstremt viktig at øynene leverer det de skal slik at oppgaven blir overkommelig. Da vil barn ha synsmessige forutsetninger for å oppleve mestringsglede fra starten. Det er derfor veldig viktig å vite om eventuelle synsutfordringer som kan få innvirkning på leseprogresjonen.

Pål Kolsrud har jobbet med disse problemstillingene i over 35 år i Optikk & Synshjelp as. Vi hjelper barn og voksne fra hele landet til bedre forståelse og korreksjoner for egne leseproblemer. At vi har et ukomplisert og godt avstandssyn, betyr at vi har ganske enkelt at vi ikke har synsproblemer på avstand. For å vite hvordan synet er ved lesing, må dette utredes. En god sprinter på 100 meter, er ikke automatisk en god-10.000 meter. (Selv om dette jo er 100,100-metersløp).

Vi har utviklet undersøkelsesmetoder og korreksjoner som tar hensyn til hvordan øynene brukes ved lesing. For mange barn (og voksne), kan det være en utfordrende og slitsom oppgave å bruke øynene til lesing, uavhengig av om synet er perfekt på langt hold.

Vi har en enkel test som kan avdekke synsproblematikk ved lesing. Denne kan gjennomføres allerede i barnehagealder. Således kan den være et godt hjelpemiddel i kartleggingen av mulige utfordringer når leseopplæringen påbegynnes. Vi ønsker å utvikle testen til en versjon som enkelt kan benyttes av annet relevant personell. Da vil man allerede før barna starter på skolen vite hvem man bør holde et øye med for å kunne sette inn tidlige tiltak for å lette situasjonen i leseopplæringen.

Det er først de siste årene Alfawiz er opprettet, da vi ønsker å nå ut til flere med hvordan vi kan hjelpe folk til å lese bedre.

Vi ser at det er nødvendig med et bredt, tverrfaglig samarbeid for å jobbe med barn og lesing. Slik det er i dag vet pedagoger mye om lesing, men ikke så mye om syn. Optikere på

sin side, kan mye om syn men svært lite om syn relatert til lesing. Andre yrkesgrupper som er relevante for å optimalisere leseopplæring er bibliotekarer, hørselspecialister og kiropraktorer, for å nevne noen.

Hvis du er interessert i å vite mer om hvordan vi jobber med syn og leseproblemer hos barn, tar vi gjerne en prat. Vi ser frem til å følge med på arbeidet deres i lesekommisjonen.