

# Å erfare andres følelser

*En kvalitativ studie av et publikums følelsesmessige erfaringer med NRK-seriene 'Jeg mot meg', 'Helene sjekker inn' og 'Sinnsykt'*

Hanna Elvira Osnes Dal



Masteroppgave ved institutt for medier og kommunikasjon

UNIVERSITETET I OSLO

01.12.2020

*«the 'privacy we guard so desperately is also the aloneness we want punctured so badly'»*

(Elisabeth Wurtzel, gjengitt i Füredi 2004, 82)

## Sammendrag

I denne masteroppgaven er følelsenes rolle i fremstillingene av psykisk helse i seriene «Jeg mot meg» (2016), «Sinnssykt» (2018) og «Helene sjekker inn» (2016) gjenstand for analyse. Analysen består av en todelt kvalitativ analyse basert på den kognitivistiske filmteorien. Her er intervjuer med informanter om deres følelses responser samt en undersøkelse av seriene som tekster med fokus på dens følelsesstrukturer grunnlaget for analyse. Oppgaven vektlegger samtidig individualisering og en endret forståelse av det offentlige og det private, samt en oppfordring til «å dele» som grunnleggende strukturer i tekstene og informantenes respons. En av oppgavens hovedfunn er identifiseringen av nærbildet som sentral i fremkallelsen av empati og medfølelse hos seeren.

## Abstract

In this master thesis the role of the feeling is subject to analysis in understanding the manufacturing of mental health in the NRK TV-series «Jeg mot meg» (2016), «Helene sjekker inn» (2016) and «Sinnsykt» (2018). The thesis consists of a two-way qualitative approach based on the cognitivist film theory. The basis for analysis is interviews conducted with informants, and a survey of the TV-programs as texts. The thesis emphasizes contemporary individualisation and a changed understanding of the private and public, as well as the encouragement to «share», as basic structures in the dissemination of the viewers responses. One of the thesis main findings is the identification of the close-up-shot as a main function in eliciting empathy and compassion in the viewer.

## Takk

Aller først vil jeg takke min veileder Eli Skogerbø (2019/2020). I en periode hvor samfunnet har lukket ned og det digitale råder har du vært til stede bare et Zoom-møte eller en telefonsamtale unna. Din faglige veiledning og dine oppmuntrende ord har gitt meg trygghet og motivasjon i arbeidet med denne oppgaven fra start til slutt.

En stor takk rettes til informantene som har deltatt i intervjuer til denne oppgaven. I hele prosessen knyttet til arbeidet med intervjuene; i møtet med dere, under gjennomlytting, transkribering og analysering av intervjuene har jeg kjent på en ære over å få lov til å sitte ned med hver og enkelt av dere og lytte til det dere har å si. Dere har velvillig brukt av deres tid og gitt meg informasjon som har vært helt uvurderlig for meg faglig, men også personlig. Det å snakke med mennesker i en slik setting har gitt meg en innsikt og erfaring jeg ikke ville vært foruten. Det varmer å møte så mange engasjerte mennesker. Hver og en av dere bringer noe unikt til denne oppgaven, og den ville ikke eksistert uten dere.

Takk til Sigrun Norderval som har gitt meg både faglig og emosjonell støtte i arbeidet med oppgaven og alle retningene den har tatt i sin tilblivelse. Takk for fine samtaler.

Denne oppgaven blir skrevet mens korona-pandemien krever at avstanden blir større mellom dem som ellers er nære. Jeg kjenner meg privilegert over å ha så mange fine mennesker rundt meg som har gjort at avstanden ikke kjennes så stor i en krevende periode:

Takk til venner og familie som velvillig har snakket med meg om oppgaven, både frustrasjoner og gleder knyttet til arbeidet med den, og som har ventet tålmodig på at jeg skal komme ut av «master-tåken». Mamma og pappa, alltid mine største støttespillere, alltid bare en telefonsamtale unna. Min kjære Axel, det mest tålmodige mennesket jeg kjenner. Takk for middager etter lange dager, varmen og støtten du gir meg.

Maria, inspirasjonen til denne oppgaven. Ikke en dag går uten at du er her med meg.

© Hanna Elvira Osnes Dal 2020

Å erfare andres følelser. En kvalitativ studie av et publikums følelsesmessige erfaringer med NRK-seriene 'Jeg mot meg', 'Helene sjekker inn' og 'Sinnsykt'

Hanna Elvira Osnes Dal

<http://www.duo.uio.no>



# Innholdsfortegnelse

<b>Sammendrag</b> .....	<b>3</b>
<b>Abstract</b> .....	<b>4</b>
<b>Innholdsfortegnelse</b> .....	<b>8</b>
<b>1 Innledning</b> .....	<b>1</b>
<b>1.1 Eudaimoni</b> .....	<b>2</b>
<b>1.2 Følelsenes rolle</b> .....	<b>4</b>
<b>1.3 Problemstilling</b> .....	<b>5</b>
<b>1.4 Oppgavens oppbygning og gjennomføring</b> .....	<b>5</b>
1.4.1 En todelt tilnærming: kvalitativ metode for intervju og tekstanalyse.....	5
<b>1.5 Avgrensning</b> .....	<b>7</b>
<b>1.6 Seriene</b> .....	<b>7</b>
1.6.1 Jeg mot meg.....	8
1.6.2 Sinnsykt .....	8
1.6.3 Helene sjekker inn .....	9
<b>2 Teori</b> .....	<b>10</b>
<b>2.1 En kognitivistisk tilnærming</b> .....	<b>10</b>
2.1.1 Et endret syn på følelsenes rolle i medieresepsjon .....	10
2.1.2 Affektiv meningsskapning: erfaringsbegrepet.....	11
<b>2.2 Stigma som affekt</b> .....	<b>13</b>
2.2.1 Stigma som et sett med egenskaper .....	13
2.2.2 Stigma som prosess og roller.....	14
2.2.3 Synlighet og kontrollerbarhet .....	15
<b>2.3 Et skifte i fremstillingen av psykisk helse?</b> .....	<b>16</b>
<b>2.4 Åpenhet</b> .....	<b>17</b>
2.4.1 Terapikultur: en psykologisering av kulturen.....	18
2.4.2 Fra sosial og økonomisk determinisme til emosjonell determinisme.....	18
2.4.3 Individualisme .....	19
<b>2.5 TV-mediets rolle som følelsesstruktur</b> .....	<b>20</b>
2.5.1 First person media: tilståelseskultur .....	20



2.5.2	Når private følelser blir offentlige følelser .....	22
2.5.3	NRK som offentlighet: seriene som allmennkringkasting .....	23
<b>2.6</b>	<b>Sjanger som emosjonell struktur .....</b>	<b>24</b>
2.6.1	TV-sjanger .....	24
2.6.2	Sjanger som et perspektiv på verden og et system for mening .....	24
2.6.3	Melodrama.....	25
<b>2.7</b>	<b>Seriene som virkelighets-TV.....</b>	<b>26</b>
2.7.1	Seriene som <i>påstander</i> om virkeligheten .....	26
2.7.2	Forenklingen av komplekse strukturer .....	27
<b>2.8</b>	<b>Følelsesmessige strukturer i narrative og visuelle virkemidler.....</b>	<b>28</b>
2.8.1	Nysgjerrighet: Seriene som fremstillinger av virkelige mennesker .....	29
2.8.2	Empati: Seriene som fremstillingen av menneskelige følelser.....	30
2.8.3	Nærbildet som formidler av empatiske følelser .....	31
<b>2.9</b>	<b>Nærbildet som narrativ struktur .....</b>	<b>32</b>
<b>2.10</b>	<b>Programlederen.....</b>	<b>33</b>
<b>2.11</b>	<b>Dokumentarens publikum: et spenn mellom empati og kritikk .....</b>	<b>35</b>
<b>3</b>	<b>Kvalitativ metode .....</b>	<b>37</b>
<b>3.1</b>	<b>Metode og fremgangsmåte kvalitative intervjuer .....</b>	<b>37</b>
3.1.1	Rekruttering av informanter .....	38
3.1.2	Intervjuguide.....	38
3.1.3	Fremgangsmåte intervjuer .....	39
<b>3.2</b>	<b>Etiske hensyn .....</b>	<b>40</b>
3.2.1	Å intervju mennesker – min rolle som intervjuer .....	41
3.2.2	Bearbeiding av datamaterialet .....	43
3.2.3	Lagring og oppbevaring av sensitive data .....	46
3.2.4	Tid og effektivitetshensyn .....	47
<b>3.3</b>	<b>Analysestrategi: en hermeneutisk og retorisk tilgangsmåte.....</b>	<b>48</b>
<b>4</b>	<b>Tekstanalyse av serienes følelsesmessige strukturer.....</b>	<b>49</b>
<b>4.1</b>	<b>«Jeg mot meg» - Episode 3 – Terapisirkelen.....</b>	<b>49</b>
4.1.1	Episodens åpningssekvens.....	50
4.1.2	Fredrik sin fortelling .....	51
4.1.3	Tråden blir tatt opp igjen – Fra et «vi» til et «jeg».....	53
4.1.4	Fredrik blir introdusert.....	54
4.1.5	Tilståelsen som narrativ struktur .....	55
4.1.6	Nærbildets dramatikk – «Anja Catrine».....	59

<b>4.2</b>	<b>Sinnssykt – Episode 1 – «Kronisk sykdom i møte med hverdagen»</b> .....	<b>62</b>
4.2.1	Gjennom programlederens øyne.....	62
4.2.2	Forvirring og oppklaring i møte med Espen: «Men jeg lurer på har du en diagnose?».....	67
4.2.3	Tilståelsens «vi».....	69
4.2.4	Ramona blir trist.....	70
<b>4.3</b>	<b>Helene sjekker inn – Episode: «angsbehandling» - «Inn på institusjonen»</b> .....	<b>71</b>
<b>5</b>	<b>Intervjuanalyse publikums emosjonelle responser</b> .....	<b>76</b>
<b>5.1</b>	<b>Informantene og episodene</b> .....	<b>76</b>
<b>5.2</b>	<b>Ambivalenser til åpenhet</b> .....	<b>77</b>
5.2.1	Positive følelser knyttet til «deling».....	77
5.2.2	«Å dele» som noe negativt.....	82
5.2.3	Trenger alle å vite? «Nora og Kari».....	87
<b>5.3</b>	<b>Å ikke kjenne seg igjen – «Kari og Ingrid»</b> .....	<b>89</b>
5.3.1	«Kari».....	89
5.3.2	«Ingrid».....	90
<b>5.4</b>	<b>Ambivalens til seriene som fremstilling av virkelighet</b> .....	<b>93</b>
5.4.1	«Trond» - «Helene tar for mye plass».....	94
5.4.2	Kari «Å titte inn».....	97
5.4.3	«Sara» - «jeg håper det jeg ser er ekte».....	99
<b>6</b>	<b>Avslutning</b> .....	<b>99</b>
<b>6.1</b>	<b>Diskusjon og oppsummering av funn</b> .....	<b>99</b>
6.1.1	Tilståelsen og delingen som sentrale i episodene.....	100
6.1.2	Programlederens sentrale rolle i formidlingen av følelser.....	101
6.1.3	Episodene som påstander om virkeligheten.....	101
<b>6.2</b>	<b>Videre forskning</b> .....	<b>102</b>

# 1 Innledning

[...] Skjermhistorie kan påvirke velferden til mennesker og kulturer i betydelig grad, og dermed blir de både utsatt for ros og hyllest, spørsmålstejn eller fordømmelse. Den typen skjermhistorier som sirkulerer bidrar til den kulturelle økologien til en tid og et sted. Gjennom delt oppmerksomhet påvirker de hva kulturer og individer tenker og føler (Plantinga 2018, 2).

Året er 2018 og en rekke TV-programmer om temaet psykisk helse opptar min oppmerksomhet. Jeg blir oppslukt. Både *Jeg mot meg* (2016b), *Helene sjekker inn* (2016a) og *Sinnssykt* (2018) ruller alle over skjermen på datamaskinen min. Serienes tematikk føles relevant i mitt eget liv, jeg har selv opplevd psykiske plager, og året 2017 blir et spesielt og sorgtungt år når en av mine nærmeste venner begår selvmord etter lang tids psykiske sykdom. Seriene fungerer som trøst og innsikt i en problematikk som oppleves som kompleks. De skiller seg ut fra tidligere medieinnhold jeg har sett knyttet til psykisk helse, først og fremst i form av å gi et innblikk i enkeltmenneskers møte med psykisk sykdom. De går nært inn, jeg får bli med inn i terapiserkelen, inn på institusjon og i hverdagen til mennesker som opplever kroniske psykiske problemer. Det føles forfriskende, jeg får se noe jeg aldri har sett før, og av og til kan jeg også kjenne meg igjen i problemer som jeg før ikke har sett fremstilt på TV. I min egen seer-aktivitet blir imidlertid ambivalens en stadig større del av opplevelsen. Er disse seriene egentlig *bra*? Og er det bra at jeg ser de? For *hvorfor* ser jeg egentlig disse seriene?

Denne ambivalensen kan knyttes opp mot mottakelsen disse seriene har fått i media, og debatten som trer frem knyttet til *åpenhet om psykisk helse* som et mer generelt tema. *Jeg mot meg* er den av seriene som kanskje har skapt mest debatt og sprikende mottakelse. Serien mottok tabu-prisen i 2016 av Rådet for psykisk helse<sup>1</sup>. Tove Gundersen gir følgende begrunnelse: «Årets vinnere har bidratt til å alminneliggjøre psykiske problemer og vist at det er håp og muligheter for å få hjelp til å mestre livet.», videre sier Gundersen: «Vi er mange som har grått og ledd med dere. Det dere viser frem og forteller gir mening, det er gjenkjennbart og dønn menneskelig. Tusen takk for at dere er åpne og deler. Det skaper håp for andre [...]» (2016c). Professor i klinisk Psykologi ved Universitetet i Oslo, Anne Kari-Torgalsbøen kritiserer serien i en kronikk i Aftenposten. Hun mener programskaperne utnytter unge mennesker i en sårbar fase. De utleverer deres innerste følelser og tanker i underholdningens tjeneste, hun skriver følgende:

---

<sup>1</sup> For sesong 1 av serien

Det har skjedd en uheldig utvikling der åpenhet nå fremstilles som noe vi har ubetinget godt av. Det å blottlegge seg i det offentlige rom og brette ut sine psykiske problemer er noe vi alle bør gjøre [...] Ikke bare får seerne være med inn i terapirommet, men vi skal også få 'kikke inn' i ungdommenes til dels utleverende privatliv. Hele konseptet selges inn under betydningen av å være åpen om psykiske vansker, hvor modige deltagerne er, samt avmystifisering av hva som foregår i terapi (Torgalsbøen 2018).

I sitt motsvar til Torgalsbøens sin kritikk av seriens underholdningsaspekt skriver Peder Kjøs at den «i beste fall er upresis.». Videre skriver han at «publikum ser på denne serien fordi den kjennes relevant og innsiktsfull [...]» og at «[...] det er ikke et ønske om å sensasjonalisere, eksponere for effektens skyld, eller å vise fram naken sårbarhet for å underholde.» (Kjøs 2018).

Debatten rundt seriene bærer preg av å være representert av fagfolk med høy troverdighet. Flere av de som uttaler seg er enten praktiserende psykologer eller professorer og forskere inne psykologi, de argumenterer rasjonelt for og imot om slike mediefremstillinger er etiske og om hvilken nytteverdi de har for allmennheten. Kritikken av seriene kan forstås fra flere ulike perspektiv, det som imidlertid blir sentralt i kritikken er serienes underholdnings-aspekt. På den ene siden blir *Jeg mot meg* her hyllet for å få vekke gråt og latter, for å bevege mange mennesker følelsesmessig og for å skape mening og gjenkjennelse. På den andre siden blir serien kritisert for å utlevere sårbare menneskers innerste følelser og tanker, i underholdningens tjeneste. Et TV-program eller «en film sin evne til å bevege sitt publikum er avgjørende i dens suksess» (Plantinga gjengitt i Gorton 2009, 89). I lys av følelsenes sentrale rolle, mediedebatten knyttet til seriene, og mine egne ambivalente seer-opplevelser med seriene, reiser det seg et stadig mer påtrengende spørsmål hos meg; hvordan møter faktisk publikum disse seriene?

## 1.1 Eudaimoni

Kjernen i debatten rundt disse seriene synes å være hvorvidt disse mediefremstillingene er «gode» eller «dårlige» fremstillinger av psykisk helse i lys av serienes underholdende side. Å vedta om noe er «godt» eller «dårlig» er ikke noen enkel oppgave, og mediefremstillinger generelt sett må forstås som mer komplekse enn som så. I debatten knyttet til «åpenhet om psykisk helse» på et mer generelt plan så skriver, professor i Kultur og Samfunnspsykologi Ole Jacob Madsen følgende i en «viten»-artikkel i Aftenposten:

For å forstå hvordan økt fokus på psykiske plager i den mediale offentligheten faktisk kan gi økt registrering av psykiske symptom, må vi ha klart for oss at de ikke eksisterer uavhengig av kulturen. Selv den alvorligste av psykosene, schizofreni, som har en sterk genetisk komponent, er ikke upåvirket av kulturen, fra innholdet i vrangforestillingene til omgivelsenes syn på de rammede. Alle psykiske lidelser vil nødvendigvis uttrykkes, fortolkes og behandles via kulturens normer. Dermed vil også forhold som medieomtale virke inn på utbredelsen av ulike diagnoser, selv om det alene ikke er nok til at noen blir psykisk syke (Madsen 2020)

Det Jacobsen her skrive er et motsvar til en rekke debatt-innlegg og kronikker, som diskuterer åpenheten som enten «god» eller «dårlig», med særlig fokus på smitteeffekt og hvor vidt det å være psykisk syk er blitt «trendy» er den sentrale problematikken (Hansen 2020) (Lund 2020). Madsen sin bemerkning er interessant, fordi den peker på hvordan *kulturen* også må tas i betraktning når man snakker om psykisk sykdom. Hans eksempel med schizofreni forstås her som et eksempel på hvordan indre psyke og ytre omstendigheter som kultur ikke opererer separat, men tenkes å ha en viss innvirkning på hverandre. Filmteoretiker Carl Plantinga skriver at skjermhistorier er «en viktig komponent i vår kulturelle økologi og våre individuelle psyker» (oversatt av meg). (2018, 1). Fortellingen har en sentral rolle i mange menneskers hverdag; mange bruker ofte flere timer om dagen fordypet i ulike former for skjermfortellinger, som Plantinga kaller disse. Her forstås skjermfortellinger som fortellinger formidlet gjennom ulike former for skjerm, som for eksempel mobiltelefonen, pc-skjermen, nettbrett og TV-skjermen. Dette er altså en stor gruppe medieinnhold. Plantinga trekker frem at *typene* fortellinger som eksisterer i en *kulturell økologi* blir viktig i relasjon til mennesker og samfunn sin velferd. Et menneskes velferd kan forstås utifra begrepet om eudaimoni eller som det også blir kalt: «menneskelig blomstring» (2018, 1). Eudaimoni er et gresk begrep innen dydsetikken, og kan forstås som et slags lykke-begrep. I motsetning til lykke, så er imidlertid ikke eudaimoni noe som kan komme og gå fra et øyeblikk til det neste, her handler det om en rekke kriterier som oppfylles og fører til at man lever et godt liv (Sagdahl 2018). Eudaimoni er noe de fleste dermed kan være enige om at er et viktig mål i et menneskes liv, men her understreker Plantinga at det ikke nødvendigvis er enighet om *hva* disse kriteriene er, eller *ser ut som*, da dette er kriterier som er kulturelt og politisk betinget (2018, 4)

Plantinga sin bruk av begrepet eudaimoni i relasjon til skjermfortellinger er også en forståelse av mennesker som *påvirket* av det de ser på skjermen. Helt grunnleggende i flere av Plantinga sine verk, er en forståelse av fortellinger som følelsesmessige opplevelser (Plantinga 2009, 2018, Plantinga og Smith 1999). Som en følelsesmessige opplevelser beskriver Plantinga påvirkningen som at «I det lange løp kan slike opplevelser brenne seg inn i minnet til

publikum, og kan bli til en mal for tenkning og handling» (Oversatt av meg) (Plantinga 2009, 6). Plantinga sammenligner seer-opplevelsen med den samme som oppstår når vi snakker og konverserer med andre. I denne prosessen så «skaper vi kultur»<sup>2</sup> gjennom å kultivere tanke- og responsvaner. Dette skjer gjennom de fortellingene vi tilbyr andre, og de fortellingene vi selv tar inn (2018, 1). Eudaimoni-begrepet består ikke av statiske karakteristikker for hva det vil si å leve et godt liv, Plantinga presenterer imidlertid noen spørsmål man *kan* stille, som *kan* svare på hvorvidt en fortelling kan oppfattes som «god» eller «dårlig» i relasjon til eudaimoni-begrepet. Noen av spørsmålene som kan stilles er; hvilke fortellinger inspirerer oss, deflaterer oss og leder til kritisk tenkning. Hvilke type etiske opplevelser, og tenking oppfordrer skjermhistorier til. Videre stiller han spørsmål om hvordan skjermhistorier påvirker etisk sensitivitet, dømmekraft, fokus, handling og tro. Dette er noen av en rekke spørsmål Plantinga mener kan stilles til en slik skjermfortelling i relasjon til begrepet om eudaimoni. Svarene på denne typen spørsmål vil kunne si noe om hva fortellingen bibringer hos sitt publikum (2018, 4). Dette perspektivet på fortellingen sin rolle i den kulturelle økologien og mennesker sin psyke, skaper en analytisk interesse, for hva kan egentlig disse seriene sies å *lede til* eller *oppfordre* til, og hva bibringer de faktisk hos sitt publikum?

## 1.2 Følelsenes rolle

Noe av det som kanskje er mest iøynefallende med disse seriene er følelsenes sentrale rolle. Seriene er dokumentariske fremstillinger av mennesker som viser, snakker om, forklarer og uttrykker sine følelser knyttet til erfaringer med psykiske problemer i en svært personlig form. Sentralt i alle disse seriene blir individets rolle i formidlingen av psykisk helse, og ved første øyekast kommer dette til syne gjennom deltakerne og programlederens sentrale rolle i seriene når psykisk helse skal formidles. I min egen seer-aktivitet kjenner jeg selv på en rekke følelser i møte med disse seriene. De kan forstås som en form for følelses-TV ved at fremstillingen og formidlingen av følelser fremstår som helt sentrale i disse fortellingene. Film og TV-teoretiker Kristyn Gorton påpeker at «sentimentale og emosjonelle programmer ofte er oppfattet som enkle, konstruerte og simplistiske og sett på av et lat publikum» (oversatt av meg) (2009, 89). Gorton trekker frem at følelsene sjelden blir undersøkt akademisk på bakgrunn av dette synet på følelsene på TV (Gorton 2009, 89). Følelsene blir på bakgrunn av dette sentrale i min undersøkelse av disse seriene.

---

<sup>2</sup> Oversatt av meg fra Plantinga: «Make culture»

## 1.3 Problemstilling

I innledningen av denne oppgaven har jeg trukket frem min egen seer-opplevelse som ambivalent, videre har jeg trukket frem hvordan seriene har vært gjenstand for kritikk i tilknytning til serienes etikk i fremstillingen av psykisk sykdom som underholdning, og hyllest for sin behandling av temaet i brytningen av tabuer. Videre har jeg trukket frem skjermfortellingenes roller som en del av vår «kulturelle økologi» og følelsens rolle i medieproduksjon og -resepsjon. På bakgrunn av dette er problemstillingen jeg ønsker å besvare i denne oppgaven:

*Hvilke følelsesmessige erfaringer er sentrale i publikum sine opplevelser av seriene «Jeg mot meg», «Helene sjekker inn» og «Sinnssykt» som åpenhets-fortellinger om psykisk helse? Og, hvilke følelsesmessige strukturer kan forstås som sentrale i formidlingen av psykisk helse i seriene?*

## 1.4 Oppgavens oppbygning og gjennomføring

Jeg vil i det kommende beskrive hvilke metodiske og teoretiske tilgangsmåter jeg har valgt i oppbygningen av oppgaven.

### 1.4.1 En todelt tilnærming: kvalitativ metode for intervju og tekstanalyse

For å kunne svare på problemstillingen har jeg valgt en kvalitativ tilgangsmåte. Den kvalitative metode sin styrke er dens evne til å fange opp ambivalenser. Denne metoden har mulighet til å produsere et flertydig materiale som vil kunne belyse saken fra flere perspektiver (Gentikow 2005, 37). Publikums følelser er et sentralt tema i denne oppgaven, og her anser jeg den kvalitative metoden som passende. Metoden har mulighet til å produsere et rikt datamateriale, som dermed har mulighet til å fange opp ambivalenser, motsigelser og prosesser i publikums fortolkninger av seriene.

Innen den kognitivistiske filmteorien er en grunnleggende tanke at følelser kan undersøkes gjennom strukturer. Der man tidligere har sett på følelser som subjektive og vanskelige å kartlegge, ser den kognitivistiske teorien på følelser som ikke utelukkende *individuelle* eller *universelle*, men også *kulturelt modellerte* og *sosialt konstruerte* (Gentikow

2005, 152). Følelsene har i disse seriene en tilsynelatende sentral rolle i formidlingen av psykisk sykdom. Ved å undersøke følelsene som strukturer som er *kulturelt modellerte* og *sosialt konstruerte*, vil dette kunne gi fruktbare svar i hvordan disse seriene i siste ende fremstiller psykisk sykdom i vår kulturelle økologi, i vår samtid. Her blir den kognitivistiske teori sentral i undersøkningen av dette. Den kognitivistiske filmteorien bygger på et sett av antakelser og hypoteser holdt av flere teoretikere, innen flere disipliner. Det er dermed en tverr-faglig tilgangsmåte som kan kombineres på ulike måter (Plantinga og Smith 1999, 4). Min oppgave vil i så måte ikke bære utelukkende på kognitivistisk filmteori, men også hermeneutiske og retoriske tilgangsmåter. Carl Plantinga illustrerer den kognitivistiske filmteorien gjennom først og fremst Hollywood-filmen min oppgave vil i så måte til dels være en øvelse i å bringe den kognitivistiske filmteorien, slik blant annet Plantinga beskriver den, inn over dokumentariske TV-serier (Plantinga 2009, 6). Her anser jeg det nødvendig å bygge opp min analyse basert på serienes egenart som TV-programmer som opererer innenfor en virkelighets-dimensjon, og bruke den kognitive filmteorien i relasjon til dette.

Blant annet medievitenskapsteoretiker Barbara Gentikow påpeker at publikum sine følelsesmessige erfaringer i relasjon til en medietekst komme til syne og undersøkes på i hvert fall to måter: 1.) Gjennom tekstens emosjonelle strukturer, og 2.) Gjennom mottakerens emosjonelle involveringer (Gentikow 2005, 152). Gentikow gjengir Plantinga og Smith når hun påpeker at en grunnleggende tanke innen den kognitive filmteorien er at strukturer i en medietekst kan gi «impulser til bestemte emosjonelle reaksjoner hos tilskuere», disse kan komme til syne gjennom strukturer i teksten som legger opp til disse følelsesmessige reaksjonene, i tillegg til at de kommer til syne i publikums faktiske emosjonelle reaksjoner (Gentikow 2005, 151). Birgitta Höijer sitert i Gentikow mener «at en kognitivt orientert resepsjonsstudie krever at man både undersøker selve mediebegivenheten som tekst, og et bestemt publikums fortolkning av denne teksten, i en bestemt kontekst». (Gentikow 2005, 152). Dette synet på både tekst og resepsjon som viktige i undersøkelsen av følelser, er også tilstede hos Plantinga og Smith (Gentikow 2005, 151). Jeg vil derfor i denne studien undersøke seriene en todelt kvalitativ tilnærming. Her vil problemstillingen belyses og svares på gjennom både en tilnærming til seriene som medietekster i en kvalitativ analyse av disse, og publikum sine emosjonelle reaksjoner knyttet til episoder fra seriene, gjennom kvalitative intervjuer. Jeg vil i metoddelen av denne oppgaven redegjøre for hvordan jeg har gått frem for å undersøke publikums emosjonelle reaksjoner i tilknytning til seriene. I det kommende vil jeg fokusere på medietekstene som følelsesstrukturer.



Plantinga forstår følelsene i en tekst som «emotional cuing», her kommer følelsene til syne gjennom narrative og stilistiske «enheter», som vekker følelser hos publikum. Dette kan for eksempel være ansiktsuttrykk, filmmusikk eller andre lignende «enheter» (Plantinga og Smith 1999, 3). Analysen av publikums følelsesmessige responser og serienes følelsesmessige struktur er og vil bli presentert som en prosess. Nærbildet har imidlertid i flere stadier av undersøkelsen av disse seriene blitt et sentralt narrativt og stilistisk omdreiningspunkt. Og i lys av Plantinga sitt begrep om «emotional cuing» er det nærbildet som vil være den gjennomgående enheten i seriene som vil være gjenstand for analyse.

For å kunne besvare problemstillingen vil teori-delen av denne oppgaven bestå av et rammeverk som vil belyse hvordan publikum sine følelsesmessige erfaringer og seriene som medietekster kan forstås i lys av kulturelle, sosiale og medievitenskapelige rammer. Her blir TV som medieform, sjanger og stilistiske enheter sentralt. Metodisk består oppgaven av både en kvalitativ intervjuanalyse og en kvalitativ tekstanalyse. Begge analysene vil søke å svare på hvordan fortolkningsprosessen mellom tekst og leser kan forstås i lys av følelsenes sentrale rolle i denne prosessen. I analysens første del vil tekstanalysen presenteres, og i analysens andre del vil intervjuanalysen presenteres. De to analysene springer ut av hverandre og er utført vekselvis, i så måte har ingen av analysene som i realiteten kommer *før* den andre. I diskusjonsdelen av oppgaven vil jeg bringe de to analysenes hovedfunn sammen og diskutere disse opp imot teorien jeg har lagt frem i oppgavens første del.

## **1.5 Avgrensning**

Med mitt bidrag ønsker jeg, å gjennom den kvalitative metodologien, redegjøre for, diskutere og analysere et publikumsutvalg sitt møte med et utvalg mediefremstillinger, og disse mediefremstillingenes egenart. På bakgrunn av oppgavens omfang og metode vil dermed analysen ikke være en uttømmende analyse av seriene i sin helhet, men en dybdebeskrivelse et lite område.

## **1.6 Seriene**

Før jeg presenterer teorikapittelet vil jeg her gi en kort gjennomgang av seriene og episodene jeg undersøker i denne oppgaven. Seriene jeg har valgt ut er alle produsert av NRK i

tidsperioden 2016-2019. De er alle distribuert av og vist på NRK, og datagrunnlaget analysert i denne oppgaven er hentet fra NRK Nett-TV. Det er hovedsakelig én episode fra hver av seriene som er grunnlag for analysen i denne oppgaven, jeg anser imidlertid seriene i sin helhet som datagrunnlag, da jeg i analysen både bevisst og tenkes ubevisst har valgt ut analysepoenger som også er begrunnet i serienes overordnede struktur og innhold.

### **1.6.1 Jeg mot meg**

*Jeg mot meg* består på nåværende tidspunkt av to sesonger. Seriens første sesong ble første gang distribuert i 2016, andre sesong i 2018. Det er kun andre sesong av serien som i dag er tilgjengelig på NRK Nett-TV, det er én episode fra denne sesongen som er grunnlag for analysen i oppgaven. Serien i sin helhet er bygd opp rundt det terapiserkelen i gruppeterapi i kombinasjon med videodagbøker. Hver sesong består av åtte deltagere, som deltar i gruppeterapi med psykolog og programleder Peder Kjøs. I sesong 2 av serien deltar; Mariann, Jamal, Fredrik, Anja Catrine, Torkel, Amund, Lynneth og Susanne. Hver episode fokuserer på noen av deltakerne sin indre verden psykisk, deres relasjoner med venner og familie, og de psykiske utfordringene de søker hjelp for. Selve gruppeterapien foregår i et studio hvor deltagerne og Kjøs sitter på stoler i en ring. Narrativet baserer seg på klipping mellom studio hvor gruppeterapien forgår i kombinasjon med utdrag fra deltakernes videdagbøker.

#### *1.6.1.1 Episode 3, sesong 2*

Dette er episode tre av åtte episoder. Episoden viser først og fremst frem fortellingene til tre av deltakerne i programmet; Fredrik, Anja Catrine og Torkel. Her trer de andre deltakerne frem i korte utdrag fra videodagbøker og i terapiserkelen hvor de kommenterer de respektive deltakerne sine utfordringer. Episodens lengde: 30 min.

### **1.6.2 Sinnsykt**

Sinnsykt ble første gang vist i 2018. Serien består av seks episoder hvor hver episode er knyttet til hver av deltakerne: Espen, Veronika, Emil, Christian, Eline og Cecilie. Siste episode handler om programleder Cecilie Kåss Furuseth, hvor hun i likhet med de andre tidligere ukjente deltakerne forteller om sin psykiske sykdom. Hver episode tar opp den enkeltes sykdom og hvordan denne sykdomshistorien har utartet, dette blir knyttet opp til temaer som synes relevante for hver enkelt deltaker sin fortelling; hverdag, arbeidsliv, sosialt

liv, prestasjoner og selvmord er blant opp temaene. Sentral gjennom hele serien er programleder Kåss Furuseth, som møter deltakerne og snakker med og viser deltakernes liv og problemer. I motsetning til *jeg mot meg* hoveddeltakerne her isolert i hver sin episode, det er imidlertid en annen type deltakere som også deltar i serien gjennom studioklipp, disse er gjennomgående i alle episodene av serien.

#### *1.6.2.1 Episode 1 «Espen», sesong 1*

Episoden som er gjenstand for analyse i denne oppgaven, er første episode i serien med tittelen «Espen». Episoden tar i all hovedsak for seg Espen og hans diagnose OCD, tvangslidelse. I episoden reiser Ramona hjem til Espen i Drammen og følger han i hans hverdag og forberedelsene til et bryllup hvor han skal være toastmaster. Episodens lengde: 36 min.

### **1.6.3 Helene sjekker inn**

*Helene sjekker inn* ble første gang sendt på TV i 2016 og har kommet i fire sesonger. Serien tar for seg Helene som journalist som går inn i det som kan forståes som lukkede miljøer i form av ulike institusjoner og behandlingssteder. Hver episode tar for seg en institusjon hvor Helene selv bor og oppholder seg over noen dager. Her intervjuer hun de som bor der og de ansatte. Episodene i denne serien dekker en rekke ulike typer institusjoner som ikke alle er knyttet til temaet psykisk helse. Episodene som eksplisitt dekker temaet psykisk helse er episodene som heter: «Afdeling for spiseforstyrrelser», «Rusbehandling», «Akuttpsykiatrisk avdeling på Blakstad sykehus», «Alkoholbehandling på Trasopklinikken» og «Angstbehandling». Det vil være episoden om angstbehandling som er grunnlag for denne oppgaven.

#### *1.6.3.1 Angstbehandling*

I denne episoden følger vi deltakerne: Julianne, Rune, Rita og Øystein som alle har en form for angst- eller PTSD-diagnose. Episoden dreier seg om livet på Modum Bad fra dag til dag i en periode og deltakernes behandling og relasjoner til behandlere og andre pasienter. Episodens lengde: 59 min.

## 2 Teori

I denne delen av oppgaven vil jeg redegjøre for relevant teori på området, som vil brukes som grunnlag for både tekstanalyse og intervjuanalyse i oppgaven. Først vil jeg redegjøre videre for den kognitivistiske filmteorien sin forståelse av følelser i relasjon til medieresepsjon og meningsskaping. Deretter vil jeg redegjøre for stigma-begrepet som affekt. Videre vil jeg trekke inn hvordan seriene kan forstås i relasjon til begrepet om «terapikultur». Underveis vil seriene som TV, sjanger og stilistiske enheter være ledende for den teorien som presenteres.

### 2.1 En kognitivistisk tilnærming

Den kognitivistiske filmteorien blir sentral i utforskningen av tekstenes følelsesstrukturer og publikums emosjonelle reaksjoner å disse. Jeg vil i det kommende gi en redegjørelse for de mest sentrale forståelsene av følelser innen den kognitivistiske filmteorien. Min teori er først og fremst basert på Carl Plantinga og Murray Smith sin forståelse av kognitivismen i film og på TV.

#### 2.1.1 Et endret syn på følelsenes rolle i medieresepsjon

*«An emotional state can potentially interfere with rational thought; therefore emotion has often been seen as the enemy of thinking» (Plantinga og Smith 1999, 1)*

Innen den kognitivistiske filmteorien har følelsene den sentrale plassen for utforskning. Den kognitivistiske filmteorien kan forstås som en underdimensjon av kognitivismen, hvor særlig resepsjonen av fiksjonsfilmen står i sentrum. Som navnet tilsier så handler kognitivismen om kognisjonen; altså hvordan vi tenker. Og som sitatet av Plantinga over vitner om har tanken og følelsen, også i kognitivismen, tidligere blitt forstått som to motstridende krefter. Det har imidlertid i nyere tid, og særlig basert på den neurologiske-forskningen som er gjort på hjernen, blitt klart at følelser og tanker, eller hode og kropp, samhandler i større grad enn man før har antok, når mennesker evaluerer verdenen rundt seg (Plantinga og Smith 1999, 1-2). Dette kan forklares gjennom å forstå kropp og hode utviklet gjennom evolusjonen. Her har våre følelser blitt utviklet til å representere våre interesser og mål, hvor de får oppgaven som sterke motiverende krefter som kontrollerer vår oppmerksomhet, altså *hva vi vil vie oppmerksomheten til*, og handling, *hva vi vil handle på*. På samme tid så tilbyr vår kognisjon

oss en evne til å analysere en situasjon som er interessant for oss og hjelper oss å nå disse målene (Plantinga og Smith 1999, 127). Teoretikere som blant annet Carl Plantinga og Murray Smith viderefører denne tanken i arbeidet i forståelsen av hvordan publikum sin resepsjon av medieinnhold foregår (Plantinga og Smith 1999, 2). En antagelse i den kognitivistiske filmteorien er at kognisjon og følelser samhandler når vi orienterer oss mot en medieopplevelse. Som Plantinga skriver: «Emotion direct both mind and body toward an object and tend to provoke action toward that object. Love drives me toward the love done, fear moves me away from the fearful object.» (Plantinga og Smith 1999, 2) Her illustrerer han hvordan følelser, som for eksempel kjærlighet og frykt, er sterke motiverende krefter i handling. Kognitivistene forstår verden rundt som bestående av objekter, og for Plantinga så er det å «forså hvordan vi konseptualiserer et objekt langt på vei, en måte å forstå hvordan vi føler om det objektet» (oversatt av meg) (Plantinga og Smith 1999, 2). En grunnleggende tanke her er at objekter har noen fremtredende karakteristikk som leder oss mot visse følelser, og det er dermed disse karakteristikkene som må være gjenstand for utforskning (Plantinga og Smith 1999, 2)

### 2.1.2 Affektiv meningsskapning: erfaringsbegrepet

Ofte har publikums resepsjon blitt forstått som en «lesning» av en «medietekst». Plantinga påpeker at dette synet på publikum sin rolle i resepsjonen ikke bare «fornekter den essensielle forskjellen mellom å se på bilder og å lese ord, den impliserer at det å se på film er en distansert<sup>3</sup>, intellektuell opplevelse» (oversatt av meg) (Plantinga 2009, 2). Han foreslår han at i stedet for å betegne denne aktiviteten som *lesning* av en *medietekst*, så er det mer korrekt å kalle det *erfaringen* av en *mediebegivenhet*. Dette synet på resepsjonen fanger dermed også i større grad opp følelsenes rolle i medieresepsjonen. For som Plantinga påpeker så er det ikke *lesningen* av en *tekst* som preger publikum når de går på kino og ser en film det er følelsenes sentrale rolle i opplevelsen. Plantinga illustrerer dette på en effektiv måte når han forklarer hva som *faktisk* skjer med en publikummer som går på kino, der blir man:

[...] ofte spent og begeistret; rørt til tårer, latter, hån eller avsky; blir skremt, forventningsfull, nysgjerrig eller spent, absorbert og fokusert; opprørt, sint, bedøvet eller fornøyd; gitt forhøyede hjerteslag; svette øyenbryn og galvaniske hudresponser; blir drevet til å skrike til, kjeft på og hudflette skurkene, og vanligvis, lettet og rolig ved filmens slutt (oversatt av meg) (Plantinga 2009, 2-3)

---

<sup>3</sup> Oversatt fra ordet «cool», som både kan forstås som kul og kjølig. Her bærer begge oversettelse på en forståelse av lesningen som distansert.

Plantingas beskrivelse av følelsene som oppstår i kinosalen må her tenkes å skille seg fra en seer foran TV-skjermen hjemme i stua. Kino-eksempelet er allikevel nyttig fordi det belyser en rekke følelsesreaksjoner sin rolle i medieresepsjonen hos publikum. Her viser han hvordan følelser kan oppleves både individuelt og som en kollektiv følelse. De fleste kan kjenne seg igjen i å ha vært i en kinosal hvor følelsene nærmest er til å ta på; latter bryter ut i salen, eller total stillhet i filmens spenningsoppbyggende øyeblikk. Her viser han frem *mediet* sin rolle, følelsene han beskriver her er noe vi «blir gitt» eller «blir drevet» til av filmen.

Synet på publikum som «erfarere» snarere enn «lesere» får en innvirkning på hvordan den kognitivistiske filmteorien ser på meningsskaping. Plantinga kritiserer den tradisjonelle film- og litteraturanalsen sin leten etter en «skjult mening». I denne typen «lesning» så anser man at det er:

[...]kritikerens og betrakterens jobb å grave frem disse meningene, løfte dem ut fra deres kontekst i verket, omorganisere dem til en slags kort filosofisk-avhandling, og tolke avhandlingens implikasjoner som formålet med filmen, eller i det minste som lokasjonen for filmen sin sanne verdi (oversatt av meg) (Plantinga 2009, 3).

Plantinga motstrider denne typen fortolkning eller leting etter en medietekst sin «sanne mening», fordi «En hvilken som helst abstrakt mening en film kanskje har er underordnet opplevelsen hvor den meningen er legemliggjort» (oversatt av meg) (Plantinga 2009, 3). For Plantinga er altså meningsskapingen preget av opplevelsen som en følelsesaktivitet. Denne meningen kan godt tenkes å motstride abstrakte meninger en fortolker kanskje vil komme frem til. Dette kan skje blant annet gjennom en seer sin manglende oppmerksomhet eller en manglende evne til å forstå det som formidles på skjermen (Plantinga 2009, 3-4).

Dokumentarteoretiker John Ellis beskriver også hvordan denne typen aktivitet kan skje i dokumentaren gjennom «individuelle lesninger», her kan dokumentaren forsøke å legge fokus på et bestemt aspekt av det som vises på skjermen, men seeren kan velge å fokusere på noe annet. Dette kan for eksempel skje gjennom at en dokumentar viser en krangel mellom et par, hvor krangelen og deres relasjonelle problemer er fokuset for scenen. Temaet for krangelen kan tilfeldigvis være økonomi. Seeren kan velge heller å fokusere på parets økonomi, snarere enn krangelen i seg selv, og dette kan være noe seeren velger å fokusere på gjennom resten av programmet. Når en seer gjennom hele programmet utfører denne prosessen, så vil etter hvert ulike seere kunne ha ulike tolkninger av helheten og det kan noen ganger skape forskjellige forståelser av en tekst eller medieopplevelse (Ellis 2012, 102). I lys av Plantinga kan seeren

sitt fokus på økonomi i Ellis sitt eksempel forklares som et fokus som er basert på følelser; kanskje har seeren selv dårlig økonomi, og det vekkes dermed en følelsesmessig interesse for dette parets økonomi. For Plantinga er altså mening ikke noe abstrakt som skal tolkes ut av en tekst, men en prosess som oppleves av en publikummer, og som i seg selv har en verdi (Plantinga 2009, 5).

## 2.2 Stigma som affekt

Serienes tema som fremstillinger av psykisk helse leder meg videre til Stigma-begrepet. Greg Philo påpeker at stigmatisering av mennesker med psykiske lidelser ikke er et nytt fenomen, men noe som har foregått i lange tider opp igjennom historien, også før nåtidens medieformer (Greg Philo gjengitt i Birch 2012, 7). At mennesker med psykiske lidelser opplever stigma, er dermed ikke ett nytt fenomen. Å forstå disse seriene i lys av stigma-begrepet blir dermed nyttig. Jeg vil i det kommende gi en kort redegjørelse for Erving Goffman sitt stigma-begrep. Denne oppgaven dreier seg imidlertid om publikums følelser i relasjon til seriene, og dermed vil jeg først og fremst fokusere på teori som kan belyse stigma som følelser- og rollebasert. Til slutt vil jeg belyse psykiske lidelser som kontrollbare og usynlige lidelser.

### 2.2.1 Stigma som et sett med egenskaper

*«Ethvert samfund opstiller midler til at inndeles mennesker i kategorier, saamt hvilke egenskaber der skal opfattes som sædvanlige og naturlige for medlemmerne af enhver af disse kategorier» (Goffman 1975, 13)*

Goffman beskriver stigma som noe som skjer når det oppstår et avvik mellom den «tilsynelatende sosiale identitet» og «den faktiske sosiale identitet». I et samfunn deler vi inn mennesker i ulike kategorier, og disse kategoriene innebærer også å kategoriere for hva vi skal oppfatte som vanlig og naturlig for mennesker (Goffman 1975, 14) Disse kategoriene er til hjelp i møtet med andre mennesker vi ikke kjenner, hvor man på basis av en persons ytre faktorer raskt kan forutsi hvilken *kategori* personen tilhører; den sosiale identiteten personen har. I denne prosessen foregår det en bedømmelse, i form av å bruke ytre faktorer til å anta noe om det indre, og en forventning til at et menneske passer inn i den kategorien vi har antatt at de tilhører. Dette utgjør den «tilsynelatende identitet», den man som tilskuer forestiller seg. De egenskapene og karakteristikkene som en person *faktisk* har kalles den: «faktiske sosiale identitet». Stigmaet oppstår når en person viser egenskaper som er et avvik fra den

«tilsynelatende identitet», og her er disse egenskapene ofte av typen som ansees for å være «dårligere», han blir dermed nedvurdert og et stigma blir heftet ved personen. Her blir stigma forstått som en «egenskap som er dypt miskrediterende» (Goffman 1975, 15). Goffman trekker frem tre forskjellige kategorier for egenskaper som kan forstås som potensielt stigmatiserende: 1.) Kroppslige fysiske misdannelser. 2.) Karaktermessige feil (herunder kan man finne stigma knyttet til psykiske lidelser), og 3.) «Tribale» eller slektsbetingede stigma (som rase, nasjon og religion) (Goffman 1975, 17)

### 2.2.2 Stigma som prosess og roller

Todd F. Heatherton gjengitt hos Michael Birch, foreslår imidlertid at stigma kan sees på som en *prosess* snarere enn et sett med *egenskaper* (Birch 2012, 9). Her blir stigma i likhet med Goffman sett på som en persons identitet som avviker fra normen i samfunnet, Heatherton sitt fokus er imidlertid også knyttet til *interaksjonen* som oppstår mellom den *stigmatiserte* og den *stigmatiserende*. Han påpeker at det her ikke bare er den stigmatiserte som *målet* for stigmaet som må være i fokus, men også den som stigmatiserer som *oppfattere*. Her foreslår han at denne interaksjonen må undersøkes nærmere, da det er *interaksjonen* som foregår når noen blir stigmatisert (Birch 2012, 9). Denne interaksjonen blir viktig i min oppgave, fordi deltakerne i kraft av å dele informasjon om sin sykdom potensielt kan være i rollen som «den stigmatiserte», og dermed den som blir vitne til denne deltakerens fortelling potensielt befinne seg i rollen som «den stigmatiserende». Når man forstår stigmaet som en interaksjon som foregår mellom to mennesker får følelsene en sentral rolle i denne. Birch trekker frem «at det affektive systemet dominerer reaksjonen til stigma på «raske, primitive eller fundamentale måter», mens det kognitive systemet er mer «saktegående og målorientert» (Oversatt av meg) (Birch 2012, 11). Et menneske sin handling kan skje både før og etter den affektive og kognitive prosessen, og den kan også foregå som et resultat av simultan effekt mellom de to. Her eksemplifiserer Birch at affektive responser kan forstås som for eksempel negative responser til fysiske deformiteter, som skaper en rask negativ emosjonell respons. Mens kognitive prosesser kan være basert på at vi har blitt lært opp til å reagere på mer forståelsesfulle måter, og forstås også ambivalente reaksjoner som endel av denne reaksjonsmåten (Birch 2012, 11).



### 2.2.3 Synlighet og kontrollerbarhet

Psykiske lidelser kan i mange tilfeller være usynlige for omverdenen. Goffman legger vekt på at et stigma sin synlighet nødvendigvis vil påvirke i hvilken grad og hvordan en person opplever et stigma (Goffman 1975, 67) Jeg vil her først og fremst fokusere på i hvilken grad en person med en psykisk lidelse kan oppleve å stå ovenfor et valg i å dele sin sykdom. I et møte med et menneske vil man ikke nødvendigvis kunne se om vedkommende lider av for eksempel en depresjon eller bipolar lidelse. En person med et synlig stigma, som for eksempel en kroppslig deformitet vil gjennom synligheten av stigmaet til enhver tid konfronteres med dette. I relasjon til usynlige lidelser vil individet i mange tilfeller stå ovenfor et valg om han/hun vil velge å avdekke sitt stigma for andre eller ikke (Goffman 1975, 75-76). I prosessen med å bryte med stigma blir representasjon viktig. Det å bli representert i media kan både være med på å bryte med forutinntattheter og det å føle seg som endel av et fellesskap. Jostein Gripsrud påpeker at,

Selv om mediernes tilbud er mangfoldig, er der ikke gitt at de reflekterer og støtter opp om alle de identiteter eller gruppedannelser som finnes i samfunnet. Dette kan danne en kulturpolitisk strid om retten til og formen for representasjon i mediene (2015, 20)

Her blir det viktig å forstå at det er både kampen om, «å bli representert» og «måten man blir representert på» som ofte er et omdreiningspunkt for kritikk (Gripsrud 2015, 21). Birch påpeker at i representasjon av psykiske lidelser som er usynlige, så blir mennesker som tilhører denne gruppen stilt ovenfor noen problemstillinger som er eksklusive for grupper med usynlige stigma. Å bli misrepresentert i media kan være krevende for enkeltindividet, det å ikke få vise sin egentlige identitet og kunne utfolde seg slik man faktisk *er* bringer restriksjoner på en person sin identitetsutfoldelse (Birch 2012, 10):

In the situation of people with mental health conditions, where the perceived ability to control a condition might be questioned by people in the outside world, this may lead to serious consideration as to whether or not divulgence of their identity or condition is appropriate (Birch 2012, 10)

Her peker Birch på at de med usynlige lidelser dermed vil møte en problemstilling om hvorvidt deres identitet eller tilstand skal deles med andre eller ikke. Dette kan oppstå i tilfeller hvor man kan møte usikkerhet hos mottakeren om hvorvidt man kan kontrollere sin sykdom.

## 2.3 Et skifte i fremstillingen av psykisk helse?

Det er gjort flere studier på hvordan fremstillingen av psykisk helse i media kan være stigmatiserende og problematisk. Jeg vil i det kommende trekke frem Lisbeth Morlandstø sin forskning på området, og belyse hennes hovedfunn.

Lisbeth Morlandstø gjorde i 2010 en studie på pressens dekning av psykisk helse, hvor et av studiens hovedfunn var diskrepans mellom idealene for dekkingen av psykisk helse og hvordan denne typen journalistikk faktisk foregår i praksis. Journalistene i undersøkelsen uttrykte at de har et ønske om å bidra til økt åpenhet og innsikt i temaer knyttet til psykisk helse, Morlandstø sin undersøkelse viser at dette ikke er realiteten i det som faktisk ble dekket i avisene i perioden for studien (2010, 110). I sin studie peker Morlandstø på tre forhold som preger pressens dekning av psykisk helse, og som ifølge henne forhindrer åpenhet og innsikt; bruken av ekspertkilder, bruken av kjente personer og en kriminaliserende diskurs. I en stor andel av sakene som handlet om psykisk helse ble ekspertkilder (leger, psykiatere og andre fagpersoner) brukt. Dette til tross for at journalistene selv mener det er bedre å bruke personer som selv erfarer eller har erfart psykiske lidelser selv som informanter fordi disse «jo egentlig selv var ‘eksperter’ på konsekvensene av helsepolitikk og prioriteringer» (2010, 113). Videre peker Morlandstø på at når det er personer med psykiske lidelser som står frem i media, så er dette svært ofte i forbindelse med kriminalsaker (Morlandstø 2010, 114). Studien viser at hver tredje sak i perioden i 2008 handler om kriminalsaker, som er en økning på 50 prosent på 8 år (2010, 117). Kriminalsaker som omhandler personer med psykiske problemer skaper ofte et stereotypisk bilde av hva det vil si å være psykisk syk i disse sakene er ofte «psykisk sykdom er forbundet med uforutsigbarhet, stor risiko og fare for alvorlig og voldelig kriminalitet» (2010, 117). Lignende funn har blitt gjort i studier i USA og Storbritannia. I en studie fra 1996 gjort av Greg Philo, ble det funnet at to tredjedeler av mediefremstillinger av psykisk helse var knyttet til vold. Og en studie i USA gjort av Otto Wahl i 1995, viser lignende funn (gjengitt i Birch 2012, 1). Morlandstø sin studie viser at i ni prosent av sakene så er det personer som selv har erfaringer med psykiske problemer som er hovedfokus i saken. I en stor andel av disse sakene er det kjente personer som kommer til ordet (2010, 115). Morlandstø peker på en løsning eller en årsak, litt avhengig av hvordan man ser det, til hvordan journalistikken kan løse problemene presentert ovenfor. Hun peker på reportasjen som en sjanger som er lite brukt, og som kan være nyttig for å fremstille et mer variert bilde av hvordan det er å leve med psykiske problemer i dag (2010, 116). En forklaring på hvorfor

journalistene ikke klarer å møte egne idealer i dekningsen av psykisk helse er synkende inntekter, opplagstall og mindre redaksjoner. Dette fører til økt produksjonspress og kortere tidsfrister. I en slik situasjon blir det viktig å produsere saker som vekker interesse. Morlandstø trekker frem konflikt, følelser og sensasjon som begreper som beskriver saker som trekker publikums oppmerksomhet, både krim saker og kjendis-saker er saker som kan sies å oppfylle disse kravene til «en god sak» (2010, 120). Den høye bruken av ekspertkilder i motsetning til personer som selv erfarer eller har erfart psykiske problemer kan forklares både med ovenstående argumenter, men også med journalistenes ønske til å skåne syke personer i henhold til Vær varsom plakaten (§3.9). Morlandstø uttrykker imidlertid at journalistens vurdering av hvem som skal «beskyttes» for mediene lett kan bli preget av fordommer om hvem som er egnet og uegnet til å stille til slike saker. (2010, 121). Det kan også være vanskelig å få tak i slike kilder, og det kan spesielt være vanskelig å få tak i helsepersonell ved behandlingssteder da disse ofte har taushetsplikt (Morlandstø 2010, 122). Studien viser også at endel journalister ikke slipper til personer som ønsker å stå frem. Dette forklares med at det kan bli «tomsete» og «for følelsesladet», og at «slike oppslag snarere vil forsterke myter enn å skape åpenhet og forståelse». Dermed ønsker journalister å beskrive annerledeshet, men som Morlandstø skriver: «ikke hvis den er for annerledes». Morlandstø peker på dette som en problematisk måte for journalistene å forholde seg til enkeltmenneskers erfaringer med psykiske problemer fordi «journalistene sensurerer [...] i det godes tjeneste, men står med det i fare for å stenge personer med psykiske problemer ute fra spaltene» (2010, 122). Seriene jeg ser på i denne oppgaven kan sees på som nettopp det Morlandstø her fremstiller som en løsning; individuelle beretninger om psykisk helse, som fremstiller et mer variert bilde av hvordan det er å leve med psykisk sykdom. Her kan det synes å ha oppstått et skifte, hvor denne typen fremstillinger har blitt en større del av mediebildet de siste årene. Det blir imidlertid nødvendig å bemerke at Morlandstø sin studie dreier seg om pressen, og her kan det hende at den typen funn hun gjorde i 2010, fortsatt gjør seg gjeldende i pressebildet.

## 2.4 Åpenhet

Jeg forstår i oppgaven seriene som *åpenhets-fortellinger*. En vanlig forklaringsform i dagens kultur i relasjon til psykisk helse kan sies å være: «Åpenhet bryter med stigma». Jeg vil i det kommende presentere teori som kan belyse «åpenhet» fra ulike perspektiver. Her blir særlig kulturteoretiker Frank Furedi sitt bidrag knyttet til «terapi kultur» sentralt (Furedi 2004)

## 2.4.1 Terapikultur: en psykologisering av kulturen

The vocabulary of therapeutics no longer refers to unusual problems or exotic states of mind. Terms like stress, anxiety, addiction, compulsion, trauma, negative emotions, healing, syndrome, mid-life crisis or counselling refer to the normal episodes of daily life. (Furedi 2004, 16)

Furedi bruker begrepet «terapikultur» på dagens vestlige mediekultur. Her mener han at dagens kultur er psykologisert gjennom at «psykologien har tredd utenfor terapirommets vegger og inn i kulturens meningssystem» (oversatt av meg) (Furedi 2004, 31). Jeg vil i det kommende redegjøre for terapikulturens historiske fremvekst, og de sosiale og kulturelle strukturer som Furedi setter dette begrepet i sammenheng med.

## 2.4.2 Fra sosial og økonomisk determinisme til emosjonell determinisme

Det synes mest naturlig å starte ut med hvordan Furedi forstår fremveksten av dette begrepet, for sett i en større historisk kontekst er det relativt nytt. Terapikulturen blir av han først og fremst forstått som et vestlig fenomen som har preget kulturen de siste 30-40 årene. Furedi diskuterer Britisk og Amerikansk kultur, og her vil det kunne være forskjeller med Nordisk kultur. For Furedi vokser «terapikulturen» frem i sammenheng med fremveksten av den frie markedskapitalismen og det økte fokuset på emosjoner. Under markedskapitalismen sin framvekst på 1970-tallet, og særlig 80- og 90- tallet ble det et økt fokus på denne økonomistyringens konsekvenser for menneskers psykiske helse. Økonomiens endrede forutsetninger for individet, med økende forskjeller, ble et sentralt tema i denne perioden, og en rekke studier viste til hvordan arbeidsløshet og usikre arbeidsvilkår førte til økte psykiske plager. Her argumenterer Furedi for at det i denne perioden ble dannet et klima for kritikk av samfunnsmessige forhold gjennom en «terapeutisk-kritikk». Her bli individers emosjonelle og terapeutiske reaksjoner brukt som grunnlag for kritikken av samfunnsmessige forhold (Furedi 2004, 41). Denne formen for kritikk mener Furedi har fått grobunn i vårt samfunn, hvor så og si alle samfunnsproblemer forstås gjennom terapien og emosjonenes briller, dette kaller han for *emosjonell determinisme*. Det som ifølge Furedi kjennetegner den emosjonelle determinismen er at de ubehandlede og ubearbejdede følelsene blir sett på som roten til alle problemer i samfunnet. Den emosjonelle determinismen er særlig forfremmet av talsmenn for idéen om emosjonell intelligens, som fremmer et syn på emosjoner hvor kjennskap til sine egne følelser sentrale, hvor en manglende selv-innsikt og erkjennelse av sine «ekte følelser» tenkes å føre til problemer for individet selv, og samfunnet rundt (Furedi 2004, 42). Furedi

trekker frem flere samfunnsproblemer som har fått en slik terapeutisk årsakssammenheng knyttet til seg som for eksempel krig, fattigdom og rasisme (Furedi 2004, 42). Et individ sine emosjonelle «problemer» blir i denne emosjonelle-diskursen forklart som noe som ofte stammer fra problemer i barndommen, som vil definere handlinger senere i livet (Furedi 2004, 42).

### 2.4.3 Individualisme

Skiftet fra økonomisk og sosial determinisme og over til en emosjonell determinisme har ført til en endring i hvordan mennesker oppfatter seg selv. Tidligere ble menneskers handlinger og problemer forklart som et resultat av økonomiske og sosiale forhold, men «fra den emosjonelle determinismens ståsted er individet oppfattet som kilden til de problemene som samfunnet møter på» (oversatt av meg) (Furedi 2004, 40). Som Furedi skriver:

«The state of our emotion is now represented as the cause of many of the problems faced by contemporart society. The way we feel about ourselves – our self-esteem has become an important explanatory tool for making sense of the world» (Furedi 2004, 39)

Ole Jacob Madsen trekker også på Furedi sin teori når han forklarer hvordan vi oppfatter fremveksten av psykiske problemer i Norge i dag. Madsen trekker frem at årsaken til psykiske problemer hos unge i dag kan være mange, det kan skyldes «konfliktfylte forhold hjemme, lite sosial støtte og mobbing» (Madsen 2018, 10-11). Disse forklaringene kan forståes som sosiale og økonomiske omstendigheter uten for individets kontroll. Madsen peker imidlertid på at det er en annen forklaring som ofte blir trukket frem for å forklare unges psykiske helse: «en økende individualisering og sterkere press om å lykkes i skolen, som kan gi seg utslag i økt stressnivå» (Madsen 2018, 10,11). Denne forklaringen er knyttet til individets følelser, slik Furedi beskriver dem, det er ikke omstendighetene rundt, men en persons følelse av stress som er årsaken til de psykiske problemene. I en kronikk i Aftenposten under tittelen «Nei, vi må ikke snakke om det», uttrykker Ph.d.-stipendiat Janne Lund en bekymring for mediene og samfunnets rolle i nettopp denne prosessen:

Er det til det gode at vi forsøker å løse samfunnets helseutfordringer på individ-nivå, med psykologiske strategier, eller burde vi se etter andre løsninger? Har vi gått for langt i å få individet til å gå 'inn i seg selv'? (Lund 2020).

Til tross for at samfunnet har et økt fokus på følelser, og til tross for at det synes å være en draging mot å forklare det meste i utifra et individualistisk, emosjonalisert og terapeutisk språk, så påpeker Furedi at terapikulturen også er svært ambivalent i forhold til *hvilke* følelser som aksepteres. Det som kjennetegner følelsene som aksepteres er at de er bearbeidet og under kontroll, og til syvende og sist har en funksjon i individets selvutvikling. De følelsene som er vanskelige å akseptere i terapikulturen er de som er rå, ubearbeidet og «ute av kontroll» og som ikke knyttes til individualismens kraft i å hele tiden kunne bruke seg selv i et prosjekt som handler om forbedring (Furedi 2004, 47)

## **2.5 TV-mediets rolle som følelsesstruktur**

Seriene i oppgaven blir alle vist på TV. Jeg vil det kommende presentere hvordan TV-mediet kan forstås som en følelsesstruktur, og vil etter hvert trekke inn hvordan Furedi sitt «terapikultur»-begrep kan forstås i sammenheng med TV som medietype.

En av seriene jeg ser på i denne oppgaven, *Jeg mot meg* blir kritisert for å være konstruert og laget i underholdningens tjeneste. I sitt motsvar til denne kritikken svarer Peder Kjøs: «I likhet med film og teater kan TV-programmer vanskelig lages uten en viss narrativ struktur, hvis vi da ikke skulle ha brukt opptakene helt uredigert – noe som ville ha vært etisk helt umulig.» (Kjøs 2018). Som Kjøs påpeker, må en slik type materiale gis en eller annen narrativ struktur. Kjøs trekker her frem det etiske ansvaret, og det er også det som er hovedfokus i kritikken han svarer på. Jeg vil imidlertid i denne delen av oppgaven trekke frem hvordan TV mediet har en viktig rolle i hvordan fortellinger blir presentert.

### **2.5.1 First person media: tilståelseskultur**

Kristyn Gorton påpeker at det i dagens medieproduksjon hele tiden foregår en kamp om å fange seerens oppmerksomhet. Publikum er stadig vanskeligere å «fange, definere, tiltrekke seg og beholde» (oversatt av meg) (Gorton 2009, 11). En viktig oppgave for de som produserer TV blir å få til dette, og her argumenter Gorton for at følelsene blir en viktig måte å tiltrekke seg publikum (Gorton 2009, 11). Som Gorton skriver er det blitt «mindre interessant å få oss til å tenke enn det det er å få oss til å føle». Dette kan særlig i lys av Furedi sin kritikk, ansees som problematisk, Gorton påpeker imidlertid gjennom å gjengi Henry Jenkins at den mest vellykkede utførelsen av denne typen følelses-TV er å få oss til å

tenke gjennom å få oss til å føle (Gorton 2009, 39). Følelsene får dermed en sentral rolle når TV skapes og produseres i dag.

Kultur- og medieteoretiker John Dovey peker på hvordan økt individualisering påvirker fakta-TV. Her får ofte det individet en sentral rolle i formidlingen av kunnskap. Her blir den individuelle erfaringen sentral i å støtte opp under et programmets argument. Dette har tradisjonelt sett også vært en del av dokumentar-sjangeren tidligere, men her argumenterer Dovey for at «den individuelle erfaringen okkuperer forgrunnen i et hvilket som helst argument» i dagens fakta-TV (oversatt av meg) (Dovey 2000, 21) I tillegg peker Dovey på at «individuelle tragedier» har fått en sentral rolle i dagens TV-programmer. Dette er tidligere erfaringer som ville ha vært forbeholdt den private sfæren, men som nå ofte opptrer i en annen form i den offentlige sfæren gjennom blant annet fakta-TV. Dovey påpeker riktignok her at denne typen medieinnhold ikke nødvendigvis er nytt i seg selv, hoved forandringen er imidlertid at de okkuperer forgrunnen i dagens mediekultur (Dovey 2000, 21-22).

Denne typen medieinnhold bærer også på det både Dovey og Furedi kaller «tilståelse»<sup>4</sup> (oversatt av meg). I lys av fremveksten av en mer individualisert kultur mener Furedi at *deling* har blitt en sentral i dagens medielandskap, hvor, «Inciting individuals to ‘share’ their personal problems with millions of viewers is the entertainment formula of a culture where disclosures of individual troubles masquerade as a public service.» (Furedi 2004, 88). Her mener han at det i dagens samfunn ligger en oppfordring til individet om å dele sine innerste problemer, følelser og tanker. Og det å dele sine personlige problemer blir i dag forstått som en slags samfunnsdyd som er til hjelp for samfunnet. Ofte blir denne delingen som en dyd bekreftet gjennom å bli møtt med et uttrykk av typen: «takkt for at du delte» (oversatt av meg). Denne formen for *deling* mener Furedi at det forsøkes å skape en følelse av samhold og ofte går denne underholdningsformen under fanen av å være «public service» (Furedi 2004, 88). Furedi anser imidlertid denne delingen som problematisk, og dette vil jeg redegjøre for videre i de kommende avsnittene.

---

<sup>4</sup> Oversatt fra «Confession»

## 2.5.2 Når private følelser blir offentlige følelser

Både Dovey og Furedi knytter tilståelseskulturen og den individualiserte formen TV har fått opp mot en endret offentlig- og privatsfære. Dovey forklarer at det er en skiftende forståelse av hva som er konstituert som «akseptable domener for det private og det offentlige (Oversatt av meg) (Dovey 2000, 21). Furedi mener at det ikke er den private sfæren som har fått en mer sentral plass i vår tid, men at vi ikke lenger oppfatter et tydelig skille mellom de to sfærene, dette kan forstås som at offentlige har blitt privat og det private har blitt offentlig (Furedi 2004, 88). Furedi trekker frem at den private sfæren i den emosjonaliserte kulturen har gått fra å representere en sfære knyttet til *trygghet* til å bli en institusjon knyttet til det Furedi kaller en *institusjon for mishandling*. I den emosjonaliserte kulturen ser man ofte på individet som emosjonelt skadet fra sin barndom, fra dårlige parforhold eller gjennom dysfunksjoner i familien. Dette er igjen problemer som må håndteres og bearbeides av individet. Den private sfæren er dermed ikke lenger et sted man kan søke tilflukt og trygghet, men der individets problemer har sin rot (Furedi 2004, 84).

Et viktig poeng hos Furedi er at det å dele sin emosjonelle smerte offentlig gir denne delingen sin mening gjennom at den er offentlig (Furedi 2004, 51). Som Furedi sier så blir «Ideer, følelser og lidenskaper uttrykt til en intim sjelevenn noe annet når de er fremstilt til et offentlig publikum» (oversatt av meg) (Furedi 2004, 86). Som tidligere pekt på så er det en oppfordring til individet om å dele offentlig, Furedi kaller dette for en «collective help-seeking», hvor det gjennom å dele tenkes at man skaper en støtte i fellesskapet rundt gjennom delingen (Furedi 2004, 51) Dette fører også til at tilbakeholdelsen av følelser i det offentlige blir sett på som «farlig» og at følelser som blir bearbeidet i det private ikke er legitimister som «gode» (Furedi 2004, 80). Furedi peker imidlertid på den private sfæren som viktig i utviklingen av personlighet og identitet, her trekker han frem at «den private sfæren ikke bare har potensialet for å tilby rom for refleksjon, men også utvikling av personlighet.» (oversatt av meg) (Furedi 2004, 88). Dette kan ikke foregå i offentligheten fordi: «Intime forhold trenger det private hvis de ikke skal gå i oppløsning under presset fra offentlig gransking» (oversatt av meg) (Furedi 2004, 86). Her peker Furedi på at det private rommet er viktig i utviklingen av personlighet gjennom blant annet intime forhold og «[...]den tilbyr et sted for potensiell utvikling av intimitet og selvutfoldelse og selvutforskning.» (oversatt av meg) (Furedi 2004, 86). Det er disse kvalitetene som for Furedi: «utgjør sammensetningen av et offentlig ansvarlig individ», og de «kan ikke overleve intakt hvis det blir overført til det offentlige



området» (oversatt av meg) (Furedi 2004, 86). Her trekker Furedi at «demoniseringen» av den private sfæren fører til et mindre fokus på «det offentlig ansvarlige individet», og dermed i mindre grad et fellesskap (oversatt av meg) (Furedi 2004, 86).

### **2.5.3 NRK som offentlighet: seriene som allmennkringkasting**

Jeg har til nå presentert teori som peker på seriene som individualiserte mediefremstillinger. I relasjon til dette blir det her nødvendig å trekke frem NRK sin rolle i relasjonen til offentlighets- og individualitets-begrepene. NRK er i kraft av å være allmennkringkaster en offentlig institusjon. De tre seriene jeg undersøker i denne oppgaven er alle distribuert og produsert av NRK. I NRK sin årsrapport fra 2018 trekkes blant annet «Jeg mot meg» frem som endel av NRK sitt samfunnsprosjekt:

NRK har satt dagsorden med innhold om psykisk helse i ulike formater og til ulike målgrupper. Fra kortfilmer om følelser for de yngste barna til undersøkende journalistikk og systemkritikk av helsevesenet for et voksent publikum (NRK 2018)

Her har altså NRK en eksplisitt agenda med serien *jeg mot meg*, som endel av et større prosjekt for å sette dagsorden. Disse seriene må derfor også kunne forståes som en del av NRK som allmenkringkaster som også har sitt eget budskap. Allmennkringkastingen sin funksjon kan forklare som å «ivareta alle samfunnsgruppers interesser, og skape en nasjonal fellesarena» (Enli 2018). Den danske medievitenskaps-teoretikeren Stig Hjarvard argumenterer imidlertid for at fortellinger i dag ikke handler om nasjonsoppbygging, men individoppbygging:

nåtidens fortellinger i mindre grad skal skape nasjonal bevissthet og i langt høyere grad bidra til den moderne «dansker» [nordmann] forståelse av sitt eget liv som er i forankring og hvor fortidens fortellinger ikke lenger er en tilstrekkelig kilde til å informere individets handling i fremtiden» (oversatt av meg) (Hjarvard 2005, 178).

Videre peker Hjarvard på at historier tidligere hadde som mål å fortelle hva enkeltindividene skulle gjøre for samfunnet. Mens dagens fortellinger i større grad handler om hvordan individet kan bruke samfunnet som et ledd i å forstå sin egen historie og dermed skape sin egen fremtid (Hjarvard 2005, 178). Jeg vil imidlertid påpeke at NRK sin rolle ikke kan forståes som helt ubetydelig i formidlingen av disse seriene som av «allmenn nytteverdi» i kraft av at NRK i nordmenns bevissthet forståes som nasjonsskapende og som en del av et

samfunnsprosjekt, og dermed må dette tenkes å ha en viss innvirkning i fortolkningene av det som kan forstås som serienes *budskap*.

## **2.6 Sjanger som emosjonell struktur**

Jeg har hittil trukket frem hvordan TV som medietype har en innvirkning på hvordan følelser formidles. Jeg vil i det kommende se nærmere på sjanger som en følelsesstruktur. Her blir også TV et relevant i forståelsen av sjanger. Jeg vil først redegjøre for et perspektiv på hvordan man kan forstå sjanger, før jeg vil trekke inn hvordan sjangeren kan sies å ha helt konkrete innvirkninger på det som formidles til publikum i disse seriene. Her blir særlig seriene som dokumentariske og melodramatiske fremstillinger sentral.

### **2.6.1 TV-sjanger**

Sjanger på TV kan være vanskeligere å stadfeste enn for eksempel i film. Først og fremst er ikke sjanger og TV studert i like stor grad som sjanger og film er. Dette kan forklares med at mange oppfatter sjanger på TV som et mer ustabil fenomen enn film-sjanger. Her er en populær mening at «TV som medium er resistent mot den rigiditeten som slik kategorisering krever» (oversatt av meg), på den andre siden er det flere som ser på sjanger som helt nødvendig i TV-forskning (Holmes and Jermyn 2004, 6). Corner gjengitt hos Holmes og Jeremyn, argumenterer for at vi lever i et post-dokumentar-samfunn. Begrepet «post-dokumentar» impliserer ikke at dokumentar-sjangeren opphører i seg selv, det han imidlertid peker på her er hvordan befatninger med virkeligheten har blitt populært TV-innhold, dette har ført dokumentaren inn i på populær-TV-en sitt område hvor et av hovedfokusene for medieproduktet er underholdning (Holmes and Jermyn 2004, 1-2).

### **2.6.2 Sjanger som et perspektiv på verden og et system for mening**

Innen hermeneutikken kan sjanger forstås som noe som utgjør et perspektiv på verden. Her forstås sjangeren som en måte å forstå verdenen eller tilværelsen på. Ulike sjangere fokuserer på ulike dimensjoner ved menneske- og samfunnsliv (Gripsrud 2015, 153). Furedi forstår terapiens inntog i populærkulturen som «et nytt system for mening». Her peker han på denne kulturelle gjennomstrømmningens evne til å dominere mer tradisjonelle «koder av mening.» Et eksempel han trekker frem her er TV-serien *Sopranos*. Her er den tradisjonelle

mafia-sjangeren, som kan forstås som et «system for mening», påvirket av en terapeutisk diskurs som er et annet «system for mening», gjennom at hovedkarakteren og mafiabossen Tony Soprano går til psykolog, og store deler av serien handler om hans psykiske problemer (Füredi 2004, 31). Her kan dermed det hermeneutiske sjangersynet, og Füredi sin terapikultur forstås som «et perspektiv på verden», hvor sjangeren dominerer hvilken tilgangsvinkel som vises.

### **2.6.3 Melodrama**

Gripsrud beskriver melodramaet som en viktig storsjanger i dagens samfunn. En rekke medier opererer innenfor denne sjangeren, både når det gjelder fakta-og fiksjons innhold (Gripsrud 2015, 153). Jeg vil her argumentere for at seriene operere innenfor denne storsjangeren gjennom blant annet følelsenes sentrale rolle i seriene, som i stor grad bærer preg av den sentimentalismen og emosjonene som melodramasjangeren typisk innehar. Melodramasjangeren sin sentrale rolle i dagens samfunn kan knyttes opp mot modernitetens fremvekst, hvor blant annet Gud har fått en mindre relevans i det moderne menneskets liv. Tilværelsen gikk fra å kunne beskrives ut ifra en guddommelig ordning, til at ingenting lenger var absolutt og sikkert; «alt stod til diskusjon i en menneskliggjort verden, fra politiske ordninger og naturfenomener til mellommenneskelige relasjoner og moral» (Gripsrud 2015, 154) Melodramasjangeren blir i relasjon til dette kraftige skiftet i menneskets verdensoppfatning beskrevet som «et kjærkomment tilbud om eksistensiell hjelp i denne situasjonen» (Gripsrud 2015, 154). Dette fordi budskapet i melodramaet kan forstås som at «Under tilværelsens overflate finnes det et univers av sterke moralske krefter og lovmessigheter som vi må lære å forholde oss til» (Gripsrud 2015, 154). I dette synet på verden har mennesket en skepsis til alle tings overflate, «det egentlige, sanne og viktige» befinner seg bak det vi oppfatter med det blotte øye. Melodramaet opptrer med et uttrykk hvor det handler om å fremstille det underliggende på en konkret og lett forståelig måte, gjerne gjennom følelsene (Gripsrud 2015, 154-155). Gripsrud påpeker at melodramaets ambisjon om å skape et følelsesmessig engasjement i dag også har blitt ført over på realistiske og dokumentariske fremstillingsformer (Gripsrud 2015, 155). Jeg vil i det kommende redegjøre for seriene som virkelighets-TV og trekke inn melodrama-sjangeren i relasjon til dette.

## 2.7 Seriene som virkelighets-TV

I arbeidet med dokumentaren må stoffet gis en form, og her blir blant annet melodramasjangerens «konfliktkonstruksjon» og «emosjonelle appell» tatt i bruk i fremstillingen av dokumentarisk materiale (Gripsrud 2015, 156). Gripsrud skriver om journalistikken at den ofte er: «opptatt av å gi en konkret fremstilling av egentlige abstrakte samfunnsmessige forhold og krefter». En måte å gjøre dette på er å forenkle de abstrakte forholdene gjennom å: «personalisere dem og knytte dem til enkeltpersoners handlinger og fremtoning» (Gripsrud 2015, 156). Gripsrud eksemplifiserer dette populærpressens bruk av intense nærbilder og enkle symboler, som i lys av det Gripsrud skriver kan forstås som både forenklinger av abstrakte forhold, og som innehavere av emosjonell appell (Gripsrud 2015, 156)

### 2.7.1 Seriene som *påstander* om virkeligheten

*«Nonfiction film makes no claim to reproduce the real, but rather makes claims about the real»* (Plantinga 1997, 38)

Plantinga påpeker at film som opererer innenfor nonfiction-sjangeren ikke er «imitasjoner eller representasjoner, men konstruerte representasjoner» (Plantinga 1997, 37). Som han skriver i sitatet over fører dette til at en nonfiction-tekst ikke reproducerer virkeligheten, men skaper påstander om den. Konteksten et utsagn dukker opp i påvirker hvordan vi forstår og vurderer utsagnet. Plantinga kommer med et nyttig eksempel på hvordan dette foregår i lys av forskjellen mellom fiksjon og ikke-fiksjon. Setningen: «Så sparket han meg ganske hardt i ryggen, og det var slutten på min jobb som en ‘open-air’ underholder» (oversatt av meg) (Plantinga 1997, 37-38). Dersom setningen dukker opp i en roman eller en fiksjons-film, så vil vi som lesere av setningen tolke den innenfor disse rammene. Dukker imidlertid denne setningen opp i for eksempel en dagbok, eller en nyhets-reportasje så vil ordene på en eller annen måte *påstå* noe om verden vil lever i og dermed få en annen betydning for den som mottar de, ikke minst vil det få en annen følelsesmessig betydning for den som mottar den. På denne måten er heller ikke seeren av en nonfiction-tekst, mottager av en reproduksjon av en virkelighet, men av en påstand om virkeligheten og vil fortolke og erfare den deretter.

## 2.7.2 Forenklingen av komplekse strukturer

Documentaries can cut through the complexities of issues to show us what it feels like to be an individual experiencing them directly» (Ellis 2012, 98)

Ellis sin påpekning på nytteverdien ved dokumentaren kan lett overføres til seriene i denne oppgaven. Psykisk helse er et komplekst tema, og gjennom å fremstille disse i en subjektiv og individualisert form trenger ikke seriene befatte seg med for eksempel politikkenes komplekse innvirkning på psykisk helse. Her handler det om å fremstille den personlige erfaringen av sykdommen. Psykisk helse kan også forstås som et abstrakt fenomen på den måten at den eksisterer i hjernen til et menneske og ikke nødvendigvis kommer fysisk tilsyne.

Seriene som både virkelighets-fremstillinger og følelses-TV begge disse formene har en pedagogisk dimensjon. Melodramasjangeren kan i lys av Brooks forstås som en pedagogisk hjelp i menneskers møte med en ustrukturert verden. Her blir følelsene sentrale. Melodramasjanger handler i stor grad om å la sterke følelser komme til syne gjennom stilisering og forenkling av typer og konflikter (Gripsrud 2015, 155) Disse appellerer igjen til publikums følelsesmessige engasjement. Dette engasjementet skjer gjennom publikums emosjonelle *medopplevelse*, og følelsene får en pedagogisk dimensjon hvor det handler om å lære noe om å lære noe om «de grunnleggende, underliggende sammenhengene» (Gripsrud 2015, 155). Hvordan følelsene kan ha en slik pedagogisk dimensjon kan forstås gjennom måten Plantinga beskriver hvordan følelsene *assisterer* seer opplevelsen:

Følelser tilbyr narrativ informasjon som er nødvendig for publikum for å kunne følge narrativet. Emosjoner assisterer filmens narrasjon og kreasjonen av sympatier og antipatier for karakterene. Emosjoner tilbyr også retning for publikum sine ønsker for et narrativt utfall [...] oppsummert så assisterer emosjonene i en seers forståelse og fortolkning av et narrativ. (oversatt av meg) (Plantinga 2009, 5).

Plantinga peker dermed her på hvordan følelsene tilbyr både informasjon, de skaper sympati og antipati og de tilbyr retning for den som ser på. Plantinga skriver om følelser i film på tvers av sjangere her. Gripsrud peker imidlertid på at melodramaet sin forenkling kan være problematisk. Han snakker her om journalistikkens bruk av melodramasjangeren. Her trekker han frem at melodramaet kan fungere godt i fremstillingen av grunnleggende moralske prinsipper og psykiske krefter. Problemet oppstår imidlertid når slike forenklinger dreier seg om at virkelige og samfunnsmessige forhold blir fremstilt på denne måten. Som Gripsrud skriver: «Verden styres minst like mye av abstrakte samfunnskrefter som av enkeltpersoner

og deres moralske karakter» (Gripsrud 2015, 156). Det er imidlertid slik denne typen subjektive fremstillinger har blitt sentrale i dagens medier og Dovey peker på at grunnen til dette er at de synes å skape en balanse, som han skriver:

Subjectivity, the personal, the intimate, becomes the only remaining response to a chaotic, senseless, out of control world in which the kind of objectivity demanded by grand narratives is no longer possible. A world where radical politics and critical theory are constantly refining identity politics, the politics of the subject. A world in which grand narratives are exhausted and we're left with the politics of the self to keep us ideologically warm (Dovey 2000, 26).

Han peker på en kaotisk verden, «ute av kontroll» og som ikke «gir mening», dermed blir det intime, subjektive og personlige sentralt, fordi det objektive ikke lenger er mulig. Her kan det tenkes at Dovey mener at i en verden som florerer av ulike meninger og standpunkter og som stadig er i endring blir vanskelig å fremstille i de narrativ som påstår en viss objektivitet, fordi det objektive narrativ alltid vil ha en iboende moral, som ikke nødvendigvis vil fenge alle, eller som dagen etter vil kunne oppleves som «utdatert». En av de største bekymringene som reises av Furedi knyttet til terapikulturen er tendensen til en en-dimensjonal oppfatning av «selvet», i likhet med Gripsrud peker han her på hvordan dette fokuset kan lede til at man overser det sosiale og kulturelle grunnlaget som utgjør en persons identitet (Furedi 2004, 39). Videre kritiserer Furedi terapikulturen fordi den implisitt i sin form, blant annet gjennom oppfordringen til å dele, ikke anser den individuelle følelser som bare en personlig sak, men noe som i aller høyeste grad er av offentlig interesse. Dette bygger også på en forståelse hvor den individuelle følelsestilstand sier noe om hva om foregår i samfunnet ellers (Furedi 2004, 212). Det er imidlertid viktig å påpeke at Furedi ikke motsetter seg individualitet som sådan, forståelse av en selv og indre liv er for han også viktig for å forstå individuell handling og samfunnet mer generelt (Furedi 2004, 39)

## **2.8 Følelsesmessige strukturer i narrative og visuelle virkemidler**

I fiksjonsfilmen og -litteraturen er en av primær gledene for seeren å engasjere seg i karakterene, sentralt i denne gleden er de sterke ønsker om ulike utfall for de sentrale karakterene i et narrativ som oppstår i seer-aktiviteten (Plantinga 2009, 33). Et eksempel på denne typen ønske av utfall er når en film gir hint om at to av filmens karakterer er forelsket i hverandre, på denne måten kan seeren kjenne på et ønske om at narrativet skal lede de to karakterene sammen til slutt. Seriene i denne oppgaven er i stor grad bygd opp rundt

deltakerne sine fortellinger, og selv om karakterene i en fiksjonsfilm må forstås annerledes enn i en dokumentarisk fremstilling av «ekte» mennesker, så konstrueres også deltakerne i disse seriene som karakterer i en fortelling. Jeg vil i det kommende peke på noen tilgangsmåter til å forstå følelsenes rolle i tilknytning til «deltakerne» i seriene.

### **2.8.1 Nysgjerrighet: Seriene som fremstillinger av virkelige mennesker**

Gjennom fremstillingen av ekte mennesker i det som tidligere var private situasjoner bærer seriene på et preg av å la publikum «kikke inn» på deltakerne. Innen psykoanalysen brukes begrepet «voyeurisme» på det å «kikke inn og få en nytelse av det». Begrepet bærer imidlertid på en seksuell side som ikke vil være dekkende i forståelsen av disse seriene. Plantinga foreslår at voyeurisme-begrepet ikke trenger å forstås som en seksuell aktivitet, men at det kan forstås mer bredt som «fornøyelsen over å i hemmelighet spionere på andre» (Plantinga 2009, 24). Her blir altså nysgjerrighet forstått som en fornøyet aktivitet sentralt. Plantinga forstår nysgjerrigheten som en grunnleggende drivkraft vi mennesker har, og knytter denne opp mot vårt grunnleggende biologiske mål om overlevelse. Denne motivasjonen overføres også til tilskuer-aktiviteten. Mennesker får glede av å utøve kognitive oppgaver som handler om å undersøke og forstå «deres miljø og dets beboere» (oversatt av meg), og dermed har nysgjerrigheten en viktig funksjon i denne prosessen (Plantinga 2009, 21)

John Ellis påpeker hvordan dokumentarfilmen gir oss en helt unik mulighet i å utfolde oss i denne nysgjerrigheten. For det første gir dokumentarsjangeren seeren en mulighet til å få et innblikk i menneskers liv på «trygg avstand». Gjennom dokumentaren kan vi se de mest forferdelige hendelser, nære og i detalj samtidig som vi ikke føler at vi er nødt til å bryte inn eller rømme vekk til et trygt sted. Vi trenger ikke å forholde oss til menneskene vi ser på skjermen på den mellommenneskelige måten en interaksjon i det virkelige liv ville oppfordret til. For det andre så gir dokumentaren oss «bevis». Gjennom troen på at «de viser oss mennesker og situasjoner som de er», så gir de oss «viktige innsikter om andre menneskers liv, tro og praksiser». Dokumentaren gir oss altså en mulighet til å kikke inn der vi normalt ikke ville hatt mulighet til å kikke inn i vårt daglige liv. Som Ellis skriver: «dokumentarer tar oss ut av livene vi kjenner til og tilbyr oss andre måter å leve på» (oversatt av meg) (Ellis 2012, 98). Gjennom distansen som oppstår når vi ser på noe gjennom skjermen, får vi mulighet til «å kikke inn». Her kan man tenke seg at distansen til det man ser på skjermen, vil svekke empatien i det man «kikker inn», det er imidlertid mye som tyder på at publikummere

involverer seg empatisk også når de ser på film og TV. I det kommende vil jeg presentere hvordan empati kan forstås i seer-opplevelsen av disse seriene.

## **2.8.2 Empati: Seriene som fremstillingen av menneskelige følelser**

En sentral inngangsnøkkel til empatibegrepet er identifikasjon. Identifikasjon er et begrep som tradisjonelt sett ofte er blitt brukt for å beskrive forholdet mellom karakter og seer. Den kognitivistiske filmteorien tilby imidlertid en annen tilnærming for å forstå hvordan relasjonen mellom seer og karakter foregår. Plantinga peker på at møtet mellom «seer» og «karakter» følelsesmessig, ikke handler først og fremst om identifisering. Dersom man forstår identifiserings-begrepet i ordets rette forstand ville det å identifisere seg med en karakter handlet om at en hadde følt og opplevd akkurat det karakteren føler og opplever. Det vil være vanskelig å forstille seg at en seer ville ønsket denne opplevelsen, og identifiserings-begrepet fanger med dette ikke opp den nytelsen og motivasjonen en seer går til skjermen med. For dersom «vi antar at en seers opplevelse skal sees på som tilsvarende den frykten, smerten og sorgen som en karakter føler på, så ville det faktisk vært ubehagelig, og ikke noe vi aktivt søker ut etter» (Plantinga 2009, 32). Murray Smith gjengitt hos Gorton, betegner det som skjer i møtet mellom en karakter og seeren er «gjenkjennelse» eller «emosjonell simulering». Han forklarer at når vi observerer handlingene til en person i en bestemt situasjon hvor vi har lite kunnskap, så prosjiserer vi oss selv inn i deres situasjon og hypotetiserer hvilken følelse de opplever (Gorton 2009, 77-78)

### *2.8.2.1 Transferens*

På bakgrunn av Smith sitt begrep om «emosjonell simulering», så kan dette også forklares som det som innen psykoanalysen kalles for «transferens». Dette er en hypotese, som går ut på at vår indre psykiske verden kan tenkes «å skape, og gi mening til de intersubjektive verdenene vi bebor» (oversatt av meg) (Chodorow 1999, 14). Her tenkes det at vi som mennesker har en motivasjon til «å skape eller tolke eksterne opplevelser på måter som resonnerer med interne opplevelser (Chodorow 1999, 14). Vår indre verden av psykisk virkelighet er her delvis basert på opplevelser og følelser vi har med oss fra tidligere (Chodorow 1999, 15). De mest sentrale måtene transferens skjer på er gjennom projeksjon og introjeksjon, enten alene eller i kombinasjon. Projeksjon eller projektiv identifisering er den prosessen som foregår når vi putter «følelser, meninger og deler av oss selv» over på den andre. Her kan det for eksempel tenkes at vi tillegger en karakter som ligner på oss selv



egenskaper vi selv anser å inneha, uten at dette nødvendigvis er egenskaper som er eksplisitt uttrykt i karakteren. Introjeksjon eller introjektiv identifisering er det motsatte: «aspekter og funksjoner til en person eller et objekt blir tatt inn i en selv, og konstituerer og differensierer den interne verden og omformer egoet» (Chodorow 1999, 15). Særlig introjeksjonen må da her tenkes å være en kraftig effekt av empatisk identifisering på den måten at den potensielt kan grunnleggende endre hvordan vi ser verden og oppfatter oss selv.

#### 2.8.2.2 Medfølelse

Plantinga trekker frem hvordan en sjanger kan fremprovosere en følelse hos publikum, den dominerende følelsen som en sjanger påfører sitt publikum blir dermed sentral i forståelsen av sjangerens følelsmessige strukturer. Innen melodramaet er denne følelsen særlig knyttet til fortellingens karakterer. Plantinga trekker frem at følelsen melodramaet først og fremst skaper er medfølelse. Den melodramatiske medfølelsen er knyttet til karakterene i en film eller et TV-program, og da gjerne protagonisten. Den melodramatiske medfølelsen innebærer at «dårlige ting skjer med gode mennesker». Det er imidlertid noen viktige karakteristikk som må knyttes til karakteren i melodramaet; «de er ikke bare offer, men mennesker vi beundrer, og gjerne på bakgrunn av hvordan de håndterer sin lidelse». Her trekker Plantinga frem at et gjennomgående motiv ofte er at den som opplever en ulykkelig skjebne aksepterer denne med et mål om å hjelpe andre, og noen ganger er til og med en karakters ulykke et resultat av denne oppofrelsen (Plantinga 2009, 35-36) I møte med denne fremstillingen kjenner vi medfølelse for karakteren, denne følelsen er ikke bare en vond følelse, den er også god fordi sentralt i følelsen ligger en beundring av karakteren som medfølelsen rettes mot.

Et sentralt visuelt virkemiddel i serienes formidling av empati kan synes å være nærbildet. Jeg vil i det kommende først trekke frem nærbildet som sentral struktur for den empatiske følelsen hos publikum, før jeg vil trekke inn teori som belyser nærbildets narrative funksjon.

### 2.8.3 Nærbildet som formidler av empatiske følelser

*«If we look at and understand each other's faces faces and gestures we not only understand, we also learn to feel eachothers emotions» (Plantinga and Smith 1999, 243)*

Nærbildet av ansiktet har en helt sentral rolle i seer-aktiviteten som en empatisk aktivitet. Plantinga trekker frem tre sentrale hypoteser knyttet til hvordan nærbildet involverer publikums empati; *emosjonell smitteeffekt*<sup>5</sup>, *affektiv mimikk*<sup>6</sup> og *facial feedback* (oversatt av meg). *Emosjonell smitteeffekt* er noe de aller fleste trolig har kjent på. Dette handler om hvordan andres følelser og affektive tilstander smitter over på oss. Dette skjer for eksempel når en venn forteller en dårlig spøk og ler og vi selv begynner å le, selv om vi ikke nødvendigvis synes spøken var spesielt morsom (Plantinga and Smith 1999a, 243). *Affektiv mimikk* er det som foregår når mennesker automatisk etterligner andres «uttrykk, vokaliseringer, positurer/holdninger og bevegelser». Dette er også noe mange nok kan kjenne seg igjen i. Snakker vi med en person med et surt ansikt kan vi selv automatisk få imitere dette sure ansiktsuttrykket uten at vi selv nødvendigvis merker det (Plantinga og Smith 1999, 243). *Facial feedback* er en hypotese om at man *faktisk får* den følelsen man etterligner. Dette skjer for eksempel når du ser et surt ansikt, etterligner dette, selv kjenner på følelsen av tristhet gjennom etterligningen. Hypotesen her er at dette skjer når vi ser på TV. Nico H. Frijda gjengitt hos Plantinga, mener imidlertid at denne typen prosess ikke kan skje alene, men når den opptrer sammen med andre typer emosjonelle prosesser som oppstår i TV-tittingen. (Plantinga og Smith 1999, 244).

## 2.9 Nærbildet som narrativ struktur

Nærbildet kan også ha en narrativ og fortellerteknisk funksjon. Plantinga påpeker hvordan nærbildet i kombinasjon med «point-of-view»-shots kan formidle karakterens indre liv, i det han kaller *empati-scenen*<sup>7</sup> (Plantinga og Smith 1999, 238). Empati-scenen kjennetegnes typisk ved at narrativet sakkess ned, og hvor en karakter sin indre emosjonelle opplevelse blir det sentrale fokus (Plantinga og Smith 1999, 239). Nærbildet av karakterens ansikt fungerer som det Noël Carroll gjengitt hos Plantinga kaller «range-finder» dette utsnittet sin funksjon er å legge fokus på den karakteren som er gjenstand for vår oppmerksomhet, og formidler denne karakterens emosjonelle tilstand gjennom ansiktsuttrykket. Videre forklarer han «Point-of-view-shot» sin funksjon som en «focuser» den viser hva karakteren ser på, hva som er *objektet* for karakterens følelser, altså hva han eller hun tenker på. (Plantinga og Smith 1999, 241). Dette er dermed en måte å formidle en karakter sine følelser og tanker på en

---

<sup>5</sup> Oversatt av meg fra «emotional contagion»

<sup>6</sup> Oversatt av meg fra «affectiv mimicry»

<sup>7</sup> Oversatt av meg fra «scene of empathy»

effektiv måte gjennom nærbildet. Denne typen empati-scene har imidlertid en annen viktig funksjon; den skaper empatiske følelser rettet mot karakteren hos seeren (Plantinga og Smith 1999, 239-241)

Gorton har i ett av sine case-studier intervjuet den britiske TV-skribent og produsenten Kay Mellor (Gorton 2009, 89). Temaet for intervjuet er hvordan Mellor bruker følelsene i utviklingen av karakterer og narrativ når hun skriver og produserer TV. Det som er særlig interessant i denne case-studien er hvordan Mellor beskriver bruken av nærbildet for å skape empatisk involvering hos seeren. Her er det Mellor kaller for en «emosjonell reise» nærbildets narrative funksjon er sentralt. *Den emosjonelle reisen*<sup>8</sup> for Mellor handler om at en seer ønsker å oppleve en slik reise når han eller hun enten går på kino eller setter seg foran TV'en. Dette fordi en slik *emosjonell reise* skaper engasjement og involvering hos seeren. Hun trekker her frem at hun at hun ofte er mer opptatt av nærbilde av den som *ikke* snakker i en scene, dette begrunner hun med at «det som ikke blir sagt ofte er det som er viktig» (oversatt av meg) (Gorton 2009, 92). For henne blir det å se på den som lytter en måte å bygge opp spenning, som i siste ende gir seeren en emosjonell frigjørelse gjennom det som her beskrives som en «emosjonell eksplosjon». Mellor eksemplifiserer dette gjennom et eksempel fra arbeidet med en karakter ved navn «Betty»:

«Betty.. was a woman which was very reserved and didn't say what she felt and we [are] constantly left feeling «why dont you say something?» ... and thats what I wanted my audience to feel, that they wanted her to speak out. So ultimately when she does speak out it creates a great cathartic eperience within us because we feel it with her: therefore then, she speaks for us» (Gorton, s 92).»

Det Mellor her beskriver er hvordan tilbakeholdelsen av emosjoner og utsagn hos karakteren, gjennom nærbildet av den som ikke snakker, bygger opp en spenning som involverer seeren, og som i siste ende møter seerens ønsker om at karakteren skal uttrykke noe og dermed skaper en opplevelse av katarsis.

## 2.10 Programlederen

I seriene jeg ser på kan også journalisten/programlederen sees på som karakterer. Dette blir mest relevant i relasjon til seriene *Sinnssykt* og *Helene sjekker* inn, hvor programlederen har

---

<sup>8</sup> Oversatt fra «emotional journey»

en særlig sentral rolle i fortellingen. Jeg vil her redegjøre mer for hvordan programlederens rolle kan forstås som en annen enn deltakerne i episoden.

Alle tre episodene har en form for programleder. I «Jeg mot meg» er denne rollen kanskje mest uklar, her opptrer Peder Kjøs som psykolog i terapirkelen, men her kan også hans rolle forstås som en som leder samtalen videre og dermed også programmet og fortellingen videre. I «Sinnsykt» og «Helene sjekker inn» er det Cecilie Ramona Kåss Furuseth og Helene Sandvig som har rollen som programleder eller journalist. Deres roller i hvert av programmene er relativt like. Begge blir fremstilt som sentrale i seriene, Helene sitt navn befinner seg i tittelen på programmet. Ramona er fremstilt som frontfigur i «Sinnsykt» gjennom blant annet bilder og saker om programmet. Programmene kan her forstås som «deres» programmer, det er de som oppfattes som opphavskvinner og det er «deres» verden vi skal tre inn i. Programlederens sentrale rolle som en del av fortellingen kan forstås som endel av den mer individualiserte kulturen de befinner seg innenfor. Disse seriene er heller ikke de første som opererer med denne formen for subjektiv journalistikk blant NRK sine produksjoner. Disse programmene føyer seg inn i en rekke med NRK programmet som har denne typen personlige journalistikk (f.eks. Innafor, Line sjekker kroppen, osv osv.). Det er dermed ikke dette som er nytt ved disse programmene, det er temaet psykisk helse *presentert* i denne formen som er det nye. Dovey forklarer denne programleder-rollen som uformell, uten manus, uautoritær og spontan (oversatt av meg) (Dovey 2000, 50). I tillegg er denne typen programlederform tilbøyelig til å være «tilstående», dette kan skje gjennom å tilstå sine problemer og feil i filmskapingen eller å tilstå personlige detaljer fra livet, som for eksempel en vanskelig oppvekst. Dovey knytter det første til noe som er mer knyttet til den narrative strukturen, mens avsløringen av private detaljer gjerne forekommer i mer biografiske tekster som disse seriene i en viss grad kan forstås som (Dovey 2000, 50)

En nyttig måte å forstå programleder rollen er i lys av Goffman sitt «performance»-begrep slik det er gjengitt hos John Ellis. Her forstås filmingen og interaksjonen mellom journalisten og intervjuobjektet som en «opptreden» (Ellis 2012, 45). Når en «erfaren intervjuer snakker» har han eller hun «et halvt øye på samtalen de har med den de intervjuer, men også et halvt øye på den endelige bruken av de ordene i en film som de vil vise til andre mennesker på et annet tidspunkt» (oversatt av meg) (Ellis 2012, 45).

### 2.10.1.1 Videodagboken

Store deler av det vi ser i *Jeg mot meg* er filmet gjennom deltakernes videodagbok. I *Helene sjekker inn* brukes også videodagboken innimellom ofte når Helene befinner seg på rommet alene og reflekterer over inntrykk. I *Sinnsykt* blir ikke videodagboken brukt. Kamerabruk har en effekt på hvordan ting fremstår, og her blir det derfor relevant å redegjøre for hvordan videodagboken farger sitt innhold. Videokameraet har i utgangspunktet vært en «privat» medieteknologi, den typiske bruken har vært å filme barnas oppvekst, viktige familieøyeblikk og tradisjoner. Gjennom bruken av videokameraet på TV så «låner» denne teknologien sin «privathet» til det som formidles (Dovey 2000, 57). Dovey argumenterer for at videokameraet er den ultimate formen for sannhets-*påstand* i en dokumentar. Med dette så mener han at videokameraet signaliserer en «direkte og transparent korrespondanse mellom det som er foran kamera linsen og representasjonen på opptaket» (oversatt av meg) (Dovey 2000, 55). I tillegg så har videokameraet den effekten at den fremhever den som skaper filmen, subjektet som den som filmer seg selv trer dermed frem (Dovey 2000, 56). Videokameraet er derfor den teknologien som kanskje i aller størst grad viser hvordan skiftet mellom det private og det offentlige fungerer i praksis, som Dovey sier: «video texts shot on lightweight camcorders uniquely patrol, reproduce and penetrate the boundaries between the individual subject and the material world.» (Dovey 2000, 55).

## 2.11 Dokumentarens publikum: et spenn mellom empati og kritikk

Publikum kan i relasjon til denne formen for TV innhold oppleve å stå i et spenn mellom sine følelser og tanker i møte særlig emosjonalisert TV. Publikummere kan oppleve å være emosjonelt involvert i karakterene eller deltakerne i et TV-program (Gorton 2009, 110). Samtidig så befinner også seeren seg i en posisjon hvor de retter et kritisk blikk mot dokumentaren, Ellis skriver at «innenfor vårt selv-bevisste medielandskap, er det i praksis ingen naive tilskuere eller naive dokumentar deltakere. Alle har noe å si, ikke minst om dokumentarer i seg selv» (oversatt av meg) (Ellis 2012, 99). Dette kan skje for eksempel når en seer kan tenke at reality TV er «søppel», men samtidig ser programmet og involverer seg emosjonelt i fortellingen (Gorton 2009, 110).

Som jeg trakk frem i innledningen til denne oppgaven pågår det hele tiden en debatt knyttet til disse seriene, og mediernes formidling av psykisk helse. Det tenkes her at en del av publikum har fått med seg denne kritikken både før, underveis og etter seriene er sett. Det er derfor ikke

utenkelig at publikum av disse seriene tar med seg denne typen kritiske tenkning inn i seeropplevelsen enten i form av konkrete argumenter fra debatten, eller gjennom å ha en kritisk holdning til seriene mer generelt. Plantinga trekker frem at en vanlig måte å forholde seg til skjermfortelling er gjennom en uformell etisk kritikk, vi diskuterer det vi ser på skjermen med venner og familie, eller for eksempel i en klasseromskontekst (Plantinga 2018, 2). Publikum må heller ikke forstås som en homogen gruppe, man går til TV-skjermen med ulike typer kulturell bagasje. Dette er også mange publikummere klar over, og dermed kan de selv ha en forståelse av sine egne innvirkninger på tolkningen av skjermfortellinger (Gorton 2009, 15).

### 3 Kvalitativ metode

Mitt forskningsprosjekt er en kvalitativ studie. Den har forgått gjennom en todelt kvalitativ analyse; den kvalitative tekstanalysen og kvalitative intervjuer. Den kvalitative metoden vil derfor ha noen grunnleggende implikasjoner på hvordan prosjektet er gjennomført. I det kommende vil jeg redegjøre for forskningsprosessen, og hvordan jeg har arbeidet med den kvalitative metoden.

Den kvalitative metodens særegenhet kan forstås som måten den forholder seg til empiriske data. Der kvantitative undersøkelser henter inn data som i en grad kan kalles «harde fakta», så er datamaterialet i en kvalitativ undersøkelse først og fremst det som kan kalles «myke fakta». Kvale gjengitt i Gentikow trekker frem at den kvalitative metodens datamateriale ikke kan forstås som «eksakte og objektive representasjoner av virkeligheten, men som fortolkninger av dem» (Gentikow 2005, 37). I denne delen av oppgaven vil jeg derfor vie intervjuene og datamaterialet hentet fra disse oppmerksomhet som fortolkende representasjoner av virkeligheten. I denne oppgaven behandler jeg også informasjon delt fra informanter, med dette kommer et etisk ansvar.

Jeg vil derfor i det kommende hvilke etiske og metodiske valg som er gjort i prosessen med innhenting og bearbeiding av datamaterialet knyttet til intervjuene i denne oppgaven.

#### 3.1 Metode og fremgangsmåte kvalitative intervjuer

Jeg ønsket i denne studien å undersøke publikum sine følelsesmessige erfaringer med seriene «Jeg mot meg», «Sinnsykt» og «Helene sjekker inn». Å undersøke andres følelser er ikke en helt ukomplisert prosess, her fant jeg tidlig ut at det å kartlegge informantens faktiske følelser i forhold til seriene ville være vanskelig. Det jeg imidlertid valgte å fokusere på i utformingen av spørsmål og i selve intervjusituasjonen hva hvordan de valgte å formidle disse følelsene til meg som utenforstående. På denne måten dreier ikke intervjuene seg om informantens faktiske følelser, men hvordan informantene selv beskriver, fortolker og formidler disse til meg.

### **3.1.1 Rekruttering av informanter**

I kraft av å være en kvalitativ undersøkelse som søker å gå i dybden av et lite utvalg sine individuelle opplevelser med medieinnhold, så stilte ikke dette noen formelle krav til at utvalget måtte være representativt eller hentet ut på en bestemt måte (Bertrand and Hughes 2005, 63-65). Min rekruttering av informantene handlet derfor om å få tak i informanter som hadde tid og lyst til å delta.

Jeg har rekruttert mine informanter gjennom ulike kanaler. Jeg har lagt ut utlysninger med en beskrivende tekst av prosjektet hvor oppgavens problemstilling og tema for intervjuene kommer frem og delt dette i sosiale medier. Jeg har også tatt kontakt direkte med ulike fagorganisasjoner med samme type utlysning, de har da delt denne med relevante personer. Jeg har ikke intervjuet noen jeg har en privat relasjon med, men jeg har brukt min private Facebook-profil i delingen av utlysningen. Informantene har kontaktet meg gjennom min mail, og all kommunikasjon mellom meg og informantene har foregått gjennom min student-mail. Det har derfor ikke foregått noen kommunikasjon gjennom Facebook som kanal etter utlysningen. Det å bruke Facebook som middel i å komme i kontakt med informanter er effektivt, og i en moderne verden kan man se på dette som den nye formen for «oppslagstavle». Jeg har imidlertid tenkt på hvilke konsekvenser det kan ha å bruke denne typen teknologi til å finne frem til informanter, særlig i den grad jeg bruker min private profil. Jeg har vurdert det slik at det er en viss risiko for at informantene vil kunne spores, men hvilke informanter som tar kontakt med meg vil ikke være mulig å finne ut av, og dermed har jeg vurdert at risikoen opp mot nytteverdien ikke er høy nok til å la være å rekruttere på denne måten. I ett tilfelle har en informant rekruttert en bekjent til å delta i prosjektet. Min forståelse er at de begge er innforstått med at dette har forekommet og at dette er konfidensielt mellom oss. En av informantene er også rekruttert gjennom en felles bekjent også her er begge to innforstått med at deltakelsen er konfidensiell.

### **3.1.2 Intervjuguide**

(Intervjuguiden ligger som vedlegg til denne oppgaven)

Intervjuene er bygd opp som, og gjennomført som semistrukturert intervjuer. Dette innebærer at jeg har hatt spørsmål og temaer jeg har ønsket å komme inn på her er spørsmålene kategorisert under hovedtemaene: førsteinntrykk, (episodens) fremstilling av virkelighet,



gjenkjenningfaktor, (episodens) fremstilling av virkelighet, underholdningsfaktor og forskjeller med de andre seriene, eller annet medieinnhold med samme tema. I samtale om informantens følelser har det imidlertid vært viktig å ha en åpning for informanten å snakke om temaer som ikke nødvendigvis har vært dekket i min intervjuguide. I intervjuene har jeg derfor gitt informanten rom til å snakke om temaer som synes særlig viktige for informanten sin erfaring av seriene.

Begrepene «Åpenhet» og «skam» utpeker seg som sentrale i diskursen disse seriene befinner seg i. I intervjuene og intervjuguiden har jeg bevisst valgt å ikke inkludere disse begrepene i spørsmålstillingen til informantene. I stedet for å stille direkte spørsmål om «åpenhet» og «stigma», har mine spørsmål dreid seg rundt de følelsesmessige erfaringer. Dersom spørsmålene mine hadde vært bygd opp rundt disse begrepene kan jeg se for meg at spørsmålene ville vært såpass ladet at de ville kunne skygget over mer detaljerte beskrivelser av hva informantene føler i møte med seriene. Målet med intervjuene har heller ikke vært å avdekke hva informantene mener «skam» eller «åpenhet» *er*, men snarere hvordan åpenhetsberetninger og skamberetninger *føles*. Her har jeg også ønsket å se i hvilken grad informantene selv har brakt disse begrepene frem og i hvilke kontekster.

### **3.1.3 Fremgangsmåte intervjuer**

Alle informantene har blitt bedt om å se en episode av en av seriene, deretter gjennomførte vi intervjuet over Teams hvor denne episoden er grunnlaget samtalen. Under intervjuene har jeg ønsket å fange opp informantenes følelser knyttet til episoden de har sett, vi har også snakket om seriene på et mer generelt plan. I en slik intervjusetting vil min tilstedeværelse som intervjuer gå inn og påvirke materialet jeg henter inn. Jeg vil i det kommende redegjøre for hvordan jeg har arbeidet for å sørge for at min tilstedeværelse i intervjuene har påvirket informantens svar i minst mulig grad. I prosessen med intervjuene hadde jeg i forkant mye informasjon om temaet for oppgaven. Under intervjuene ble også fortolkning endel av intervjuprosessen, mens informantene snakket lyttet jeg og det ble viktig å både konsentrere seg om hva informantene sa samtidig som jeg analyserte utsagnene og hvordan de kunne forstås i lys av det informanten tidligere hadde sagt, samt i lys av min problemstilling og mitt teoriomfang. I en slik prosess er det lett å legge ord i munnen på en informant. Dette var noe jeg var bevisst på at kunne skje i forkant av intervjuene. Gjennom semi-strukturerte intervjuer mener jeg at denne fallgraven er enda større, da intervjuets struktur gjør at man er nødt til å

stille oppfølgingsspørsmål som ikke nødvendigvis er planlagt på forhånd. En måte jeg forsøkte å løse dette problemet på var å gi uttrykk for at jeg ikke ønsket å legge ord i munnen til informanten der jeg følte det var nødvendig. Jeg opplevde også at flere av informantene ga uttrykk underveis eller i slutfasen at de ikke opplevde at jeg gjorde dette, det er i seg selv ingen garanti for at det ikke har skjedd, men det har opplevdes som nyttig å åpne opp for at informanten er bevisst dette mulige problemet.

I alle intervjuene har jeg startet ut med de mest åpne spørsmålene som dreier seg om førsteinntrykk av episoden og seriene. Her har spørsmålet typisk vært: «hva er ditt førsteinntrykk av seriene?» og videre «hva er ditt førsteinntrykk av episoden?». Ved å starte med et åpent spørsmål som går på det mer generelle er tanken her at informantens uttalelser tidlig i intervjuet er minst påvirket av min samhandling og at denne sekvensen også får en høyere sannhets-verdi i analysen. Det de brakte opp på dette stadiet i samtalen ble utgangspunktet for videre samtale. Utover i intervjuet har jeg konkretisert spørsmålene mer for å forsøke å borre i dybden og definere ut mer detaljer i deres opplevelse av episoden. «Borringen» har vært viktig for å få mest mulig konkrete beskrivelser av hva informanten kjenner på. Den har vært nyttig også for å unngå misforståelser, her er særlig beskrivelsen av følelser og tanker lette å misforstå. Dette er imidlertid en balansegang, da slike borrespørsmål tidvis kan virke ledende for informanten. For å sørge for at jeg tolker det informantene sier riktig har jeg etter lengre sekvenser oppsummert det de sier og spurt om min tolkning er riktig. Dette har jeg stilt som et spørsmål med en oppfordring til å utdype dersom noe er uklart. Her er det en sjanse for at informanter kan svare bekreftende til tross for at jeg har feiltolket, jeg har imidlertid opplevd at informanter har både bekreftet, påpekt misforståelser og utdypet og nyansert min analyse videre. Jeg anser denne typen analyse underveis intervjuene å være en nyttig form for stikkprøve underveis i intervjuene, som gir en viss grad av trygghet på at jeg forstår informanten, samt en støtte i analysearbeidet av intervjuene senere.

### **3.2 Etske hensyn**

Dette prosjektet har vært utfordrende med tanke på de etiske hensyn som må tas i behandlingen av personopplysninger. Vi lever i en tid hvor personvern er svært viktig, og i hele prosessen med arbeidet i denne oppgaven har jeg måttet bryne meg på etiske

utfordringer. Jeg vil i det kommende redegjøre for de etiske problemstillingene jeg har stått ovenfor, og hvordan jeg har valgt å løse de. Dette er også en redegjørelse for de relevante detaljene knyttet til hvordan arbeidet med denne oppgaven er gjennomført.

### **3.2.1 Å intervju mennesker – min rolle som intervjuer**

Å delta som informant i et prosjekt krever at informanten er villig til å sette av tid og også involvere seg emosjonelt og intellektuelt i en intervjusetting. I min utlysning har jeg som nevnt gitt en beskrivelse av prosjektet og hva jeg ønsker å snakke om. Et ikke helt uventet resultat av dette er at de informantene som har henvendt seg til meg har en eller annen form for personlig engasjement. Engasjementet kan deles opp i tre kategorier: faglig engasjement for psykisk helse, privat engasjement for psykisk helse, og et privat engasjement for psykisk helse som stammer fra egne erfaringer gjennom en psykisk diagnose. For flere av informantene er kategoriene overlappende.

I starten av intervjuene har jeg før vi starter lydopptaket snakket litt med hver informant om deres rolle og min rolle. Her har det vært viktig å gi tilstrekkelig med informasjon angående hva det vil si å delta i et slikt prosjekt. Her har jeg gitt informasjon om deres rettigheter, og hvordan de kan trekke seg fra prosjektet. Dette har de fått informasjon om at kan gjøres enten ved å henvende seg til meg, min veileder eller min utdanningsinstitusjon både muntlig og skriftlig<sup>9</sup>. De får også informasjon om at de når som helst kan trekke seg under intervjuet. Dette er informasjon som også er oppgitt i samtykkeerklæringen alle informantene har signert. Jeg klargjør også at jeg ønsker å intervju de som privatpersoner og ikke i kraft av deres diagnose eller faglige-bakgrunn. I intervjuene blir det allikevel naturlig at både diagnose og faglig relevante perspektiver kommer frem i samtalen. Her har jeg støtt på to etiske utfordringer, som det er relevant å redegjøre for. Den ene utfordringer dreier seg om den rent menneskelige relasjonen mellom meg som intervjuer og informanten som intervjuobjekt. Den andre dreier seg om anonymisering og bearbeiding av lydopptakene som jeg vil komme tilbake til i avsnittet som heter «Transkripsjon og bearbeiding av datamaterialet».

Flere av informantene jeg har intervjuet har en psykisk diagnose, eller har erfaringer med psykisk helse på andre måter. Dette har ikke vært et krav for å delta i prosjektet, men har

---

<sup>9</sup> Ved muntlig oppmøte, over telefon, SMS, mail eller brev.

snarere ofte vært en forklaring på hvorfor informantene har ønsket å delta. Å delta i slike intervjuer krever at informanten setter av både tid og krefter, og jeg har opplevd at et engasjement for temaet har vært flere av informantenes motivasjon for å delta.

I en situasjon hvor diagnose blir et relevant tema for intervjuobjektet å bringe på bane, så blir min vurdering av egen rolle særlig viktig. Det hører til en større etisk diskusjon som kan knyttes opp mot diskusjonen om «vær varsom-plakaten» i hvilken grad det er etisk forsvarlig å intervju noen med en diagnose? Den diskusjonen dreier seg imidlertid om det journalistiske arbeidet og ikke et forskningsarbeid. Det jeg imidlertid vil belyse her er at jeg har reflektert over i hvilken grad jeg kan forutse om en person er for «syk» til å delta i en slik setting og til å samtykke at deres informasjon blir brukt. Jeg har kommet til den konklusjon at det kan jeg ikke. Jeg har som krav at alle informanter skal være myndige, og kunne signere en samtykkeerklæring. Utover dette har jeg vært forberedt på at det kan bli nødvendig å avbryte intervjuet dersom informanten skulle gi signaler om at det er for ubehagelig å snakke om, eller dersom jeg vurderer situasjonen som uetisk ved at vedkommende ikke fremstår som frisk nok til å være klar over hva som foregår. Jeg har også informert alle informantene at de selv kan avbryte både før, underveis og etter intervjuet finner sted. Dette har imidlertid ikke blitt et problem. I åpnings samtalen virker de reflekterte over sin egen deltakelse og hva dette innebærer.

Hverken jeg eller informantene kan forutse helt hvordan samtalen vil forløpe. Det ligger i det semi-strukturerte intervjuets natur. Min vurdering i forkant av intervjuene og underveis var at snakk om informantens diagnose ikke skulle være initiert av meg. Min problemstilling krever ikke at dette er noe som må bli snakket om i intervjuene, og dermed trenger dette ikke å være et tema. Informantene har selv brakt dette på bane når de har ansett det som relevant i intervjuet. Det kan imidlertid hende at informantene snakker om dette fordi de opplever at dette ligger implisitt i oppgavebeskrivelsen og intervjuet en oppfordring til å dele personlige følelser og erfaringer, og da også en diagnose. Når informasjon om diagnose har blitt et tema har jeg som intervjuer vært opptatt av å vise empati ved å la de snakke med mest mulig fritt uten min innblanding. Jeg har forsøkt å være et medmenneske i form av bekreftende svar som «mhm» og «ja» uten å involvere meg med f.eks. egne betraktninger og egne erfaringer (dette gjelder intervjuet i sin helhet også når det ikke snakkes om diagnose). Oppfølgings spørsmål har i så liten grad som mulig hatt form av kvalifiseringer eller vurderinger av informantens snakk om diagnose, men heller dreid seg om åpne spørsmål om hvordan de kan knytte det de forteller opp mot seriene. Dette er en utfordrende balansegang, og i noen tilfeller kan ønsket

om å være et medmenneske i form av min privatperson melde seg, når informantene for eksempel snakker om smertefulle erfaringer. Min erfaring er at det i disse situasjonene har fungert godt å bruke et rolig, positivt ladet og bekreftende kroppsspråk og å posisjonere meg i «lytter»-rollen.

### **3.2.2 Bearbeiding av datamaterialet**

Jeg har nå gått gjennom etiske problemstillinger knyttet til intervjusituasjonen. I det kommende vil jeg redegjøre for etiske problemstillinger knyttet til bearbeidingen av datamaterialet.

#### *3.2.2.1 Anonymisering*

For å beskytte informantenes personvern har det vært viktig å anonymisere det de sier for å forhindre at de kan gjenkjennes i oppgaven. Her har særlig informasjon om konkrete diagnoser, behandlingssituasjoner, yrke og arbeidsteder blitt et viktig område for anonymisering i intervjuene i denne oppgaven.

#### *3.2.2.2 Transkribering – fra tale til tekst*

Transkripsjoner innebærer oversetting fra muntlig språk, som har sine regler, til et skriftlig språk med helt andre regler. Transkripsjonen er ikke kopier eller gjengivelser av en egentlig realitet, de er abstraksjoner, slik som topografiske kart er abstraksjoner av det opprinnelige landskapet de er hentet fra. (Kvale, Anderssen, and Rygge 1997, 104, 105)

Transkriberingen er gjennomført gjennom å lytte gjennom opptaket en gang først uten å skrive noe ned. Dette har jeg gjort for å kunne fange opp meningsinnholdet i intervjuet og få en oversikt over hva som blir sagt og hva som peker seg ut som særlig viktig å få med i transkripsjonen. Deretter har jeg lyttet til opptaket en gang til hvor jeg har grovtranskribert det som blir sagt, her har jeg forsøkt å skrive ned det som blir sagt ordrett og tatt med detaljer som synes relevante<sup>10</sup>. Til slutt har jeg lyttet til opptaket en tredje gang og gått gjennom transkripsjonen og fylt inn mangler og eventuelle bemerkelser. Utover dette har jeg ikke sett det nødvendig å transkribere intervjuene noe mer detaljert for å kunne svare på problemstillingen i denne oppgaven. Det er imidlertid verdt å bemerke at jo mer detaljert

---

<sup>10</sup> Pauser, kremting, hm'er, sukk, latter osv.

transkripsjonen er jo flere nyanser vil kunne hentes ut og analyseres. Her har jeg måttet ta en vurdering på hvilket detaljnivå jeg kan gjennomføre transkripsjonen innenfor de tids- og effektivitetshensyn dette prosjektet må forholde seg til, som samtidig vil gi fruktbare svar i en analyse.

I dette avsnittet vil jeg redegjøre for transkriberingsprosessen i dette prosjektet. Transkripsjon er bearbeidingen av lydopptakene til tekst, og kan forstås som en teknisk prosess som handler om å gjøre om tale til tekst som i siste ende skal analyseres. Transkripsjon er imidlertid ikke en rent teknisk prosess, men en tolkningsprosess (Kvale, Anderssen, og Rygge 1997, 101). I et forskningsprosjekt kan transkripsjonens bli sett på som det empiriske materialet som er grunnlaget for analyse. Transkripsjonen er imidlertid en bearbeidelse av det som faktisk blir sagt i intervjusituasjonen. De er som Kvale skriver «kunstige konstruksjoner av kommunikasjon fra muntlig til skriftlig form» (1997, 102). Å transkribere tale til skrift følger ikke noen konkrete regler, og i denne prosessen er forskeren nødt til å ta noen valg. Det finnes ingen sann objektiv oversettelse fra muntlig til skriftlig form (Kvale, Anderssen, og Rygge 1997, 105). Gjennom transkribering flytter man uttalelser fra en kontekst til en annen kontekst, og dette vil i en eller annen grad påvirke meningsinnholdet. Dette medfører at man som forsker er nødt til å ta en rekke valg og beslutninger i hvordan materialet best kan transkriberes slik at meningsinnholdet blir beholdt med henblikk på å svare på prosjektets problemstilling.

I det kommende vil jeg redegjøre for noen av valgene jeg har tatt i transkripsjonsprosessen. Valgene har først og fremst blitt styrt av tre faktorer. Det første er det etiske knyttet til informantene i denne oppgaven. For det første så har det vært viktig å utelate og omskrive sensitiv informasjon allerede i transkripsjonen. Alle informantene har fått nye navn, og deres virkelige navn oppgis ikke i transkripsjonen. All informasjon som vurderes som sensitiv, har blitt omskrevet i transkripsjonen. Dette har vært snakk om yrke, diagnose og personlige beretninger som ofte handler om de temaene. Både yrke og diagnose har i endel tilfeller vært relevante for å beholde meningsinnholdet i det informantene sier, på bakgrunn av dette har jeg erstattet konkret diagnose med «min psykiske diagnose», og yrke eller fagbakgrunn har blitt generalisert eller byttet ut med en lignende fagretning. Et eksempel på en slik type omskrivning er at jeg for eksempel ville skrevet om «rørlegger» til «håndverker». Et annet valg tatt i henhold til informantene er å yte de rettferdighet i transkripsjonsprosessen. Som Kvale skriver kan enkelte intervjupersoner bli overrasket når de leser sine egne muntlige-

uttalelser i omskrevet form. Ofte kan direkte nedskrivninger av muntlig språk fremstå som usammenhengende og forvirrende, og informanten kan ha problemer med å kjenne seg igjen i dette (Kvale, Anderssen, and Rygge 1997, 106). Jeg har i et forsøk på å hente ut mest mulig meningsinnhold i transkripsjonene valgt å skrive ned informantens utsagn og svar mest mulig ordrett. Transkripsjonene kan dermed synes å bære et slikt usammenhengende og forvirrende preg. Jeg har imidlertid i kodingen og analysen av materialet valgt å omskrive utsagnene som jeg bruker i oppgavens sluttprodukt. Her har det kun vært nødvendig med små omskrivninger, hvor jeg har tatt vekk eller lagt til hjelpeord og tegnsetting, som gjør at utsagnene tar seg like godt ut skriftlig som når de blir uttalt muntlig. Informantene snakker ulike dialekter, disse har først blitt skrevet ordrett og senere har jeg omskrevet alle utsagnene jeg bruker i intervjuet til bokmål. Dette er først og fremst for å anonymisere, og også for å gjøre utsagnene mer lesbare i en oppgave hvor bokmål er skriftspråket.

Den andre faktoren som har styrt valgene i denne prosessen er økonomiske og tidsmessige hensyn. Det tar tid å transkribere et intervju, og dersom alle detaljer skal med kan en slik prosess være svært tidkrevende. Samtidig er det viktig at transkripsjonen har et detaljnivå som gjør at problemstillingen i oppgaven kan besvares (Kvale, Anderssen, and Rygge 1997, 107) Her har jeg vurdert det slik at det først og fremst er intervjuobjektens følelser og meninger knyttet til seriene som er relevante. Følelser kan for eksempel komme til uttrykk gjennom lengre pauser, sukk, «hm'er», kremting og dype inn- og utpust. Jeg har dermed der jeg selv har forstått det som relevant tatt med slike uttrykk i transkripsjonen. Dette er imidlertid ikke en beslutning som er tatt basert på noen formelle krav, men en rent subjektiv oppfatning når jeg har lyttet gjennom opptakene (Kvale, Anderssen, og Rygge 1997, 105)

### *3.2.2.3 Koding av materialet*

I analysen av informantens utsagn har jeg benyttet meg av kodeskjema lignende det Gentikow presenterer (Gentikow 2005, 124-127). Vedlagt i oppgaven ligger en illustrasjon av hvordan jeg tidlig i prosessen benyttet meg av dette i analysen av informantens utsagn, kodeskjemaet her er bare en illustrasjon og ikke en gjengivelse av hele kodeprosessen. Her fikk hvert utsagn forbokstaven til informanten i kombinasjon med et tall som indikerte rekkefølgen i intervjuet, deretter ble utsagn som ble tolket inn under samme tema plassert sammen i ulike kategorier i kodeskjemaet. Underveis i prosessen ble det imidlertid nødvendig å etterhvert gå vekk fra dette kodeskjemaet da det ikke tydelig nok fanget opp relasjonen mellom tekstanalysen og informantens utsagn. Kodeskjemaet er imidlertid grunnlaget for

analysens startfase og den begynnende analysen av materialet. Her vekslet jeg mellom analysen av episodene som medietekster og analyse av intervjuene gjennomført for å trekke frem en sammenheng mellom episodene og intervjuene.

### **3.2.3 Lagring og oppbevaring av sensitive data**

I løpet av dette prosjektet har det oppstått utfordringer med tanke på lagring av sensitive data. Her har jeg støtt på et system for lagring av denne typen data ved mitt institutt som ikke har vært optimal. Grunnen til dette er todelt, det er ikke så ofte at sensitive helseopplysninger blir behandlet ved instituttet, det er også et system som er i endring etter at GDPR-reglene trådte i kraft i 2018. Mitt prosjekt ble registrert hos NSD, her ble «Dropbox» angitt som lagringsmetode, dette ble godkjent. På bakgrunn av dette ble lydfilene fra intervjuene lagret gjennom «Dropbox»-tjenesten. Utover i prosjektperioden ble det imidlertid klart for meg at dette ikke kunne være tilstrekkelig for data som regnes som sensitive (røde data), på eget initiativ tok jeg kontakt med veileder, NSD og instituttet for å opplyse om dette. Her viste det seg etter hvert at jeg hadde falt «mellom to stoler», NSD sin godkjenning innebar at «Dropbox» var godkjent som lagringsmetode såfremt UiO sine regler for lagring av data var oppfylt. På daværende tidspunkt var det uklart for meg hva disse reglene var, og jeg var i kontakt med både veileder og instituttet som hjalp meg med å finne ut hvordan lydfilene kunne lagres på en sikker måte. Her kom det frem at mitt institutt ikke hadde tydelige nok retningslinjer for denne typen lagring, og det ble ikke i løpet av prosessen fra prosjektets start gitt informasjon om at disse måtte lagres på noen annen måte enn det som var godkjent av NSD. Det kom imidlertid frem at TSD var den sikreste lagringsmetoden for oppbevaring av den typen data, og det ble opprettet et prosjekt i TSD for lagring av lydfilene. Lydfilene ble lastet opp her så fort prosjektet var opprettet og klart.

Jeg har forstått det slik og håper også at, informasjon om lagring av sensitive data blir bedre informert om ved instituttet ved slike prosjekters start. Denne prosessen har krevd mye tid og krefter, og har ført til at mine data i en lengre periode har vært utilstrekkelig oppbevart. Jeg vil imidlertid her trekke frem at jeg i løpet av hele denne prosessen har hatt løpende dialog med både NSD og instituttet, og prosjektet har blitt godkjent også etter dette ble oppdaget. Mine utfordringen med denne typen lagring har vært til lærdom for meg, og viser hvordan det i dag krever ekstra varsomhet når nye regler skapes og vi opererer digitalt på en måte som gjør det lettere at slike data kan komme på avveie.



### 3.2.4 Tid og effektivitetshensyn

Prosjektet har som alle andre lignende prosjekter et begrenset tids- og handlingsrom. Underveis i prosessen har hensynet til tid og effektivitet lagt begrensninger på prosjektet. Dette dreier seg ikke nødvendigvis om utelukkende det etiske perspektivet, men også hvor grundig arbeidet kan gjennomføres innenfor rammene som er gitt. Jeg vil i det kommende kort forklare hvordan tid og effektivitet har påvirket oppgavens prosess og sluttprodukt.

#### 3.2.4.1 Gjennomføring av intervjuer

Alle intervjuene jeg har gjennomført har foregått over den digitale samtaletjenesten «Zoom». Årsaken til dette er todelt. Første grunn er med tanke på smittevern hensyn under koronapandemien som har foregått i tidsperioden dette prosjektet blir gjennomført. Andre grunn er at dette gir meg mulighet til å få tak i informanter fra hele Norge og dermed lettere kunne få tak i informanter.

Gjennom å velge Zoom som digital tjeneste for intervjuene, så har jeg tilgang til å se informantene mens vi snakker, dette gir en mest mulig lik type intervjusituasjon sett opp imot et ansikt-til-ansikt-intervju hvor jeg ville møtt informanten fysisk. Jeg har kun lydopptak fra intervjuene og dermed har videofunksjonen kun blitt brukt som et hjelpemiddel i kommunikasjonen i selve intervjusettingen for å unngå misforståelser, som for eksempel nyanser i kroppsspråk kan hjelpe med å oppklare. I et ansikt-til-ansikt-intervju vil jeg imidlertid tenke at fallhøyden for misforståelser er enda lavere og det å kommunisere gjennom en tjeneste som Zoom vil kunne påvirke det som blir kommunisert. Dette vil jeg argumentere for at kan oppstå i en ansikt-til-ansikt-situasjon også, men det er verdt å merke seg. I et av intervjuene var det i deler av intervjuet tekniske problemer som gjorde at det oppstod hakking og avbrudd under samtalen. Dette påvirker samtalen. Jeg har valgt å utelate deler av intervjuet hvor denne hakkingen oppstod, men mener at dette ikke var et alvorlig nok problem til at intervjuet måtte forkastes helt, da informanten underveis oppklarte og informerte det som ble utydelig på grunn av tekniske problemer.

#### 3.2.4.2 Pilot-intervju

På grunn av tidsperspektivet har jeg vurdert det slik at det ikke vært mulig å gjennomføre pilot-intervjuer. Jeg hadde en åpning for at første intervju kunne behandles som et pilot-

intervju dersom jeg så det nødvendig å endre noe drastisk i måten intervjuene blir gjennomført på. Dette har jeg imidlertid ikke sett nødvendig, da det første intervjuet fungerte godt og ga fruktbare svar. Gjennom å velge semi-strukturerte intervjuer har hvert av intervjuene vært unike samtaler som alle har fungert på litt forskjellige måter. I de første intervjuene var jeg som intervjuer mindre dreven med metoden, og i løpet av intervju-prosessen har jeg selv lagt merke til en økt trygghet og forståelse av egen metode. Det kan ha hatt en innvirkning på intervjuene, men ikke i en slik grad at jeg vurderer det som at noen av intervjuene må behandles som pilot-intervjuer.

### **3.3 Analysestrategi: en hermeneutisk og retorisk tilgangsmåte**

Både intervjuanalysen og tekstanalysen i denne oppgaven er først og fremst styrt av den kognitive filmteoriens forståelse av følelser som strukturer. Det blir imidlertid nødvendig med en analysestrategi for hvordan materialet skal organiseres og undersøkes i lys av dette. Den kognitivistiske filmteorien bygger blant annet på både retoriske og hermeneutiske tilgangsmåter til medieteksten. Jeg vil her hverken gjøre en fullkommen retorisk analyse eller hermeneutisk analyse, men kombinere de to synene på tekst, med tekstenes følelsesstrukturer. Jeg vil se på tekstene gjennom retorikkens briller i form av at de er «påstander om virkeligheten», alt datamaterialet i denne oppgaven kan forstås i lys av dette. Dermed blir de sett på som argumenter, og dermed retoriske tekster. Videre vil jeg benytte meg av «den hermeneutiske sirkel» som en fortolkningsstrategi i både intervju- og tekstanalysen. Den hermeneutiske sirkel forstås her som veksling mellom helhet og deler av en tekst. For å forstå delene av en tekst må man forstå helheten, og for å forstå helheten må man forstå delene. Dermed krever denne fortolkningsstrategien at man «pendler» frem og tilbake mellom del og enhet (Gripsrud, 143). Denne typen fortolkning har vært ledende i min analyse, hvor intervjuene har blitt forstått som helhetlige tekster fra start til slutt, for deretter å analysere delene hver for seg opp mot helheten. I tekstanalysen av seriene har denne strategien også være ledende i min analyse, og den har særlig vært nyttig i hvordan jeg har fortolket serienes mange fortellinger i lys av hverandre.

## 4 Tekstanalyse av serienes følelsesmessige strukturer

Jeg vil i det kommende presentere tekstanalysen av episodene. Både tekstanalysen og intervjuanalysen er utledet fra hverandre for å kunne gi to analyser som kan diskuteres i lys av hverandre, den ene kommer dermed i realiteten ikke før den andre. Jeg har valgt å presentere tekstanalysen først for å kunne gi en bedre innsikt i episodene informantene er blitt intervjuet om, før intervjuanalysen blir presentert. Problemstillingen er ledende i gjennomføringen av min analyse:

*Hvilke følelsesmessige erfaringer er sentrale i publikum sine opplevelser av seriene «Jeg mot meg», «Helene sjekker inn» og «Sinnssykt» som åpenhets-fortellinger om psykisk helse? **Og, hvilke følelsesmessige strukturer kan forstås som sentrale i formidlingen av psykisk helse i seriene?***

I denne analysedelen blir den siste delen av problemstillingen være ledende i min analyse. Her har jeg i teoridelen pekt på hvordan følelser kan forstås som tekstlige strukturer, som kan vekke blant annet nysgjerrighet og empati. Her blir nærbildet som formidler av følelser sentralt i min analyse av alle tre episodene.

### 4.1 «Jeg mot meg» - Episode 3 – Terapisirkelen

Episode tre i sesong to av *Jeg mot meg* består av flere fortellinger knyttet til de ulike deltakerne og deres utfordringer med egen psykiske helse. I episoden er det deltakerne Anja Catrine, Torkel og Fredrik som er de sentrale deltakerne. Disse fortellingene er strukturert utover episoden, og det skiftes mellom å fokusere på de ulike fortellingene i løpet av episoden. Jeg vil i denne analysen i all hovedsak fokusere på Anja Catrine og Fredrik sine fortellinger. Fredrik sin fortelling fungerer som en rød tråd gjennom episoden, den både åpner og avslutter episoden. Anja Catrine sin fortelling tar også gjennom nærbildets funksjon en sentral rolle som formidler av følelser. På bakgrunn av dette er det fortellingene til disse to deltakerne som vil være gjenstand for analyse. Jeg vil starte ut med en kronologisk oppbygd analyse knyttet til Fredrik sin fortelling, da oppbygningen av hans fortellingen her forstås som sentral i episodens emosjonelle struktur. Her kan Fredrik sin fortelling knyttes opp mot det Mellor gjengitt hos Gorton kaller for «emosjonell reise». Videre vil jeg dra inn analytiske

poenger fra Anja Catrine sin fortelling hvor nærbildebruken synes sentral i formidlingen av sterke følelser i episoden.

#### 4.1.1 Episodens åpningssekvens

Episoden åpner med Fredrik sin fortelling, dette er den første karakteren som forankres i episodens narrativ gjennom hans monolog til videokameraet. Selve episoden starter imidlertid helt konkret med nærbilder av Anja Catrine som gråter, etterfulgt av innledningssekvensen som åpner alle episodene, etterfulgt av en sekvens med kryssklipping mellom ulike deltakere, før Fredrik sin monolog. Jeg vil her fokusere på sekvensen som kommer etter bildene av Anja Catrine og før Fredrik sin fortelling starter. Denne sekvensen tar form utdrag fra tre av karakterenes videodagbøker i situasjoner hvor de retter kameraet mot seg.



Fig.1 «Deltakerne opererer kamera»: 01:50

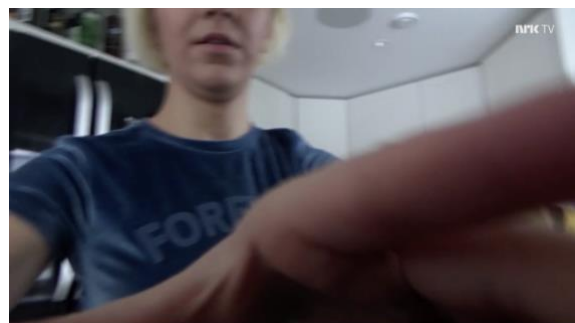


Fig. 2 «Deltakerne opererer kamera»: 01:57



Fig. 3 «Deltakerne operer kamera»: 02:03

Første klipp viser Anja Catrine som står foran kameraet med en venninne, som spør om ikke skjermen kan vendes så de kan se seg selv, her svarer Anja Catrine: «Joda, men jeg skal ikke tenke så mye på hvordan jeg ser ut». Videre klippes det til en annen deltaker, Mariann, hvor vi ser at hun forsøker å sette kameraet opp, så det retter seg mot henne. Til slutt ser vi Fredrik i det han plasserer kameraet foran seg på kjøkkenbenken. Disse klippene formidler noe til seeren. Alle klippene kan tolkes som at de viser «utfordringen med å filme seg selv». Mariann

har fysiske problemer med å få kameraet til å rette seg mot henne, Anja Catrine blir avbrutt av venninnen i filmingen. Fredrik har ingen eksplisitt uttrykte problemer i klippet som vises, men hans klipp føyer seg sammen med de to foregående i det at han også plasserer kameraet foran seg. Klippene kan her forstås som selv-refleksive, videokameraet blir her et tema i seg selv, gjennom disse raske klippene blir den som ser på blir klar over at kameraet er til stede, og at det kan oppstå problemer med filmingen. Dette ligger som nevnt i videodagbokens natur, kameraet er lite og håndholdt fremhever subjektet som filmer med det. Kameraet sin teknologi i som privat og ubearbeidet er i selv er med på å understreke dette (Dovey 2000, 56). Her blir det imidlertid ytterligere tematisert gjennom denne sekvensen. Stående alene, så gir ikke disse klippene nødvendigvis noen videre mening enn den som allerede er påpekt. Men i etterkant av denne sekvensen starter Fredrik sin fortelling, og klippene som her kommer i forkant av hans klipp belyser også hans fortelling. Jeg skal forklare dette nærmere i det kommende avsnittet.

#### **4.1.2 Fredrik sin fortelling**

Fredrik sin fortelling starter med at Fredrik snakker til et håndholdt kamera mens han ligger på en sofa, her sier han: «altså jeg har fått klump i halsen når jeg har fortalt det her til én person», og at «nå skal jeg si det til åtte personer, samtidig. Fuck.». Vi vet ikke her hva det er Fredrik har fortalt til bare én person, som han nå skal fortelle til åtte personer. Det blir heller ikke klarlagt noe nærmere i de kommende klippene. Det som imidlertid kan tolkes som den sentrale tematikken her er at Fredrik skal fortelle noe til terapigruppa som han opplever som vanskelig. Scenen viser Fredrik sitt ansikt tett på kamera og sentralt for scenen blir han ansiktsuttrykk i kombinasjon med det han sier. I slutten av scenen legger han armen over ansiktet. Her oppfattes det at Fredrik synes det er veldig vanskelig å skulle fortelle «det» til gruppa. Deretter blir det klippet til en annen deltaker, Jamal, som sier: «jeg har så mye surrende i hodet mitt for tiden, og jeg merker bare at jeg ikke er så *keen* på å dele det». Før det igjen blir klippet tilbake til Fredrik som sier: «hva faen skal man si liksom?».



Fig. 4, «Jamal og Fredrik» 02:31.



Fig. 5, «Jamal og Fredrik» 02:34

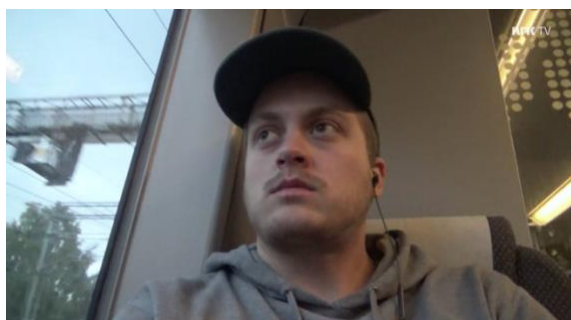


Fig. 6, «Jamal og Fredrik» 02:04

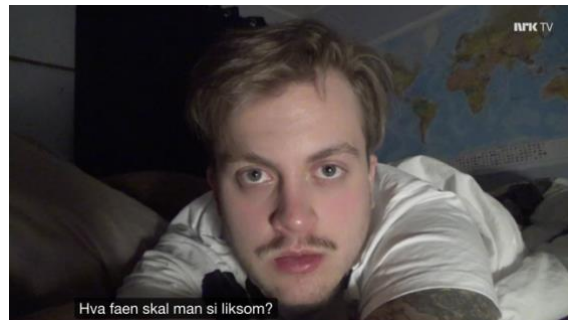


Fig. 7, «Jamal og Fredrik» 02:43

I denne åpningssekvensen av episoden er det ikke nødvendigvis så tydelig hvilken historie som fortelles. Kryssklippingen mellom de ulike deltakerne viser på sett og vis frem flere av deltakerne og korte utdrag fra deres fortellinger gjennom fragmenter av utsagn og deres ansikter fra videodagbøkene. Klippene med Fredrik er imidlertid lenger enn klippene med de andre deltakerne, og utover i sekvensen blir det klart at det er han som er den røde tråden i sammenflettingen av de ulike klippene, og klippene av de andre deltakerne kan i lys av dette forstås som tillegg til hans fortelling. Gjennom kryssklippingen mellom Fredrik og Jamal så oppleves utsagnene hans som fragmenter og de gir mer mening når man forstår de sammen med det Fredrik sier. Her virker det Jamal sier inn på neste klipp av Fredrik, og blir dermed et utsagn som også sier noe om Fredrik. Det samme skjer med de foregående klippene som viser «utfordringer med filmingen av seg selv». Ved å bruke denne teknikken for kryssklippingen mellom de ulike deltakerne, så påstår sekvensen noe om virkeligheten, sekvensen fungerer som en argumentasjon. Dette argumentet kan fortolkes som at serien påstår et *vi* eller et *felleskap*; det er ikke bare Fredrik som synes dette er vanskelig, flere av de andre deltakerne opplever også vanskeligheter. Kryssklippingen her er interessant fordi den synes å inneha to funksjoner, den fungerer som en måte å bygge opp Fredrik sin fortelling som en fortelling om at «alle synes det er vanskelig å dele», samtidig som klippene til de andre deltakerne som et supplement og en utdypning av Fredrik sin formidling av egne følelser knyttet til det å «dele».

Klippene med de andre deltakerne viser ulike vinkler på hvorfor det er vanskelig å dele, og vi får som seer «mer kjøtt på beinet» når vi forsøker å forstå hva Fredrik føler og tenker.

### 4.1.3 Tråden blir tatt opp igjen – Fra et «vi» til et «jeg»

Gjennom den sentrale plasseringen av Fredrik sin fortelling i starten av episoden, fungerer denne som episodens røde tråd. Etter åpningssekvensen er det Anja Catrine sin fortelling som står i sentrum, etterfulgt av Torkel sin fortelling. Etter ca. 21 minutter blir imidlertid Fredrik sin fortelling brakt på bane igjen. Fredrik kommer i fokus i det Torkel sin fortelling om sine problemer med rus avsluttes i terapiserkelen. Torkel har her fortalt om sine problemer til gruppa, de har snakket om disse, og det avsluttes med at Torkel forteller om hvordan han vil løse problemene sine og «kjevle over den dritten her». Etter dette vises terapiserkelen i en vinkel filmet ovenfra. Deretter vises et klipp av Fredrik i terapiserkelen som kikker ned mot gulvet med et «tomt blikk».



Fig 8, «Fredrik empati-scene» 21:14.

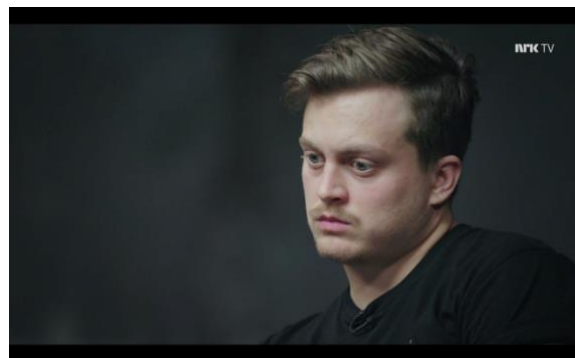


Fig 9, «Fredrik empati-scene» 21: 17

Her skjer et taktskifte, vi går fra Torkel som snakker og er positiv til veien videre over et nærbilde av Fredrik sitt ansikt, som her uttrykker det som kan tolkes som bekymring. Denne scenen kan forstås som det Plantinga kaller for en empati-scene Kameraet hviler over nærbildet av Fredrik sitt ansiktuttrykk. Serien har på dette tidspunktet hatt en relativt rask rytme i fremstillingen av de andre deltakernes fortellinger, Torkel virker lettet og på vei til å finne en løsning på sine problemer, klippet med Fredrik står i en kontrast til dette. I lydbildet går det fra prat i sirkelen til en svak stryker-lignende musikk i det nærbildet fra Fredrik dukker opp. Nærbildet isolerer også Fredrik fra de andre i gruppa, her ser vi han alene og ikke lenger som en del av felleskapet i ringen. Fredrik sitt ansikt får en sentral rolle i å formidle «noe» til seeren om Fredrik sitt indre liv, hans uttrykk i ansiktet kan tolkes på flere måter, jeg forstår det her som et tankefullt og bekymret uttrykk. Her kan også nærbildet tolkes som det

Mellor trekker frem som effektivt i oppbygning av spenning i episoden; et nærbilde av en karakter som ikke sier noe. Her fungerer da dette bildet narrativt på den måten at det bygger opp spenningen hos publikum, som dersom effekten fungerer, vil kjenne på en følelse av å ønske at Fredrik skal «snakke ut». Denne scenen kan dermed også forstås som at den instiller spørsmål i oss som liknende de Mellor trekker frem hos karakteren «Betty»: «hvilke psykiske problemer har han?» og «hvorfor er det så vanskelig for han å dele», «hva er det han skjuler?» (Gorton 2009, 92). Når scenen bygger opp spenning knyttet til Fredrik sin vegring mot å dele, så blir det her også naturlig for seeren å kunne oppleve en nysgjerrighet knyttet til hva han ikke forteller, og et ønske om et narrativt utfall hvor han forteller hva dette er.

#### **4.1.4 Fredrik blir introdusert**

Vi får ikke se hva han retter blikket sitt mot helt konkret i rommet, men i neste sekvens vises Fredrik sin videodagbok, hvor han forteller om at han er født i feil kropp. Dermed kan det her tolkes som at det er dette nærbildet vil formidle at han tenker på i det han kikker ned i gulvet. Dagboken er kanskje noe av det tetteste man kan komme på en person sine følelser og tanker, og dermed kan det forrige klippet av Fredrik i ringen forstås som at han tenker på sine egne tanker og følelser om sin psykiske sykdom. Episoden må her forstås i lys av den overordnede strukturen programmet ellers har. I løpet av programmet blir hver og en av deltakerne introdusert for seeren. Dette skjer gjennom videodagboken som format, hvor deltakeren blir introdusert med en tekstplakat med navn og alder, samt at de selv introduserer seg for kameraet. Deretter følger en sekvens hvor deltakeren forteller om seg selv, viser og snakker om hverdagslivet sitt og begrunner hvorfor de er med i programmet. Introduksjonene av deltakerne skjer gjennom flere episoder og i kombinasjon med at denne deltakerens historie blir sentral i episoden. En slik introduksjon blir dermed både en introduksjon hvor seeren får mer innblikk i hvem denne personen er, men også et varsel om at det nå er denne deltakeren sine problemer som vil være i sentrum i terapiserkelen.



#### 4.1.5 Tilståelsen som narrativ struktur



Fig. 10, «Fredrik i ringe», 23:11

Scenen i terapisirkelen får for seeren her en egen funksjon i lys av spenningsstrukturen, for her handler det ikke lenger om å finne ut av hva som feiler Fredrik, dette fikk vi akkurat vite. Scenen fra terapisirkelen får en annen rolle i forhold til oss som seer; vi blir vitne til Fredrik sin tilståelse av sine problemer til de andre i gruppa. I forkant av at Fredrik tilstår til gruppa, så ser vi at Fredrik setter seg ned på en stol i sirkelen. Vi ser ansiktet hans som kikker rundt seg. I lydbildet hører vi Fredrik sin voice-over som forteller om hvordan det oppleves å være født i feil kropp, deler av tilståelsen rettet mot publikum foregår derfor videre inn i disse klippene. Videre ser vi det som Plantinga kaller point-of-view shots. Det veksles mellom

Fredrik sitt bekymrede ansikt og de andre deltakerne som snakker sammen, ler og gjennom kroppsspråket uttrykker en letthet, som står i kontrast til Fredrik sitt ansikt.



Fig. 11, «Fredrik i ringen» 23:17.



Fig. 12, «Fredrik i ringen» 23:20



Fig. 13, «Fredrik i ringen» 23:21.



Fig. 14, «Fredrik i ringen» 23:25

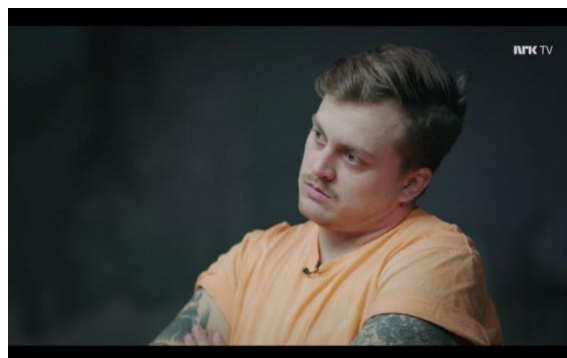


Fig. 14, «Fredrik i ringen» 23:27

I disse klippene kan man tolke at gruppa som Fredrik sitt *point-of-view* og i kombinasjon med *voice-overen* som tematiserer hvordan Fredrik opplever at andre forholder seg til det at han er født i feil kropp, kan vekslingen forstås som at den konstruerer gruppa som utenforstående, som «de andre». Her formidles ikke et fellesskap, her forsterkes snarere forskjellen mellom Fredrik som og de andre i gruppa. I denne tolkningen får nærbildene to viktige funksjoner. De

fungerer som illustrasjoner på hvordan Fredrik opplever det i hverdagen hvor ikke andre kjenner til problemene hans, klippene av de andre i gruppa kan forstås som en rekonstruksjon av hvordan Fredrik opplever det til daglig. Samtidig får de en spenningsoppbyggende funksjon, fordi de viser at deltakerne ikke kjenner til Fredrik sine problemer, som de snart skal få vite om. Sekvensen kan dermed her sies å innstille et spørsmål i seeren: «hvordan vil gruppa reagere?». Dette kanskje til tross for at serien og episodens logikk tilsier at vi vet at gruppa vil ha en «positiv» reaksjon. Her vil trolig en seer kunne kjenne på et ønske om at det narrative utfallet skal være at Fredrik bekjenner til gruppa og at de har en positiv reaksjon, dette gjennom at dette er bygd opp mot hittil i episoden.

I scenen hvor Fredrik begynner å fortelle til gruppa klippes det mellom han, og de andre deltakerne vekselvis på en lignende måte som foregående sekvens. Mens han forteller, blir klippene av han som forteller i kombinasjon med klippene av de andre deltakernes respons.

Sekvensen består i større grad av klipp med de andre deltakerne enn av Fredrik sitt, og store deler av hans fortelling foregår i lydbildet.

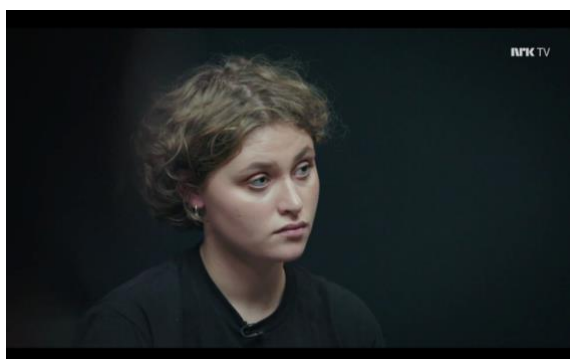


Fig. 16 «Fredrik tilstår» 23:51.

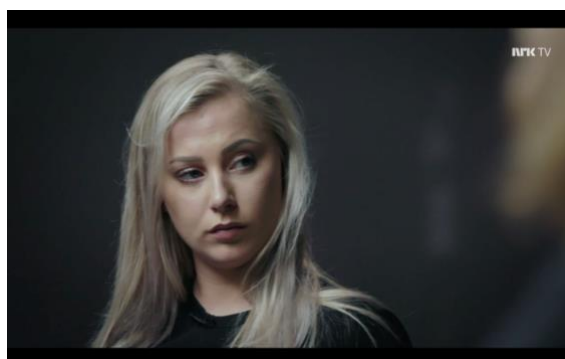


Fig. 17, «Fredrik tilstår» 23:54



Fig. 18 «Fredrik tilstår» 23:56.

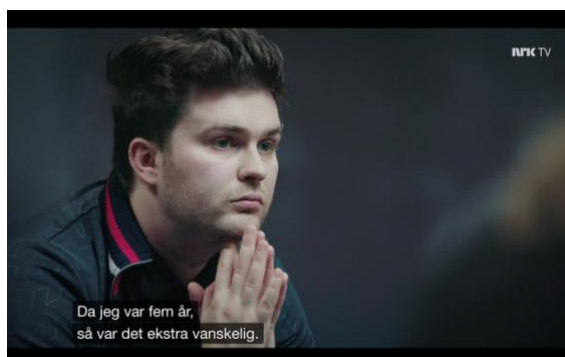


Fig. 19 «Fredrik tilstår», 24:05

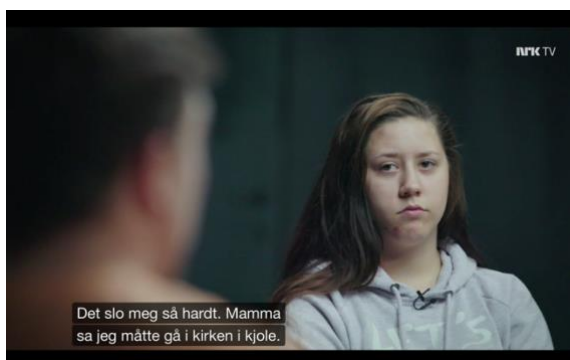


Fig. 20 «Fredrik tilstår», 24:46.

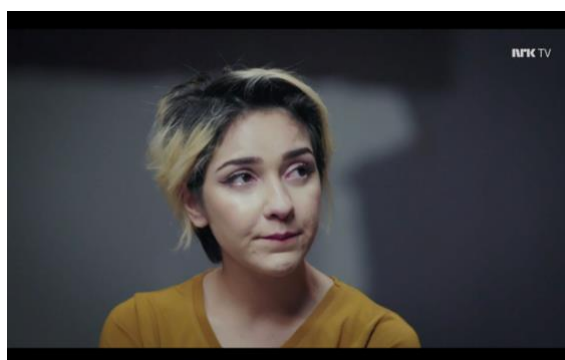


Fig. 21 «Fredrik tilstår», 25:13

Her ser vi nærbilder av de andre deltakernes ansikt som er lyttende, alvorspreget, til tider kan synes å speile Fredrik sine følelser gjennom å utrykke fortvilelse, og felle tårer. Videre zoomes det inn på Anja Catrine sin hånd som legges støttende på hans kne mens han forteller. Når Fredrik er ferdig med å fortelle kommer de andre i gruppa med tilbakemeldinger hvor blant annet Mariann sier at «Du er fortsatt Fredrik for oss». Når Mellor og Gorton snakker om emosjonell eksplosjon og katarsis, kan denne delen av episoden forstås som dette. Her har de andre deltakerne lenge sittet og lyttet, og deres lytting har vært i fokus, men vi har ikke hørt hva de faktisk tenker på. Når de kommer med tilbakemeldinger til Fredrik oppleves dette som

å svare på spørsmålene og spenningen som er bygd opp gjennom episodens narrative; Fredrik har fortalt hva han bærer på og deltakerne har respondert empatisk og støttene til dette. Episoden avsluttes med Fredrik som smilende kikker ned mot bakken igjen.



Fig. 21 «Fredrik tilstår» 28:12

Delingen kan dermed forstås en sentral spennings oppbygger og tematikk i denne episoden gjennom dens rolle som det som skaper en emosjonell reise gjennom Fredrik; her fungerer delingen som noe som tynger Fredrik i starten av episoden og som forløses emosjonelt i avslutningen av episoden. Underveis i spenningsbyggingen i episoden kan det dermed også tenkes at et ønske om delingen som et narrativt utfall kan melde seg hos en seer.

#### **4.1.6 Nærbildets dramatik – «Anja Catrine»**

Jeg vil i det kommende trekke frem en sekvens fra formidlingen av Anja Catrines fortelling. Nærbildene brukt i denne sekvensen vekker analytisk interesse da bildene kan forstås som fremstillingen av «rå og intense følelser» gjennom nærbildet og videodagboken som format. Anja Catrine har blitt mobbet da hun var yngre og i senere tid opplever hun psykiske problemer som følge av denne mobbingen. Disse kommer til uttrykk gjennom en dårlig selvtillit og en fasade som hun setter på i møte med omverdenen.

Hennes fasade blir illustrert gjennom nærbildet av hennes ansikt i en sekvens hvor hennes glade ansikt og hennes gråtende ansikt blir klippet mellom gjennom rask klipping.



Fig 22. «Anja Catrines fasade», 11:14.



Fig 23. «Anja Catrines fasade», 11:19



Fig 24. «Anja Catrines fasade», 12:23.



Fig 25. «Anja Catrines fasade», 12:33

Her klippes det mellom Anja Catrine på fest som smiler mot kameraet og uttrykker glede, før det klippes til hennes ansikt delvis skjult og forgrått, i lydbildet hører vi at hun sier: «jeg skjønner ikke hvorfor jeg har det sånn her» før det klippes tilbake til fest hvor den som filmer med kamera sier «du er alltid så glad» før det klippes tilbake til Anja Catrine sitt ansikt oppløst i tårer.



Fig. 26 «Anja Catrines fasade» 12:34.

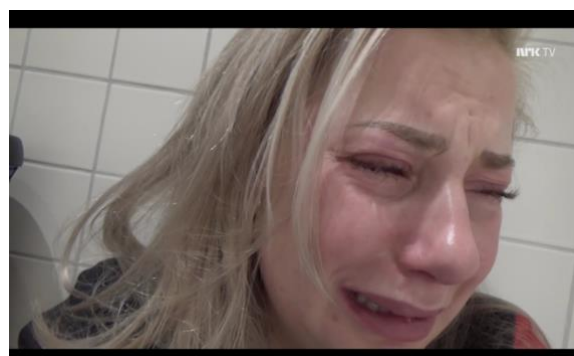


Fig. 27 «Anja Catrines fasade» 12:37

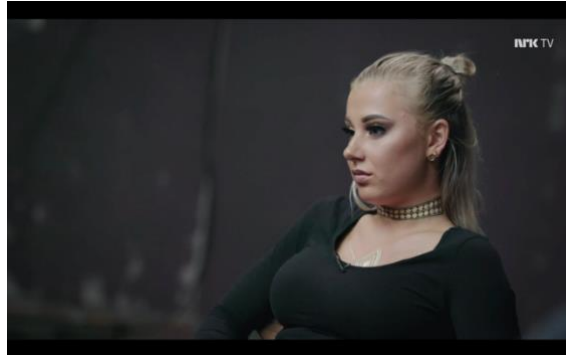


Fig. 28 «Anja Catrines fasade» 12:40

Her beskriver jeg et utdrag av sekvensen, som varer lenger og opererer mellom flere av denne typen klipp satt sammen. Denne sekvensen kan fungere som en funksjon for å illustrere Anja Catrine sine problemer med sin «fasade». I siste klipp ser vi henne i terapisirkelen og det er her hun begynner å utdype sine problemer til gruppa. Sekvensen før fungerer dermed effektivt med å gi seeren en illustrasjon av den fasaden Anja Catrine snakker om i ringen. Vi ser hvordan den oppleves av henne i hennes hverdag gjennom den sterke kontrasten mellom at hun gråter hjemme og tar på seg en fasade når hun møter andre. Sekvensen peker seg ut som en sekvens som potensielt kan ha en sterk emosjonell innvirkning på den som bevitner dette. Dette kan forklares i lys av Gorton og Mellor, hvor Mellor påpeker hvordan det som ikke blir sagt skaper spenning, og deretter en forløsning hos seeren når det blir uttrykt. Sekvensen her kan tolkes som et tilfelle hvor dette skjer gjentatte ganger. I første scene uttrykker hun glede, dette til tross for at vi som seer, vet at hun ikke er glad. Dette bygger opp til en avsløring av hva som egentlig foregår, som blir forløst i neste klipp hvor vi ser følelsesuttrykk som reflekterer hvordan hun «egentlig har det», før vi er tilbake igjen til fasaden. Her blir seeren med på en slags følelsesmessig berg-og -dalbane. Nærbildet er i disse scenene svært nære, som seer er vi tett på Anja Catrine sitt gråtende ansikt, vi kan se alle ansiktets detaljer og ansiktet som er forvrent i grimaser fyller hele skjermen. Her illustreres hennes sentrale problematikk; fasaden, gjennom nærbilder av ansiktets følelser. Dette vil potensielt kunne være et virkemiddel som vil kunne vekke lignende følelser og følelses svingninger hos seeren som bevitner dette, gjennom for eksempel *affektiv mimikk* eller *facial feedback*.

## 4.2 Sinnssykt – Episode 1 – «Kronisk sykdom i møte med hverdagen»

I denne oppgaven er det episode én i sesong én, som er gjenstand for analyse. Det er verdt å bemerke at gjennom å være en første episode, er dette også åpningen til selve serien. Dette skiller denne fra de to andre episodene jeg ser på i denne oppgaven. I *Sinnssykt* er hver episode viet til én deltakers fortelling og psykiske tilstand. Denne episoden er viet til Espen som har diagnosen OCD, tvangslidelser. Episoden foregår i stor grad rundt hans problematikk med diagnosen i hverdagen, i tillegg er til hans fortelling er det klippet inn korte scener med andre deltakere og helsepersonell. I episoden fra *Jeg mot meg* var delingen en sentral del av spenningsoppbygningen i episoden. Denne episoden fungerer på en litt annen måte, her er spenningen i serien først og fremst bygget opp rundt Espen sin gjennomføring av rollen som toastmaster i et bryllup, og hvorvidt han klarer dette og episodens spenning kulminerer i dette punktet. Tilståelsen er imidlertid sentralt i denne episoden av *Sinnssykt* også, og det er dette jeg vil fokusere på i den kommende analysen.

### 4.2.1 Gjennom programlederens øyne

Episoden åpner med et bilde av et utsnitt av bygget på NRK på Marienlyst, etterfulgt av et bilde hvor vi ser seriens programleder, Ramona, sitte ved et skrivebord foran en datamaskin. Neste klipp viser et *close-up* av Ramona sitt ansikt og i lydbildet hører vi Ramona begynner å fortelle gjennom en *voice-over*: «Av og til når jeg sitter på jobben, begynner noe å murre i meg».

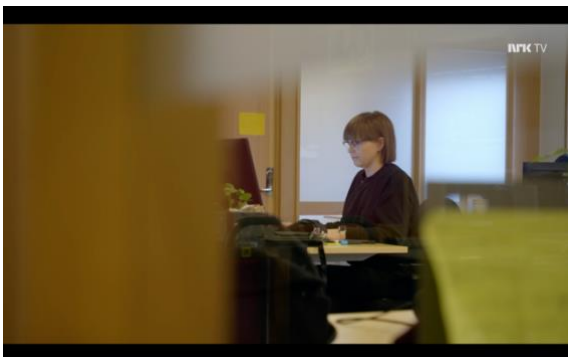


Fig. 29 «Ramona på jobb», 00:06.



Fig. 30 «Ramona på jobb», 00:08

Ramona forteller videre om en konkret hendelse «for noen uker siden» hvor hun opplever å bli dårlig på jobb. Gjennom en animasjon av et øye som dukker opp over skjermen, så endres



kamera-vinkelen til en *point-of-view*, hvor hendelsen hun beskriver blir gjenspilt gjennom kameralinsen som kan fremstå som Ramona sine øyne. Som seer titter man nå ut på verden «gjennom» Ramonas øyne, og mens hun gjennom *voice-over* forteller om hvordan hun blir skjelven, ikke får puste og får panikk. Disse følelsene blir visualisert gjennom en tåkete, ustødig og ufokusert linse i kombinasjon med tung pust i lydbildet.

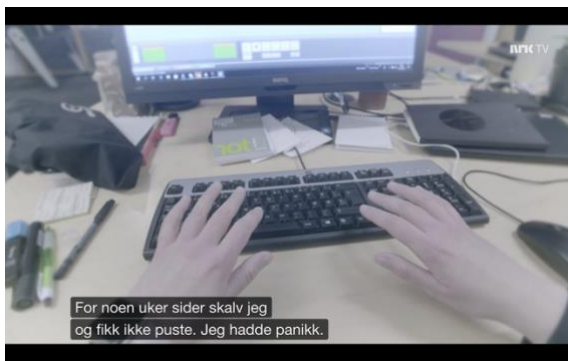


Fig. 31. «Ramona point of view», 00:16.



Fig. 32. «Ramona point of view», 00:21



Fig. 33. «Ramona point of view», 00:24



Fig. 34. «Ramona point of view», 00:31

Historien som blir fortalt her er om hvordan hun opplever å bli dårlig på jobb, føler at hun må vekk, for deretter å gå inn på et toalett, der kommer en venninne og henter henne og hjelper henne ut av bygningen og ned i en taxi som skal kjøre henne hjem. Når Plantinga beskriver følelser som noe som finner sted i kroppen, er denne sekvensen et godt eksempel på dette. Ramonas tunge pust og slørete syn er kroppslige reaksjoner på en psykisk tilstand. Gjennom audio-visualitet, illustrerer sekvensen her hvordan det for Ramona føles kroppslig, å ha det som kan tenkes å være et panikkanfall. En seer vil aldri kunne kjenne på akkurat de samme følelsene og kroppslige reaksjonene, men her kan det tenkes at denne typen filming kan gi en seer en forståelse av hvilke kroppslige følelser som kan oppleves i en slik situasjon gjennom å fremstille disse visuelt som om det var seeren som opplevde det gjennom Ramona sin kropp. Her kan det tenkes at en smitteeffekt kan oppstå hos seeren, hvor han eller hun vil kunne kjenne på noe av det ubehaget som her blir fremstilt gjennom de audio-visuelle effektene.

Sekvensen går etter dette i svart og på «voice overen» hører vi Ramona si; «Men dette er ikke hele historien».

#### 4.2.1.1 Tilståelsen

I neste sekvens ser vi Ramona i studio snakkene direkte til kameraet. Hun presenterer seg her med navn. Videre forteller hun om hvordan hun anser seg selv som åpen, men at det er en ting hun ikke har fortalt. Her blir det klippet til at hun er på jobb med en podkast hvor hun deler erfaringer med å sette inn spiral. Klippet fungerer som både et bevis på at hun er åpen, men her kommer også Ramona sin rolle som journalist frem, hun er en person mange som ser denne serien trolig vil ha kjennskap til gjennom hennes rolle som radio-journalist. Deretter forteller hun at hun har diagnosen Bipolar lidelse. Settingen er i et studio og utsnittet viser henne sittende foran en fargerik bakgrunn. Denne typen studio-klipp er gjennomgående i episoden, og flere deltakere snakker til kameraet i slike studio-klipp gjennom episoden. Disse studioklippene er tilstående både i innhold og form. Gjennom studioutsnittet så snakker Ramona direkte inn i kameraet, nærmest som en skrifte i skriftestolen. Innholdet i det hun forteller er også tilstående, hun forteller her at hun nå forteller seeren noe hun ikke tidligere har fortalt til noen, til tross for at hun opplever seg selv som åpen.



Fig. 35. «Ramonas tilståelse», 01:05

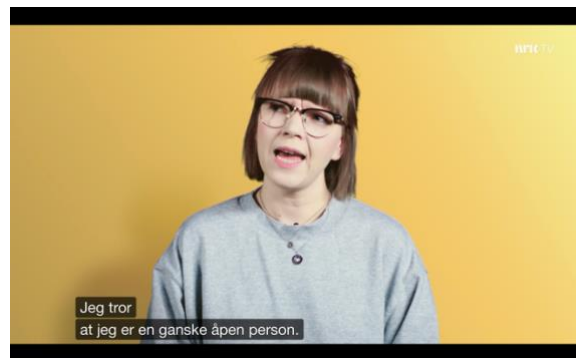


Fig. 36. «Ramonas tilståelse», 01:09



Fig. 37. «Ramonas tilståelse», 01:13



Fig. 38. «Ramonas tilståelse», 01:32

#### 4.2.1.2 Tilståelsen fra et «jeg» til et «vi»



Fig. 39. «Ramona på vei til Drammen», 02.42

I etterkant av Ramona sin beretning ser vi henne gå nedover en gate hvor hun snakker til kamera. Her har hun en fremtoning og et kroppsspråk som fremstår som en journalist sin fremtoning. Her forteller hun seeren at «mange opplever problemer i hverdagen av og til», før hun oppfølger dette med «hva om problemene ikke går over?». Videre klippes det til Ramona på en perrong i ferd med å gå på et tog. Hennes spørsmålsstilling forsetter her gjennom *voice-over*: «Hvordan blir livet egentlig da?» Her snakker ikke Ramona lenger om seg selv, hennes spørsmål er rettet ut mot verden og andre mennesker som opplever psykiske problemer, og hennes rolle som journalist blir her mer fremtredende. Dette blir videre belyst i neste sekvens.



Fig. 40. «Ramona på vei til Drammen», 02.48.



Fig. 41. «Ramona på vei til Drammen», 02.50

I det vi ser Ramona på perrongen hører vi en av de andre deltakerne begynne å fortelle gjennom *voice-over*: «jeg kan ha en kjempefin morgen og gjøre meg klar til jobb». Videre blir det klippet til studio-settingen, hvor deltakeren forteller videre på det som her kan forstås som et svar på Ramona sitt spørsmål; hvordan psykisk sykdom kan påvirke hverdagen. Videre klippes det til en ny deltaker som videre forteller om sine problemer i hverdagen, og

mens hun snakker blir det klippet tilbake til et nærbilde av Ramona på toget mens deltakeren forteller videre gjennom *voice-over*.



Fig. 42. «Ramona på vei til Drammen», 02.54

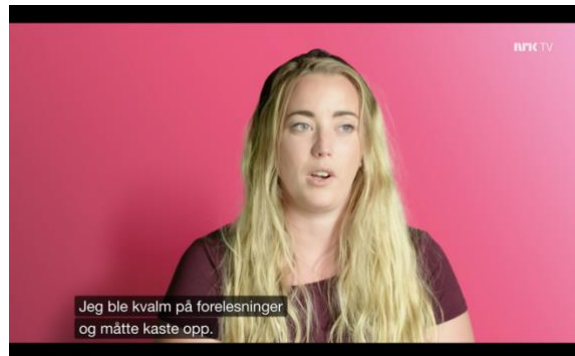


Fig. 43. «Ramona på vei til Drammen», 03:05

Klippingen mellom deltakerne og Ramona kan her forstås som det jeg velger å kalle «sammenfletting». Gjennom at bildene av Ramona på toget og deltakerne i studio klippes sammen, så er deltakerne sine fortellinger til stede i Ramonas togreise, og Ramona er til stede i deltakernes historier gjennom at bilder av henne vises mens deltakerne beretter. Her kan dette forstås som en audiovisuell fremstilling av transferens, Ramonas rolle som journalist farger de andre deltakernes beretninger, hun har stilt spørsmålet som de nå svarer på. Samtidig svarer deltakerne Ramona tilbake og er til stede hos henne. Her kan også deltakernes beretninger forstås som noe Ramona tenker på når hun sitter på toget. Vi ser nærbildet av henne, som stirrer ut i lufta, og synes å tenke på noe, dette noe kan dermed være klippene som klippes inn som hennes «point of view». Her vil jeg argumentere for at det ikke er Ramona sin personlige beretning som flettes sammen med deltakerne, men hennes rolle som journalist *med* en personlig beretning. Med dette oppstår det et skille mellom henne og deltakerne, hun har en annen rolle enn dem. Hennes personlige beretning i åpningssekvensen farger imidlertid hennes rolle som journalist. Hennes spørsmål er personlig motivert i egen historie med psykisk sykdom gjennom at hennes fortelling kommer før spørsmålet, og med dette har denne episoden et biografisk perspektiv, den er en fremstilling av deltakeren, men også av Ramona. Gjennom Ramona sin deltakelse som delvis biografisk kan imidlertid denne episoden i likhet med episoden i *Jeg mot meg* sies å ha en påstand om et «vi». Ramona er i samme båt som deltakerne i det at hun selv opplever psykiske plager, i rollen som journalist så blir hun også en som går foran som et eksempel for deltakerne, ved at hun åpner serien med å selv «dele».



Fig. 44. «Ramona på vei til Drammen», 03:26

Klippingen mellom Ramona og deltakerne, foregår gjennom togturen helt til Ramona befinner seg i bilen til episodens deltaker, Espen. Her kan man også forstås Ramona sitt spørsmål som et som rettes mot hans fortelling, hun skal nå undersøke hva som skjer når en person ikke blir frisk. Spørsmålet fungerer dermed også som en inngang til Espen sin fortelling, for den sentrale tematikken i hans beretning om psykisk sykdom er nettopp hvordan hverdagen fungerer med en sykdom som ikke går over. Her kan dermed han også forstås som en del av det «vi'et» som ble skapt i foregående sekvens,

#### **4.2.2 Forrvirring og oppklaring i møte med Espen: «Men jeg lurere på har du en diagnose?»**

Espen og Ramona introduserer seg for hverandre og Espen forteller at han skal gjøre noe han gruer seg til. Han skal hente noen kort han skal bruke i bryllupet han skal være toastmaster i. Videre blir kameraet og Ramona med Espen inn på «Alkopi» hvor han henter og betaler for disse kortene. I løpet av denne scenen har ikke Espen sine psykiske problemer blitt introdusert, og vi vet ikke «hva som feiler han». I løpet av scenen inne på «Alkopi» blir det imidlertid tydelig at han har utfordringer. Når han skal forlate stedet bruker han lang tid på å sjekke at han har fått med seg alt, og han er redd han har lagt fra seg noe. Ramona ser på med det som kan forstås som forundring og oppmuntring. Scenen blir episodens første «bevis» på at Espen er syk. Når Mellor snakker om hvordan hun bruker nærbildet av den som ikke sier noe som spenningsoppbygger så kan denne scenen forstås som en lignende type spenningsoppbygger. Her er ikke nærbildet tilstedeværende i stor grad, og både Ramona og Espen snakker, men her er det noe som ikke blir sagt. Scenen kan her kanskje innstille et spørsmål hos seeren: hva er det som feiler han?

Etter scenen på «Alkopi» ser vi Ramona og Espen sette seg i bilen. Her stiller Ramona spørsmålet: «Jeg lurer på om du har en diagnose?». For en som lurer på hva som er årsaken til at Espen hadde problemer med noe som kan oppfattes som en hverdagslig oppgave, så vil kanskje dette spørsmålet virke kjærkomment.



Fig. 45, «Eспен tilstår sin diagnose», 07:31

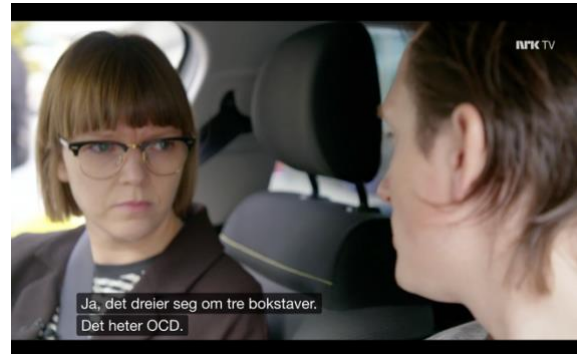


Fig. 46, «Eспен tilstår sin diagnose», 07:34

Her forteller Espen at han har OCD, tvangslidelse. Scenen bærer preg av å være en tilståelse blant annet gjennom den foregående scenens forvirring, hvor spørsmålet og svaret her fungerer som en oppklaring. Når Espen forteller om sin diagnose til Ramona klippes det til nærbilder av Ramona sitt ansikt, kameraet hviler litt over dette nærbildet, før det klippes tilbake til Espen som forteller, før det igjen blir klippet til Ramona sitt ansikt i nærbilde også etter at Espen har fortalt ferdig. Nærbildet av Ramona avslutter denne sekvensen, og her kan hennes uttrykk bære preg av en bekymring eller et alvorspreg. Her kan dette nærbildet forstås som det Mellor trekker frem som «nærbildet av den som ikke snakker» Her uttrykker Ramona sitt ansikt en følelse som kan være en respons på det Espen sier, men som ikke blir videre uttrykt eller forklart, og dette kan ha en spenningsoppbyggende effekt. Hva er det Ramona tenker på?



Fig. 47, «Eспен tilstår sin diagnose», 07:38

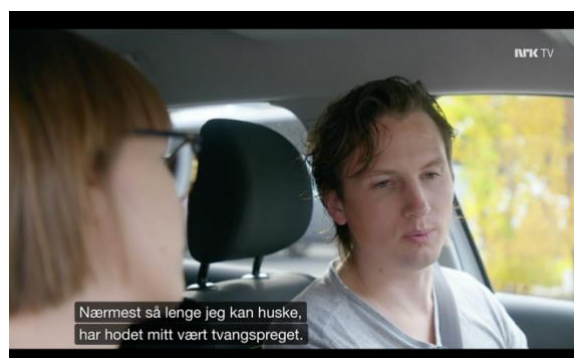


Fig. 48, «Eспен tilstår sin diagnose», 07:48

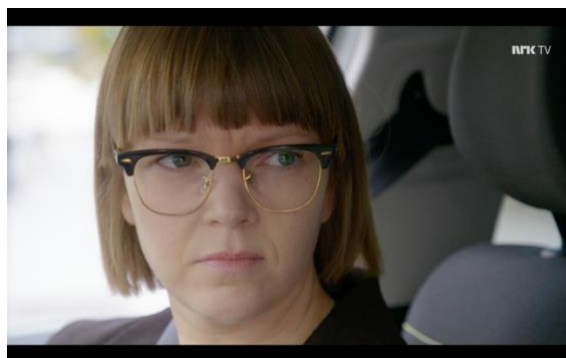


Fig. 49. «Espen tilstår sin diagnose», 07:54

### 4.2.3 Tilståelsens «vi»

I etterkant av Espen sin «tilståelse» dukker det opp en sekvens med alle de andre deltakerne som deltar gjennom korte studioklipp. Her får vi se dem mens de introduserer seg med navn og diagnose, på lik måte som den vi så med Ramona i starten av episoden. Sekvensene er korte og rett på sak, her er det kun navn og diagnose som blir delt. På nåværende tidspunkt har både Ramona og Espen «tilstått» sin diagnose, og i denne sekvensen følger de andre deltakerne etter.

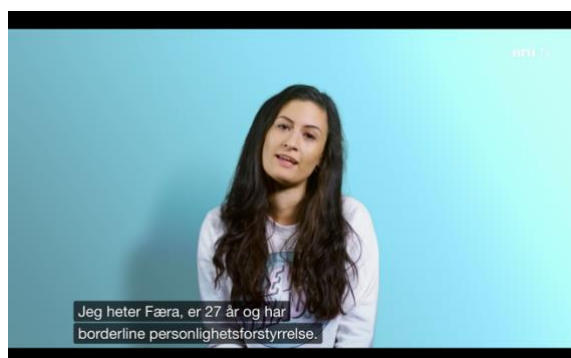


Fig. 50. «Deltakerne tilstår», 09:10

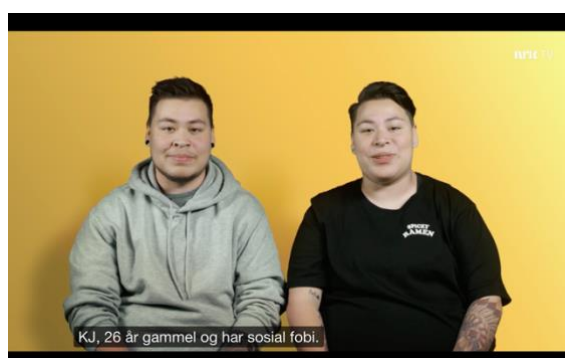


Fig. 52. «Deltakerne tilstår», 09:15

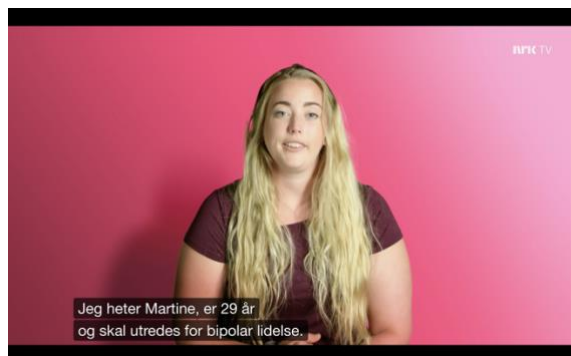


Fig. 53. «Deltakerne tilstår», 09:20

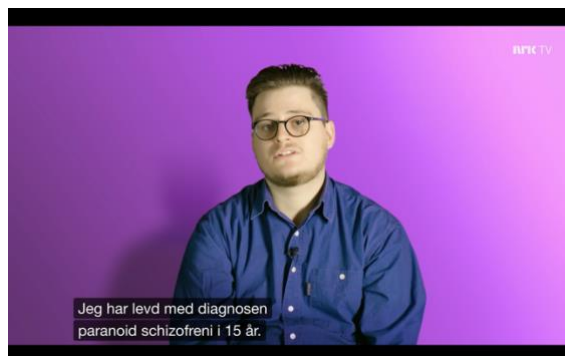


Fig. 53. «Deltakerne tilstår», 09:32

Denne sekvensen påstår her også et «Vi», her særlig i relasjon til Espen som nettopp har tilstått sin diagnose. Han er ikke alene i sin «tilståelse», de andre deltakerne følger etter.

#### 4.2.4 Ramona blir trist

I episoden blir vi tatt med inn i Espen sin hverdag hjemme ho han. Han viser og snakker om hverdagen sin med en tvangslidelse. Hjemme hos Espen og i Espen sin hverdag blir det tydelig at han utfordringer med enkle hverdagslige oppgaver. I likhet med scenen fra *Alkopi kan* hans responser fremstå som irrasjonelle og vanskelige å forstå seg på dersom man ikke selv har erfaring med tvangslidelser. En hypotese her blir at det er vanskelig for en utenforstående seer å forstå seg på Espen sine følelser, kjenne seg igjen i dem, og dermed kjenne på empati. Her er det viktig å påpeke jeg her snakker om en følelsesbasert empati, og ikke den kognitivt og tankebaserte empatien. I etterkant av Ramona sitt første besøk kommer imidlertid en kort sekvens hvor hun henvender seg til kameraet etter å ha dratt fra Espen. Hun reflekterer her rundt OCD-diagnosen, og hvordan hun ser at den påvirker Espen sitt liv. I løpet av denne sekvensen får hun tårer i øynene, og kommenterer at hun blir trist. Nærbildet av Ramona er her i fokus.



Fig. 54, «Ramona blir rørt», 19:15



Fig. 55, «Ramona blir rørt», 19:20



Fig. 56, «Ramona blir rørt», 19:29



Fig. 57, «Ramona blir rørt», 19:35



Følelsene Ramona her viser kan forstås i tilknytning til ansiktsuttrykket som avsluttet sekvensen i bilen med Espen. Her viser Ramona hva hun føler, og det kan oppleves som forløsende etter at nærbildet av ansiktet hennes frem til nå har vist at hun tenker på *noe*. Dette noe kan sies å komme til uttrykk her; hun blir trist. Scenen her er et uttrykk for empati, Ramona føler med Espen gjennom å felle tårer. Hennes tårer vil kunne vekke en lignende reaksjon hos en seer gjennom for eksempel en emosjonell smitteeffekt. Gjennom at hennes følelsesuttrykk her er lett å identifisere som tristhet vil en seer kunne gjenkjenne denne følelsen, den blir dermed i motsetning til Espen sine følelsesuttrykk i relasjon til sin diagnose mindre kompleks og muligvis lettere for en seer å forstå og kjenne igjen. Her får dermed Ramona en sentral rolle i formidlingen av følelser i episoden. Hun er endel av et «vi» men hun fremstår også som et «jeg» gjennom at hun er journalist og dermed skiller seg fra de øvrige deltakerne i kraft av sin rolle. Jeg vil nå gå videre til episoden fra *Helene sjekker inn*, hvor Helene tilsynelatende kan sies å ha en lignende subjektiv journalistrolle som Ramona har i *Sinnssykt*.

### 4.3 Helene sjekker inn – Episode: «angstbehandling» - «Inn på institusjonen»

Episoden jeg skal se nærmere på her er episoden med navn «angstbehandling». Denne episoden foregår på Modum Bad hvor de innlagte får behandling for angst og PTSD. Helene kommer i starten av episoden til Modum Bad hvor hun oppholder seg over noen dager og møter pasienter og helsepersonell. Før episoden avsluttes med et intervju om behandlingen pasientene får med lederen for institusjonen. Dette er den vanlige logikken alle episodene i *Helene sjekker inn* følger.

#### 4.3.1.1 Helenes videodagbok programlederen som et «jeg»



Fig. 58, «Helenes videodagbok», 00:24



Fig. 59, «Helenes videodagbok», 00:27



Fig. 60, «Helenes videodagbok», 00:30



Fig. 61, «Helenes videodagbok», 00:37

Episodens åpner med Helene som snakker til videokameraet. Vi antas å være hjemme hos henne, hun er inne på et soverom og kikker i klesskapene og pakker klær. Til kameraet sier hun: «alle er vi redde av og til». Fremtredende i scenen er Helene som et «jeg». Hennes første kommentar speiler på henne selv gjennom et «alle» og et «vi». Vi er hjemme hos henne, hun ligger i sengen sin, kikker inn i klesskapet, vi er med inn i hennes «private». Til kameraet uttrykker hun en undring gjennom ansiktsuttrykkene hennes som uttrykker både alvor og undring. Videodagboken som format får hennes spørsmål og undring til å i ytterligere grad fremstå som personlige snarere enn journalistiske, dette kunne nærmest vært hennes egen dokumentasjon av noe hun personlig ønsker å finne ut mer av. Denne sekvensen kan dermed forstås som at hun ikke fremstilles som den objektivt undersøkende journalisten Helene Sandvig, men heller Helene som privatperson. Klippet har imidlertid en journalistisk funksjon i fortellingen. Det fungerer ikke som løsrevne tanker hos Helene, her stiller hun også et spørsmål i slutten av sekvensens: «hvor kommer den angsten fra?». Dette er en journalist sitt spørsmål, og dette blir videre tydeliggjort når det også er dette som avslutter sekvensen før Helene drar til Modum Bad.

#### 4.3.1.2 *Helenes blikk i angsterapi med Julianne*

Etter at Helene har flyttet inn på Modum Bad og hilst på deltakerne, så blir hun med flere av deltakerne i terapisisituasjoner. En av deltakerne i episoden, Julianne, har diagnosen PTSD, som hun får behandling for ved Modum bad. Hennes sykdom er utløst av en traumatisk opplevelse hvor blant annet en lykt knuste. Når Julianne hører ting knuse blir dette traumet utløst og hun får sterke psykiske reaksjoner. I denne episoden skal hun behandles for dette konkrete traumet gjennom eksponeringsterapi, og her blir Helene og kameraet med inn i denne behandlingssituasjonen. Her sitter Julianne på en stol mens behandleren knuser lykten

bak henne ved å dytte til den med en sekk. I det lykten knuser ser vi Julianne begynne å gråte og utrykke redsel. Helene har på dette tidspunktet stått bak Julianne til venstre, og behandleren til høyre.



Fig. 62, «Behandling av Julianne», 22:04



Fig 63, «Behandling av Julianne», 22:19

I det behandleren setter seg ned ved Julianne setter Helene seg ned mellom de to i bakgrunnen. Mens behandleren snakker med og beroliger Julianne ser vi Helene kikke frem og tilbake mellom behandleren og Julianne, med et uttrykk i ansiktet som kan tolkes som bekymring, alvorspreg og forundring.



Fig. 64, «Behandling av Julianne», 22:44



Fig. 65, «Behandling av Julianne», 22:47

I likhet med fremstillingen av Espen sin sykdom i *Sinnsykt*, så kan Juliannes følelsesreaksjoner her være vanskelig for en seer å forstå og kjenne seg igjen i. Selv om man kognitivt, altså i tankene, forstår at Julianne her opplever noe som er vondt for henne, og dermed vil kunne kjenne en medfølelse, så er ikke Julianne sin følelsesreaksjon emosjonelt logisk for en som ikke selv har opplevd et slik traume og vet hvordan dette kjennes. Her kan imidlertid Helene sine følelser forstås som blir sentrale i scenen.



Fig. 66, «Behandling av Julianne», 22:51



Fig. 67, «Behandling av Julianne», 22:56

Helene er den karakteren som vi som seer av episoden har fått mest innsikt i, hennes uttrykk er dermed til en viss grad lettere å tolke i denne scenen, enn de andres; vi vet i større grad hva Helene tenker. Gjennom hennes sentrale plassering mellom de to blir hennes forundrede blikk i det hun kikker mellom de to sentralt i scenen. I løpet av denne sekvensen er sier ikke Helene noe og her vil kan kunne lure på hva hennes ansiktsuttrykk uttrykker. Også her er det *noe* som ikke blir uttrykt hos Helene. Denne scenen kan dermed også forstås som måten Mellor skaper spenning gjennom det lyttende ansiktet.

#### 4.3.1.3 Helenes blir overrasket



Fig. 68, «Helene blir overrasket», 24:38



Fig. 69, «Helene blir overrasket», 24:45

Helenes undring i scenen med Julianne blir videre utdypet i scenen som kommer etter, og kan dermed i lys av Mellor og Gorton forstås som forløsende. Her har snakker Helene med Julianne om det som skjedde inne i behandlingsrommet, deretter går Julianne, og Helene henvender seg til kameraet. Her uttrykker Helene overraskelse over det som skjedde i behandlingssituasjonen. Gjennom å snakke inn i kameraet og det som trolig er kameramannen ved siden av, så forteller her Helene sine følelser fra behandlingssituasjonen. I etterkant av behandlingen snakker Helene med Julianne i en kort sekvens, men her i denne sekvensen blir

allikevel Helene sine følelser i tilknytning til behandlingssituasjonen de som blir tematisert og utdypet.



Fig. 70 «Helene blir overrasket», 24:47



Fig. 71 «Helene blir overrasket», 24:56

Denne sekvensen kan dermed sies å vise Julianne sin behandlingssituasjon, samtidig så er det her Helene sine følelser som gjennom kamerafokus blir tematisert og presentert for seeren. Scenen kan dermed forståes som at den handler mer om Helene sine følelser i å bevitne en slik behandlingssituasjon, enn det handler om Julianne sine følelser i behandlingssituasjon. Helene sin bekjennelse til kameraet her har likhetstrekk med sekvensen hvor Ramona uttrykker tristhet etter møtet med Espen. Jeg vil i det kommende presentere intervjuanalysen, men vil komme tilbake til disse sekvensene, og de andre tekstanalytiske perspektivene jeg her har presentert i den avsluttende diskusjonsdelen av oppgaven.

## 5 Intervjuanalyse publikums emosjonelle responser

### 5.1 Informantene og episodene

Før jeg presenterer analysen vil jeg her gi en kort innføring i hvilke episoder informantene har sett. Alle informantene har fått nye navn og kalles i oppgaven for: «Ingrid», «Kari», «Sara», «Nora» og «Trond». Hver av informantene har sett én episode fra én av seriene i forkant av intervjuet, og det er denne episoden som i all hovedsak er gjenstand for samtalen. I løpet av flere av intervjuene snakker imidlertid informantene av og til om de andre seriene og episodene, her på et mer generelt grunnlag. I tilfeller hvor dette fremstår som relevant har jeg brukt deres uttalelser i analysen. Steder hvor det er uklart hvilken serie informanten snakker om vil dette tydeliggjøres. Jeg vil her gi en oversikt over hvilke informanter som har blitt intervjuet om hvilke episoder:

Ingrid – Helene sjekker inn, angsterapi

Trond – Helene sjekker inn, angsterapi

Kari – Jeg mot meg, sesong 2, episode: 3

Nora – Jeg mot meg, sesong 2, episode: 3

Sara – Sinnsykt, episode: 1

I denne delen av oppgaven vil problemstillingens første del belyses:

*Hvilke følelsesmessige erfaringer er sentrale i publikum sine opplevelser av seriene «Jeg mot meg», «Helene sjekker inn» og «Sinnsykt» som åpenhets-fortellinger om psykisk helse? Og, hvilke følelsesmessige strukturer kan forståes som sentrale i formidlingen av psykisk helse i seriene?*

Jeg har organisert analysen etter tre overordnede temaer; informantenes utsagn knyttet til seriene som deling/åpenhet, informantenes utsagn knyttet til seer-rollen og informantenes utsagn knyttet til seriene ut ifra en virkelighets-dimensjon. Disse temaene er utarbeidet fra tekstanalysen, samt utifra intervjuenes sentrale temaer. Jeg vil trekke inn og diskutere tekstanalysen der det er relevant. Analysene vil imidlertid diskuteres mer utførlig i oppgavens diskusjonsdel.

## 5.2 Ambivalenser til åpenhet

I flere av intervjuene med informantene ble det «å dele psykisk sykdom» eller det «å stå frem» med psykisk sykdom et tema i intervjuet. I flere av intervjuene kan det skimtes en ambivalens knyttet til «delingen», den blir både snakket om som noe godt, men det blir også trukket frem negative sider ved det å dele fra eget liv på TV. Jeg vil i det kommende trekke frem utdrag fra flere av informantenes intervjuer, hvor dette særlig kommer til syne. Først vil jeg presentere det som kan forstås som positive responser, før jeg trekker inn negative responser.

### 5.2.1 Positive følelser knyttet til «deling»

I det kommende vil jeg trekke frem utdrag fra «Trond», «Ingrid» og «Sara» sine intervjuer hvor de uttrykker positive følelser og tanker i relasjon til episodene og seriene som «deling av psykisk helse».

#### 5.2.1.1 «Trond» - Medfølelse

Trond uttrykker at han i sin seer-aktivitet opplever glede av å se at deltakerne «står frem»:

[...] jeg blir jo også glad for å se at noen er så tøffe at de tør å stå frem i et så profilert TV-program. Det gjør meg glad og jeg synes de er ekstremt tøffe. Det er nesten så jeg ikke tror det fordi de deler så mye. (Trond).

Trond uttrykker her en beundring for deltakerne gjennom det han beskriver som en glede over å «se at noen er så tøffe». Han trekker frem at det er vanskelig å forstå at de deler «så mye».

Senere i intervjuet blir denne tråden trukket opp igjen:

Og jeg synes de er nydelige mennesker, som tør og orker å dele sin hverdag. De er helter. For meg er de helter. Og det gjør det kanskje enda litt mer sårt å se på, for du forstår hvor mye det der må ha kostet de. Så jeg heier på alle sammen (Trond)

I utsagnet beskrives deltakerne i positive ordelag, de er «nydelige» og «helter. Gjennom å påpeke at de «tør og orker» og gjennom beskrivelsen av dem som «helter» og «tøffe», kan hans utsagn her forstås som en beskrivelse av delingen som noe som krever «mot» («at de tør»), og «ork» («at de orker»). «Delingen» kan i lys av dette forstås som noe som innebærer

en eller annen form for risiko («mot») eller belastning («ork») for den som deler. På spørsmål om *hvorfor* han synes det er viktig at deltakerne deltar i et slik program svarer «Trond»:

Det er fordi de forteller en historie, de klarer å sette et ansikt på en lidelse eller tilstand, eller en hverdag, og jeg tror det handler om at det kanskje gir en åpning til å forstå at det er mange som lider i stillhet. Så det er viktig at de stiller, det er viktig at de gjør det (Trond)

«Trond» trekker i dette utsagnet frem at deltakelsen i et slikt program kan gi «en åpning til å forstå at det er mange som lider i stillhet». Ved å bruke ordet «mange» her trekker ikke «Trond» direkte på seg selv som et «jeg», men snarere et «vi» eller «dem», derfor kan hans argument her tolkes som at seriene er viktige på et overordnet samfunnsplan, særlig med vekt på de syke «som lider i stillhet». Her bruker «Trond» et uttrykk som kan forstås som vanlig når man snakker om psykisk sykdom i dag; «lide i stillhet». Ved å bruke dette uttrykket kan dette tolkes som at Trond her bærer på en forståelse av at det å lide også er knyttet opp mot stillhet. Deltakernes deling kan i lys av det Trond sier forstås som et offer de har gjort for samfunnet i arbeidet med å «sette et ansikt på en lidelse eller tilstand». «Trond» sine utsagn kan tolkes som uttrykk for den «melodramatiske medfølelse». Denne typen medfølelse er knyttet til protagonisten, her forstått som deltakerne, sin *lidelse* som følge av sine uheldige omstendigheter. Den melodramatiske medfølelsen krever at seeren har en beundring for den som lider i form av at «*dårlige* ting skjer med *gode* mennesker». I lys av Trond sine uttalelser kan lidelsen her forstås som den psykiske sykdommen, og alternativet den som har denne sykdommen mellom å «lide i stillhet» eller å risikere eller belaste seg selv med «delingen», som her kan forstås som to onder. Her er beundringen knyttet til protagonisten ofte bunn i en opplevelse av at karakteren som opplever lidelsen ofte aksepterer lidelsen for å kunne hjelpe andre (Plantinga 2009, 35 - 36). Her kan altså «delingen» forstås som noe som aksepteres som et «onde» i arbeidet med å kunne hjelpe andre, i dette tilfellet: samfunnet og andre som lider i stillhet.

#### 5.2.1.2 «Ingrid» - «å bryte med skam»

Også «Ingrid» trekker frem et positivt respons knyttet til «delingen», hun trekker også frem et syn på delingen som et arbeide som må gjennomføres:

Jeg blir så glad når noe kan gå på norsk TV, det er NRK. Ja at jeg opplever at mye av den jobben jeg føler at vi som har en diagnose må gjøre, at det får vi så god hjelp av i sånne programmer som 'Helene sjekker inn' (Ingrid)



«Ingrid» legger her vekt på distribusjonsapparatet bak serien; «Norsk TV, NRK». Hun knytter også her dette opp mot seg selv. Her trekker hun seg selv frem som en som har en diagnose, og at hun selv føler at med en diagnose så følger det med «en jobb». Denne jobben opplever hun at NRK og programmene hjelper henne med å gjøre. Ingrid trekker i løpet av intervjuet frem at hun selv kjenner på skam knyttet til det å ikke være i jobb på grunn av sin diagnose. Hun har utdanning og har i flere år vært i arbeidslivet, men hennes diagnose har ført til at hun ikke kan jobbe:

Og da gjør det godt for meg å se andre på TV som sier at nei, de har ikke vært i jobb, de har ikke engang vært i utdanning fordi de har vært syke. For jeg tar ikke alltid på alvor den sykdommen min, sånn at når noen andre sier at de rett og slett har vært syke, psykisk syke – det har jeg så godt av å høre. For jeg har hatt denne diagnosen i mange år og vil fortsatt ikke akseptere, jeg tenker stadig vekk på at jeg skal overse det. (Ingrid)

«Ingrid» sin beskrivelse viser hvordan hun opplever seriene som en del av et arbeid med å skape mindre skam. Her kan hun bruke serienes fremstilling av sykdom i sitt eget liv, og det oppleves nyttig for henne at hun kan se andre som er syke og ikke i arbeid, dette bruker hun i arbeidet med å akseptere sin egen situasjon. Ingrid sin «bruk» av seriene her kan forstås som transferens slik Chodorow beskriver denne. Hun knytter hun deltakernes erfaring med sykdom opp mot sin egen erfaring og her trekker hun frem at hun bruker det hun ser på skjermen i forståelsen av seg selv og sin egen sykdom. Dermed kan den følelsesmessige erfaringen her tolkes som potensielt introjektiv; det hun ser på skjermen endrer hennes eget syn på sin egen identitet som psykisk syk. Det er imidlertid viktig å bemerke at om dette faktisk skjer hos «Ingrid» ikke kan påvises, det jeg påpeker her er derimot at hun kommuniserer sin opplevelse av seriene på en måte som *kan* forstås som introjektiv.

### 5.2.1.3 «Sara» - delingen som et forbilde

Også Sara har en positiv respons på seriene som det hun her forstår som blant annet «åpenhet rundt psykisk helse»:

Og ikke minst det med åpenhet rundt psykisk helse. Det har jo i alt for lang tid vært tabubelagt, så det at flere og flere, om man skal kalle det kjendis, men i hvert fall offentlige personer [står frem]. Det er jo på første siden på vg.no i dag at en lege har gått og holdt dette skjult i 16 år, og nå endelig så er det ganske så publisert og offentlig.

Det synes jo jeg at gjør at for oss som ikke har hatt diagnosen så lenge [at det blir] kanskje lettere og [at vi] kjappere kan være åpne også (Sara)

Her trekker hun frem hvordan det at andre deler sine psykiske lidelser kan være med på å gjøre det lettere for andre å «være åpne». Hun beskriver det å ikke fortelle om sin psykiske lidelse, som å «holde dette skjult». Hennes ordbruk her kan tolkes som at hun forstår delingen som et gode i å bryte med tabuer, hvor det å dele oppleves som positiv, mens det å ikke fortelle forstås som «å skjule» og dermed mer negativt ladet. Sara trekker tidlig frem Ramona som sentral i sin erfaring med serien:

Ramona er jo den å som skal ha all æren, allerede i introen at det kommer frem at hun har bipolar diagnose. Jeg har lest meg opp i ettertid at hun var veldig usikker på om hun skulle fortelle om sin situasjon, eller om hun bare skulle fokusere på de andre deltakerne. Men det var en prosess hun gikk gjennom i produksjonen av serien, at 'ja' hun hoppet ut i det hun også (Sara)

Her opplever Sara det som positivt at Ramona selv deler om sin psykiske lidelse. Sara sin bemerkning om at Ramona var i tvil, men valgte å «hoppet ut i det», kan også tolkes som en forståelse av delingen som noe som krever «mot» av den som deler. Her trekker hun også frem at hun har lest seg opp på dette i etterkant, noe som kan vitne om interesse og engasjement for tematikken som fører til at seer-opplevelsen suppleres med annet medieinnhold knyttet til serien. Videre forteller Sara om hvordan hun oppfatter Ramona som programleder:

Ramona er jo så naturlig, tålmodig, hun lar bare det skje det som skal skje på en måte. Hun er ikke sånn pågående journalist, men i en veldig sånn behagelig rolle. Så jeg tror nok at det var veldig rett person å ha i en sånn type setting. Det handler mye om bare å være trur jeg, og stille de rette spørsmålene innimellom uten at det blir for mye journalistikk da (Sara)

Her kan det tolkes som at Sara opplever Ramon som en person i større grad enn en journalist. Her handler det «bare om å være» og «stille de rette spørsmålene innimellom uten at det blir for mye journalistikk». Dette er også slik Ramonas rolle kan forstås i lys av tekstanalysen, hvor jeg trekker frem at Ramona til en grad blir fremstilt i lys av å være personen Ramona snarere enn journalisten Ramona.

#### *5.2.1.4 Seriene som referansepunkt: «Sara» og «Ingrid»*

Flere av deltakerne påpeker hvordan seriene som delinger har en helt konkret nytteverdi for dem i hverdagen, og jeg vil i det kommende trekke frem utdrag fra intervjuene med «Ingrid» og «Sara» hvor dette trekkes frem:

På spørsmål om hva hun synes om seriene mer generelt svarer «Sara»:

Det er jo en grunn til at jeg har valgt å se alle seriene, og det handler jo om at jeg sånn personlig synes det er veldig bra at sånne ting blir mer synlig. [...] For det gjør jo at for oss som har en diagnose, man kan nesten referer til programmet. Så personlig synes jeg det er kjempebra (Sara)

Hun peker her på hvordan seriene kan ha en nytteverdi i at man kan referere til medieinnholdet når man skal snakke om sin egen diagnose. Dette kan også forstås som en mer overordnet motivasjon for å se seriene i utgangspunktet for «Sara, at hun selv kan bruke dem i tilknytning til at hun har en diagnose. Også Ingrid trekker frem en lignende nytteverdi. Hun har opplevd seriene som nyttige for å formidle sin egen diagnose i nære relasjoner:

Det å se det her sammen med mannen min, det har vært veldig nyttig, det at han også viser interesse for disse programmene. Fordi det hjelper meg til å få en inngang til ting, som angår oss. Så det er jeg veldig glad for. Ja, for det er jo ikke lett for han å forstå hvordan jeg har det. (Ingrid)

Her trekker hun frem at seriene kan hjelpe med å gi et innblikk og forståelse for mannen hennes som ikke alltid forstår hvordan hun har det. «Ingrid» trekker også frem hvordan seriene kan brukes i relasjon til læring:

[..]Jeg tenkt [på] dette her med folk som jeg kjenner som har en psykisk lidelse, enten den samme som meg, eller en annen. Det at jeg bare kan si at alt ligger på NRK, det er bare å gå inn der. Det er veldig lett. Det er bare å sjekke ut 'Helene sjekker inn' og søke opp den episoden der. Så jeg ser jo at det er en slags valuta man kan bruke i vennskap, eller for å støtte en person. [...] Og når det gjelder det pedagogiske, undervisningsmessige, man kan oppdra mennesker på en veldig sånn fordekt måte. [...] det har vært et veldig bra program for å forstå mer.» (Ingrid)

Her kan seriene for «Ingrid» brukes til å støtte til andre som opplever psykiske problemer, og de kan brukes til en slags form for «opplæring», og det at episodene ligger tilgjengelig på Nett-TV oppleves som en lett måte å formidle dette videre til andre. Også Sara påpeker seriene gode til læring, og at de kan brukes i en klasseromssituasjon:

«Man kunne nesten hatt det i en klassesstime fordi det er læring, det er ikke sånn ren underholdningsverdi. Det er det [også], men også læring, og den kombinasjonen tror jeg er så viktig for det handler om økt forståelse» (Sara)

Gjennom å trekke frem seriene som læring, så kan det her tolkes som at både «Ingrid» og «Sara» forstår seriene som fremstillinger av psykisk helse som både pedagogiske og som formidlere av fakta, altså fakta-TV. Sara trekker frem at særlig kombinasjonen av underholdning og fakta gjør at serien egner seg i en slik læresituasjon. Sara trekker i likhet med Ingrid også frem det at seriene ligger på nett-TV som viktige i relasjon til programmenes nytteverdi i formidling til andre og deres potensielle opplærende funksjon:

«Det tror jeg er alfa omega i forhold til at man har anledning til å se alle episodene kontra at det har vært litt tilfeldig om man hadde tiden til å se den eller den» (Sara)

Her er det at seriene til enhver tid er tilgjengelige gjennom Nett-TV, og at de dermed kan sees når man har tid og i riktig rekkefølge trukket frem som nyttig.

## 5.2.2 «Å dele» som noe negativt

Flere av informantene har negative responser knyttet til det som her forstås som «delingen». Her uttrykker flere en bekymring for det etiske aspektet ved det å dele sine personlige problemer på TV, dette blir i flere av intervjuene ganske tidlig et tema. Jeg vil i det kommende presentere informantenes syn på delingen som noe som vekker negative følelser.

### 5.2.2.1 «Ingrid», «Nora» og «Kari» - «skjønner de omfanget av å dele?»

På spørsmål om hva «Ingrid» synes om seriene mer generelt svarer hun:

Jeg har hatt et godt inntrykk av dem, det eneste jeg har bekymret meg for er at jeg har tenkt at noen av disse deltakerne er i en for sårbar situasjon til at det samtykket de har gitt kan holde. Eller at det er for kort tid siden de var innlagt. Det kan jeg tenke da. (Ingrid)

Her trekker hun frem at hun er usikker på om hvorvidt det samtykket deltakerne har gitt kan sies å være gyldig. Dette trekker hun opp mot at de er i en 'sårbar situasjon' og at det er for kort tid siden de var innlagt. Her kan det tenkes at hun sikter til deres evne til å gi et samtykke. Videre begrunner Ingrid bekymringen med at hun bekymrer seg for:

At de vet ikke rekkevidden av å bli eksponert på TV på den måten, når de er så syke mange av dem. Det er det eneste ankepunktet mitt, at jeg har sett noen som, ja det har bekymret meg om det her var rett for dem. For det kan de ikke vite kanskje før fem år etterpå. Var det her en krise at de gjorde det? (Ingrid)

Her bemerker «Ingrid» at hun er usikker på om de som deltar har evne til å forstå omfanget av hva det innebærer å bli eksponert på denne måten. Hun trekker også frem at dette faktisk ikke er noe som kan vites med sikkerhet før om flere år. I denne passasjen så trekker «Ingrid» seg selv inn, dette skjer fort og blir avbrutt i det hun forsetter på resonnementet, men det er verdt å bemerke at hun her sier «at jeg har sett noen som». Uttalelsen hennes peker mot hennes egen seer-aktivitet i relasjon til hvorvidt serienes fremstilling av sårbare mennesker er riktig. Her *kan* dette forståes som at det for Ingrid også føles problematisk å bevitne noen som deler og kanskje i ettertid vil angre på at de delte dette. Samtalen med «Ingrid» dreier seg først og fremst om episoden hun har sett fra «Helene sjekker inn», i løpet av intervjuet bringer hun imidlertid opp en av de andre seriene: «Jeg mot meg» i en sammenligning med «Helene sjekker inn»:

Men jeg tenker at de som er så unge, at de møtes i den ringen så handler jo det om at i en sånn gruppe så må de vel være [unge], for at de skal kjenne seg igjen i hverandre. Og når jeg ser dem så tenker jeg hvor mye medfølelse og hvor mye tålmodighet jeg har på deres vegne. Jeg får lyst til å snakke til hver enkelt av dem for jeg skjønner at de reiser til det her programmet, og jeg opplever dem som mye mer ensomme i denne programprosessen fordi de bor hjemme og takler livet sitt mens det her skjer. Men i 'Helene sjekker inn' der er det jo folk som tar seg av dem, altså at de er innlagt. (Ingrid)

Her uttrykker «Ingrid en bekymring for deltakerne i Jeg mot meg. Her er det særlig deltakernes unge alder, og det at de er «ensomme i programprosessen» som blir trukket frem. For «Ingrid» så vekkes ikke denne bekymrende medfølelsen i relasjon til deltakerne i «Helene sjekker inn» på samme måte, fordi de er innlagt på en institusjon hvor det er «folk som tar seg av dem». Videre trekker «Ingrid» videre frem deltakerne som sårbare, og stiller et åpent spørsmål:

Men jeg har tenkt at den måten det er gjort på, jeg har vært bekymret for disse unge deltakerne, har de nok støtte rundt seg for å klare en sånn TV-prosess, det å eksponere seg i media? (Ingrid)

Her blir «Ingrid» sin bekymring imidlertid oppfulgt av et «men»:

Men man får veldig sånn omsorg for de, man blir glad i de deltakerne og det er jo en hjelp til å bli glad i seg selv. For man kan jo kjenne seg igjen, og det er jo negative ting som blir trukket frem, og at man får mer forståelse for at ting går litt gærent (Ingrid)

Her trekker «Ingrid» frem nytteverdien i at deltakerne faktisk deltar i programmene. Her trekker hun igjen frem hvordan deltakerne tilbyr henne som seer en rolle hun kan speile seg i, og her kan det forstås som at de negative tingene blir trukket frem hjelper henne med å akseptere seg selv. Dette kan også tolkes som et uttrykk for at deltakerne ofrer noe i sin deling, men at det har en nytteverdi i å bryte ned skam, og dermed er det også Ingrid sin medfølelse her forstås som «melodramatisk medfølelse» lik den Trond uttrykker. Også «Nora» trekker inn en etisk bekymring tidlig i intervjuet. På spørsmål om hvorfor hun har interessert seg for seriene svarer hun (må sjekke opp hvilket spørsmål hun fikk her):

Alle har en psykisk helse, og jeg tror det er viktig å snakke om. Angående disse seriene, jeg har jo som sagt sett alle, så blir det jo endel spørsmål om det etiske da. Er det riktig å blottlegge seg så mye? (Nora)

Nora stiller her et spørsmål; er det riktig å blottlegge *seg* så mye? Dette er dermed et spørsmål som retter seg mot de som blottlegger seg; deltakerne. Videre trekker hun frem hvorfor dette kan være problematisk:

Her er det jo ikke bare snakk om en terapigruppe, sånn som i for eksempel «jeg mot meg», men absolutt hele Norge. Jeg er usikker på om det kommer ut utenlands i tillegg, men det er i hvert fall en stor del av befolkningen som har tilgang til fortiden din, problemene dine. (Nora)

Nora her blir det særlig det at disse seriene vil ligge ute tilgjengelig for alle, som blir Nora sin største bekymring. Dette eksemplifiserer hun videre:

Og som jeg var inne på i stad, jeg er for åpenhet, men samtidig så sitter jeg jo og lurer på sånn som han ene som misbruker rus, ødelegger det for framtidige jobbmuligheter eventuelt? (Nora)

Nora uttrykker en ambivalens knyttet til å dele, og uttrykker gjennom spørsmålene sine en usikkerhet knyttet til hvorvidt dette er etisk bra eller ikke. Videre trekker Nora imidlertid selv inn en situasjon hvor hun selv har delt:

\*hun forteller selv om en setting hvor hun deler\* men der så [er] det å snakke om det, ja det er skummelt, men saken er større enn meg selv da. Å kunne hjelpe andre, det er viktig. (Nora)

Her opplever hun dette som skummelt, samtidig som hun opplever at det er viktig å hjelpe andre og at saken «er større enn» seg selv. Hennes forståelse av delingen her, trekker på en lignende forståelse av delingen knyttet til melodramaet: «ett offer for å hjelpe andre».

«Kari» beskriver også delingen som problematisk, og her er det særlig situasjonens uforutsigbarhet som trekkes frem:

Så i den grad man klarer for noen av oss for noen av oss så tenker jeg ofte det kan være vanskelig å forutse hva en sånn deltakelse gjør med og hvordan man vil reagere underveis, det kan være ting ved en selv som overrasker vedkommende selv like mye som omgivelsene (Kari)

Hun peker også her på deltakelsen i et slik program som en prosess, som foregår i tid og rom. Her kan man tolke det hun sier som at en deltaker kan velge å delta med intensjoner om hva han/hun ønsker å dele, men gjennom programmets form kan det komme frem ting som de kanskje ikke kan være forberedt på. Kari forklarer videre hvorfor hun tenker at en slik deling kan være problematisk:

det er ikke sikkert det er så lurt å fortelle om alle dine sårbarheter til alle i hele verden, for du skal møte disse menneskene seinere i videre i prosess, så [...] man må man må holde tilbake rett og slett (Kari)

Her forstås det som at Kari trekker frem det som kommer etter deltakelsen i et slikt program. Kari videre i intervjuet frem hvordan det er viktig at man har en fasade i møte med omverdenen, og at det noen ganger kan være nødvendig at alle ikke vet alt om deg:

Det er ingen andre en du selv som vet hvordan du har det inni deg, så lenge du klarer å ha en framferd som er overbevisende så kan du ha den følelsen du bare vil ikke sant. (Kari)

Her peker Kari i likhet med Nora på en tanke om hva som kan skje etter programmene er ferdige og distribuert, hvordan deltakelsen kan få konsekvenser i «det virkelige liv». Kari anser det som viktig å kunne ha en «fasade» og formidler at hun opplever at noen av deltakerne gjennom å dele sitt mest sårbare potensielt kan fjerne denne fasaden som er nyttig i møte med omverdenen.

#### *5.2.2.2 «Kari» - ambivalens knyttet til programlederrollen*

«Kari» har gjennom sitt arbeidsliv hatt roller som hun kan sammenligne med Peder Kjøs sin rolle i denne programserien, hun trekker tidlig frem i intervjuet at det for henne er spennende å følge med på han og hvordan han arbeider:

Så er det interessant å se hvordan for eksempel Peder Kjøs, hvordan han håndterer og svarer og bidrar i en i samtalen på en litt sånn rolig, empatisk måte. Og det være tilskuer til folk som gjør ting som er bra det synes jeg er ålreit (Kari)

Hun oppfatter han her som empatisk og rolig, og det å være tilskuer til dette oppleves som bra. Hun utdyper dette videre:

Jeg tenker er jo at det med å observere Peder Kjøs, hvordan han tillater stillhet for jeg vet jo hvor virksomt det er selv. Han er ekstrem på det med å holde seg tilbake, og det å ikke bøtte på med råd eller kommentarer eller innspill. Han bekrefter at han har hørt, han tror han har forstått det de sier. [...]. Han er heller ikke bombastisk i forhold til at han umiddelbart forstår hva de mener, så han har denne ydmykheten i samtalen, og holder seg tilbake, og lytter veldig sånn tilstedeværende. Det synes jeg er veldig sånn flott å se rett og slett. (Kari)

«Kari» går ikke til seriene med en diagnose, slik flere av de andre informantene gjør. Det som imidlertid kommer frem her er at hun også trekker på seg selv i seer-aktiviteten, hennes tilgang er imidlertid faglig. Selv om hun ikke selv er psykolog, så trekker hun inn ting hun opplever som nyttige i sitt arbeid, hvor hun delvis opptrer i lignende roller som Kjøs i kraft av at hun også arbeider med mennesker. I intervjuet med «Kari» kommer etter hvert en ambivalens til syne i tilknytning til Kjøs sin rolle, og deltakernes deling:

Og jeg tror de i øyeblikket føler seg ivaretatt av han, og han gir også hver og en godt med tid og godt med rom til å snakke ferdig og utrykke seg. Og han utfordrer sånn passe til at de forteller litt mer da. Han bruker jo på en måte terapiromets metoder for å få de til åpne seg, ikke sant. Og det funker jo som bare det. Så jeg synes han fremstår som en veldig troverdig og en veldig god psykolog. (Kari)

Her trekker hun frem hvordan Kjøs nettopp som ivaretagende, passe utfordrende og gjennom bruken av «terapiromets metoder» får deltakerne til å åpne seg. Hun opplever han her som troverdig og som en god psykolog. Videre kommer imidlertid et «men»:

Men de ser jo stort sett ganske komfortable ut etter hvert. Mer og mer, og det er jo skummelt også ikke sant, for de åpner seg kanskje mer enn det de i ettertid tenker var greit (Kari)

Her kan det Kari sier tolkes som at det som oppleves som positivt med Kjøs også kan føre til at deltakerne «åpner seg» mer enn det som oppleves som greit i ettertid. Dette opplever



«Kari» som skummelt. Hun påpeker videre at ansvaret knyttet til dette ligger på Kjøs og programansvarlig:

Jeg tenker at ansvaret må psykologen og programansvarlig ha tenkt over, altså det ansvaret må de ha tenkt over på forhånd. For den dagen hvor kamera slutter og lyset og gruppa ikke lenger får en innkalling til å være sammen og de ikke får den klappen på skulderen, hva skjer da? Hvis du da kun blir alene igjen med dine sosiale medier hvor ikke alle nødvendigvis er snille rett og slett, og hva skjer med henne [her referer hun til Anja Catrine] da det er litt sånn jeg kjenner at jeg er litt bekymra for det.  
(Kari)

Her kjenner «Kari» på en bekymring for hva som skjer med deltakerne etter programmet er ferdig. På videre spørsmål om hun har tillit til at Kjøs og programansvarlig følger opp svarer «Kari»:

Jeg vet ikke om jeg har tillitt til det, men jeg vet og jeg tenker at jeg har en bekymring og jeg har et virkelig et håp om at de gjør det, for det kan ødelegge ekstremt mye for disse unge menneskene hvis ikke de de får muligheten til å reparere opp (Kari)

Det «Kari» uttrykker her er ambivalent på den måten at hun tidligere i intervjuet uttrykker tillit til Kjøs, her kommer det imidlertid frem en ambivalens til denne tilliten. Denne usikkerheten kan forstås at Kari sin medfølelse for deltakerne i episoden er den mest dominerende følelsen i seer-aktiviteten.

### **5.2.3 Trenger alle å vite? «Nora og Kari»**

I intervjuene blir Fredrik, som deltaker, trukket frem. Her oppstår det hos både Nora og Kari et spørsmål om hvorvidt hans deling i episoden var nødvendig. Kari trekker frem denne fortellingen som et eksempel på deltakernes sårbarhet i møte med omverdenen:

Jeg tenker på han som er født i jentekropp, han er jo egentlig ikke ferdig med den prosessen ikke sant, han har brukt fem år på disse ulike operasjonene, og han sa jo at han satte veldig mange ting på vent. Han er så avhengig av omgivelsene også i fortsettelsen, så jeg tenker at jeg håper virkelig at han møter gode mennesker som vil han vel i fortsettelsen. (Kari)

Her trekker «Kari» frem at Fredrik i sin deling blir avhengig av responsen han får fordi dette er en uavsluttet prosess. Som tekstanalysen trekker frem så er Fredrik sin deling sentralt i

episoden, men ikke behandlingene av hans problemer. Kari trekker på egne erfaringer med det hun kaller «faking» når hun beskriver Fredrik sin deling som potensielt problematisk. For henne er dette av og til et nyttig verktøy for å beskytte seg mot omverdenen. Hun trekker her blant annet på sine erfaringer med å holde kurs foran mange mennesker. Her bruker hun av og til «fake it til you make it»-metoden, hvor hun kan gå inn i en rolle hvor ingen nødvendigvis vet hvor nervøs og lite kompetent hun føler seg i situasjonen. Hennes egne erfaringer med dette blir en måte for henne å forholde seg til Fredrik som deler sin historie:

Så han kan ikke *fake*, han har allerede fortalt det til hele verden hvordan han har det ikke sant. (Kari)

Kari eksemplifiserer videre hvordan dette møtet med omverdenen kan foregå når man har tatt vekk fasaden slik hun beskriver at hun opplever at Fredrik har:

Og jeg tenker at du skal liksom måtte da på nytt igjen overbevise omgivelsene om at det er det er ikke problemet for meg noe mer nå. 'Ja jeg jeg sa det på 'jeg mot meg' men jeg har kommet videre nå. Så du må plutselig ikke bare forklare at du har problemer, du skal også forklare at du kanskje har beveget deg ut av problemet og videre inn i noe som er bedre. Det kan bli et problem, at du føler at du liksom må forklare og kanskje også forsvare. (Fredrik)

Her ser Kari konkret for seg en situasjon hvor Fredrik kan bli nødt til å forsvare seg. Også «Nora» gir uttrykk for at hun er usikker på om Fredrik trenger å dele at han er født i feil kropp:

Jeg tenker jo litt på hvor mye fortjener folk rundt å vite om en fortid eventuelt. Sånn som han som er født i feil kropp, må han fortelle alle at 'hey jeg var faktisk født i feil kropp', eller går det greit å bare være Fredrik, og ikke si noe mer om fortiden? (Nora)

Det at både «Kari» og «Nora» trekker frem dette som potensielt problematisk er interessant. Tekstanalysen viser nettopp hvordan Fredrik sin deling er bærende i spenningsstrukturen i episoden. Her opplever imidlertid «Kari» denne delingen som potensielt skadelig for Fredrik i etterkant, og «Nora» trekker frem at delingen kanskje ikke var nødvendig. Det kan tenkes at det kan være episoden sitt fokus på Fredrik sin deling som så sentral som gjør at denne delingen for disse informantene blir sentral i deres tolkning.

## 5.3 Å ikke kjenne seg igjen – «Kari og Ingrid»

Flere av informantene trekker inn seg selv i sin tolkning av seriene, her blir egne erfaringer og tilstander sentrale i hvordan de tolker seriene følelsesmessig. Jeg har allerede pekt ut dette i noen av utdragene fra intervjuene der dette kommer frem gjennom blant annet egen diagnose eller faglig tilknytning. Jeg vil i det kommende trekke frem hvordan det «å ikke kjenne seg igjen» kommer til syne som en prosess i intervjuene med «Kari» og «Ingrid».

### 5.3.1 «Kari»

I intervjuet med «Kari» snakker vi om Anja Catrine, en av deltakerne i episoden fra *Jeg mot meg* som «Kari» har sett. «Kari» snakker om det å bevitne Anja Catrine sine følelser:

Jeg kjenner på at det må være utrolig vondt! Og når jeg ser hvordan hun har det med det, så kjenner jeg liksom at jeg får lyst til å gråte med henne det er så vondt og sårt. (Kari)

Det at «Kari» her bemerker at hun «får lyst til å gråte med henne» er her interessant, fordi nærbildet av Anja Catrine som gråter er sentralt i episoden. Som jeg pekte på i tekstanalysen av sekvensen med Anja Catrine, så kan nettopp denne typen bilder vekke en form for emosjonelt lignende reaksjon hos seeren. Det kan tenkes at «Kari» her bruker «å gråte med henne», som en måte å illustrere en empati, og dette faktisk ikke skjer i den virkelige seeraktiviteten. Men her kan det også tenkes at Kari har opplevd en form for emosjonell smitteeffekt av følelser, gjennom nærbildet av Anja Catrine. Anja Catrine sin gråt er her noe som hvert fall kan sies å feste seg hos «Kari» som et bilde på Anja Catrine sin smerte ved at hun trekker gråten frem. Videre sier «Kari»:

Da viser hun jo hele det såret da ikke sant som vi snakket om innledningsvis og det er jo, ja jeg blir jo berørt av det. Jeg synes jo det er veldig vondt, men så får jeg litt lyst til sånn den der mammafølelsen kom sett deg på fanget mitt så tar vi oss en ordentlig prat liksom. (Kari)

Her trekker «Kari» først frem hvordan hun kjenner på en følelse av at det er veldig vondt. Videre så kjenner hun på «mammafølelsen» hvor hun her kan tenkes å gå ut av å kjenne på Anja Catrine sine vonde følelser, og tar en rolle som en mer utenforstående «mamma». Dette bemerker «Kari» selv i slutten av denne samtale-sekvensen:

Jeg merker jeg sklir ut og inn av dette med å være inni følelsen og trekke meg ut og være en annen person[...], annenpersons-perspektivet (Kari)

Dette kan tolkes som at Kari kjenner på følelser som er lignende Anja Catrine sine når hun ser hennes fortelling på skjermen, samtidig så beskriver hun denne ikke som konstant, men som en rolle hun går inn og ut av. Dette utdraget tenkes her å vise hvordan en seer kan gå inn og ut av følelser, og kjenne på flere roller i møte med fremstillingen av følelser på skjermen.

### **5.3.2 «Ingrid»**

Ingrid har selv en diagnose, men i møte med fortellingene om psykisk sykdom i episoden om angstbehandling i «Helene sjekker inn» så opplever hun å ikke kjenne seg igjen i det deltakerne erfarer. Dette uttrykker hun først gjennom at hun ikke føler seg følelsesmessig berørt:

Ja, jeg blir ikke så berørt. I og med at jeg ikke kjenner meg så godt igjen fordi jeg har ikke problemer med angst sånn som de har i den episoden der. (Ingrid)

Hun sammenligner dette med hvordan hun har det når hun ser medieinnhold om sin egen diagnose:

Noen ganger når jeg ser noe på TV så kan jeg jo bli veldig- for eksempel når jeg har sett ting om min diagnose så opplever jeg at det er angår meg i mye større grad. Sånn at jeg opplever at jeg er litt mer nøytral etter en sånn episode om angst, det angår ikke meg og da kan jeg mer lære av det (Ingrid).

«Ingrid» beskriver her at det er en forskjell på hvordan hun forholder seg til noe som handler om egen diagnose og noe som handler om andres diagnoser. Hun beskriver selv posisjonen hun inntar som nøytral og med et fokus på å lære. Videre kommer det imidlertid frem at hun involverer seg på en måte som bærer på egne erfaringer:

Det er ikke alle som forstår hva jeg sliter med, og da er det litt godt for meg å se at det finnes andre med andre problemer som jeg må bryne meg litt på, for å akseptere at de har det sånn. Så det er veldig nyttig for meg å lære om dem, men også i forhold til å takle min egen ensomhet i forhold til å ha en diagnose. (Ingrid)

Her trekker hun både på sin egen rolle som «en som har en diagnose», som ikke er lett for andre å forstå, og på sin rolle som «den som ikke forstår». Gjennom det å selv erfare hvor vanskelig det kan være å forstå andres psykiske sykdom, opplever hun selv å være i den rollen hun forestiller seg at andre kan ha i relasjon til henne. Hun setter seg i både «den syke» sine sko, og i «den utenforstående» sine sko på samme tid og skaper med dette en følelsesmessig forståelse av både seg selv og sin situasjon, men også deltakeren hun er vitne til på skjermen. Denne prosessen kan forklares som transferens, eller emosjonell simulering. Ingrid bruker sine egne erfaringer med å ikke bli forstått, og projiserer disse over på deltakerne, dermed kan hun kjenne seg igjen i dem. Samtidig kan dette også forstås som introjeksjon hvor hun bruker erfaringen med å ikke forstå til å endre sin oppfatning av egen sykdom og andres sykdom.

I episoden «Ingrid» snakker om er hovedtemaet angst-terapi og behandling av PTSD. I episoden blir man vitne til flere deltakere som sliter med denne problematikken, og deres behandlingsforløp. Ingrid opplever at hun selv synes et er vanskelig å helt forstå hvordan deltakerne har det, når hun ikke selv har hatt erfaringer med det de sliter med. Nettopp denne erfaringen med å ikke forstå blir her sentralt i hennes lesning. En av deltakerne i episoden «Ingrid» har sett har blitt diagnostisert med PTSD etter å ha vært i regjeringskvartalet når bomben gikk av den 22.juli. I episoden reiser hun inn til Oslo for eksponeringsterapi i gatene hun gikk i den dagen. I scenene får deltakeren sterke reaksjoner når hun gjennom eksponeringsterapien må gå i disse gatene. Når Ingrid skal fortelle om hva hun føler i møtet med denne scenen sier hun:

Da tenkte jeg når hun var så oppi seg selv i det traume, da kunne jeg kjenne litt på 'du det der er veldig rart' det er så pussig å bli så- at det er så tøft. (Ingrid)

Videre forklarer «Ingrid» at hun selv kjenner til Oslo som by, og hun har ikke disse assosiasjonene til gatene som deltakeren har, «Ingrid» har positive assosiasjoner knyttet til gatene. Dermed er ikke hennes opplevelser av disse gatene de samme. Videre forteller «Ingrid»:

jeg kjenner på en sånn, at det er akkurat som jeg mangler litt sånn kanskje ikke empati, men sympati kanskje. For det oppleves litt som at jeg tenker 'neimen så ille kan det da ikke være' [...] Så det å se henne akkurat i den situasjonen der hvor hun er helt tilbake i det som skjedde og det smellet, det

traumet. Da kjenner jeg en sånn manglende tålmodighet, og at jeg kjenner at jeg mangler kunnskap i forhold til det hun sier at hun kjenner på. (Ingrid)

I denne scenen blir man vitne til deltakerens sterke reaksjoner i form av gråt og emosjonelle uttrykk for sinn sykdom, disse står imidlertid i kontrast til omgivelsene hun befinner seg i for «Ingrid». En mulig tolkning eller hypotese om hvorfor Ingrid kjenner på denne følelsen av å ikke være tålmodig, og ikke kjenne det hun selv beskriver som «empati eller sympati» kan bunne i at deltakerens ansiktsuttrykk og følelsesmessige reaksjon ikke får feste, den virker for irrasjonell og er ikke emosjonelt logisk for «Ingrid», hun kan ikke kjenne seg igjen. Det ligger en ambivalens i det Ingrid sier her, i intervjuet med Ingrid så uttrykker hun helt grunnleggende empati for deltakerne, og hun gir uttrykk for å ta deres problemer på alvor. Det som det «Ingrid» her selv betegner som «manglende empati eller sympati» kan forklares som et samspill mellom tanker og følelser. Slik det i stigma-teorien blir forklart så kan følelsene agere raskere enn tanker, når «Ingrid» her ikke opplever deltakerens følelser som logiske, så får hun en følelse av å synes «det er rart», hun får ingen emosjonell tilgang for medfølelse. Her kan hun imidlertid fortsatt ha en empatisk tilgang rasjonelt i tankene, men når hun bevitner denne scenen står disse ikke i relasjon til følelsen, eller den manglende følelsen hun kjenner på. «Ingrid» sin følelsesmessige fortolkning av scenen fra episoden avsluttes imidlertid ikke her. Programlederen og helsepersonellet i episoden blir viktige når hun forholder seg til det å ikke forstå deltakernes følelsesmessige reaksjoner. Ingrid trekker flere ganger inn hvordan Helene sin rolle blir viktig i denne prosessen:

Jeg blir så glad når jeg hører hvordan Helene blir så overrasket, jeg blir jo også overrasket for jeg kjenner meg jo ikke igjen. Så jeg blir glad når hun har den tilnærmingen som hun har. At 'Ja det her må jo være forferdelig tøft å ha det sånn'. (Ingrid)

Utsagnet kan tolkes som at «Ingrid» kjenner på en slags lettelse i at Helene også blir overrasket og ikke kjenner seg igjen. Gjennom «Helene» kan «Ingrid» dermed finne en «karakter» hun kan speile seg i emosjonelt. Helene sitt uttrykk for overraskelse er noe «Ingrid» kan kjenne seg igjen i. Samtidig uttrykker Helene empati for de som har det vondt. Det kan synes at «Ingrid» her bruker Helene sin rolle som en hun kan speile seg i, og gjennom dette får Ingrid en posisjon lik den Helene har, som «uforstående, men empatisk»-tilskuer. Videre blir Helenes rolle som journalist viktig for å kunne forstå mer av det «uforståelige»:

da var det veldig nyttig at Helene hadde en samtale med henne for å snakke rundt det her og forstå at ho rett og slett er så skada av det hun har opplevd at hun får jo ikke gjort noen ting i livet sitt. Altså i forhold til familie, i forhold til ressurser, i forhold til jobb. (Ingrid)

«Ingrid» sitt utsagn her er av empatisk karakter, hun setter seg her inn i deltakerens situasjon som vanskelig. Her kan det derfor synes at Helene får to funksjoner i «Ingrid» sin emosjonelle seer-opplevelse: hun skaper en posisjon som «Ingrid» kan speile seg i og selv innta, og gjennom å være journalist kan hun søke svar på spørsmål som skaper økt forståelse for sykdommen, som ikke kommer til syne i den scenen i Oslo hvor deltakerens følelsesmessige uttrykk blir sentralt. Som tekstanalysen pekte på har Helene sine følelsesuttrykk en sentral rolle i formidlingen av følelsene i episoden, og her kan det synes at dette får en nyttig funksjon for «Ingrid» i hennes empatiske holdninger knyttet til deltakerne. Også helsepersonellet i episoden får en viktig funksjon for «Ingrid»:

Da synes jeg det var godt å se at de ansatte tok henne så på alvor fordi da kjente jeg selv på litt sånn at jeg bare hadde lyst til å bare pushe henne videre og få henne opp ikke sant. Avledning, få fokus på noe annet. På samme måte som jeg ville ha gjort om barna mine ble sånn hysteriske. (Ingrid)

Hennes uttalelse her baserer seg på at hun kjenner at hun ikke helt forstår deltakerens problemer, og dermed ville ha behandlet henne på en annen måte enn det helsepersonellet gjør. Det å se at behandlerne tar problemene på alvor blir imidlertid viktig for «Ingrid»:

Ja, fordi jeg selv tar ikke meg selv alvorlig når jeg har det dårlig, og det å se de her som sier de har det dårlig bli tatt på alvor. Det er litt godt for meg å bare se at det er noe vi skal ta på alvor. (Ingrid)

Gjennom å se at andre tar det alvorlig, det hun selv ikke tar alvorlig blir en nyttig erfaring for Ingrid fordi hun selv ikke opplever at hun tar seg selv alvorlig, og hun trekker frem det å se dette som «godt».

## **5.4 Ambivalens til seriene som fremstilling av virkelighet**

Programlederen får i disse seriene en sentral rolle. I analysen av intervjuet med «Ingrid» kom det frem hvordan hun aktivt brukte programlederen som en slags støtte i sin måte å forholde seg til serien. Dette er imidlertid ikke nødvendigvis slik at dette er den eneste måten å forholde seg til episoden på. I intervjuet med «Trond» blir Helene sin rolle som programleder en kilde til kritikk. Jeg vil i det kommende presentere utdrag fra intervjuet med Trond hvor

programlederens rolle blir sentral i hans følelsesmessige fortolkning av seriene som fremstillinger av virkelighet.

#### **5.4.1 «Trond» - «Helene tar for mye plass»**

Programlederen blir et viktig punkt i «Trond» sin erfaring med episoden, og blir tidlig trukket frem i intervjuene. For han blir Helenes tilstedeværelse noe som skaper en ambivalens. Dette uttrykker han ganske tidlig i intervjusituasjonen:

Jeg synes i utgangspunktet at «Helene sjekker inn» er et veldig bra konsept. Fordi det tar et lite dypdykk inn steder som på en måte er litt glemte. Men jeg synes jo det er noen sånne fortellergrep som kommer litt i veien for det jeg opplever som et budskap da. (Trond)

Han utdyper dette videre med at han synes Helene tar for mye plass i fortellingen:

Nei jeg tenker at det hun gjør er at hun går inn et sted, og hun tar mye plass i fortellingen det vil si at hun blir på mange måter viktigere enn intervjuobjektet synes jeg (Trond)

Han trekker videre frem et eksempel for å belyse hvordan han opplever at Helene «tar for mye plass»:

For eksempel hun som skulle ha en sånn trening med dette med traumet sitt, så jeg bare synes det var vondt å se på du ser at hun har det ikke bra, og jeg synes på en måte at det at hun [Helene] er der ødelegger. Hvor ekte blir det? Hvor mye blir hun som da er der på en måte påvirket av at det er andre er andre der også. For det skapes noen relasjoner dem imellom før hun skal inn i dette. Og jeg tenker at det der det må jo påvirke henne det er jo nødt å påvirke henne på den måten hun reagerer på den testen da eller den type terapeutiske situasjonen da. (Trond)

Her blir det sentralt for Trond at Helene påvirker virkelighets-dimensjonen i scenen. Her vil hennes tilstedeværelse påvirke Julianne, og også den behandlingen Julianne får:

Jeg tenker at det er så tøft for henne det er så knallhardt for henne å sitte der for hun vegrer seg jo. Hun sa vel nei første dagen, også dagen etterpå så gikk hun i det, og da tenker jeg at når vi er i den situasjonen der og hun har kvia seg så veldig. Så tenker jeg at da har det ikke gått et døgn en gang, men så sitter hun der og da er Helene med henne med henne i den situasjonen der. Det kan irritere litt. For det jeg føler at det påvirker historien. (Trond)



Her blir Helene sin tilstedeværelse gjenstand for irritasjon hos Trond. Hans uttalelser her kan tolkes som en bekymring for om hvorvidt dette er etisk forsvarlig, på spørsmål om dette avkrefter imidlertid Trond det, her handler det om hvor virkelig fremstillingen er. Trond har selv fagbakgrunn innen medieproduksjon, og her kan det tenkes at hans fokus på Helenes rolle som et fortellergrep blir sentral på bakgrunn av hans fagkunnskap om hvordan dette fungerer i en produksjon. Videre trekker Trond frem Helenes tilstedeværelse sin innvirkning på troverdigheten til episoden:

Men at det er en journalist der mener jeg er litt på en måte, hvor troverdig blir det hvor ekte blir det? De har jo en eller annen form for relasjon. Helt sikkert, siden hun får lov til å være sånn for å skape en trygghet da. Så har du en relasjon fra før av. Det er grep som jeg mener kan farge utfallet av, ja den terapeutiske situasjonen som de er i der. (Trond)

Her vil jeg påpeke at Trond sine uttalelser kan forstås som bærere av en viss etisk dimensjon. Her trekker han frem at den terapeutiske situasjonen kan farges av Helenes tilstedeværelse, og at troverdigheten i episoden kan bli svekket av Helenes tilstedeværelse. Dersom dette foregår så må dette også kunne forstås som en etisk problemstilling, selv om det ikke nødvendigvis er det «Trond» fokuserer på først og fremst. Videre kommer en ambivalens knyttet til Helene frem:

Men det er klart at det er et fortellergrep som er ment for å gjøre det troverdig, siden hun er der, hun bor lever på samme premissene som de som er på institusjon da eller på det stedet. Og det er jo også en fin ting på mange måter, for det skal jo bygge troverdigheten hennes, som en journalist. Men jeg er veldig usikker på om det er et bra grep. (Trond)

Her forstår han dette som et fortellergrep som har en funksjon som kan være god, men den er også rot til usikkerhet hos Trond i hans seer-aktivitet. Videre sier Trond:

Helene går inn i situasjonen [...] nesten litt sånn 'hva følte du nå?' Også tenker jeg jo at det her har med mental helse å gjøre som er et vanskelig tema det er mye tabu der, det er mye som er vanskelig. (Trond)

Utsagnet her kan tyde på at han opplever Helene sin tilgang som for «lett». Han oppfatter problematikken som vanskelig, og han beskriver Helene sine spørsmål som «hva følte du nå?». Dette er et spørsmål som har konnotasjoner til sports-journalistikken, hvor spørsmålet ofte har kunnet oppfattes som «banalt». Det kan her tolkes som at «Trond» opplever at Helene bryter inn i noe som er vanskelig og at hennes lette tone ikke reflekterer alvorlighetsgraden av

problematikken slik «Trond» opplever den. Videre i samtalen med «Trond» så kommer denne opplevelsen av å ikke helt kjenne seg igjen i fremstillingen frem:

Du blir veldig sånn konfrontert på mange måter, [...] litt med deg selv. Konfrontert med deg selv når du ser sånn serie. Min umiddelbare reaksjon er at jeg synes det er litt vanskelig, for jeg har lyst til at det skal være bra så synes jeg det blir veldig grunt da, «shallow» liksom (Trond)

Her peker han på at han opplever at det er grunt. Han forklarer dette videre med å trekke inn et eksempel:

Jeg vet om noen som har vært innlagt som pasienter og de forteller jo veldig mye mer på en måte hvor vanskelig det er hvor tøft det er hverdagen er, knallhard til tider, og jeg syns ikke det ble speila nok på en måte, du toucher litt på overflaten da (Trond)

Gjennom at «Trond» tidligere i intervjuet har trukket frem deltakerne i positive ordelag og opplever at Helene tar for mye plass, så kan dette forstås som at han opplever at hun er hovedpersonen i fortellingen, der deltakerne burde ha denne rollen. Han opplever å ikke kjenne seg igjen i Helene, og dermed blir hennes tilstedeværelse blir overskyggende enn nyttig i hans seer opplevelse. Videre uttrykker Trond:

Kanskje den serien der er feil sted, men jeg sitter jo alltid og har den følelsen 'jammen' tegner på en måte programmet et riktig bilde. (Trond)

For Trond blir Helenes rolle såpass dominerende at han føler at dette overskygger og ikke tegner et riktig bilde. Videre begrunner «Trond» dette med:

Det verste du kan si til et menneske som er dårlig eller mentalt syk er jo at 'ja jeg vet hvordan du har det for jeg har vært deppa en gang selv, så jeg vet akkurat hvordan du har det'. Og det er kanskje noe av det mest provoserende du kan få servert. Fordi du tenker at 'nei du er ikke deppa, det er så mørkt, og det er bekmørkt' (Trond)

Det «Trond» peker på her kan forstås som det han går til serien med. Dette kan tolkes som at han opplever det som vanskelig å formidle hvordan det er å faktisk oppleve psykisk sykdom. Og han opplever av og til at det skjer en misforståelse i hvordan psykisk sykdom oppleves. Dette begrunnes videre med:

Men jeg vet ikke hvor mange som ser på det ser på det programmet, men flertallet vil jo ha mer kunnskap om Sophie Elise og hennes strabasiøse dagligliv enn de som faktisk sliter ordentlig. Og jeg synes jo det er litt sånn farlig i forhold til det å få folk til å forstå hvor tøft dette kan være. Og hvor mye det samtidig betyr for meg at det tas opp som et tema, og hvor vanskelig det er å forholde seg til at det blir tatt opp som tema (Trond)

Dette kan tolkes som at Trond, på bakgrunn av å selv ha en diagnose, oppleve det som vanskelig å forholde seg til at temaet tas opp, særlig når det ikke representerer hvordan han selv opplever det. «Trond» bemerker også hvordan han opplever at både han selv og andre med en diagnose har et forklaringsbehov:

Det er et sånt enormt behov for å forklare, det er et sånt enormt forklaringsbehov. Om det er for å rettferdiggjøre egen atferd eller om det er et behov for å formidle en følelse, eller hvordan man har det. Å forklare hvordan eller hvorfor du agerte som du gjorde, eller har gjort de tingene du har gjort da. (Trond)

Han forklarer videre hvordan dette forklaringsbehovet kan være en av grunnen til at han opplever 'Helene sjekker inn' som problematisk:

Og når du ser en sånn serie som dette eller tema som det her, så kan det dukke litt opp igjen i forhold til det forklaringsbehovet en måtte ha. Kanskje det speiler noe av den følelsen jeg har i det å gå inn og se en sånn serie, at jeg kjenner at jeg vil gå i dybden på det. For du føler kanskje i en periode av sykdomsforløpet ditt at du aldri får kommet i dybden, du får aldri sagt nok, du får aldri forklart deg nok. Og det handler helt sikkert om egen usikkerhet, eller et kav etter å finne din plass. (Trond)

Her kan dermed Helenes journalistiske rolle som tilstedeværende og subjektiv forstås som problematisk for Trond fordi hennes rolle som fortellergrep i serien overskygger og påvirker det som blir vist. Dette bunner blant annet i det Trond opplever som et forklaringsbehov hos han selv og andre som har psykiske problemer. Han opplever at han blir konfrontert med dette når han ser serien og det leder til tider til irritasjon og ambivalens.

#### **5.4.2 Kari «Å titte inn»**

Kari trekker frem videokameraet og sin egen seer-aktivitet, når hun snakker om episoden fra *Jeg mot meg*:

Jeg tenker ikke på at kameraet er der, men jeg er jo veldig klar over at det er der, og jeg tenker jo at det deltakerne er jo også veldig klar over at det er der. De har jo med seg den mobiltelefonen som de snakker inn i, og veldig tett opp til ansiktet, og du kommer veldig tett inn på (Kari)

Her trekker «Kari» frem bruken av videokamera, og påpeker at dette gjør at man som seer kommer veldig «tett på». Som jeg har pekt på i tekstanalysen så er videokamerabruken i episoden selvrefleksiv i måten den peker på seg selv, den blir tematisert i episoden. Kari sin bemerkning om videokamerabruken kan dermed sies å speile episodens fokus på denne.

Videre sier hun:

Men jeg er litt sånn kritisk til den der filmingen av seg selv oppi ansiktet, jeg tror ikke de helt skjønner selv hva de utsetter seg for. Det blir det er «too much» synes jeg. En ting er å komme med betraktninger og sånt, men her er det liksom 'film deg selv gjerne på det mest sårbare slik at vi får se hvordan du ser ut'. (Kari)

Her forteller «Kari» at hun opplever bruken av nærbildene gjennom videokameraet som problematiske. Videre trekker «Kari» frem både deltakernes «eksponeringsbehov» og sin egen «titte-virksomhet». Først uttaler hun om deltakerne:

Jeg tenker at eksponeringsbehovet er jo der hos dem, eller så hadde de ikke vær med i programmet, men jeg er ikke sikker på om de selv kjenner alle sine sårbarheter. Så jeg tenker at det kan være litt farlig. (Kari)

Videre så trekker hun som eneste informant frem at hennes seer-aktivitet delvis handler om nysgjerrighet:

Men jeg tenker at programmet er laget for at jeg som titter skal få tilfredsstilt en nysgjerrighet (Kari)

Uttalelsen er dobbel i det at den speiler både på serien sitt underholdningsaspekt gjennom eksponeringen som noe som skaper en nysgjerrighet hos henne som seer, og at dette også er delvis motivasjon for henne å se episoden. Som tekstanalysen min viste så var delingen, altså avdekkingen av deltakernes indre liv og psykiske sykdom, sentral i spenningsoppbygningen av episoden. Det «Kari» her påpeker *kan* dermed fortolkes å reflektere at en slik spenningsoppbygging kan lede til nysgjerrighet og tilfredstillelse i denne i seer-opplevelsen.

### 5.4.3 «Sara» - «jeg håper det jeg ser er ekte»

På spørsmål om hun opplever noe som urealistisk fremstilt svarer Sara:

Nei, for jeg tenker at det ikke er her de har- jeg håper og tror at NRK ikke bare 'kan ikke du dra på litt drøyere enn normalt. Kan ikke du bare spe på litt bare for å få underholdning'. For. Jeg tenker at det er gjerne ikke der du skal dra på. Om de har gjort det så kan jeg jo også forstå det i forhold til underholdningsverdien, men jeg håper og tror for Espen sin del at det vi så, det er det som er det virkelige, sånn at vi ikke får et feil bilde. (Sara)

Hun trekker videre frem at dette handler om NRK sin troverdighet:

Det handler jo litt om NRK sin troverdighet. At selv om det har underholdningsverdi så er ikke dette her en underholdningsavdelings-produksjon. Så jeg tenker at det er en annen redaksjon som har lagd dette. (Sara)

Gjennom å trekke frem NRK, så kan det her tolkes som at Sara sin tillit til NRK er noe av det som gjør at hun forstår det hun ser på som mest mulig virkelig. Videre påpeker hun:

Men de har jo absolutt hatt casting og funnet kandidater som gjør seg på film. Det hadde jo ikke vært en som hadde sittet rett opp og ned og ikke sagt noen ting, det har man jo forståelse for. (Sara)

Her har hun altså en forståelse for at en produksjon av en slik serie krever casting og en viss form for regi, som vil påvirke det endelige produktet.

## 6 Avslutning

### 6.1 Diskusjon og oppsummering av funn

Problemstillingen jeg ønsker å besvare i denne oppgaven er:

*Hvilke følelsesmessige erfaringer er sentrale i publikum sine opplevelser av seriene «Jeg mot meg», «Helene sjekker inn» og «Sinnssykt» som åpenhets-fortellinger om psykisk helse? Og, hvilke følelsesmessige strukturer kan forståes som sentrale i formidlingen av psykisk helse i seriene?*

Jeg har i de to foregående delene belyst problemstillingens to deler gjennom tekst- og intervjuanalyse. Jeg vil i det kommende trekke frem analysenes hovedfunn og diskutere disse i lys av hverandre.

Barbara Gentikow skriver at den kvalitative metoden: «beskjeden idet den ikke påstår å kunne finne *sannhet*»(Gentikow 2005, 37). Jeg vil derfor i denne oppgavens del ikke søke å konkludere med noen endelige sannheter, jeg vil derimot i denne delen trekke frem det jeg anser som de sentrale kjennetegnene i publikums erfaringer og tekstenes strukturer i denne analysen.

### **6.1.1 Tilståelsen og delingen som sentrale i episodene**

Frank Furedi kritiserer «tilståelsens» sentrale rolle i dagens medielandskap. Han mener at denne innehar en forståelse av å være en måte å skape et fellesskap på gjennom delingen som «collective-help-seeking», men at den ganske motstridende er med å skape mer avstand gjennom at den er endel av en måte å forstå det private som et sted som må avdekkes. Her får dermed ikke det private lov til å være privat, det blir negativt ansett å skjule sine følelser. For Furedi er det private nettopp viktig fordi individet her kan utfolde seg i sine intime relasjoner og dermed utvikle sin identitet som et offentlig ansvarlig individ.

I min tekstanalyse kommer det frem at episodene fra *Jeg mot meg* og *Sinnsykt* begge er bygd opp rundt tilståelsen som en struktur i spenningsoppbygningen. Den kan derfor forstås som å formidle et ønske hos seeren om at delingen skal finne sted. Videre viser min analyse at seriene kan forstås som en argumentasjon for et «vi», et fellesskap. Dette står i kontrast til det Furedi peker på som at det er det motsatte som skjer. Her kan seriene dermed synes å bære på en forståelse av delingen som en måte å skape fellesskap på lik den Furedi kritiserer.

I intervjuanalysen kommer det også frem at delingen av noen av informantene forstås som forbilder som kan brukes i eget liv for selv å være «åpen om egen diagnose». I lys av Furedi kan dette oppfattes som problematisk da seriene i så måte kan ha den konsekvens at de oppfordrer til deling. Her må allikevel ikke publikum forstås som naive tilskuere som ikke reflekterer over konsekvenser. Her kommer det også frem i intervjuene at informantene ser på delingen som problematisk når de fokuserer på deltakernes videre liv etter deltakelsen har funnet sted.

### **6.1.2 Programlederens sentrale rolle i formidlingen av følelser**

Flere av teoretikerne jeg har gjengitt i denne oppgaven peker på at samtiden kan oppfattes som kompleks og kaotisk. Blant annet Gripsrud peker på at en måte å enkelt vise frem abstrakte forhold er å «personalisere dem og knytte dem til enkeltpersoners handlinger og fremtoning» (Gripsrud 2015, 156). I episodene jeg har analysert vil jeg argumentere for at serienes programlederrolle som sentral i fremstillingene, hjelper med å fremstille psykisk sykdom på en mindre kompleks måte gjennom å knytte disse mot programlederens følelsesuttrykk.

I tekstanalysen i denne oppgaven viser min analyse at programlederen er sentral i episodene fra *Sinnssykt* og *Helene sjekker inn* i formidlingen av følelser gjennom empati-scener, hvor nærbildet i stor grad fokuserer på programlederen snarere enn deltakerne. Dette står i kontrast til *Jeg mot meg* som gjennom empati-scener knytter dette opp mot deltakerne.

I intervjuanalysen i denne oppgaven kommer det frem at programlederens rolle er sentral i flere av informantenes følelsesmessige involvering i seriene. I et av intervjuene opplever imidlertid informanten at programlederrollen er problematisk og overskyggende. Jeg vil imidlertid her trekke frem at programlederens sentrale rolle kan forstås som en måte å formidle følelser til seeren. Her kan det til tider være vanskelige for seeren å kjenne seg igjen i følelser knyttet til deltakerens opplevelse av sin sykdom, og dermed kan dette vekke affektive reaksjoner som om de står alene kan oppleves av den som ser på som vanskelige fordi de ikke gir medfølelse, altså en stigmatiserende posisjon. Når programlederen bryter inn med sine følelser tilbys en rolle til seeren som kan reflektere en utenforstående, men empatisk rolle, som potensielt kan oppleves som mer behagelig fordi den gir en medfølelse. Her er programlederens følelsesuttrykk sentrale i denne formidlingen.

### **6.1.3 Episodene som påstander om virkeligheten**

Jeg har i min tekstanalyse fortolket episodene som *påstander* om virkeligheten, hvor de individuelle erfaringene blir kombinert med en påstand om et «vi». Dette skjer vekselvis i episodene, og dermed kan det sies at det i episodene argumenteres for et «jeg» som delvis står utenfor et «vi» men som gjennom delingen blir trukket inn i dette «vi'et».

I intervjuanalysen har jeg trukket frem informantenes utsagn knyttet opp mot serienes som fremstillinger av virkelighet. Her fremkommer det at flere av informantene gjør seg opp tanker om hvorvidt det de ser er virkelige fremstillinger. Her blir både programlederens rolle, kameraet som tilstedeværende og produksjonens arbeid med klipping og casting av deltakere trukket frem som potensielle faktorer i hvordan slike serier blir konstruert. Informantene fremstår ikke her som naive i sin forståelse av tekstene som fremstillinger av virkelighet, og de reflekterer rundt dette på en måte som vitner om en erfaring av seriene som styrt av et delvis kritisk blikk rettet mot seriene som konstruksjoner av virkelighet. Alle informantene uttrykker en ambivalens i sine erfaringer med seriene. Dragningen mellom det kritiske blikket som potensielt tar med seg noe av debatten knyttet til seriene inn i sin lesning og serienes emosjonelle appell kan være noe av det som skaper en ambivalens i informantenes opplevelse av seriene.

Mine hovedfunn og hypoteser kan brukes konstruksjonen av nye problemstillinger for videre utforskning. I neste og siste avsnitt vil jeg presentere noen forslag til videre utforskning.

## **6.2 Videre forskning**

Jeg vil med min oppgave oppfordre til videre forskning på følelsenes rolle i medieresepsjon. Det har vært en fruktbar tilgangsmåte for å finne sider ved medieinnholdet som ikke nødvendigvis ville kommet tilsyne på andre måter. Jeg vil i det kommende presentere noen problemstillinger som kan forskes på visere i lys av følelser, og deretter trekke frem problemstillinger knyttet til utforskning av fremstillingen av psykisk helse i media med andre tilgangsmåter enn den som er valgt her.

Min oppgave har dekket både følelsene gjennom en todelt analyse, og denne typen perspektiv kan være nyttig av utforskningen av medieerfaringer som følelsererfaringer på andre typer skjermfortellinger og mediebegivenheter, også de som ikke har psykisk helse som tema. Min hypotese om programlederens rolle som fremkaller av følelser vil kunne være en interessant problemstilling i videre arbeid med annen type medieinnhold innenfor andre temaer. Seriene jeg beskriver her befinner seg blant en rekke NRK-produksjoner hvor programlederens rolle kan sies å være subjektiv og sentral i formidlingen av dokumentarisk innhold, disse kan også være interessante å undersøke i lys av følelsenes rolle.



Temaet psykisk helse vekker også videre analytisk interesse. Et forskningsprosjekt som søker å se hvordan en deltakelse i programmer hvor delingen av private detaljer vil kunne gi videre innsikt i langtidseffektene en slik deltakelse kan ha på en deltaker. I denne oppgaven har jeg undersøkt serier om psykisk helse som alle er distribuert av NRK. Et forskningsprosjekt som utforsker forskjeller i fremstilling av psykisk helse på tvers av produksjoner og distributører, med et fokus på produksjonens innvirkning på medieinnholdet vil kunne belyse tydeligere hvordan distribusjonsapparatet former innholdet. Hvordan skiller for eksempel NRK som allmennkringkaster sitt etiske arbeid med slikt medieinnhold fra medieinnhold om psykisk helse i kommersielle kanaler? I arbeidet med oppgaven har det dukket opp mange nye dører som jeg har fått lyst til å åpne for videre utforskning, de jeg har presentert er et lite utvalg av disse.

## Litteratur

- 2016 a NRK «Helene sjekker inn» Nett-TV. 2016. Hentet ut: 01.12.20. URL:  
<https://tv.nrk.no/serie/helene-sjekker-inn>
- 2016 b, NRK “Jeg mot meg”, Nett-TV. 2016. Hentet ut: 01.12.20. URL:  
<https://tv.nrk.no/serie/jeg-mot-meg>
- 2016c. Rådet for psykisk helse. "Tabuprisen til «Jeg mot meg»-gjengen." Sist endret: 23.09.2016. Hentet ut: 26.11.20. URL: <https://psykiskhelse.no/nyheter/tabuprisen-til-jeg-mot-meg>.
- 2018 NRK “Sinnsykt”. Nett-TV. 2018. Hentet ut: 01.12.20. URL:  
<https://tv.nrk.no/serie/sinnsykt>
- Bertrand, Ina, and Peter Hughes. 2005. *Media research methods : audiences, institutions, texts*. Basingstoke: Palgrave Macmillan.
- Birch, Michael. 2012. *Mediating Mental Health. Contexts, Debates and Analysis*. England: Ashgate Publishing Limited.
- Chodorow, Nancy. 1999. *The power of feelings : personal meaning in psychoanalysis, gender, and culture*. New Haven, Conn.: Yale University Press.
- Dovey, Jon. 2000. *Freakshow : first person media and factual television*. London: Pluto Press.
- Ellis, John. 2012. *Documentary : witness and self-revelation*. London: Routledge.
- Enli, Gunn. 2018. Allmenkringkasting. In *Store Norske Leksikon*. [www.snl.no](http://www.snl.no).
- Furedi, Frank. 2004. *Therapy culture : cultivating vulnerability in an uncertain age*. London ; New York: Routledge. E-bok. Google E-books. Sist endret: 23.10.13. URL:  
[https://books.google.no/books/about/Therapy\\_Culture\\_Cultivating\\_Vu.html?id=EmRuBwAAQBAJ&redir\\_esc=y](https://books.google.no/books/about/Therapy_Culture_Cultivating_Vu.html?id=EmRuBwAAQBAJ&redir_esc=y)
- Gentikow, Barbara. 2005. *Hvordan utforsker man medieerfaringer? : kvalitativ metode*. Rev. utg. ed. Kristiansand: IJ-forl.
- Goffman, Erving. 1975. *Stigma : om afvigerens sociale identitet*, Gyldendals samfundsbibliotek. Copenhagen: Gyldendal.
- Gorton, Kristyn. 2009. *Media audiences : television, meaning and emotion, Media topics*. Edinburgh: Edinburgh University Press.
- Gripsrud, Jostein. 2015. *Mediekultur, mediesamfunn*. 5. utg. ed. Oslo: Universitetsforl.
- Hansen, Vilde Bratland. 2020. “Ber mediene skrive mindre om unges psykiske plager: – Jeg lurer på om det er blitt kult å ha det vanskelig” *Aftenposten*, 24.01.20. Hentet ut: 12. November 2020, URL: <https://www.aftenposten.no/kultur/i/e8BaVO/forsker-ber-mediene-skrive-mindre-om-unges-psykiske-helseplager-jeg>
- Hjarvard, Stig. 2005. *Det selskabelige samfund : essays om medier mellom mennesker*. 2. og utvidede utgave. ed. Frederiksberg: Samfundslitteratur.
- Holmes, Su, and Deborah Jermyn. 2004. *Understanding reality television*. London: Routledge.
- Kjøs, Peder. 2018. “‘Jeg mot meg’: Mitt håp er at ungdommer skal slippe å føle seg underlige og uforståelige.” *Aftenposten*, 04.10.18. Hentet ut: 20.11.20 URL:  
<https://www.aftenposten.no/meninger/debatt/i/A2wAwz/jeg-mot-meg-mitt-haap-er-at-ungdommer-skal-slippe-aa-foele-seg-underli>.
- Kvale, Steinar, Tone Anderssen, and Johan Rygge. 1997. *Det kvalitative forskningsintervju*. Oslo: Ad notam Gyldendal.
- Lund, Janne. 2020. "Nei, vi må ikke snakke om det." *Aftenposten*, 24.01.20. Hentet ut: 12. november 2020. <https://www.aftenposten.no/meninger/kronikk/i/8moxB1/nei-vi-maa-ikke-snakke-om-det-janne-lund>.

- Madsen, Ole Jacob. 2018. *Generasjon prestasjon : hva er det som feiler oss?* Oslo: Universitetsforl.
- Madsen, Ole Jacob. 2020. "Ingen velger å bli syke. Men kulturell påvirkning forekommer." *Aftenposten*. 10.02.20. Hentet ut: 13.11.20. URL: <https://www.aftenposten.no/viten/i/Jo4oo8/ingen-velger-aa-bli-syke-men-kulturell-paavirkning-forekommer-ole-ja>.
- Morlandstø, Lisbeth. 2010. "Medier, makt og psykisk helse." *Tidsskrift for psykisk helsearbeid* 02.
- NRK. 2018. "NRK Årsrapport 2018. Du er ikke alene." NRK, 28.03.19. Hentet ut: 30.11.20. <https://www.nrk.no/aarsrapport/2018/du-er-ikke-alene-1.14473143>.
- Plantinga, Carl R. 1997. *Rhetoric and representation in nonfiction film, Cambridge studies in film*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Plantinga, Carl R. 2009. *Moving viewers : American film and the spectator's experience*. Berkeley, Calif.: University of California Press.
- Plantinga, Carl R. 2018. *Screen stories emotion and the ethics of engagement*. New York, N.Y.: Oxford University Press.
- Plantinga, Carl R., and Greg M. Smith. 1999. *Passionate views : film, cognition and emotion*. Baltimore, Md.: Johns Hopkins University Press.
- Sagdahl, Mathea Slåttholm. 2018. Eudaimonia. In *Store norske leksikon (SNL)*. [www.snl.no](http://www.snl.no).
- Torgalsbøen, Anne-Kari. 2018. "«Jeg mot meg» og åpenhetens pris." *Aftenposten*, 19.09.18. Hentet ut: 13.11.20. <https://www.aftenposten.no/meninger/kronikk/i/4deVLE/jeg-mot-meg-og-aapenhetens-pris-anne-kari-torgalsboeen>.

## Liste over figurer

### «Jeg mot meg» (2016):

«Deltakerne opererer videokameraet»:

Figur 1: 01:50

Figur 2: 01:57

Figur 3: 02:03

«Jamal og Fredrik»:

Figur 4: 02:31

Figur 5: 02:34

Figur 6: 02:04

Figur 7: 02:43

«Fredrik empati-scene»

Figur 8: 21:14

Figur 9: 21:17

«Fredrik i ringen»

Figur 10: 23:11

Figur 11: 23:17

Figur 12: 23:20

Figur 13: 23:21

Figur 14: 23:25

Figur 15: 23:27

«Fredrik tilstår»

Figur 16: 23:51

Figur 17: 23:54

Figur 18: 23:56

Figur 19: 24:05

Figur 20: 24:46

Figur 21: 25:13

Figur 22: 28:12

«Anja Catrines fasade»

Figur 23: 11:14

Figur 24: 11:19

Figur 25: 12:23

Figur 26: 12:33

Figur 27: 12:34

Figur 28: 12:37

Figur 29: 12:40

Figur 30: 12:56

Figur 31: 13:12

**«Sinnssykt» (2018):**

«Ramona på jobb»

Figur 32: 00:06

Figur 33: 00:08

«Ramona point of view»

Figur 34: 00:16

Figur 35: 00:21

Figur 36: 00:24

Figur 37: 00:31

«Ramona tilståelse til kamera»

Figur 38: 01:05

Figur 39: 01:09

Figur 40: 01:13

Figur 41: 01:32

«Ramona på vei til Drammen»

Figur 42: 02:42

Figur 43: 02:48

Figur 44: 02:50

Figur 45: 02:54

Figur 46: 03:05

Figur 47: 03:26

«Espen tilstår sin diagnose»

Figur 48: 07: 31

Figur 49: 07:34

Figur 50: 07:38

Figur 51: 07:48

Figur 52: 07:54

«Deltakerne tilstår»

Figur 53: 09:10

Figur 54: 09:15

Figur 55: 09:20

Figur 56: 09:32

«Ramona blir rørt»:

Figur 57: 19:15

Figur 58: 19:20

Figur 59: 19:29

Figur 60: 19:35

**«Helene sjekker inn» (2016)**

«Helenes videodagbok»

Figur 61:00:24

Figur 62: 00:27

Figur 63: 00:30

Figur 64: 00:37

«Behandling av Julianne»

Figur 65: 22:04

Figur 66: 22:19

Figur 67: 22:44

Figur 68: 22:47

Figur 69: 22:51

Figur 70: 22:56

«Helene blir overrasket»

Figur 71: 24:38

Figur 72: 24:45

Figur 73: 24:47

Figur 74: 24:56