



MASTEROPPGAVE

«Vi er alle bøker med ulike kapitler. Noen kapitler er vidunderlige, mens andre er mørke og stygge». Psykiske utfordringer i ungdomsromanen *Et hjerte i en kropp i verden*.

«Oh, every person is a book with chapters. Some are glorious and some are dark and ugly». Mental health challenges in the young adult novel *A heart in a Body in the World*.

Ingvild Haugen Vestre

Kandidatnummer: 207

Master i Barne- og ungdomslitteratur

Institutt for språk, litteratur, matematikk og tolkning

Veileder: Åse Bjørg Høyvoll Kallestad

14. mai 2021

Jeg bekrefter at arbeidet er selvstendig utarbeidet, og at referanser/kildehenvisninger til alle

kilder som er brukt i arbeidet er oppgitt, jf. Forskrift om studium og eksamen ved Høgskulen på Vestlandet, § 12-1.

Sammendrag

Denne masteroppgaven undersøker hvordan psykiske utfordringer i ungdomsromanen *Et hjerte i en kropp i verden* blir fremstilt og hvordan romanen potensielt kan bidra til unges livsmestring. *Et hjerte i en kropp i verden* ble publisert på norsk i 2019 og forteller historien om en ung jentes opplevelse av psykiske utfordringer i etterkant av en forferdelig tragedie. Det er økende forekomst av psykiske utfordringer blant ungdom, og siden samtidsliteraturen speiler og representerer det samfunnet vi lever i, kan den noen ganger utvide forståelsen vår av de mange, ulike livssituasjonene som omgir oss.

Oppgaven tar utgangspunkt i Martha Nussbaum og Louise Rosenblatt sine syn på estetikkenes muligheter til å involvere sanser og følelser slik våre kognitive tankeprosesser vekkes til live. Gjennom en estetisk lesing av romanen kan leseren ta del i opplevelsen av psykiske utfordringer og gjennom romanpersonenes erfaringer få innsikt i ulike måter å mestre livet på. Ved hjelp av en affektiv narratologisk analyse av romanen undersøker jeg hvordan et utvalg affektive fortelleelementer er med på å fremstille hovedkarakterens psykiske utfordringer.

Funnene fra analysen viser hvor kompleks og sammensatt bildet av hovedkarakterens psykiske utfordringer er. Flere fortelleelementer virker sammen, og i et samspill gir de leseren et sanselig uttrykk for hovedkarakterens vanskelige følelser. Gjennom hovedkarakterens perspektiv og språklige sammenligninger får leseren mulighet til å kjenne i eget sinn hvor komplekst det kan være å leve med psykiske utfordringer. *Et hjerte i en kropp i verdens* estetiske utforming gir rom for både forestilling og gjenkjennelse hos leseren. Samtidig kan romanen skape bevissthet overfor andre menneskers livssituasjon og dermed bidra til å forandre etablerte holdninger, fordommer og tankemønstre. Oppgaven argumenterer for at denne «dobbeltheten» har potensial til å gi innsikt i både egen, men også andres livsmestring.

Abstract

This master's thesis explores how mental health challenges are portrayed in the young adult novel *A Heart in a Body in the World* and how the novel potentially can contribute to young people's life skills. *A Heart in a Body in the World* was published in 2018 and tells the story of a young woman's experience of complex mental health challenges in the aftermath of a horrible tragedy. Mental health disorders are increasing among young people, and because contemporary literature reflects the society we inhabit, it can sometimes expand our comprehension of the many different life situations surrounding us.

The thesis is centered around Martha Nussbaum and Louise Rosenblatt's views on how aesthetics can appeal to our senses and emotions in such a way that activate our cognitive processes. Through an aesthetic reading of the novel, the reader can take part in the experience of living with mental health challenges – and through this experience – the reader can attain insights on different ways of handling challenges in life. By performing an affective narratological analysis of the novel, I research how a selection of affective narrative elements portray the main character's mental health challenges.

The findings from the analysis show a complex picture of the main character's mental health challenges. Several narrative elements intertwine with each other, and together they provide an aesthetic expression of the main character's difficult emotions. Through the eyes of the main character and the vast use of imagery, the reader is given the opportunity to experience in his own body and mind how difficult living with mental health challenges can be. The aesthetic form of *A Heart in a Body in the World* enables both narrative imagination and recognition to arise in the reader. Simultaneously, the novel can create insights and awareness regarding other people's life situation. Hence, an aesthetic reading of the novel can potentially reduce prejudice and contribute to a change of attitudes. The thesis argues that this "duality" of both recognition and new insights can stimulate the reader's understanding of both his own life skills, as well as other's.

Forord

Et langt og annerledes studieår er ved veis ende. Prosessen fra første prosjektskisse til ferdig produkt har vært krevende, engasjerende og lærerik. Min første og største takk går til min dyktige og inspirerende veileder Åse Bjørg Høyvoll Kallestad som gjennom hele prosessen har bidratt med konstruktive tilbakemeldinger, gode ideer, tips, råd – og ikke minst gitt meg troen på egne evner.

Jeg vil også takke mine medstudenter som i skriveseminarer og fagsamtaler har kommet med verdifulle tilbakemeldinger og råd. En spesiell takk til Sara Gjærde som har vært en uvurderlig god venninne og støttespiller – ikke bare gjennom disse to masterstudieårene, men også gjennom hele grunnskolelærerutdanningen. Studietiden hadde ikke vært det samme uten deg. Min takknemlighet går også til medveileder Berit Westergaard Bjørlo som har bidratt med nyttige råd og en smittende positivitet.

Sist, men ikke minst: tusen takk til venner og familie som har heiet meg gjennom denne perioden. Nå som oppgaven er ferdig, er det på tide å rydde vekk bokstabelen som har opparbeidet seg på kjøkkenbordet, slik at bordet kan få tilbake sin egentlige funksjon.

Innhold

Sammendrag	2
Abstract	3
Forord	4
1. 0 Innledning	7
1. 1 Bakgrunn for oppgave og problemstilling	7
1. 2 Skjønnlitteraturen i et dannelsesperspektiv	10
1. 3 Teoretisk grunnlag og oppgavens struktur.....	13
2. 0 Oppgavens materiale	15
2. 1 Kriterier for utvalg	15
2. 2 Beskrivelse og handling	16
2. 3 Avgrensinger	18
3. 0 Teori og metode	20
3. 1 Estetikk og estetiske lesing	20
3. 1. 1 Skjønnlitteraturens innvirkning på leseren.....	21
3. 1. 2 Den narrative forestillingsevne	23
3. 2 Skjønnlitteraturen og det psykologiske	25
3. 2. 1 Mentalisering.....	25
3. 2. 2 Følelser og fiksjon	27
3. 2. 3 Posttraumatisk stresslidelse	28
3. 3 Litterær analyse og affektiv narratologi som metode	30
3. 3. 1 Rom- og tidselementer	31
3. 3. 2 Fortellingens gåte og emosjonelle impulskilder	34
3. 3. 3 Karakterer	35
3. 3. 4 Fortellerstemme	37
3. 3. 5 Fortellingens språk	38
4. 0 Litterær analyse av <i>Et hjerte i en kropp i verden</i>	40
4. 1 Det gåtefulle i <i>Et hjerte i en kropp i verden</i>	40
4. 2 Et vekselspill mellom nåtid og fortid	41
4. 3 Miljøbeskrivelser, affektive rom og flashbacks	43
4. 4 Fortellerstemme og karakter – en indre, reflekterende stemme	46
4. 5 Hjertet som språklig bilde.....	48
4. 6 En følelsesmessig reise	50
4. 6. 1 Skyld	50

4. 6. 2 Frykt	52
4. 6. 3 Sorg	53
4. 6. 4 Sinne.....	54
4. 6. 5 Håp, kjærlighet, takknemlighet og glede	56
4. 7 Fra impuls til kontroll.....	57
4. 8 Motstandsdyktighet og mobilisering.....	58
4. 9 Et omsorgsfullt støtteapparat	60
5. 0 Drøftinger i et livsmestringsperspektiv	64
5. 1 Forståelse for følelser	64
5. 2 Emosjonsregulering	66
5. 3 Å gå i andres sko	68
5. 4 Identifikasjon, sympati og empati	71
5. 5 Å finne mening i livet.....	74
6. 0 Oppsummering og avsluttende betraktninger	76
6. 1 En løpende utvikling – skritt for skritt	76
6. 2 Estetisk dannelse i livsmestring	78
7.0 Referanseliste	81

1. 0 Innledning

1. 1 Bakgrunn for oppgave og problemstilling

Sitatet i denne masteroppgavens tittel er en replikk fra den fiktive karakteren Dawn Celeste i ungdomsboken *Et hjerte i en kropp i verden*. Dawn er en eldre og noe snodig bestemor som har levd et langt og mangfoldig liv. I løpet av livet sitt har hun møtt både motgang og medgang, slik de fleste av oss vil gjøre. Mange av oss vil møte en slik motstand at den går utover vår psykiske helse og forstyrrer god livskvalitet. Psykiske utfordringer kan vare i lengre perioder, men de kan heldigvis også bare være et mørkt og stygt bokkapittel i en lengre bok, slik Dawn beskriver.

Ofte hører man om studier og rapporter som viser tall og prosentandeler av ungdom som sliter psykisk, men det denne forskningen ikke viser er hvordan det *føles* å oppleve livet som vanskelig. Slike rapporter blir en del av en statistikk – en statistikk som sier lite om opplevelsen av psykiske utfordringer. Opplevelsen av psykiske utfordringer vil være svært subjektiv, og for å forstå betydningen og omfanget av et menneskes utfordringer må vi inn i den enkeltes sinn. Hvordan føles det å være i en kropp som hele tiden er i beredskap, som gir hjertebank og uro? Skjønnlitterære fortellinger kan føre oss på innsiden av et menneske som opplever psykiske utfordringer, og gjennom denne tilgangen får vi muligheten til å forstå.

Litteraturviterne Åse Høyvoll Kallestad og Marianne Røskeland (2020a, s. 17) introduserer begrepet «estetisk danning» og forklarer det som skjønnlitteraturens unike potensial til å påvirke leserens liv, virkelighetsforståelse, holdninger, forestillinger og identitet.

Skjønnlitteraturen byr på en sanselig, eller estetisk lesing, og gjennom denne lesingen kan leseren dannes ved at han oppnår innsikt om andre menneskers livssituasjoner. Kallestad og Røskeland (2020, s. 13) argumenterer for at «Litteraturen i kraft av sin estetiske utforming og de lese måtene den inviterer til, har et særlig potensial for danning». De forklarer at det er selve estetikken, altså utformingen som skaper innlevelse og følelse, som legger grunnlaget for refleksjon og innsikt hos leseren.

Med utgangspunkt i Kallestad og Røskelands forståelse for hva den estetiske lesingen har evne til å gjøre, kan vi tenke at skjønnlitterære fortellinger gir oss muligheten til å bedre forstå hvordan psykiske utfordringer kjennes ut i en ungdoms kropp og sinn. Andelen som rapporterer om psykiske utfordringer blant dagens ungdom er høy, og nasjonale rapporter viser at psykiske utfordringer blant både jenter og gutter har gradvis økt siden 2015 (Bakken, 2019, s. 81). Forventninger og krav om å prestere godt på skolen, i idretten og i vennegjengen kan se ut til å skape bekymringer og stress for en del unge. Selv om majoriteten av norske ungdommer rapporterer om god psykisk helse, viser likevel både nasjonal og internasjonal forskning at psykiske plager og ensomhet blant unge har en økende trend (Bakken, 2019; O'Reilly, Svirydzienka, Adams & Dogra, 2018; Stockings et al., 2016).

Å oppleve psykiske utfordringer i hverdagen har en negativ påvirkning på ungdommers livskvalitet, og har dessuten uheldige konsekvenser for læring og motivasjon i skolen (Mykletun, Knudsen, & Mathisen, 2009; Samdal et al., 2015). Som følge av de rapporterte ungdomsproblemene, har begrepet «livsmestring» kommet inn som et tverrfaglig tema i den nye læreplanen, LK20, som trådte i kraft i 2020. Temaet har som sikte å styrke barn og unges kompetanse i å takle dagens mangfoldige utfordringer. Begrepet er å finne under «Folkehelse og livsmestring» i overordnet del av læreplanverket (Kunnskapsdepartementet, 2017). Livsmestringsbegrepet er i en utviklingsfase, og per dags dato finnes det ingen konkret definisjon av hva livsmestring er og nøyaktig hva det skal inneholde (Myskja & Fikse, 2020, s. 17). Likevel er forventningen at kunnskap innen livsmestring skal forberede barn og unge til å møte livets utfordringer på best mulig måte. Den nye læreplanen forklarer at

Livsmestring dreier seg om å kunne forstå og å kunne påvirke faktorer som har betydning for mestring av eget liv. Temaet skal bidra til at elevene lærer å håndtere medgang og motgang, og personlige og praktiske utfordringer på en best mulig måte. (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 13)

Videre blir verdivalg, betydningen av mening med livet, mellommenneskelige relasjoner, evne til å håndtere egne og andres tanker og følelser fremhevet som sentralt innenfor temaet (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 13). Selv om livsmestring er et relativt nytt begrep, har skolen lenge hatt som mål å stimulere barn og unges utvikling og livskvalitet i

positiv retning. Likevel blir begrepet ytterligere aktualisert i læreplanen som et bidrag for å løse dagens samfunns- og folkehelseproblemer (Ness & Heimburg, 2020, s. 9).

Livsmestring er ikke et eget fag, men et tema som skal inkorporeres i de ulike eksisterende fagene. Livsmestringsbegrepet rommer et bredt område som inkluderer flere, ulike fagområder. I denne oppgaven vil fokuset innen livsmestring være rettet mot psykisk helse og følelser. Norskfaget, og da spesielt skjønnlitteraturen, kan fungere som en god inngang til å fremme kunnskap innen livsmestring – nettopp på grunn av dannelsingspotensialet litterære tekster kan ha. Å mestre livet handler implisitt om å møte utfordringer og situasjoner man ennå ikke har møtt, og lesing av litterære fortellinger gir oss muligheten til å observere og oppleve verden fra et annet menneskes perspektiv. I tråd med Kallestad og Røskelands (2020a, s. 17) forståelse for hvordan fortellinger kan virke estetisk dannende, kan den litterære verden gi innsyn i andre menneskers utfordringer, og via dette innblikket kan leseren tilegne seg kunnskap om temaet livsmestring. Atle Skaftun (2009, s. 18) forklarer at fortellinger er fremstillinger av livsverdener, og at de «...rommer personer, stemmer, verdier og synspunkter som er organisert på en måte som legger føringer for hvordan vi forstår og forholder oss til den». Litterære fortellinger lar oss oppleve andres liv og utfordringer, og gjennom innlevelsesevnen vår kan fortellinger stimulere empati, forståelse, respekt og medmenneskelighet – kvaliteter som er nødvendig for å kunne delta i et demokratisk samfunn.

På grunn av den økende utviklingstrenden av psykiske plager blant unge, trengs det mer kunnskap og forståelse om emnet. I denne masteroppgaven ønsker jeg å undersøke hvordan psykiske utfordringer i en utvalgt ungdomsroman blir fremstilt. Romanen jeg skal undersøke er skrevet av den amerikanske forfatteren Deb Caletti og har tittelen *Et hjerte i en kropp i verden*. Oppgavens formål er både å undersøke psykiske utfordringer og følelser fremstilt i den utvalgte teksten, samt å kaste lys over potensiell læring og forståelse innen livsmestring leseren kan erfare i møte med den. På bakgrunn av dette har jeg formulert følgende problemstilling:

Hvordan blir psykiske utfordringer fremstilt i ungdomsromanen Et hjerte i en kropp i verden, og hvordan kan denne romanen bidra til unges livsmestring?

For å svare på oppgavens problemstilling har jeg videre formulert tre forskningsspørsmål som jeg skal støtte meg til. Disse er: Hvordan formidler tekstens estetikk psykiske utfordringer i *Et hjerte i en kropp i verden*? Hvordan håndterer den litterære hovedkarakteren utfordringer i livet? Hvordan kan hovedkarakterens bearbeiding av det psykiske utfordrende fremme innsikt i livsmestring hos leseren? De to første forskningsspørsmålene har en *tekstintern* tilnærming – det vil si spørsmålene tar kun utgangspunkt i selve teksten og er løsrevet fra andre «utenfor-tekstlige» aspekter som for eksempel leserens reaksjoner (Andersen, Mose, & Norheim, 2012, s. 19). Det siste forskningsspørsmålet tar for seg undersøkelser av selve teksten, men innebærer også en *tekstekstern* tilnærming fordi det inkluderer et leserperspektiv. Det utenfor-tekstlige vil i denne sammenheng dreie seg om leserens utbytte i forhold til livsmestring.

Akkurat som tittelen illustrerer, tar *Et hjerte i en kropp i verden* for seg kun ett hjerte i én kropp og dette individets opplevelse av psykiske utfordringer. Fremstillingen av psykiske utfordringer vil derfor være svært subjektiv og individuell. Denne masteroppgaven står derfor i fare for å generalisere ungdommers opplevelse av psykiske utfordringer. Likevel kan romanen gi leseren noen uttrykk og indikasjoner på hvordan det føles å være i et sinn som opplever hverdagen som vanskelig. Denne litterære erfaringen vil være verdifull for leserens evne til å vise empatisk forståelse.

1. 2 Skjønnlitteraturen i et dannelsesperspektiv

Hensikten i denne oppgaven er å undersøke hvordan ungdomsromanen *Et hjerte i en kropp i verden* kan engasjere leseren både estetisk og kognitivt. Fra et litteraturdidaktisk perspektiv blir det stadig diskutert hvilken rolle skjønnlitteraturen bør ha i norskfaget (Ottesen & Tysvær, 2017; Røskeland, 2015). Skjønnlitteraturen blir ofte plassert i et opposisjonsforhold mellom egenverdi og nytteverdi. På den ene siden oppfattes lesing av skjønnlitteratur som en verdi i seg selv, der formålet med lesingen først og fremst er å skape leseglede og personlig nytelse. På den andre siden betraktes skjønnlitteraturen som en kilde til innsikt, der leseren kan ta lærdom av litterære fortellinger. Skaftun (2009, s. 16) problematiserer tanken om at skjønnlitteraturen primært skal fremstå som en kilde til leseglede og nytelse,

og mener at verdien av skjønnlitteraturen da vil reduseres. I likhet med Kallestad og Røskeland trekker han heller frem skjønnlitteraturens dannelsingspotensial.

Innholdsmessig rommer skjønnlitterære tekster komprimert erfaring fra livet og perspektiver på tema og fenomener som kan være viktige, aktuelle og akutte for samfunn og individ på ett eller annet tidspunkt i livet. I et slikt perspektiv representerer skjønnlitteraturen en kunnskapsbank som har verdi hvis vi anerkjenner skolens langsiktige dannelsingsmål. (Skaftun, 2009, s. 17)

Med «skolens langsiktige dannelsingsmål» mener Skaftun at skolen er et øvingsrom for det fremtidige liv. Skjønnlitteraturen i et slikt dannelsingsperspektiv som Skaftun beskriver, vil da fungere som en slags læringsarena. Når vi leser skjønnlitteratur forholder vi oss til ulike livsverdener med ulike verdier, holdninger og synspunkter. Gjennom innlevelsesevnen vår kan litterære fortellinger gi oss muligheten til å oppnå innsikt om andre mennesker.

Denne innsikten oppstår likevel ikke uten videre og av seg selv. Den amerikanske filosofen Martha C. Nussbaum vektlegger fortellingens kunstneriske utforming som avgjørende for at innsikt hos leseren skal oppstå. Fordi skjønnlitteraturen med sin form og sitt innhold har evne til å vekke følelser hos leseren, kan den stimulere innsikt og lærdom om andre menneskers livssituasjon (Nussbaum, 2016, s. 131-132). Litterære tekster åpner for å bli emosjonelt involvert i teksten, og det er nettopp i denne følelsesmessige involveringen at leseren kan utvikle et oppmerksomt blikk for andre og få utvidet forståelse for ulike levemåter.

I spørsmålet om skjønnlitteraturen bør være en kilde til glede eller lærdom, må vi erkjenne både egenverdien og nytteverdien av å lese litteratur. Skjønnlitteraturens egenverdi og nytteverdi bør ikke betraktes som en opposisjon mot hverandre, men heller som et gjensidig samarbeid som sammen skaper både leseopplevelser, læring og innsikt. Irene Engelstad, som i likhet med Nussbaum vektlegger skjønnlitteraturens tankepåvirkningskraft, forklarer at

Sterke sans- og følelsesopplevelser, altså følelser av estetisk og kroppslig-psykologisk karakter, kan bidra til å forandre oss, til at forestillinger og fordommer vi bærer på, brytes opp, og at opplevelsen av glede og nytelse kan gå sammen med selvrefleksjon og endring. (Engelstad, 2012, s. 284)

Hovedtanken i denne oppgaven er at det er nettopp fortellingens estetikk som spiller en avgjørende rolle i å skape refleksjoner og lærdom i møte med teksten. Jeg mener at skjønnlitteraturen kan – og bør – benyttes i et slikt dannelsesperspektiv, da med den bevissthet om at det er tekstens utforming som kan føre leseren inn i nye forståelser. Hvilken rolle kan skjønnlitteraturen ha i forhold til livsmestring? I løpet av denne oppgaven vil jeg forsøke å besvare dette spørsmålet.

Litteraturens potensial til å utvikle kognitiv tenkning og empatisk forståelse er tema i Signy Marie Kværnberg Stoltenbergs (2020) bok *Barn, litteratur og livsmestring*. Stoltenberg har sin erfaringsbakgrunn innen psykologifeltet, og i denne boken belyser hun hvilke utviklingspsykologiske muligheter skjønnlitteraturen har. I boken tar hun for seg flere skjønnlitterære tekster og viser hvordan arbeid med disse gir barn og unge mulighet til å bli bedre kjent med egne og andres tanker og følelser. Eivind Normann-Eide (2016) har også brukt skjønnlitteraturen som en inngang til økt forståelse av et tema – nemlig selvmord. I artikkelen «Skjønnlitterære selvmord» undersøker han hvordan litterære tekster kan formidle forståelse for det komplekse samspillet av risikofaktorer som spiller inn i et menneske som vurderer å ta sitt eget liv og hvordan denne forståelsen kan virke forebyggende. Normann-Eide mener følelsesmessige erfaringer fra fortellinger har mulighet til å utfylle den faktakunnskapen om risikofaktorer ved selvmord som allerede eksisterer. Det finnes også forskning som undersøker nytteverdien av litterære tekster i et digitalt format. I Daniel Soelseths (2019) masteroppgave tar han for seg hvordan estetikk i digitale spill kan legge til rette for mulig gjenkjennelse og erkjennelse av egne følelser hos spilleren.

Mitt prosjekt er som nevnt å undersøke hvordan psykiske utfordringer blir fremstilt i en konkret roman og hvordan denne fremstillingen kan gi innsikt i livsmestring hos leseren. Så vidt jeg vet er dette en ny vinkel innen forskningen om litteratur og følelser, og jeg ønsker derfor å kaste lys over dette temaet. Oppgaven min kan forhåpentligvis inspirere andre til å utnytte det estetiske dannelsespotensialet skjønnlitterære fortellinger bærer med seg og anvende det på en måte som styrker barn og unges livsmestring.

1. 3 Teoretisk grunnlag og oppgavens struktur

Denne oppgaven ønsker altså å undersøke hvordan ungdomsromanen *Et hjerte i en kropp i verden* gir muligheter for å engasjere leseren både på et følelsesmessig nivå og et kognitivt nivå. Oppgaven vil derfor gå veien om både estetisk og kognitiv litteraturteori. Innenfor estetikken vil jeg vektlegge Martha C. Nussbaum og Louise M. Rosenblatt sine syn på skjønnlitteraturens betydning. Nussbaum fremhever skjønnlitterære teksters muligheter til å gjøre oss medfølelse, empatiske, tenkende og handlende, og at fortellinger derfor kan utvikle våre moralske verdier. Nussbaums bok *Litteraturens etikk: Følelser og forestillingsevne* (2016) er en vesentlig del av oppgavens teorigrunnlag. Rosenblatt og Nussbaum deler syn om skjønnlitteraturens evne til å skape selvrefleksjon og kritisk bevissthet hos leseren. Rosenblatt er spesielt opptatt av hvordan en estetisk lesning kan gi leseren mulighet til å erfare et annet menneskes liv og følelser, og i boken *Literature as Exploration* (1995) deler hun sine synspunkter om hvordan litterære erfaringer kan være et styrkende bidrag i utviklingen av gode medmennesker.

Den kognitive litteraturteorien er et interdisiplinært forskningsfelt i skjæringspunktet mellom narratologi og kognitiv psykologi. Inntil relativt nylig har ikke den kognitive psykologien befattet seg med skjønnlitteraturen, men de siste 30 årene har forskning ført til et skifte innen narratologien. I senere tid har flere fagfelt bidratt til å utvide narratologibegrepet, og litteraturviter Siv Gøril Brandtzæg (2017, s. 200) beskriver denne utvidelsen som en «narrativ vending».

Denne *narrative vendingen* innebærer blant annet at narratologibegrepet har vandret over i andre fagfelt, så som medisin, jus, sosiologi, hvor analysen av tekster ikke bare handler om å finne strukturelle elementer ved tekster, men også inkluderer en mer hermeneutisk tilnærming til spørsmålet om hvordan tekstlesing kan belyse menneskelig erfaring.

Nussbaum er òg opptatt av sammenhengen mellom skjønnlitteraturen og det kognitive. I 1990 etterlyste hun et søkelys på sammenhengen mellom skjønnlitteraturen og følelser og påpekte at «...litteraturstudier altfor ofte har unnlatt å snakke om forbindelsen mellom fortellinger på den ene siden og menneskelige følelser og menneskelige valg på den andre» (2016, s. 132).

Både Nussbaum og Rosenblatt vektlegger det emosjonelle aspektet i lesingen av litterære tekster, og de mener at man ikke kan forstå andre mennesker uten å leve seg inn i hvordan de føler. Det er nettopp følelser som er hovedelementet i *affektiv narratologi*. Som et resultat av utviklingen innen narratologien, har den affektive narratologien vokst frem som en ny gren fra den klassiske narratologien. Den affektive narratologien er opptatt av å undersøke hva i fortellingens form som styrer følelser og hvordan ulike følelser kommer til uttrykk i en skjønnlitterær tekst. Fordi psykiske utfordringer har en åpenbar sammenheng med følelser, vil jeg i denne oppgaven bruke den affektive narratologien som støtte for å besvare oppgavens problemstilling. Professor innen kognitiv litteratur Patrick Colm Hogan (2011, s. 1) forklarer i boken *Affective Narratology: The Emotional Structure of Stories* at fortellingsstrukturer er fundamentalt basert på og formet av emosjonelle systemer. I 2016 publiserte litteraturviteren Per Thomas Andersen boken *Fortelling og følelse. En studie i affektiv narratologi*, og han ble dermed den første norske forfatteren som undersøkte hvilken rolle følelser spiller i skjønnlitteraturen (Brandtzæg, 2017, s. 199). Andersens bok er et sentralt bidrag til denne masteroppgaven.

Andre vesentlige bidrag innenfor det psykologiske teorifeltet er kognitiv psykologiprofessor Keith Oatley. Oatley (2016) belyser hvordan fortellinger kan fungere som sosiale verdener, og mener at fortellinger kan gi utvidet forståelse for mennesker man kanskje ikke møter i hverdagen. Psykiatriprofessorene Anthony Bateman og Peter Fonagy (2016) vil også være sentrale teoretikere i oppgaven. De presenterer begrepet «mentalisering», og forklarer det som evnen til å forstå og tolke egne og andres mentale tilstander. Mentalisering er en ferdighet som kan trenes gjennom lesning av skjønnlitteratur.

Når det gjelder oppgavens struktur, vil jeg først presentere og beskrive oppgavens utvalgte materiale, samt legge frem hvilke kriterier og avgrensinger som ble gjort under utvelgelsesprosessen. Oppgaven vil så ta for seg det teoretiske og gjøre rede for den metodiske fremgangsmåten. Deretter følger oppgavens hoveddel, nemlig en litterær analyse av *Et hjerte i en kropp i verden*, før jeg videre vil drøfte betraktningene fra analysen i et livsmestringsperspektiv. Til slutt i oppgaven vil jeg gi en samlet oppsummering av oppgavens funn, i følge av noen avsluttende refleksjoner.

2. 0 Oppgavens materiale

2. 1 Kriterier for utvalg

I dette prosjektet kom innfallsvinkelen rundt psykiske utfordringer først, og materialet deretter. Av interesse for sammenhengen mellom litteratur og følelser, ønsket jeg å finne en ungdomsroman som tok for seg psykiske utfordringer. Ungdommer sliter i større grad psykisk enn de gjorde for 10 år siden da jeg selv var ungdom (Bakken, 2019), og når jeg tenker tilbake på min egen ungdomstid, kan jeg ikke huske at temaet «psykisk helse» ofte ble diskutert. Jeg kan heller ikke huske å ha lest samtidslitteratur som tok for seg temaet. Det lille jeg kan huske angående samtaler om ungdom og psykiske utfordringer var gjerne innenfor en kontekst preget av en slik alvorlighet, ubehagelighet og kompleksitet som medførte at man som ungdom tok avstand fra det. I utvelgelsen av ungdomsbok til oppgaven ønsket jeg derfor å finne en roman som kunne skape forståelse gjennom perspektiver som tematiserer og beskriver opplevelser og erfaringer som er vanskelig å sette ord på i det virkelige liv.

I søket etter materiale var et annet kriterium at ungdomsboken måtte være av relativ ny dato, gjerne innen de siste fem årene, siden jeg ønsket at bokens innhold skulle speile nåtidens samfunn og normer på en mest mulig troverdig måte. Eirik Vassenden (2007, s. 357) argumenterer for at lesingen av samtidslitteratur er en måte å orientere seg i samfunnet på. «Vi orienterer oss i den verden og den tiden vi befolker. Og vi bruker tidens uttrykk, om de nå er politiske, allmennkulturelle eller litterære, til å orientere oss i – og artikulere – vår egen eksistens». Samtidslitteraturen kan derfor gi oss et uttrykk for hvordan verden til en som opplever psykiske utfordringer ser ut og føles. Siden psykiske utfordringer blant ungdom øker både nasjonalt og internasjonalt (Bakken, 2019; O'Reilly et al., 2018; Stockings et al., 2016), kan vi slå fast at psykiske utfordringer er et allment, menneskelig tema som går på tvers av landegrenser og kulturelle områder. I søket etter materiale var jeg derfor åpen for oversatt litteratur.

Et flertall av mennesker vil ikke oppleve psykiske utfordringer på en måte som forstyrrer god livskvalitet. Derfor vil evnen til å sette seg inn i en slik livssituasjon være av stor betydning både for å kunne vise respekt og empati for andre, men også for å «øve» seg i å møte en

lignende situasjon. Mitt tredje kriterium var derfor at den utvalgte boken måtte ha en karakter, da helst en hovedkarakter, med en livssituasjon som ikke umiddelbart er gjenkjennelig for den gjennomsnittlige unge leseren. For at innsikt og forståelse skal skje, må leseren bli utfordret i sin tenkning – han må ut av sine etablerte verdensoppfatninger. Rosenblatt (1995, s. 261) forklarer at gjennom å lese skjønnlitteratur kan leseren få økt sensitivitet overfor andre mennesker som i utgangspunktet er fremmede for ham.

As the student shares through literary experience the emotions and aspirations of other human beings, he can gain heightened sensitivity to the needs and problems of those remote from him in temperament, in space, or in social environment; he can develop a greater imaginative capacity to grasp the meaning of abstract laws or political and social theories for actual human lives. Such sensitivity and imagination are part of the indispensable equipment of the citizen of a democracy.

Ved å sette seg inn i en litterær karakters livssituasjon som er distansert fra egen livssituasjon, kan leseren ved hjelp av forestillingsevnen sin få bedre forståelse for andre livssituasjoner i det virkelige liv. På samme måte kan leseren erfare – gjennom empatisk identifikasjon – hvordan det føles å oppleve betydelig motgang. Forståelse for livsmestring vil derfor både være fordelaktig for det enkelte individ, men også for mennesker i et større fellesskap.

2. 2 Beskrivelse og handling

Etter å ha undersøkt og lest flere mulige ungdomsromaner til oppgaven, valgte jeg til slutt romanen *Et hjerte i en kropp i verden*. *Et hjerte i en kropp i verden* er som nevnt skrevet av den amerikanske forfatteren Deb Caletti. Boken ble først utgitt i 2018 av det amerikanske forlaget Simon Pulse med originaltittelen *A Heart in a Body in the World*. I 2019 ble boken oversatt til norsk av Heidi Sævareid gjennom Gyldendal. *Et hjerte i en kropp i verden* er Calettis 15. publiserte bok siden hun debuterte i 2002.

Et hjerte i en kropp i verden handler om 18 år gamle Annabelle Agnelli som har opplevd noe traumatisk som er usagt for leseren i starten av fortellingen. Leserens møter Annabelle midt i et panikkanfall som blir utløst i køen på en fast-food-restaurant, fordi en mann oppfører seg pågående og griper rundt hånden hennes. Mannens handlinger utløser en emosjonell krise

hos Annabelle, og hun begynner instinktivt å løpe fra stedet. Før hun vet ordet av det, har hun løpt i flere timer. Panikkanfallet stammer fra en hendelse som skjedde for mindre enn ett år siden – et traume Annabelle ikke vet hvordan hun skal håndtere. Men en ting vet hun: det hjelper å løpe. Derfor bestemmer hun seg for å løpe USA på tvers, fra Seattle til Washington DC. Annabelle løper de 435 milene alene – kun akkompagnert av GPS-en som Annabelle navngir «Loretta».

Etter hvert som fortellingen utspiller seg, forstår vi at Annabelle sliter med å håndtere følelsene sine og de påtrengende vonde minnene fra tragedien. Nøyaktig hva som skjedde med Annabelle er et mysterium gjennom mesteparten av boken. Men etter hvert som Annabelle løper, tenker og konfronterer de vonde minnene, får leseren presentert puslespillbrikkene som til slutt utgjør det fulle bildet. Årsaken til den tragiske hendelsen starter med at Annabelle blir kjent med den nye gutten i klassen. Annabelle kaller han nå bare for Tyven, siden hun mener at handlingene hans gjør at han ikke fortjener et navn. Gjennom Annabelles tilbakeblikk i fortiden, forstår vi at Annabelle og Tyven i begynnelsen var gode venner. Det er tydelig at Tyven likte Annabelle, og Annabelle likte oppmerksomheten. Men etter hvert ble Tyven mer intens og pågående. Han oppførte seg dessuten overfølsom i enkelte sosiale situasjoner, og noen ganger så han faktisk rasende ut – selv etter uskyldige spøker. Annabelles bestevenn Kat, foreslo at Annabelle skulle unngå ham en liten stund, siden han fremsto ukomfortabelt påtrengende. Det var først når Annabelle ble sammen igjen med ekskjæresten hennes Will, at det tragiske utspilte seg. Tyven ble fylt av hat og sjalusi, og en kveld spaserte han inn på en fest og skjøt Kat, som sto med ryggen til og som Tyven trodde var Annabelle. Tyven skjøt også Will. Begge døde. Annabelle føler seg ansvarlig for en forbrytelse hun ikke har begått, og resultatet av den tragiske hendelsen er at hun opplever posttraumatisk stress, angst og flashbacks.

Selv om Annabelle starter på den lange løpeturen uten noen spesiell plan, får hun raskt støtte fra familie og venner for at hun skal kunne gjennomføre. Annabelles bestefar Ed, følger Annabelle med bobilen sin og sørger for et trygt sted å sove mellom etappene. Mens bestefar Ed kjører i forkant til det avtalte møtestedet, kommer Annabelle løpende etter og møter han på kvelden igjen. Malcolm, Annabelles yngre bror, og Annabelles venner blir etter hvert hennes støtte- og PR-team i det hun blir en slags motvillig aktivist.

2. 3 Avgrensinger

De 360 sidene i *Et hjerte i en kropp i verden* har en tematisk kompleksitet som omfatter flere områder. I tillegg til å tematisere psykiske utfordringer har ungdomsboken et sterkt feministisk budskap. Bokanmelder i Barnebokkritikk.no Hilde Strandberg Mugaas (2019) trekker frem dette i sin anmeldelse av ungdomsromanen og skriver «Det handler ikke om å sette seg selv i en offerrolle, men om noen strukturer i samfunnet som gjør at det er langt større sjanse for at offeret føler skyld og skam enn at gjerningspersonen gjør det». Gjennom hele romanen finnes det tekststeder der hovedkarakteren Annabelle forholder seg kritisk og spørrende til kjønnsdefinerte, usynlige strukturer i samfunnet.

Det er ikke bare på grunn av det som skjedde for ni måneder siden. Her handler det om noe mye større. En virkelighet som hun ikke kan gjøre om på. Hun er 1.60. 50 kg. Hun er en ung kvinne. Historien – hennes egen og verdens historie, tusenvis av år og dagen i går – har fortalt henne sannheten om hvor sårbar hun er i kraft av sitt kjønn. Fordi hun er kvinne, blir tryggheten hennes og det lyset hun prøver å løfte frem for verden, fortsatt ofte oversett og tråkket på. (Caletti, 2019a, s. 16)

Forholdet mellom skjeve, kjønnsdefinerte samfunnsstrukturer og Annabelles psykiske utfordringer kan settes i en kausalitetssammenheng. De skjeve kjønnsstrukturene er på mange måter «bakteppet», eller årsaken, til Annabelles psykiske utfordringer, og utfordringene hennes blir da resultatet. Det er først og fremst forvirringen over hvordan det tragiske utspilte seg som inngår som en del av Annabelles psykiske utfordringer. I en artikkel fra tidsskriftet *Voices from the Middle* forklarer Caletti (2019b, s. 15) at hun brukte sine egne erfaringer som kvinne i et samfunn preget av kjønnsdefinerte strukturer og bygde på disse erfaringene i arbeidet med å skrive *Et hjerte i en kropp i verden*.

More than anything, though, I knew the confusion of situations like this – confusion, because women, young women, women of all ages, are told we are responsible for how we make men feel and what we make men do. It is difficult to understand what we've caused and what we haven't caused, what belongs to us and what belongs to someone else, what we are guilty of and not. [...] Adoration and devotion can feel great until they suddenly edge into jealousy and ownership. The shame of what you invited or allowed descends.

Annabelles forvirring rundt sin egen eventuelle ansvarlige rolle i oppbyggingen av tragedien er mye av grunnen til at hun føler skyld og opplever psykiske utfordringer. I analysedelen av

denne oppgaven kommer jeg til å undersøke hvordan denne forvirringen er tett koblet til skyldfølelse, samt hvordan forvirringen kommer til uttrykk i boken.

Et hjerte i en kropp i verden adresserer også den omstridte våpenkontrolldebatten som har et sterkt politisk engasjement i USA. Annabelle formidler en kritisk stemme rettet mot det politiske systemet i USA og problematiserer hvor enkelt det er å få tak i et våpen i USA og dermed kunne utføre drap. Annabelles psykiske utfordringer er et komplekst og sammensatt bilde som inkluderer flere faktorer. Et tematisk valg vil innebære en form for avgrensning, eller utelatelse av andre spørsmål, og i mitt tilfelle vil hovedfokuset i denne oppgaven primært være rettet mot psykiske utfordringer som resultatet av det urettferdige Annabelle blir offer for. Jeg vil derfor utelukke undersøkelser av det feministiske og Annabelles tanker omkring våpenkontrolldebatten, da disse temaene kan regnes som årsakene til utfordringene hennes. Både det feministiske budskapet og refleksjonene rundt våpenkontrolldebatten i romanen er i stor grad med på å tilføre kompleksitet til fortellingen, og begge temaene er så viktige og tar så stor plass i romanen at jeg mener de fortjener to helt egne masteroppgaver.

3. 0 Teori og metode

3. 1 Estetikk og estetiske lesing

Skjønnlitterære tekster kan føre oss på innsiden av andre mennesker gjennom en såkalt *estetisk lesing*, og slik lese måte er nødvendig for å forstå hovedkarakterens psykiske utfordringer i *Et hjerte i en kropp i verden*. I boken *Making meaning with texts* skiller Rosenblatt (2005, s. 11) mellom to ulike måter å lese på – nemlig **efferent lesing** og **estetisk lesing**. Efferent lesing er lesing vi bedriver når målet er å uthente informasjon, som for eksempel når man leser en bruksanvisning eller en oppskrift. Estetisk lesing, derimot, appellerer til sansene våre og er opptatt av selve *opplevelsen* av lesingen. Ordet «estetikk» har gresk opprinnelse og betyr «Den kunnskap som kommer gjennom sansene» (Tjønneland, 2021). Nærmere forklart dreier estetisk lesing seg om de følelsene, tankene og innlevelsen som vekkes til live når vi leser skjønnlitteratur.

Rosenblatt (1995, s. 33) forklarer at i den estetiske lesingen må leseren «leve gjennom» opplevelsene og situasjonene i fortellingen. Forskjellen på de to lese måtene blir dermed at efferent lesing retter oppmerksomheten *utenfor* leseren, mens estetisk lesing vender oppmerksomheten *innover* leseren, der fortellingens utforming appellerer til leserens følelser og bevissthet. Et informasjonshefte om posttraumatisk stresslidelse vil kreve en efferent lese måte, der målet er å uthente informasjon om temaet. På den andre siden vil en skjønnlitterær tilnærming til temaet i mye større grad si noe om opplevelsen og følelsene knyttet til det å leve med posttraumatisk stresslidelse. Ved å lese *Et hjerte i en kropp i verden* kan leseren forstå omfanget av psykiske utfordringer på en mer deltagende og personlig måte enn å simpelthen motta informasjon om temaet.

Estetisk lesing appellerer altså til leserens sanser, men hva er det egentlig som gjør at man kan oppleve sorg, frykt, sinne og andre følelser under lesingen? Det er fortellingens *estetiske virkemidler* som aktiverer følelse og innlevelse hos leseren. Estetikken i en fortelling er det som formidler og skaper sanselige uttrykk for de litterære karakterenes opplevelser og følelser. På mange måter kan man si at de estetiske virkemidlene er «redskapene» forfatteren tar i bruk for å konstruere fortellingens innhold, og eksempler på estetiske virkemidler kan være plot, karakterer, språk og stil. Fortellingens form og innhold kan

dermed ikke skilles fra hverandre, og de følelsene som oppstår under lesingen skapes ut fra samspillet mellom tekstens estetikk og den opplevelsen leseren får i møte med teksten (Kallestad & Røskeland, 2020a, s. 14). Senere vil jeg komme tilbake til hvilke estetiske virkemidler som er sentral i henhold til undersøkelsen av psykiske utfordringer i *Et hjerte i en kropp i verden*.

3. 1. 1 Skjønnlitteraturens innvirkning på leseren

Ettersom den estetiske lesingen har evne til å aktivere leserens innlevelse og følelser, mener Rosenblatt at skjønnlitteraturen videre kan gi innsikt i menneskelige erfaringer. Denne påstanden er hovedargumentasjonen hennes i *Literature as Exploration* (1995). I tråd med oppgavens formål om å stimulere unges livsmestring i møte med en litterær tekst, vil jeg undersøke Rosenblatts argumenter for hvordan skjønnlitteraturen kan ha virkninger på leserens liv. Selv om *Literature as Exploration* først ble utgitt i 1938, er fortsatt Rosenblatts ambisjoner relevante i dagens samfunn. Rosenblatt (1995, s. 3) skriver «In a turbulent age, our schools and colleges must prepare the student to meet the unprecedented and unpredictable problems. He needs to understand himself; he needs to work out harmonious relationships with other people». Denne forberedelsen til fremtidige utfordringer, samt viktigheten av emosjonell og sosial kompetanse Rosenblatt løfter frem, kan overføres til dagens livsmestringsbegrep der slike egenskaper er like aktuelle.

Rosenblatt vektlegger selve den estetiske erfaringen av en litterær fortelling som et springbrett for innsikt i mellommenneskelige forhold. «The crux of the matter is that the text embodies verbal stimuli toward a special kind of intense and ordered experience – sensuous, intellectual, emotional – out of which social insights may arise» (Rosenblatt, 1995, s. 31). Hun mener litterære erfaringer kan skape opplevelser som både er av sanselig, intellektuell og emosjonell art, og i denne emosjonelle og kognitive erfaringen kan leseren oppnå innsikt om andre mennesker. Innsikten vil komme fra en form for deltagelse i de litterære karakterenes liv – leseren må leve seg inn i karakterenes oppførsel og følelser. «Through the medium of literature we participate in imaginary situations, we look on at characters living through crises, we explore ourselves, and the world about us» (Rosenblatt, 1995, s. 37). Ved å bruke forestillingsevnen sin kan leseren – gjennom å erfare et annet menneskes liv – oppnå forståelse både av seg selv og andre. Fortellinger kan gjøre leseren oppmerksom på

andres behov og ambisjoner, men de kan også hjelpe leseren i å gjøre riktige avgjørelser fordi man under lesingen entrer en slags imaginær prøve-og-feile-simulering (Rosenblatt, 1995, s. 212). Ved å leve seg inn i Annabelles oppførsel og følelsesliv kan leseren ta med seg verdifull innsikt fra *Et hjerte i en kropp i verden* – både når det gjelder forståelse av andre menneskers opplevelse av psykiske utfordringer, men også hvordan man selv kan forberede seg dersom man skulle havne i en lignende situasjon. *Et hjerte i en kropp i verden* har derfor potensial til å gi leseren innsikt i hovedkarakterens livsmestring, men også skape refleksjoner rundt egen livsmestring.

Ifølge Rosenblatt (1995, s. 260) vil leseren kunne ta med seg innsikten han får fra den estetiske lesingen og anvende den i det virkelige liv.

Because aesthetic reading involves both the intellect and the emotions in a manner that parallels life itself, the literary experience provides the opportunity for the student to develop the habit of reflective thinking within the context of an emotionally colored situation. Hence the insights attained through literature may be assimilated into the matrix of attitudes that constitute character and govern behavior.

Rosenblatt forklarer at skjønnlitterære fortellinger har mulighet til å utvikle leserens evne til selvrefleksjon og kritisk tenkning. I møte med en fortelling kan leseren bli bevisst på egne verdisystemer og underliggende fordommer. Rosenblatt mener at leserens fordommer og holdninger ikke kan endres fra et objektivt, distansert og «belærende» ståsted. I stedet argumenterer hun for at innsikt og forståelse for andres livssituasjon skjer gjennom en emosjonell og estetisk opplevelse, der individet er følelsesmessig involvert i læringssituasjonen (Rosenblatt, 1995, s. 173-174). Først når leserens følelser er ansporet, kan holdninger og adferd endres fordi leseren blir oppmerksom på hvordan egne handlinger påvirker andre mennesker (Rosenblatt, 1995, s. 176). Slik evne til å justere oppførsel vil ha relevans i et livsmestringsperspektiv, og i det følgende sitatet mener jeg Rosenblatt setter fingeren på sammenhengen mellom litterære erfaringer og muligheten for innsikt i livsmestring. “Literary experiences will then be a potent force in the growth of critically minded, emotionally liberated individuals who possesses the energy and the will to create a happier way of life for themselves and for others” (1995, s. 262). Fordi skjønnlitteraturen tar for seg menneskelige erfaringer og utfordringer, kan vi sanse, tenke og føle andres forståelse

av verden. Siden leseren vil kunne møte utfordringer og erfaringer han kanskje ellers ikke ville ha møtt i det virkelige liv, kan han gjennom fortellinger få økt bevissthet over andre menneskers livssituasjon. Samtidig kan lesingen skape selvrefleksjon rundt egne holdninger og syn på verden. Gjennom en estetisk og emosjonell opplevelse kan man overføre innsikten hentet fra fortellingsverdenen, og videre bringe den med seg i hverdagslivet.

3. 1. 2 Den narrative forestillingsevne

I likhet med Rosenblatt, støtter den amerikanske filosofen Martha C. Nussbaum tanken om at skjønnlitteratur kan utvikle gode samfunnsborgere. Nussbaum presenterer «den narrative forestillingsevne» som en visjon for å skape demokratiske holdninger blant mennesker. Den narrative forestillingsevnen går ut på at kunst gir leseren eller tilskueren en mulighet til å oppleve andres følelser gjennom å se verden fra andres perspektiv – gjerne de som på et vis er undertrykte i samfunnet. Nussbaum forklarer at for å bli gode, demokratiske medmennesker må innlevelsesevnen dyrkes, slik at man kan lære «... å forstå andre menneskers motiver og valg og ikke betrakte dem som skremmende fremmed og annerledes, men som individer som deler mange av våre egne problemer og muligheter» (2016, s. 25).

Den narrative forestillingsevne skal fremme medlidenhet for de som har opplevd smerte eller ulykke. Selv om leseren fysisk ikke har opplevd lignende motgang, kan han i alle fall forestille seg hvordan det føles gjennom å lese skjønnlitteratur om temaet. En forutsetning for at leseren skal føle medlidenhet for en karakter, er at leseren selv er klar over at det like godt kunne være han selv som stod i den lidendes livssituasjon. Fiktive fortellinger fungerer som en slags «øvingsverden» for leseren. I henhold til min oppgave kan *Et hjerte i en kropp i verden* gi leseren mulighet til å oppleve, gjennom Annabelles erfaringer, hvordan psykiske utfordringer føles. Dermed kan romanen fungere som en slik øvingsverden, der leseren kan øve seg i håndteringen psykiske utfordringer. I lesingen av ungdomsromanen blir vi, ved hjelp av innlevelsesevnen vår, plassert i Annabelles ståsted med hennes muligheter og begrensninger. Nussbaum forklarer hvordan den narrative forestillingsevne kan utvikle leserens empati.

Den [litteraturen] gir oss muligheten til å se hvordan omstendighetene former livet til mennesker som har noen av de samme forhåpninger og livsprosjekter som oss selv, og vi ser at omstendighetene ikke bare er bestemmende for menneskers handlingsrom, men også for deres forventninger og ønsker, deres håp og frykt. (Nussbaum, 2016, s. 29)

Gjennom identifikasjon med de litterære karakterene kan leseren se andre mennesker med deres tilknyttede utfordringer og omstendigheter. Tilfeller der identifikasjon med karakter ikke skjer, fungerer som en kilde til forståelse i seg selv, nettopp fordi karakterens livssituasjon er så virkelighetsfjern for leseren (Nussbaum, 2016, s. 34). Både identifikasjon og fravær av identifikasjon gir dermed leseren innsikt i andre menneskers liv. I samsvar med denne oppgavens formål om å fremme innsikt i egen og andres livsmestring, kan *Et hjerte i en kropp i verden* skape både en nærhet – gjennom empatisk identifikasjon med hovedkarakteren Annabelle, men også distanse – fordi følelsen av å leve med psykiske utfordringer kan være fremmed for den alminnelige leser. Nussbaum (2016, s. 182) fremhever leserens vekslende holdning mellom empatisk identifisering og betraktende avstand som sentral for å kunne forstå omfanget av andres utfordringer.

Tanken om at den narrative forestillingsevne kan utvikle gode samfunnsborgere kan virke overambisiøs. Nussbaum erkjenner at skjønnlitteraturen alene ikke kan forvandle et samfunn. Likevel understreker hun danningspotensialet gjennom den narrative forestillingsevne – en innlevelsessevne som er unik for skjønnlitteraturen og som det virkelige liv ikke kan innfri på samme måte.

Litteraturens politiske potensial er at den kan føre oss inn i et annet menneskes liv mens vi samtidig fortsetter å være oss selv: Slik avdekker den likheter, men også dyptgripende forskjeller mellom meg selv og den andres liv og tanker, og gjør dem forståelige, eller i det minste litt lettere å begripe. (Nussbaum, 2016, s. 56)

Søkelyset i denne masteroppgaven rettes mot en litterær karakter med psykiske utfordringer. Den narrative forestillingsevnen kan åpne for forståelse og innsikt om temaet. Skjønnlitteratur kan derfor flytte perspektivet vårt fra et distansert skråblikk, til et mer forstående innsideblikk.

Det sentrale ved både Nussbaum og Rosenblatt sine syn på skjønnlitteraturen er at fortellinger, i kraft av sin estetiske utforming, vil vekke følelsesmessig aktivitet hos leseren, og som videre vil stimulere refleksjoner rundt etikk, moral, verdssystemer og menneskesyn. Slik er det større muligheter for at leseren kan møte andre mennesker med empati, respekt og forståelse i det virkelige liv. Senere i drøftingskapittelet i denne oppgaven vil jeg hente tilbake både Nussbaum og Rosenblatts tanker og forklaringer rundt skjønnlitteraturens estetiske påvirkningskraft.

3. 2 Skjønnlitteraturen og det psykologiske

3. 2. 1 Mentalisering

Den narrative forestillingsevne er på et vis i slekt med evnen vår til å mentalisere i den forstand at både forestillingsevnen og mentaliseringsevnen dreier seg om å sette seg inn i andre menneskers liv. I Nussbaums fremstilling av den narrative forestillingsevne er det den estetiske utformingen som skaper innlevelse, mens mentalisering er en form for refleksjonsevne som handler om å tolke andre menneskers mentale tilstander. Mentalisering er først og fremst et begrep tilknyttet psykologifeltet, men vi vil også bruke mentaliseringsevnen vår når vi leser skjønnlitteratur. Psykiatriprofessorene Anthony Bateman & Peter Fonagy (2016, s. 3) definerer mentalisering som «...the ability to understand actions by both other people and oneself in terms of thoughts, feelings, wishes, and desires; it is a very human capability that underpins everyday interactions». Mentalisering er en meningsskapende aktivitet for å kunne menneskeliggjøre andre og er tett knyttet til det å forklare egen eller andres oppførsel. På samme måte som vi intuitivt bedriver mentalisering i sosiale interaksjoner i hverdagen, vil vi også som lesere forsøke å forstå hvilke handlinger ulike mentale tilstander kan resultere i. Oppfatninger, følelser, tanker og ønsker vil alltid påvirke hvilke handlinger vi tar, enten de er bevisste eller ubevisste (Bateman & Fonagy, 2016, s. 3). I en mentaliseringsprosess sanser man først adferd, for så å videre tolke adferden basert på indre, mentale tilstander. Å mentalisere innebærer derfor å gjøre egne og andres oppførsel og handlinger begripelige basert på bakenforliggende mentale intensjoner (Rydén & Walloth, 2011, s. 83).

Et hjerte i en kropp i verden vil kunne stimulere leserens mentaliseringsevne fordi Annabelles handlinger og oppførsel kan i utgangspunktet virke uforståelig, men så snart leseren er i stand til å se handlingene hennes i lys av hennes psykiske utfordringer og mentale tilstand, vil man i større grad forstå den avvikende oppførselen hennes. Nettopp fordi mentalisering krever vår forestillingsevne, vil begrepet få sin plass innen litteraturvitenskapen og skjønnlitteraturen. Kognitiv litteraturteoretiker Lisa Zunshine presenterer begrepet Theory of Mind, som i likhet med mentalisering innebærer evnen til å gjøre slutninger der vi forsøker å forklare litterære karakterers oppførsel basert på deres tanker, følelser, oppfatninger og ønsker (Zunshine, 2006, s. 6). Zunshine fremhever lesing av fiksjon som en måte å forsterke vår Theory of Mind, fordi fortellinger inviterer leseren til å bedrive *mind-reading*, eller tankelesning, om de litterære karakterenes mentale tilstander. Zunshine (2006, s. 10) forklarer at

...the very process of making sense of what we read appears to be grounded in our ability to invest the flimsy verbal constructions that we generously call «characters» with a potential for a variety of thoughts, feelings, and desires and then to look for the «cues» that would allow us to guess at their feelings and thus predict their actions.

I møte med en litterær tekst, må leseren lete etter slike «hint» som kan rettlede oss i hva karakteren føler, og hvilke handlinger som følelsene kan komme til å utløse.

I likhet med Zunshine, er den kanadiske professoren innen kognitiv psykologi, Keith Oatley spesielt opptatt av skjønnlitteraturens potensial til å forbedre forståelsen av seg selv og av andre mennesker. Oatley beskriver skjønnlitteratur som simulasjoner av sosiale verdener, og eksemplifiserer dette ved å sammenligne skjønnlitteratur med flysimulatorer. På samme måte som en pilot må øve seg på å fly i en flysimulator, må mennesker øve seg på sosial læring gjennom å lese skjønnlitteratur (Oatley, 2016, s. 619). Mye av skjønnlitteratur beskjeftiger seg på vaghet – en vaghet som åpner for at leseren må gjøre slutninger på egenhånd (Oatley, 2016, s. 626). I prosessen med å gjøre slike slutninger for å forstå andre menneskers intensjoner, vil leseren intuitivt bedrive *mind-reading* ved å koble karakterenes oppførsel til deres mentale og emosjonelle tilstander. På grunn av Annabelles posttraumatiske stress, reagerer hun i enkelte tilfeller på en måte som krever leserens mentaliseringsevne.

Fordi evnen til å mentalisere innebærer å gjøre slutninger, kan man oppleve at de antagelsene man gjør om andre er feilaktige. En sentral del av mentalisering handler derfor om å innta en «utspørrende holdning», som forutsetter en forventning om at eget sinn kan bli påvirket, overrasket, endret og opplyst gjennom utvidet innsikt i andres sinn (Bateman & Fonagy, 2016, s. 5). Mentalisering forutsetter dermed evnen til å akseptere det faktum at vi ikke kan vite den fulle sannheten bak et menneskes handlinger, men at vi likevel med interesse og nysgjerrighet ønsker å forstå andres intensjoner (Rydén & Walloth, 2011, s. 16). I lesingen av *Et hjerte i en kropp i verden* må leseren innta en slik utspørrende holdning – nettopp fordi detaljene rundt tragedien ikke blir avdekket før mot slutten av boken.

3. 2. 2 Følelser og fiksjon

Det er vanskelig – om ikke umulig – å snakke om psykiske utfordringer uten å nevne følelser. Alle har en psykisk helse, og alle mennesker føler. «Affekter, følelser og emosjoner bestemmer verden, hvordan den fortøner seg, hvordan man lever i den og hva slags sameksistens med andre som er mulig» (Andersen, 2016, s. 10). Med andre ord, følelser styrer oss og former hvordan vi oppfører oss overfor andre mennesker. Følelser er dermed grunnleggende for menneskers tilværelse i en sosial verden.

I skjønnlitteraturen kan det like godt være karakterenes følelser som er handlingsdrivende og fører fortellingen fremover, som at hendelse etter hendelse driver handlingen fremover – slik man tradisjonelt tenker på et handlingsforløp (Andersen, 2019, s. 38). Når man leser en fortelling, kan man forstå og føle det de litterære karakterene føler gjennom empatisk identifikasjon. Andersen (2016, s. 31) forklarer at «Litteraturen gir oss mulighet til både å studere de narrative emosjoner vi er innleiret i, og til å reflektere over dem og utvikle kritiske holdninger til dem». Dersom karakterenes følelsesregister bryter med vår oppfatning av normalitet, blir leseren ekstra oppmerksom på bruddet og vil forsøke å forstå hva som har gjort at karakteren føler det slik.

Følelser i en fortelling inntreffer sjeldent isolert i sin rene form – det vil si, karakterene kan oppleve flere følelser som drar i ulike retninger på samme tid. Nussbaum (2016, s. 141) benevner denne kompleksiteten av mangfoldige følelser som «et konglomerat av aspekter» som hverken kan skilles fra hverandre eller identifiseres enkeltvis. På mange måter kan vi si

at det er den konstante strømmen av varierende følelser som viser kompleksiteten av det å være et menneske.

Selv om flere følelser kan oppstå samtidig hos en karakter, vil likevel følelsene ha forskjellig varighet. Oatley (2004, s. 4) deler emosjoners varighet inn i fire forskjellige varighetsgrader: *reactive emotions*, *moods*, *sentiments* og *preferences*. Reactive emotions er følelser som oppstår brått og uventet. Ofte er det en spesiell hendelse i fortellingen som frembringer en reaksjon som både er av kognitiv og kroppslig art (Andersen, 2019, s. 46-47). Moods har en lengre varighet, og kan være en sinnsstemning karakteren befinner seg i i flere timer eller dager. Sentiments og preferences omhandler statiske emosjonelle engasjement som varer i flere år og som gjerne er fastsatt for individets personlighet.

I tillegg til å ha en viss varighet er følelser også med på å motivere hvilke handlinger som bør tas i bestemte situasjoner. Følelser har derfor en tett sammenheng med evnen vår til å ta avgjørelser (Hogan, 2011, s. 238). I avgjørelsessituasjoner har følelser det vi kan kalle en bevegelse eller en «vei». Andersen (2016, s. 23) skiller mellom emosjoners to «roads» - nemlig en *low road* og en *high road*. Disse to veiene forklarer på et vis reaksjonstiden en emosjon utløser. En *low road*-reaksjon skjer instinktivt og uten særlig bevisst refleksjon. Et eksempel på en *low road*-reaksjon er hvis noen kaster en ball mot deg og du reagerer instinktivt med å ta opp hendene for beskyttelse. Under en *high road*-reaksjon, derimot, skjer det en mer bevisst overveielse som tar lengre tid. I stedet for å handle instinktivt, vil en *high road*-reaksjon innebære evaluering og refleksjon. Man forsøker å forstå følelsen og hvilke handlinger som bør tas. Ofte vil disse to emosjonelle bevegelsene følge etter hverandre som to faser. En *low road*-reaksjon fungerer som en alarm der kroppen handler på impuls, mens en *high road*-reaksjon er mer kontrollert og gjennomtenkt (Andersen, 2016, s. 23-24).

3. 2. 3 Posttraumatisk stresslidelse

Siden hovedkarakteren i *Et hjerte i en kropp i verden* lever med posttraumatiske utfordringer, vil det også være hensiktsmessig å presentere relevant teori om dette temaet. Posttraumatisk stresslidelse, ofte forkortet til PTSD, er en relativt langvarig tilstand som kan forekomme i etterkant av alvorlige eller langvarige psykiske traumer (NHI.no, 2020). Slike

traumatiske hendelser kan være både fysisk og psykisk vold, overgrep, ulykker, katastrofer, omsorgssvikt, krig, mobbing, sykdom og mer (Bræin, 2020, s. 146). Et kjennetegn som ofte oppstår hos mennesker som utvikler PTSD, er at de gjenopplever det traumatiske (NHI.no, 2020). Gjenopplevelsen tar ofte form som plagsomme bilder, mareritt og uønskede tanker om det som har skjedd (Bræin, 2020, s. 147). Dette blir også kalt for flashbacks, og kan skje både i våken tilstand og under søvn. I *Et hjerte i en kropp i verden* ser vi at Annabelle plages av slike flashbacks.

Mennesker som har opplevd én eller flere traumatiske hendelser, kan oppleve posttraumatiske stressreaksjoner som blant annet intens frykt, sterkt ubehag, tilbaketrukkethet, skyldfølelse og skam (Bræin, 2020, s. 146-147). I tillegg kan de oppleve verden som utrygg og uforutsigbar. PTSD kan for noen også innebære unngåelse – der personen unngår tanker, følelser og aktiviteter som minner om traumet. Enkelte kan også erfare en sterk opplevelse av fare – der personen preges av skvettenhet, sinneutbrudd, oppmerksomhetsvansker og årvåkenhet (Bræin, 2020, s. 147). I *Et hjerte i en kropp i verden* ser vi at Annabelle er preget av slik skvettenhet, og at hun ofte er i beredskap for en eventuell faresituasjon. Ungdom som lever med belastende påkjennelser og betydelig stress kan bruke mye energi på overlevelse og ulike overlevelsesstrategier for å håndtere stresset (Bræin, 2020, s. 150). Disse overlevelsesstrategiene kan enten være bevisste eller impulsive, og er en måte å komme seg vekk fra ubehagelige situasjoner og overveldende følelser.

Når det gjelder behandling eller det å hjelpe en med PTSD, er ofte det beste for personen å gi sosial støtte og omsorg. Bræin (2020, s. 151) forklarer at «Gode relasjonelle erfaringer, mestringsopplevelser og hjelp til å finne sammenhenger, mening og mål for fremtiden er spesielt potente virkemidler for endring i denne perioden». I tillegg peker Bræin (2020, s. 153) på at aktiviteter som baserer seg på det kroppslige og sansemessige kan være behjelpende for mennesker som har opplevd traume – slik som for eksempel bevegelse og rytme. For Annabelle er både løpingen og familien og venner rundt henne viktig for håndteringen av det psykisk utfordrende.

3. 3 Litterær analyse og affektiv narratologi som metode

For å svare på oppgavens problemstilling benytter jeg litterær analyse som metode. En litterær analyse går ut på å beskrive, forklare og forstå en litterær tekst, og innebærer å plukke fra hverandre enkeltdelene i teksten og studere dem (Kallestad & Røskeland, 2020b, s. 47). Betydningen i en fortelling kommer frem gjennom tekstens ulike estetiske virkemidler. Betydningen er aldri direkte uttalt, men er i stedet «gjemt» mellom disse virkemidlene, ordene og setningene (Andersen, Mose, & Norheim, 2012, s. 14). Når man gjør en litterær analyse må man derfor bevege seg fra et sammensatt, overordnet nivå i fortellingen, til å undersøke nærmere de konkrete, enkelte estetiske virkemidlene i teksten. Slik oppmerksom lesing kalles nærlesing. Nærlesing av en tekst er nødvendig for å begrunne og artikulere sin teksttolkning på en presis måte. Denne oppgaven krever en nærlesende tilnærming av teksten for å kunne si noe om hvordan psykiske utfordringer blir fremstilt i *Et hjerte i en kropp i verden*. I en fullgod litterær analyse må det vises til konkrete, utvalgte sitater eller tekststeder som støtter refleksjonene og synspunktene man legger i sin egen tolkning. En tolkning som ikke er godt begrunnet, vil fremstå som ufullstendig og mindre kompetent (Kallestad & Røskeland, 2020b, s. 48). Aksnes og Time (1996, s. 262) forklarer at en kompetent og faglig litterær analyse bør være «som eit lykkeleg ekteskap» mellom teori, metode og analyse, der det skjer en naturlig veksling mellom disse.

Siden denne oppgaven undersøker fremstillingen av psykiske utfordringer og komplekse følelser i ungdomsromanen *Et hjerte i en kropp i verden*, vil jeg nærmere bestemt gjøre en affektiv narratologisk analyse av teksten. Innenfor litterær analyse som metode, finnes det flere innganger, og den affektive narratologiske analysen er én av slike innganger. Den affektive narratologien er spesielt opptatt av hva som styrer følelser og hvordan ulike følelser kommer til uttrykk i en litterær tekst. Hogan (2011, s. 1) vektlegger emosjoner som strukturerende elementer i fortellinger, og mener at narrativ teori vil dra nytte av en mer utarbeidet undersøkelse av emosjoner. Andersen (2016, s. 41) er enig med Hogan om at narratologien behøver et økt fokus på følelser. «Etter mitt skjønn trenger den klassiske narratologien supplement ved hjelp av en 'postklassisk' utvidelse av det analytiske begrepsapparatet, bl.a. slik at det også gis plass for affektive og emosjonelle aspekter ved fortellingens komplekse kunst».

Andersen har utviklet et begrepsapparat innen affektiv narratologi, og i *Fortelling og følelse. En studie i affektiv narratologi* legger han frem følgende elementer som sentral innenfor en affektiv narratologisk analyse; rom- og tidselementer, fortellingens gåte, emosjonelle impulskilder og karakterer (2016, s. 227-234). Ulike fortellinger vil gjerne ha ulike måter å formidle følelser på. I denne oppgaven vil jeg benytte meg av Andersens affektive elementer, men jeg vil i tillegg inkludere fortellerstemme og fortellingens språk i den affektive analysen av *Et hjerte i en kropp i verden*. Både fortellerstemmen og språket i romanen er vesentlig i fremstillingen av hovedkarakteren Annabelle og hennes følelser, og derfor vil disse fortelleelementene også undersøkes.

3. 3. 1 Rom- og tidselementer

Lokaliteten i en fortelling spiller en særlig rolle i affektiv narratologi. Stedene, omgivelsene og de litterære rommene i en fortelling vil være «emosjonelt kodet» og tilfører fortellingen en viss stemning (Andersen, 2016, s. 52). Det er derfor viktig å undersøke fortellingens distinkte, konkrete rom. Stedene der fortellingens hendelser utspiller seg kan danne såkalte *affektive rom*. «Forfatteren skaper ved narrative virkemidler spesifikke affektive eller emosjonelle rom, og lar personens affekter utspille seg i disse for å oppnå bestemte effekter. Lokaliseringen av emosjonelle hendelser fremstår dermed ikke som nøytrale omgivelser for individuelle følelsesbrudd» (Andersen, 2016, s. 52). Affektive rom er dermed steder i fortellingen som har en egen sinnsstemning med tydelig definerte forventninger og følelser tilknyttet stedet. En kirke vil bære med seg andre assosiasjoner enn et annet affektiv rom, som for eksempel ute i den ubegrensede naturen. I *Et hjerte i en kropp i verden* beveger Annabelle seg inn og ut av flere, ulike affektive rom underveis på løpereisen hennes. I analysekapittelet vil jeg undersøke hvordan disse affektive rommene er med på å formidle et uttrykk for de komplekse følelsene og utfordringene hun opplever.

I en affektiv narratologisk analyse er det viktig å være oppmerksom på hvordan karakterenes omgivelser blir beskrevet og avgrenset. I tillegg til å rette søkelyset mot stedenes distinkte beskrivelser, kan teksttolkeren stille følgende spørsmål: Hvilke karakterer befinner seg i de forskjellige rommene? Beveger karakterene seg mellom stedene? Er stedene velkjent for karakterene, eller er de fremmed? Og om det er fremmed – hvordan fremstilles det fremmede stedet? Ved å undersøke fortellingens steder i lys av dette, kan vi bli

oppmerksomme på hvilke sosiale, emosjonelle og eksistensielle betydninger stedene bærer med seg til fortellingen (Andersen, 2012, s. 37). Annabelles forflytning fra den ene siden av USA til den andre, spiller en sentral rolle i utviklingen av Annabelle som karakter. Denne utviklingen skal jeg komme tilbake til i analysekapittelet.

I tillegg til det romlige i en fortelling, er også *temporalitet* av betydning innenfor den affektive narratologien. Innenfor et affektivt narratologisk perspektiv er ikke Andersen spesielt opptatt av å trekke frem det tradisjonelle narratologiske forholdet mellom *story* og *discourse* – fortellingens komposisjon (2016, s. 229). Andersen er mer opptatt av emosjoners varighet og bevegelse. I redegjørelsen av emosjoners varighet støtter Andersen seg til Oatleys (2004, s. 4) forklaringer om fire varighetsgrader– nemlig reactive emotions, moods, sentiments og preferences. De to første gradene vil kunne si noe om karakterenes impuls kontroll og emosjonelle reaksjoner i et her-og-nå-perspektiv, mens de to siste tar for seg emosjoner av statisk preg og som gjerne vedvarer i flere år. I dette prosjektet vil jeg utelukke sentiments og preferences og heller undersøke reactive emotions og moods, da emosjonene i *Et hjerte i en kropp i verden* opptrer innen et begrenset tidsperspektiv og uten varighet på flere år. I en affektiv analyse vil det i tillegg være relevant å undersøke det Andersen (2016, s. 24) kaller «emosjoners bevegelse». Undersøkelsen av *high road*- og *low road*-reaksjoner vil kunne si noe om de litterære karakterenes evne til å ta avgjørelser når de er preget av sterke følelser. I analysekapittelet skal jeg nærmere undersøke sammenhengen mellom Annabelles sterke emosjonelle dragninger og evnen hennes til å ta avgjørelser i slike situasjoner.

Selv om Andersen ikke vier mye oppmerksomhet til fortellingens komposisjon i den affektive narratologien, vil jeg likevel undersøke komposisjonen i *Et hjerte i en kropp i verden*.

Komposisjonen er verdt å undersøke fordi den spiller en vesentlig rolle i fremstillingen av Annabelles vonde flashbacks. Komposisjon handler om hvordan fortellingen blir presentert i forhold til tid. Rent teknisk, kan fortellingen presenteres som vekslinger mellom to tidsdimensjoner – nemlig hendelsene i historien det fortelles om (*story*) og hendelsene i fortellingen der historien blir fortalt (*discourse*) (Andersen, 2012, s. 30). Komposisjon dreier seg derfor om hvordan hendelsene på historienivå blir presentert i fortellingen.

Den tidsmessige utstrekningen i fortellinger kan skje på forskjellige måter. Andersen (2012, s. 32-33) presenterer tre mulige fortelleteknikker. *Kronologisk fortelleteknikk* er når de fortalte hendelsene blir presentert i samme rekkefølge som de har oppstått på i henhold til historienivået. En annen måte å fortelle på er å presentere noe i et *retrospektivt perspektiv*, det vil si å vise tilbake i tid. Fortellingen blir fremstilt i en veksling mellom nåtid og fortid, der fortiden presenteres gjennom tilbakeblikk eller flashbacks. En tredje fortelleteknikk er å gi leseren «hint» eller varslers om de kommende hendelsene, og denne teknikken kalles *foregripelse*. I denne oppgaven er det først og fremst den retrospektive teknikken som er av interesse. Store deler av handlingen i *Et hjerte i en kropp i verden* blir presentert gjennom tilbakeblikk, og fortelleteknikken er viktig i forståelsen for hvordan Annabelle bearbeider det traumatiske. Tilbakeblikkene er også gradvis med på å avdekke det som er usagt i begynnelsen av fortellingen. Dette gåtefulle elementet skal jeg snart komme tilbake til.

I en litterær analyse må man spørre seg selv hvilken virkning bruken av valgt fortelleteknikk har. En fortelling som bryter med den kronologiske rekkefølgen, vil ofte få økt oppmerksomhet fordi den forstyrrer forventningen om å få fortellingen presentert i logisk hendelsesforløp. Teksttolkeren må stoppe opp og fundere over hvilken funksjon et slikt brudd kan ha for fortellingens helhetlige mening. For eksempel kan tilbakeblikk forklare emosjonelle reaksjoner og handlinger på nåtidsnivået som ellers ville ha vært vanskelige å forstå (Andersen, 2012, s. 33). I analysen av *Et hjerte i en kropp i verden* skal vi se at Annabelles følelser i nåtid ofte er en reaksjon på tilbakeblikkene som presenteres.

På samme måte som det skilles mellom ulike måter å presentere fortellingen i forhold til tid, finnes det også ulike måter å presentere i forhold til viktighet eller alvorlighet i hendelsene. Ikke alt innenfor *story*-dimensjonen kan fortelles, og forfatteren må dermed presentere fortellingens hendelser som *referat* eller *scene* (Andersen, 2012, s. 30). I et referat blir gjerne flere mindre viktige hendelser fortalt i løpet av noen få setninger. Stort omfang i tid og rom som ikke nødvendigvis er viktig for handlingen, kan dermed krympes ned til noen få setninger. Når noe viktig i fortellingen skjer, derimot, vil hendelsene gjerne presenteres scenisk. I en scene vil hendelsene detaljert bli gjort rede for, og dermed kan tiden «strekkes ut». Vekslingen mellom referat og scene har stor påvirkning på fortellingens spenningskurve, og er i tillegg med på å tilføre en emosjonell tyngde eller ladning til hendelsen.

Det kan tenkes at sceniske hendelser vil stå for mye av fortellingens spenningsoppbygging, mens referat blir redusert til en «oppsummering» av lite viktige hendelser. Denne påstanden må utfordres, da det ikke alltid er slik at den samme teknikken bestandig har den samme effekten i hvilken som helst tekst (Andersen, 2012, s. 32). Valg av fortelleteknikk kan si mye om omstendighetene rundt det som fortelles, og kan tilføre eksistensielle eller emosjonelle dimensjoner. I *Et hjerte i en kropp i verden* finner vi tilfeller der referat blir brukt som et virkemiddel for å illustrere hvilke påkjenninger Annabelle møter på løpereisen. På samme måte finnes det tekststeder der fortellingen presenteres scenisk. Utstrekningene av tid i gitte situasjoner er med på å gi hendelsene en emosjonell tyngde, og sier derfor noe om alvoret i hendelsen.

3. 3. 2 Fortellingens gåte og emosjonelle impulskilder

Begivenhetene i en fortelling må fortelles på en slik måte at det skapes en form for intensitet eller spenningsoppbygning. Det er ikke tilstrekkelig å presentere hendelse for hendelse – en god fortelling vil bygges opp mot et klimaks. En måte å bygge opp fortellingens spenningskurve er å ta i bruk *fortellingens gåte* eller uventede *scripts* (Andersen, 2012, s. 54). Script kan defineres som «...et narrativt mønster eller en sekvens av hendelser som gjentas i menneskers liv» (Andersen, 2016, s. 21). Uventede, merkelige eller overraskende scripts vil skape en form for spenning, fordi leseren opplever at det er noe ufortalt i fortellingen. Fortellingens gåte går altså ut på at det er noe i fortellingen som er uopplært, urovekkende eller uforståelig (Andersen, 2019, s. 41). Det vil etablere seg en stigende forventning til videre lesing, ettersom leseren vil forsøke å finne årsaken til det avvikende scriptet. Oppklaringen og spenningsutløseren vil gjerne komme på et senere punkt i fortellingen. Det er nettopp det at leseren ikke får vite nøyaktig hva som skjedde i Annabelles tragedie som er fortellingens gåte i *Et hjerte i en kropp i verden*.

I tillegg til å skape et tolkningsbegjær hos leseren, vil fortellingens gåte si noe om en kompleks og sammensatt emosjonalitet hos de litterære karakterene (Andersen, 2016, s. 59). Fortellingens gåte vil vekke spørsmål hos leseren: Hvilke erfaringer eller hendelser har ført til karakterens uventede oppførsel og adferd? Karakterenes emosjonelle tilstander vil ha stor innflytelse på deres handlingsmønster og tanker. Når karakterens følelser og reaksjoner

bryter med hva leseren anser som forventet i en gitt situasjon, oppstår det en kompleksitet og forundring i fortellingen som leseren vil forsøke å forstå.

I tillegg til fortellingens gåte, kan emosjonelle impulskilder også formidle et emosjonelt uttrykk i fortellingen. Emosjonelle impulskilder er ulike elementer i fortellingen som utløser en følelse, og det skilles gjerne mellom ytre og indre impulskilder (Andersen, 2016, s. 90). Ytre impulskilder dreier seg om hendelser som oppstår utenfor karakterens sinn, og som utløser en følelse hos karakteren. Indre emosjonelle impulskilder skjer på bakgrunn av karakterens personlighet og psyke. Minner, drømmer, hallusinasjoner, imaginasjoner og fantasier kan være slike indre emosjonelle impulskilder. Emosjonelle impulskilder kan si noe om hva som påvirker de litterære karakterenes følelser, og vil gi leseren et forståelsesgrunnlag av karakterenes følelsesliv (Andersen, 2016, s. 231). I *Et hjerte i en kropp i verden* er det spesielt Annabelles minner – i form av flashbacks – som fungerer som indre emosjonell impulskilde. Men i analysekapittelet skal vi også se at flashbackene hennes har en tett sammenheng med ytre impulskilder, som for eksempel naturen som omgir Annabelle underveis på løpereisen.

3. 3. 3 Karakterer

Fortellingens emosjonelle subjekter – både hovedkarakteren og sekundærkarakterer – er naturligvis av relevans i den affektive analysen. Det er de litterære karakterene som spiller ut fortellingens hendelser, og som kan uttrykke sine følelser i fortellingen. Andersen (2016, s. 55) er spesielt opptatt av å utpeke det han kaller «emosjonelle triggerfigurer» i en affektiv analyse. Slike triggerfigurer er ofte sekundærkarakterer i fortellingen som fungerer som en «temperaturmåler» for tekstens emosjonelle ladning. Triggerfigurer reagerer på hovedpersonens oppførsel og følelser, og er på mange måter ment for å speile leserens reaksjoner på det fortalte. I *Et hjerte i en kropp i verden* er det få slike emosjonelle triggerfigurer. Det nærmeste vi kommer er de menneskene Annabelle møter langs løperuten, og som blir et slags publikum til løpet hennes. Det at det er få triggerfigurer i fortellingen er trolig et virkemiddel i seg selv for å knytte opplevelsen av psykiske utfordringer tett til hovedkarakteren. Andersen (2016, s. 233) bemerker at «jeg-romaner» ofte har få triggerfigurer.

Fordi ungdomsromanen har få triggerfigurer, vil jeg heller rette søkelyset mot romanens hovedkarakter. Litterære karakterer kan gjerne være svært individualiserte, sammensatte og psykologisk komplekse. Hovedkarakteren i en fortelling vil gjerne gjennomgå en form for konflikt, og de tre mest utbredte konfliktene i litterær sammenheng er; den indre konflikten, konflikten i forhold til andre mennesker og konflikten mellom individ og samfunn (Andersen, 2012, s. 43). I lys av at det er hovedkarakterens psykiske utfordringer som skal undersøkes i dette prosjektet, er det åpenbart en indre konflikt som hovedkarakteren må hankses med. Ifølge Andersen (2012, s. 43) vil en fortellingsverden der psykologiske krefter dominerer inneholde karakterer med en kompleks og nyansert psykologi. Karakterer som fremstår som sammensatte og komplekse blir gjerne kalt «runde», og gjennomgår en form for emosjonell utvikling i løpet av fortellingen (Andersen, 2019, s. 37). Runde karakterer forandrer og utvikler tankemønstre og følelser fra fortellingens start til fortellingens slutt. Annabelle kan karakteriseres som en rund karakter, og begrunnelsene for denne påstanden vil bli lagt frem i analysen.

Selv om jeg i denne oppgaven vil legge mest vekt på hovedkarakteren, vil jeg likevel undersøke hvilken funksjon sekundærkarakterene har. Lothe (2003, s. 121) introduserer begrepet «karakterisering» som støtte i forståelsen av fortellingens karakterer. Karakterisering er narrative personindikasjoner i teksten, og det er gjennom karakterisering at de litterære karakterene blir introdusert, utformet og utviklet (Lothe, 2003, s. 121). Det finnes to måter å karakterisere personer på – nemlig *direkte definisjon* og *indirekte presentasjon*. En direkte definisjon av en karakter innebærer at karakteren blir beskrevet på en eksplisitt, direkte måte, der adjektiver gjerne blir brukt for å beskrive karakteren. Slik karakterisering er mest vanlig å finne i fortellinger der fortelleren er utenforstående selve handlingen og fremstår som allvitende. En indirekte presentasjon av en karakter vil heller vise, dramatisere og eksemplifisere karakterens personlighetstrekk i stedet for å uttale de eksplisitt i teksten (Lothe, 2003, s. 122). Det er denne typen karakterisering som er mest brukt i *Et hjerte i en kropp i verden* – både når det gjelder hovedkarakteren Annabelle og sekundærkarakterene. Indirekte karakterisering kan videre deles inn i fire varianter; handling, tale, ytre kjennetegn og miljø. En karakters handlings- og talemønster avslører i stor grad karakterens holdninger og verdier. Ytre kjennetegn ligner på direkte definisjon, men blir gjerne presentert av en annen karakter i fortellingen, og ikke gjennom fortelleren.

Til slutt kan karakterens miljø og omgivelser være med på å karakterisere hans personlighetstrekk. Å se karakteren i lys av hans omgivelser kan derfor indirekte spille inn på leserens oppfatning av karakteren.

3. 3. 4 Fortellerstemme

I forlengelse av karakterelementet vil jeg trekke inn fortellerstemme som relevant for den affektive narratologiske analysen av *Et hjerte i en kropp i verden*. Fortellerstemmen i ungdomsromanen er tett knyttet til Annabelle som karakter. Fortellerstemmen i romanen er også med på å gi leseren et blikk inn i Annabelles indre tanke- og følelsesliv, og dette blikket muliggjør det for leseren å forstå Annabelles psykiske utfordringer gjennom hennes perspektiv.

Fortelleren er den som formidler historien og fører ordet i en fortelling. Dette betyr ikke at fortelleren dikter og skaper historien, men er heller en tekstlig størrelse i fortellingen (G. Larsen, 2013, s. 57). Fortellerens posisjon og egenskaper er viktig for kommunikasjonssituasjonen i fortellingen. Det skilles mellom en *intern* og *ekstern* forteller (Andersen, 2012, s. 48). En intern forteller er en person som deltar i handlingen, mens en ekstern forteller står utenfor handlingen. En pekepinn på om forteller er intern eller ekstern kan komme frem ved å studere tekstens bruk av pronomen. En intern forteller kommer til syne gjennom første-persons-pronomen, mens en ekstern forteller gjerne vil bruke tredje-persons-pronomen. Likevel er dette et relativt grovt skille. En tredje-persons-fortelling kan velge et «sentralperspektiv», det vil si at fortelleren legges nært inntil en av fortellingens karakterer (Andersen, 2012, s. 48). Dermed vil skillet mellom første-persons-fortelling og tredje-persons-fortelling nærmest bli visket ut. *Et hjerte i en kropp i verden* er en tredje-persons-fortelling, men sentralperspektivet er lagt hos Annabelle, og dermed fungerer fortellingen som en første-persons-fortelling.

Mange har forsøkt å skille mellom forteller og synsvinkel, det vil si mellom den som forteller og den som ser i fortellingen. Andersen (2012, s. 49) problematiserer dette forsøket, og argumenterer med at det er selve kombinasjonen av de to dimensjonene som utgjør fortellingens kommunikative egenart. I bunn og grunn dreier det seg om hvem sine sanser leseren har tilgang på. Den franske teoretikeren Gérard Genette har etablert begrepet

fokalisering som betyr den som sanser i en fortelling (G. Larsen, 2013, s. 59). Han er opptatt av viten, altså hvilken tilgang leseren har på karakterenes indre tanker og følelser. Genette mener det finnes tre måter å delegere tilgang på fortellingsverdenen – nemlig indre fokalisering, ytre fokalisering og nullfokalisering (G. Larsen, 2013, s. 59). I indre fokalisering sanser leseren fortellingsverdenen fra en av de deltakende karakterene, og har dermed tilgang på denne karakterens indre. I ytre fokalisering er fortellingsverdenen fremstilt fra en posisjon utenfor de deltakende karakterene, og leseren har ingen innsyn i karakterenes tanker og følelser. Ved nullfokalisering sanser leseren fortellingen fra en udefinert posisjon utenfor fortellingsverdenen, men har likevel full tilgang på alle karakterers indre. Fortelleren er dermed allvitende. *Et hjerte i en kropp i verden* har indre fokalisering, og gjennom dette innblikket får leseren tilgang til Annabelles følelser og oppfatninger.

Fortellerens posisjon vil ofte si noe om hvor nærme eller distansert fortelleren står i forhold til de litterære karakterene. Tilgang og innsikt i karakterenes indre tanke- og følelsesliv spiller en sentral funksjon i fortellingens kommunikasjonssituasjon, og ulik fortellerposisjon oppnår ulik effekt. Fortellerens posisjon må derfor undersøkes for å avdekke hvilken funksjon den spiller i henhold til fortellingens overordnede betydning.

3. 3. 5 Fortellingens språk

I likhet med fortellerstemmen i *Et hjerte i en kropp i verden*, er også språket i stor grad med på å formidle det emosjonelle uttrykket av Annabelle i fortellingen, samt gi leseren en forståelse for hvordan Annabelle opplever sine utfordringer. Språket i en fortelling plasserer leseren i en litterær verden og det er sjeldent tilfeldig formulert. Den russiske filosofen og litteraturviteren Mikhail Bakhtin var spesielt opptatt av språket som et sosialt system. Han mente at bruken av språk skjer i kontekster som er sosialt betinget, og at språk dermed aldri kan være en nøytral størrelse (Bakhtin, 1981, s. 290-291). Språket vil alltid representere en bestemt oppfatning av verden, og måten vi ordlegger oss på vil dermed – bevisst eller ubevisst – si noe om vårt syn og forståelse av verden. I lys av Bakhtins forståelse av språk, vil språket i *Et hjerte i en kropp i verden* representere en ungdomsjentes opplevelse av psykiske utfordringer. Leserens trer inn i Annabelles verden av psykiske utfordringer, og gjennom beskrivelser og språklige bilder får leseren et konkret uttrykk for hvordan Annabelle

opplever utfordringene. Måten Annabelle setter ord på det vanskelige er med på å gi leseren en forståelse for hvordan utfordringene hennes føles.

Samtidig som språket plasserer leseren i en litterær verden, har språket i en fortelling også som oppgave å utfordre leserens etablerte forestillingsrammer. For å gjøre dette må språket være av poetisk preg. Den russiske formalisten Viktor B. Sjklovskij (2003, s. 15) skiller mellom et hverdagslig språk og et dikterisk språk, og han fremhever at det dikteriske språket har en «underliggjørende» effekt. I det hverdagslige språket oppfatter og sanser vi objekter med en «automatisert» tilnærming. En automatisert persepsjon av et objekt innebærer at vi simpelthen bare anser objektet med dens overfladiske og alminnelige betydning – slik som vi omtaler objektet i hverdagen. Det dikteriske språket, derimot, har som hensikt å skape en form for underliggjøring av objektet. For at en underliggjøring skal skje må objektet settes fri fra dens automatiserte betydning. «Kunstens oppgave er å få oss til å betrakte det kjente som om det var ukjent, å betrakte det vanlige som noe underlig» (Claudi, 2013, s. 24). Språket i en fortelling utgjør derfor en egen funksjon for meningsdannelsen, fordi det dikteriske språket tvinger leseren til å betrakte ytringene og ordene i en ny og annerledes kontekst enn den hverdagslige. *Et hjerte i en kropp i verden* inneholder mange tekststeder der språket har en slik underliggjørende effekt.

Siden det er språkets utforming som skaper underliggjøringen, er både språkets form og innhold viktig for tekstens mening. Språket i litterære fortellinger vil ofte være deskriptivt og billedlig. Peter S. Larsen (2013, s. 96) forklarer billedspråk som «...ingredienser i sproget, som får os til at tenke, sanse og forstå verden på ny måte». Billedspråk er ord og uttrykk som skildres på en slik måte at det dannes mentale «bilder» om det som beskrives. Eksempler på billedspråk kan være sammenligninger, metaforer, kontraster, gjentakelser og mer. En studie viste at leserens involvering i og visualisering av fortellingens deskriptive, billedlige språk under lesingen økte leserens empati og evne til å la seg transportere inn i de litterære karakterenes verden (Johnson, Cushman, Borden, & McCune, 2013). Språket i *Et hjerte i en kropp i verden* spiller en viktig rolle for å skape et estetisk uttrykk for de komplekse og mangfoldige følelsene Annabelle kjenner på gjennom fortellingen.

4. 0 Litterær analyse av *Et hjerte i en kropp i verden*

Et hjerte i en kropp i verden fremstiller først og fremst hvilke komplekse følelser og utfordringer en grusom tragedie kan medføre, men romanen viser også muligheten til å overvinne disse utfordringene. På Annabelles løpereise utfordrer hun seg selv både fysisk og psykisk. Dermed blir løpingen hennes ikke bare en ytre handling, men også en indre handling som hjelper henne i å bearbeide det vonde slik hun kan komme seg videre i livet. Annabelles løping kan derfor kalles en slags form for terapi. Underveis på løpeturen gjennomgår Annabelle en følelsesmessig reise av forskjellige følelser som må bearbeides. Skyld, frykt, sorg og sinne er de største følelsene som tynger henne ned. Men etter hvert vil hun også kjenne på takknemlighet, kjærlighet, håp og glede. I analysedelen av denne oppgaven vil jeg undersøke hvordan Annabelles følelser blir fremstilt, og hvordan de eventuelt utvikles i løpet av fortellingen. Det er et viktig poeng at følelsene aldri blir behandlet enkeltvis, og så er Annabelle «ferdig» med den enkelte følelsen. Som Nussbaum (2016, s. 141) forklarer, vil følelser opptre som et «konglomerat av aspekter» i en fortelling, og slik er det også i *Et hjerte i en kropp i verden*. Annabelles ulike følelser opptrer ikke isolert fra hverandre, men oppstår sammen med jevne mellomrom. Annabelle blir nok aldri fullstendig «kurert» fra skyldfølelsen eller frykten. Likevel skjer det en utvikling og refleksjon som skal undersøkes nærmere i denne litterære analysen.

4. 1 Det gåtefulle i *Et hjerte i en kropp i verden*

Jeg vil starte med å undersøke fortellingens gåte, da den forekommer helt i starten av fortellingen og varer gjennom hele romanen frem til nest siste kapittel. I tråd med Andersen (2019, s. 41), tar fortellingens gåte for seg noe som er uoppklart eller uforståelig i handlingen. Det uoppklarte i *Et hjerte i en kropp i verden* går ut på at leseren ikke umiddelbart får vite hva som har forårsaket Annabelles psykiske utfordringer. Fortellingens gåte spiller en viktig rolle i avdekkingen av Annabelles traume. Allerede på side 8 får vi vite at noe er i gjære med Annabelle.

Hun er en grei og snill person som skjerper seg og tar seg sammen, men det har vært en omfattende jobb, en svimlende jobb – en jobb som har begynt å bli altfor tung for henne. [...] Det siste som holder Annabelle Agnelli sammen, er også i ferd med å revne. (Caletti, 2019a, s. 8)

Leseren skjønner at noe forferdelig har skjedd med Annabelle. Ønsket om å nøste opp i hva som har skjedd gjør at man leser videre. Det uopplarte styrer spenningsoppbyggingen i fortellingen. Sitatet viser også hvordan det usagte er med på å fremstille Annabelles komplekse emosjonelle tilstand. Vi forstår at Annabelle sliter med å fungere normalt i hverdagen, og leseren vil undre seg over hvilke erfaringer Annabelle har opplevd som har ført til en slik emosjonell krise.

Det gåtefulle i fortellingen er en sentral del av fortellingens komposisjon. Romanen veksler mellom å presentere hendelser i nåtid og fortid – og for hvert tilbakeblikk Annabelle gjennomgår, kommer man et steg nærmere det tragiske som skjedde. Det følgende sitatet vitner om dramatikken og nysgjerrigheten som skapes ved å avsløre bit for bit av historien. «Den dagen begynte de verst tenkelige puslespillbitene å legge seg på plass, og hun skjønnte det ikke engang. Den dagen begynte klokken å tikke» (Caletti, 2019a, s. 101). Caletti tar i bruk Annabelles tragedie og psykiske utfordringer som et virkemiddel for å drive fortellingen fremover og oppnå spenning. Samtidig som Annabelle, motvillig eller ei, bearbeider episodene som utgjør puslespillbrikkene til tragedien, blir vi som lesere med på prosessen og får etter hvert det komplette puslespillet.

I tillegg til å skape spenning er fortellingens gåte i stor grad med på å karakterisere Annabelle. Noe tragisk har skjedd henne, og hun fremstår som et offer. Likevel føler hun skyld. Skyldfølelsen kommer frem gjennom Annabelles blikk på seg selv. «Hun er snill – mot gamle mennesker også. [...] De elsker henne. Hun er en engel, sier de. Hun er det. Hun var det. Hun har ødelagt folk som et monster» (Caletti, 2019a, s. 22). Det er nettopp kombinasjonen av å være et offer og samtidig føle skyld som kaller på leserens oppmerksomhet. I tråd med Andersens (2016, s. 230) forklaringer om uventede scripts kan vi si at det er kombinasjonen av å være et offer og samtidig føle sterk skyldfølelse som er fortellingens avvikende script. Leseren blir ikke bare nysgjerrig på hva som har hendt, men må også underveis i lesingen overveie om Annabelles skyldfølelse er på sin rettmessige plass.

4. 2 Et vekselspill mellom nåtid og fortid

Komposisjonen i *Et hjerte i en kropp i verden* er svært sentral for presentasjonen av det psykisk utfordrende i fortellingen. Begivenhetene i fortellingen blir presentert i et

gjennomgående vekselspill mellom nåtid og fortid, og skaper dermed tilbakeblikk (Andersen, 2012, s. 32). Hendelsene som presenteres i fortid, altså episodene som bygger opp mot tragedien, utløses av en trigger i nåtid. Det er slik Annabelles flashbacks dukker opp – og de er ofte ufrivillig og uventet. Vekselspillet mellom nåtid og fortid gir leseren et estetisk uttrykk for de stadige flashbackene Annabelle opplever. Komposisjonen i *Et hjerte i en kropp i verden* samsvarer med Andersens (2012, s. 33) forklaring om at tilbakeblikk i fortiden kan forklare emosjonelle reaksjoner som skjer i nåtiden. For hver episode fra fortiden leseren blir fortalt, jo større forståelse har vi for den emosjonelle tilstanden Annabelle befinner seg i. Det følgende sitatet viser hvordan hendelsene i fortid påvirker den emosjonelle tilstanden Annabelle befinner seg i i nåtid. Sitatet er hentet fra en situasjon der Annabelle tenker tilbake på relasjonen mellom seg selv og Tyven.

Hun ser seg selv smile tilbake. Det er nesten som om hun flørter. Hun blir felt. Bokstavelig talt. Skotuppen setter seg fast i fortauskanten, og hun går rett i bakken. Tankene får føttene hennes til å miste koordineringsevnen. Hjernens kobler ut et øyeblikk, og hun ligger på alle fire med sviende håndflater og brennende knær. [...] Hun *smilte tilbake*. Hun *flørtet*. (Caletti, 2019a, s. 63)

Sitatet er bygd opp av en sirkelkomposisjon, der de to første og siste setningene speiler hverandre og får ekstra oppmerksomhet. Verbene i de to siste setningene er dessuten markert i kursiv, som forsterker ropet på oppmerksomhet. Effekten blir at vi forstår at noe med Annabelles handlinger i fortid er så psykisk forstyrrende for henne at hun fysisk går i bakken.

Komposisjonen i romanen er også med på å beskrive karakteren Annabelle. Tidlig i historien får leseren vite at Annabelle har brukt telling av ting som en angstdempende teknikk siden hun var liten. Midt i romanen presenterer Caletti en oppramsing av tall på hele 2 sider. Det følgende sitatet viser et begrenset utvalg av den totale talloppramsingen.

Tallenes tale er klar: Hun har vært borte i 107 dager. Det er sekstito dager siden hun forlot Martinsdale Colony uten å ta farvel med Luke Messenger. Hun har løpt 153 mil siden da. [...] Nestenkollisjoner med semitrailere: to. Alvorlig krampe på grunn av dehydrering: tre. [...] Antall mil i motvind: utallige. Antall lag med støv, skitt og svette på huden: endeløst mange. [...] Og det er mer: Tolv jenter og seks foreldre fra Aberdeen High School, South Dakota, som

heiet på henne da hun krysset grensen fra North Dakota. [...] De seks tusen nye menneskene på Run for a Cause-siden på Facebook, som legger igjen oppmuntrende beskjeder som Annabelle ikke orker å se på; de 1203 menneskene som har donert penger til GoFund-Me-en hennes; de tre hundre tusen menneskene som nå har sett YouTube-videoen hennes, skjønt hun kan ikke vite helt sikkert om de er snille. (Caletti, 2019a, s. 212-215)

Oppramsingen er gjengitt som et referat, og Caletti bruker «tallenes tale» som en inngang for å komprimere flere hendelser over lengre tid. Sitatet over illustrerer Andersens (2012, s. 32) poeng om at presentasjon av fortellingen gjennom referat ikke må forstås som oppramsing av lite viktige hendelser. Tallenes tale utgjør et virkemiddel i seg selv. Gjennom å bruke tallene illustrerer Caletti at mye har skjedd. Sitatet vitner om den motstanden Annabelle har møtt, men det viser også godheten til de menneskene som har støttet henne på reisen hennes.

4. 3 Miljøbeskrivelser, affektive rom og flashbacks

En gjennomgående fortelleteknikk Caletti bruker i *Et hjerte i en kropp i verden* er å koble historien tett opp mot miljøbeskrivelsene. Fortellingens distinkte steder er i stor grad med på å danne slike affektive rom som Andersen (2016, s. 52) forklarer tilfører fortellingen en viss emosjonell stemning. Denne stemningen leseren plasseres i, har mye å si for det estetiske uttrykket fortellingen formidler. Miljøbeskrivelsene i ungdomsromanen spiller en betydelig rolle i presentasjonen av Annabelles flashbacks. I de følgende avsnittene vil jeg derfor undersøke fortellingens omgivelser og konstruksjonen av flashbacks i lys av hverandre, da de ofte er uløselig knyttet sammen.

På Annabelles lange løpetur må hun gjennom et variert landskap. Dessuten løper hun alltid de daglige distansene alene. Landskapet som omgir henne, speiler i stor grad hvilken emosjonell tilstand hun er i. Omgivelsene skaper affektive rom som bringer med seg sine betydninger til fortellingen. Et eksempel som viser hvordan Annabelles omgivelser skaper affektive rom, kommer til syne når Annabelle løper på The Lonesome Highway. Landskapet er øde og forlatt – akkurat slik som stedsnavnet tilsier.

Hvis det er slik at naturen hater tomrom, så elsker fantasien det. Her ute, hvor det bare er landevei på landevei og innimellom noen snødekte topper i det fjerne, kan tankene hennes

boltre seg fritt. [...] Landskapet rundt henne er tomt og ødslig, og hun og Tyven har formingstime. [...] The Lonesome Highway er som en stor kinoskjerm. Og det er alltid en skrekkfilm som spilles. (Caletti, 2019a, s. 156-157)

Det affektive rommet som skapes, frembringer følelsen av ensomhet og tomhet. Annabelle oppfattes som liten og hjelpeløs i det store, øde landskapet. For Annabelle betyr tomrom at det ikke finnes noe til å distrahere henne vekk fra tanker om fortiden. Sitatet over viser hvordan overgangen fra nåtid til fortid blir dannet i samme setning. Å bruke omgivelsene for å konstruere flashbacks er en gjennomgående fortelleteknikk i *Et hjerte i en kropp i verden*. Caletti fletter inn Annabelles flashbacks i fortellingen på en måte som ikke oppleves tilfeldig og tvunget, men naturlig knyttet til fortellingens omgivelser.

Bakken er ujevn. Hvis hun tenker på føttene sine, kommer hun definitivt til å snuble. Dette skjedde ofte når hun bar lunsjbrettet sitt gjennom kantinen. [...] Nå ser hun seg selv der hun bærer lunsjbrettet på samme tid i fjor. (Caletti, 2019a, s. 97)

Sitatet viser at Annabelles flashbacks ofte oppstår i et samspill med omgivelsene hun befinner seg i og at omgivelsene fungerer som en glidende overgang til fortiden. Gjennom Annabelles stadige flashbacks blir leseren indirekte vitne til hvordan det er å leve med posttraumatisk stresslidelse og pågående flashbacks.

I henhold til Andersens (2016, s. 90) forklaringer om emosjonelle impulskilder kan vi kalle naturen og omgivelsene langs Annabelles løperute en ytre impulskilde til emosjonell reaksjon. Det er altså ytre faktorer utenfor Annabelles sinn som utløser følelser i Annabelle. Selve minnene, eller flashbackene til Annabelle, kan karakteriseres som indre impulskilde, og slike indre impulskilder skjer på bakgrunn av karakterens personlighet og psyke (Andersen, 2016, s. 90). På grunn av det posttraumatiske stresset Annabelle opplever, blir hun offer for påtrengende, vonde tanker. «Dette har han også gjort mot henne: gitt henne en livstidsdom. Minner, påtrengende tanker, mareritt» (Caletti, 2019a, s. 260). De ytre og indre impulskildene opptrer i et konstant vekselspill – nettopp fordi ytre faktorer som for eksempel naturen rundt Annabelle, utløser indre emosjonelle reaksjoner i sinnet hennes.

Noen ganger blir miljøbeskrivelsene fremstilt på en måte som ikke bare *minner* Annabelle om fortiden, men beskrevet som en integrert del av fortellingen der det vonde har en *fysisk*

tilstedeværelse. Det følgende sitatet viser hvordan Tyven manifesterer seg fysisk i Annabelles omgivelser.

Der er han. Han sitter på verandaen utenfor et bondehus i Liberty Union Road i Scott, Ohio. Hun lukker øynene. Det er heteutmattelse. Hun drikker vann. Hun prøver å skylle ham ut. Det er august. Han skimrer i solstrålene på Crawford-Huron County Line Road i Ohio. Han duver i alfalfaåkeren i Seneca Township. Hun ser ham i maisåkeren i Sullivan Township. (Caletti, 2019a, s. 312)

Tyven fremstilles som en integrert del av miljøbeskrivelsene, og han fremtrer som en invaderende plage Annabelle blir tvunget til å håndtere. Effekten blir at Tyven er umulig å komme unna, og Annabelle er hjelpeløs i kampen for å skyve ham vekk. Tyven er aldri direkte til stede i handlingen, unntatt når fortellingen presenteres i fortid gjennom Annabelles tilbakeblikk. Likevel, som sitatet over viser, kommer Tyven frem i handlingen i nåtid gjennom Annabelles hallusinasjoner. I tråd med Andersens (2016, s. 90) forklaring om at indre sinnsfaktorer som hallusinasjoner kan utløse følelser, kan vi i dette tilfellet karakterisere Tyven som en indre impulskilde til emosjonell reaksjon.

Språket og miljøskildringer er også i stor grad med på å forme det estetiske uttrykket av Annabelles psykiske utfordringer og skaper ulike affektive rom i fortellingen.

Hun fanger opp glimt av Tyven i mørke grotter og skyggelagte hulrom, der det kanskje ligger bjørner og pumaer på lur. [...] Kat er også i de fuktige skyggene i skogen. [...] Disse små detaljene springer frem fra kratt og skygger, men den største biten av dem alle ligger som et stinkende kadaver i den dypeste, mørkeste hulen. (Caletti, 2019a, s. 146-147)

Caletti bruker et dystert språk for å beskrive Annabelles vonde tanker. Tyven sammenlignes med rovdyr, og frasene «mørke grotter» og «skyggelagte hulrom» skaper en illevarslende stemning. Selve tragedien blir sammenlignet med «et stinkende kadaver i den dypeste, mørkeste hulen» og assosieres med noe råttent, mørkt og forferdelig. Skildringen av skogen og omgivelsene skaper et affektivt rom der leseren blir plassert i en dyster og truende stemning. Gjennom språkets utforming og det affektive rommet som skapes, inviteres leseren til å kjenne på de samme uhyggelige tankene som Annabelle opplever.

Det er ikke bare ute i naturen at affektive rom oppstår. Når Annabelle skal innom en skole for å bli intervjuet av den lokale skoleavisa, blir hun igjen et offer for sine egne flashbacks.

Hun ser Tyven ved... *Stopp!* Der står Tyven i trappen... *Stopp!* [...] Alt her minner henne om noe. *Stopp!* Nå gjelder det den åpne døren inn til klasserommet, hvor hun kan se Tyven foran seg i formingstimen. *Stopp!* Enda en åpen dør til nok en time med Tyven – vintersemesteret i retorikk. *Stopp!* Trofémonteren, for nå får hun nok et minne rett i fleisen. (Caletti, 2019a, s. 115)

Skolen skaper et emosjonelt kodet rom som minner Annabelle om hennes egen skole, der hun først ble kjent med Tyven. For den alminnelige person, burde skolen som setting føles trygg og velkjent, men for Annabelle blir skolesettingen en trigger for emosjonell reaksjon, og utløser vonde minner. Teknikken med å si «Stopp!» som Annabelle har lært av psykologen sin Dr. Mann, nytter ikke – uansett hvor mange ganger hun forsøker. Sitatet over er satt sammen av «Stopp!»-teknikken i kombinasjon med påtrengende minner. Effekten er at Annabelle blir et hjelpeløst offer for ustanselige og ukontrollerbare flashbacks.

4. 4 Fortellerstemme og karakter – en indre, reflekterende stemme

Fortelleren i *Et hjerte i en kropp i verden* er tett knyttet til hovedkarakteren Annabelle, da det er gjennom hennes perspektiv leseren får presentert fortellingen. Derfor vil fortellerstemme og hovedkarakteren her bli behandlet i lys av hverandre. Selv om romanen er en tredje-persons-fortelling, har fortellingen likevel en intern fortellerstemme, på grunn av det valgte sentralperspektivet som legges hos Annabelle. Slik Andersen (2012, s. 48) forklarer, blir dermed skillet mellom første-persons-fortelling og tredje-persons-fortelling visket ut. Ungdomsromanen har i tillegg indre fokalisering, der leseren får tilgang til en av de deltakende karakterenes sanser – nemlig Annabelles (G. Larsen, 2013, s. 59). På bakgrunn av den interne fortellerstemmen og den indre fokaleringen burde leseren i utgangspunktet ha full adgang til Annabelles indre og følelser. Dette har han også – til en viss grad. Likevel blir ikke selve tragedien og oppbyggingen av den avslørt før mot slutten av boken, nettopp fordi Annabelle jobber så hardt for å undertrykke den.

Andersen (2012, s. 43) peker på tre vanlige konflikter litterære karakterer kan gjennomgå; indre konflikt, konflikt med andre mennesker og konflikt mellom individ og samfunn. I *Et*

hjerte i en kropp i verden foregår det en indre, psykologisk konflikt hos hovedkarakteren. Det er undertrykkningen av det traumatiske som er den indre konflikten og som Annabelle etter hvert må konfrontere. Den gradvise konfronteringen av det traumatiske er et virkemiddel for å gi leseren et estetisk uttrykk for hvordan Annabelle etter hvert må bearbeide det psykisk belastende.

Konfronteringen og bearbeidingen av det traumatiske kommer blant annet til uttrykk gjennom Annabelles indre, reflekterende fortellerstemme. Denne reflekterende fortellerstemmen er et kjennetegn i *Et hjerte i en kropp i verden*, der Annabelle kommuniserer eller forteller gjennom en spørrende, granskende, indre stemme. Den indre stemmen blir ofte fremstilt som tankestrømmer, eller det man kan kalle en indre monolog. Et eksempel på en slik indre monolog er følgende.

Så rart tenker hun, at det finnes mennesker som kanskje ikke føler denne endeløse malstrømmen av nerver og frykt og ansvar og kontroll. [...] Kanskje hun kan ta et hvilket som helst valg, og så er det greit. Kanskje hun kan si opp den enorme jobben hun har med å ta ansvar for alle andres følelser. (Caletti, 2019a, s. 193)

Fortellerstemmen er et viktig virkemiddel for å skape det estetiske uttrykket av Annabelles bearbeiding, refleksjon og etter hvert akseptering av det traumatiske, fordi den representerer alle de overveiende refleksjonsprosessene og tankene som foregår i Annabelles sinn. Denne bearbeidingsprosessen kommer til uttrykk når hun i retrospektiv gransker og reflekterer over relasjonen hennes med Tyven. «Og hun elsket det, gjorde hun ikke? Hun bare sugde det til seg. Så deilig det var å få noen komplimenter å bygge seg opp på. Hun følte seg verdifull igjen» (Caletti, 2019a, s. 157). I første setning stiller Annabelle seg spørrende til sin egen oppførsel sammen med Tyven i fortid. Sitatet fungerer som en tankeprosess der hun reflekterer over eventuell ansvarlig rolle i tragedien. Fordi hun oppførte seg anerkjennende og ikke avvisende mot Tyven, føler hun skyld for tragedien som etter hvert skulle utspille seg.

Den indre, reflekterende stemmen løper som en rød tråd gjennom fortellingen og er sentral for leserens forståelse av Annabelles følelser. «Hva er det hun gjør her? Hva er det hun har gjort? Hun har gått seg vill. Hun har gått seg helt vill. Og hun er så ufattelig redd» (Caletti,

2019a, s. 45). Sitatet er hentet fra dag 2 av løpereisen, der Annabelle befinner seg på et Bed & Breakfast-rom og revurderer hele løpeprosjektet. Annabelles fortellerstemme gir uttrykk for den fortvilelsen og uroen hun kjenner på.

Fortellerstemmen fremstiller også i stor grad Annabelles komplekse personlighet. «Hvordan kan du føle deg trygg? Det er et innviklet spørsmål. Og det passer bra, for Annabelle er en innviklet person. Skjult bak alt det pene og pyntelige finnes desperasjon og sorg» (Caletti, 2019a, s. 12). Fortellerstemmen bidrar til å formidle Annabelles selvforståelse, fordi den avslører hvilke syn og holdninger hun har til seg selv. På denne måten skaper fortellerstemmen en slags indirekte karakterisering av Annabelle. Som Lothe (2003, s. 122) viser til, vil en indirekte karakterisering vise, dramatisere og eksemplifisere personstrekk, i stedet for å uttale dem direkte. Et eksempel på en slik indirekte karakterisering av Annabelle kommer til syne i teksten når hun bestemmer seg for å bruke en sløv saks for å klippe vekk store deler av håret for å gjøre løpingen enklere. Annabelles fortellerstemme avslører hvordan hun anser seg selv. «Endelig er det samsvar mellom det ytre og det indre» (Caletti, 2019a, s. 45). Gjennom Annabelles fortellerstemme forstår vi at det skamklipte håret speiler hennes kaotiske indre. På grunn av nærheten til Annabelles tanker og indre følelsesliv fører fortellerstemmen oss på innsiden av Annabelles forståelse av seg selv og hvordan hun oppfatter sine psykiske utfordringer.

4. 5 Hjertet som språklig bilde

Språket er også med på å gi oss en større forståelse av Annabelle som karakter. Et sterkt språklig bilde i *Et hjerte i en kropp i verden* er hjertet. Hjertet er et gjennomgående symbol i fortellingen og har også fått sin plass i boktittelen. Flere tekstutdrag fra romanen viser at hjertet er tett knyttet til Annabelles følelser. «Hun hører sitt eget hjerte også – de skyldbetyngede slagene» (Caletti, 2019a, s. 126). I tillegg til å koble hjertet mot Annabelles følelser, presenterer Caletti en del faktasetninger om hjertet gjennom boken. Så mange som 11 av bokens 34 kapitler starter med faktasetninger om hjertet. Et eksempel fra kapittel 5 viser hvordan en faktasetning presenteres. «1. Et gjennomsnittlig menneskehjerte slår sytti ganger i minuttet. Men det kan slå opp til 220 ganger i ekstreme tilfeller» (Caletti, 2019a, s. 52).

Faktasetningene om hjertet er Annabelles selvskrevne setninger som hun fører ned i notatboken sin. Setningene har et naturfaglig preg, og speiler Annabelles interesse for universet. Dermed er faktasetningene med på å karakterisere Annabelle. Den siste setningen i alle kapitler, der slike faktasetninger presenteres, bærer preg av en slik underliggjøring som Sjklovskij (2003, s. 15) beskriver. Gjennom språket inviteres leseren til å betrakte det som beskrives på en ny og annerledes måte. I *Et hjerte i en kropp i verden* er det ofte beskrivelser av hjertet som skaper en underliggjøring. Siste faktasetning i kapittel 5 lyder som følgende: «I det virkelige liv er den fysiologiske responsen på frykt i uventede situasjoner en følelse av at hjertet ditt har stanset fullstendig» (Caletti, 2019a, s. 52). Mens de første faktasetningene i kapitlet setter rammen, vil den siste setningen utfordre eller kontrastere den etablerte rammen. Ofte er siste setning knyttet til Annabelles personlige erfaring av hva hjertet er og kan gjøre. De første setningene av ren fakta om hjertet illustrerer en slags objektiv avstand. Den siste setningen, derimot, vitner om en mer subjektiv nærhet, der leseren får et innblikk i Annabelles tanker om hjertet og hvor komplekst det kan være.

Mot slutten av boken fremstilles det komplekse ved hjertet i det følgende sitatet.

Det finnes sanger om hjertet, dikt om hjertet, legender om hjertet, fakta om hjertet. Og det er sant – hjertet synger og snakker og forteller historier. Det går an å regne ut hvor mange kilometer arteriene utgjør til sammen; det går an å beregne nøyaktig hvor hardt hjertet slår. Men hjertet er også stille. Det er også et mysterium. Ingen vet egentlig hvordan det banker videre etter at det har blitt knust. [...] Det engelske ordet *courage* kommer fra det latinske ordet *cor*, som betyr hjerte. Hjertets *du-dunk* leder til neste *du-dunk*. Ett skritt leder til neste skritt. Vi går videre. Noen ganger mot vår vilje, noen ganger mot alle odds, men vi går fremover. [...] Og skrittene, og hjertets *du-dunk*, skyver oss videre til det neste som kommer. (Caletti, 2019a, s. 348-349)

De første tre setningene av sitatet fungerer som en slags oppsummering av alle faktasetningene som har blitt presentert tidligere i boken. Videre i sitatet blir hjertet fremstilt som et mysterium. Språket og måten hjertet blir beskrevet på, inviterer leseren inn i en underliggende refleksjon over hvor komplekst menneskehjertet kan være. Til tross for alt det vonde Annabelle har vært gjennom, banker likevel hjertet hennes videre. Hjertet

assosieres med mot og motstandsdyktighet – to kvaliteter Annabelle absolutt har vist at hun har.

4. 6 En følelsesmessig reise

Underveis på den lange løpeturen mot Washington DC gjennomgår Annabelle det man kan kalle en følelsesmessig reise. Som Andersen (2019, s. 38) forklarer, er det ikke alltid begivenhetene i handlingen som fører fortellingen fremover – det kan det like godt være karakterenes *følelser* som er det handlingsdrivende elementet. I henhold til Andersens påstand, er det mulig å si at Annabelles følelser og indre kan fungere som handlingsutløsende i *Et hjerte i en kropp i verden*.

En setning eller lignende varianter av den som dukker opp flere ganger gjennom hele boken, er «Hvis du la fra deg skyldfølelsen, hva annet ville du føle?» Spørsmålet er en replikk fra psykologen Dr. Mann, og etter hvert blir setningen viktig for Annabelles bearbeiding og frigjøring av de ulike følelsene knyttet til tragedien og hennes psykiske utfordringer. Annabelles indre er preget av en følelsesmessig forvirring, og hun må konfrontere hver følelse for å komme seg videre. Et gjennomgående kjennetegn i fremstillingen av Annabelles følelser er at Caletti knytter følelsene til hjertet. Videre i analysen vil jeg undersøke de mest fremtredende følelsene i romanen.

4. 6. 1 Skyld

Den mest omfattende følelsen som opptar Annabelles følelsesrepertoar, er skyld. Skyldfølelsen har en varighet som strekker seg langs alle de 435 milene Annabelle løper. Mot romanens siste kapitler ser vi at skyldfølelsen fortsatt er til stede. «Hva annet føler hun, i tillegg til skyld? Skam, anger, selvbekreidelse, ansvar – alle søsknene til skyld» (Caletti, 2019a, s. 294). Annabelles intense og vedvarende skyldfølelse kan beskrives som et gjennomgående mood i fortellingen. I tråd med Oatley (2004, s. 4) er moods de følelsene, eller sinnsstemningene som vedvarer over en lengre tid og som ikke oppstår akutt. Det er mulig Annabelle aldri blir fullstendig fri for skyldfølelsen. Men selv om skylden tynger henne ned gjennom hele fortellingen, skal vi senere i analysen se at den likevel ikke vil ta like stor plass etter hvert som Annabelle løper og bearbeider følelsene.

Det er skyldfølelsen som formidler det etiske i *Et hjerte i en kropp i verden*. I en litterær tekst er det en nær sammenheng mellom estetikk og etikk, da det er den estetiske utformingen som fremkaller bestemte følelser (Andersen, 2016, s. 13). De konkrete estetiske uttrykkene fremkaller bestemte holdninger og følelser hos leseren. I romanen er Annabelles opplevelse av skyldfølelse så intens at det like godt kunne vært henne som fyrte av skuddene, og ikke Tyven. Annabelles sterke oppfatning om at hun har gjort noe galt, gjør at hun kaller seg selv en «forbryter» (Caletti, 2019a, s. 69). Dermed blir Annabelles skyldfølelse ofte fremstilt sammen med straff. «Det er vanskelig selv for Annabelle å forstå det. Men i hjertet og sjelen og for hvert eneste brennende, sviende skritt, føler hun dette: En forbrytelse må få sin straff, og dette er en del av hennes» (Caletti, 2019a, s. 65). Sitatet viser ett av de mange eksemplene der Caletti knytter en bestemt følelse til hjertet.

I tett sammenheng med straff viser utdrag fra romanen at Annabelle i begynnelsen av fortellingen bruker løping som et middel for å oppnå smerte. «Hvis hun løper langt og presser seg hardt nok, får hun vondt i kroppen. Hun har gjort dette hver eneste uke frem til nå. Påført seg selv smerte. Straff» (Caletti, 2019a, s. 34-35). Annabelles psykiske utfordringer blir fremstilt ved at hun bruker løping som et middel for å oppnå straff og smerte. Når den fysiske smerten blir stor nok, kjennes den psykiske smerten ikke fullt så tung, og den blir på et vis lettere for Annabelle å håndtere. Senere i analysen skal vi se at Annabelles løping utvikler seg fra å være en straff, til å bli en måte å bearbeide det vonde på.

Det etiske i *Et hjerte i en kropp i verden* kommer òg til uttrykk gjennom Annabelles forvirring rundt hvilken rolle hun selv spilte i oppbyggingen av tragedien. Fordi Annabelle var snill og imøtekommende med Tyven, føler hun sterk skyldfølelse for tragedien. Denne skyldfølelsen er komplisert, men dreier seg om en langsom, delvis skjult progresjon av en slags kontroll Tyven hadde over henne. Det som først kunne se ut som en uskyldig flørt, utviklet seg til en skummel besettelse, og Annabelle er forvirret over hva hun tillot overfor Tyven.

Hun vet at hun burde få lov å invitere hvis hun vil, si nei hvis hun vil si nei, ja hvis hun vil si ja, være forlokkende eller ikke forlokkende, og ganske enkelt trives med kroppen sin og hva den gjør og er og hvordan den ser ut. Hun skal liksom være trygg og sikker på disse tingene, men hvordan kan hun være trygg og sikker på disse tingene? Det finnes så mange motstridende

beskjeder – selvtillit og skam, makt og maktløshet, hva hun skylder andre og hva som er hennes eget – at hun ikke lenger kan høre hva som er sant. (Caletti, 2019a, s. 184)

Annabelles forvirring rundt sin egen rolle i tragedien har ført til en følelse av å ha mistet egen handlefrihet og selvstyre, og Annabelle kjenner seg hjelpeløs i egen kropp. Men etter hvert blir løpingen Annabelles måte å gjenvinne handlefriheten og kontrollen på.

4. 6. 2 Frykt

Frykt er også en følelse som tar stor plass i Annabelles følelsesrepertoar. I tillegg til å håndtere det posttraumatiske stresset som Annabelle opplever som utfordrende nok i seg selv, havner hun noen ganger i reell fare på den lange løpeturen. Et eksempel på hvor Annabelle befinner seg i reell fare er når hun skal krysse en gammel, ustabil jernbro.

Annabelle løper. Hun spurter over broen. Vel, hun spurter så godt hun kan, mens hun også følger med på hvert skritt hun tar. Svetten siler av henne, så nervøs er hun. Hjertet hamrer av skrekk. Hun prøver å ikke se ned, for ned er overalt. Det er en grufull adrenalinmiks – å være fryktløs og livredd på samme tid. (Caletti, 2019a, s. 101)

Igjen blir følelser knyttet til hjertet – denne gangen følelsen av skrekk. Caletti bruker korte setninger for å frembringe intensitet og spenning, og leseren holder pusten sammen med Annabelle. Sitatets siste setning viser også kompleksiteten av Annabelles følelser; hun både konfronterer frykten, men er samtidig livredd. Setningen skaper en større parallell mot Annabelles bearbeiding av selve tragedien. I bearbeidingsprosessen er hun både konfronterende, men også sårbar og preget av angst.

Selv om Annabelle opplever situasjoner der hun er i reell fare, fremstilles følelsen av frykt oftest som et resultat av det traumatiske hun har opplevd. Som tidligere belyst, er det ofte Annabelles omgivelser som trigger emosjonell reaksjon og fungerer derfor som ytre impulskilde. Når Annabelle skal krysse en mørk og forlatt tunnel, spiller nettopp omgivelsene en viktig rolle for det estetiske uttrykket som skapes. Tunnelen medbringer et affektivt rom som føles klaustrofobisk og truende.

Annabelle kan nesten ikke puste i den mørke tunnelen. [...] Hun ser for seg en mann som presser seg mot veggen lenger fremme, klar til å gripe fatt i henne idet hun løper forbi. Han

er der, og der, og der, med lange, sterke gripearmer. Hun smetter unna hendene hans. Hun setter opp farten, for hun ser for seg at en annen mann løper bak henne og prøver å få tak i henne. [...] Mørket spreller med gufne fingre og prøver å gripe henne. (Caletti, 2019a, s. 79-80)

Leseren vil muligens forstå at Annabelles frykt er irrasjonell. Likevel blir leseren invitert inn i Annabelles fryktfølelse på grunn av det estetiske uttrykket for frykt som sitatet skaper. Ved å personifisere mørket med «gufne fingre» skaper Caletti en faretruende stemning.

Annabelles fryktfølelse resulterer i at hun setter opp farten – med andre ord, tunnelen og frykten fremkaller en kroppslig reaksjon. Dermed kan vi kalle frykten Annabelle opplever en reactive emotion, som er følelser som utløser reaksjoner både av kognitiv og kroppslig art (Andersen, 2019, s. 46-47). Annabelles prøvelse gjennom tunnelen kan beskrives som en *fight-or-flight*-situasjon, der Annabelle flykter fra det hun opplever som en farlig situasjon. Når Annabelle kommer ut av tunnelen forstår leseren og Annabelle selv at fryktfølelsen har rot i noe større enn selve tunnelen.

Hun har lyst til å føle at hun har seiret – at hun har utfordret den jævla tunnelen og vunnet. [...] Men inni henne er det fortsatt noe – noen – som jager henne. [...] Hun overlevde noe stort, og når du har overlevd noe stort, er du alltid, alltid klar over at du kanskje ikke overlever neste gang. (Caletti, 2019a, s. 80)

Tunnelopplevelsen speiles mot Annabelles tragedie. På grunn av tragedien og det posttraumatiske Annabelle må håndtere, er alarmsystemet hennes for potensiell fare intensivert. Det følgende sitatet er fra et punkt i fortellingen hvor Annabelle reflekterer i retroperspektiv over fare. «Fare var forvirrende. [...] Hun visste ikke når hun virkelig var i fare og ikke. Stemmen inni henne som sa *nå skjer det, kom deg vekk!* ble dempet av blandede beskjeder» (Caletti, 2019a, s. 100-101). Fordi Annabelle ikke oppfattet fare tidligere, er hun dermed ekstra var for potensielle farlige situasjoner nå.

4. 6. 3 Sorg

I tillegg til å føle skyld og frykt kjenner også Annabelle på en intens sorg. Sorgfølelsen kommer sterkest til uttrykk gjennom Annabelles savn etter Kat og Will. I sitatet under blir sorgfølelsen fremstilt i sammenheng med omgivelsene, fordi blåfargen på himmelen vekker minner i Annabelle som er knyttet til Kat og Will.

Du vet du har problemer når selv himmelen minner deg om ting. Annabelle er klar over det. Sorgen er overalt. Den er sin egen skikkelse. Den vandrer stille ved siden av deg, hopper ondskapsfullt frem, pirker borti deg når du våkner om natten. Den får tårene til å trille nedover kinnene på deg bare du ser blå himmel. (Caletti, 2019a, s. 96)

Igjen bruker Caletti språket til å personifisere en følelse – denne gangen sorg. Koblingen mellom blå himmel og sorg skaper dessuten en uventet kontrast. Måten sorgfølelsen blir skildret i sitatet over, gir leseren et uttrykk for hvordan Annabelle opplever sorgen som en egen skikkelse som konstant henger over henne og utløser tristhet.

Sorgen blir på mange måter avdekket i Annabelles følelsesrepertoar først *etter* at skyldfølelsen og frykten er akseptert og erkjent. Det er som om Annabelle ikke kan se, eller føle, forbi skyldfølelsen. I det følgende sitatet ser vi hvordan denne avdekkingen av følelser skjer.

Hvis du la fra deg skyldfølelsen, hva annet ville du føle? [...] Sorg. Enorm, knusende sorg. Og så er det noe annet. Hva er det? Gå nærmere og se på det, sier hun til seg selv. Å herregud: raseri. Ukontrollerbart, eksplosivt raseri. [...] Skyldfølelsen og skammen er nesten som en velkjent trøst sammenlignet med den dype sorgen og det endeløse raseriet. Skammen er en grusom syreklump i hjertet hennes. Men sorgen og raseriet kan komme til å brenne henne opp, akkurat som stormen i går, med taggete lyn som suste gjennom det flate landskapet på leting etter det ene som fortsatt sto oppreist. (Caletti, 2019a, s. 196-197)

I sitatet kommer Annabelles indre, reflekterende stemme, som er markert i kursiv, frem. «*Gå nærmere og se på det,*» signaliserer en oppfordring, og ikke en flukt bort fra følelsen.

Dermed skjer det en slags frigjøring av følelser hos Annabelle. Frigjøringen vokser seg som noe stort og kraftfullt når følelsen av sorg og raseri blir sammenlignet med en storm.

Uttrykket som skapes er at følelsene har ligget skult bak skylden, men nå som de er frigjort, tar de minst like stor plass i Annabelles følelsesrepertoar.

4. 6. 4 Sinne

I likhet med sorgen blir også sinne etter hvert avdekket som følelse gjennom Annabelles pågående bearbeiding. Frigjøringen av sinne skjer gjennom en gradvis utvikling i løpet av fortellingen. Sitatet under viser begynnelsen på denne utviklingen.

Men det går opp for henne at hun ikke er sint nok – ikke på langt nær. For herregud, hun burde være rasende. Hun burde være fra seg av raseri hver eneste dag. [...] Sinnet hennes har ligget begravd under et lag av godhet og skyldfølelse og frykt, men det er synd, for mennesker med ekte styrke blir sinte. (Caletti, 2019a, s. 133)

Ordet «burde» avslører at Annabelle på dette punktet i fortellingen ikke føler et sterkt sinne. Følelsen av sinne har ikke blitt avdekket fullstendig ennå, men er under utvikling. Sitatets siste setning vitner også om at Annabelle anser seg selv som svak, fordi hun er et offer for sin egen følelsesundertrykking.

I den videre utviklingen av sinne som følelse ser vi en enda tydeligere frigjøring.

Hva føler Annabelle, i tillegg til skyld? Noe nytt. For sinnet deres løfter en stein inni henne. Under er det mørkt og ekkelt og slimete. Men hun ser det. Hun kjenner den – en mark av raseri. Den er stor og ekkel, og det ser nesten ut til at den kan sluke henne, så det er ikke rart at hun ikke ville se på den tidligere. Men her er den. Den bukter seg for å komme fri. (Caletti, 2019a, s. 258)

Caletti bruker språket som virkemiddel for å formidle hvordan frigjøringen av sinnefølelsen bygges opp. Følelsen av sinne blir koblet mot en «stor og ekkel mark» med aggressive egenskaper. Effekten blir at følelsen av sinne er noe klebrig og voldsomt som er på vei ut i det fri.

Det mest tydelige beviset på utviklingen av sinne som følelse skjer mot slutten av romanen. «Hva føler hun i tillegg til skyld? Harme. *Rettferdig* harme. Hjertet hennes dundrer» (Caletti, 2019a, s. 268). Følelsen av sinne blir koblet mot et dundrende hjerte. Utviklingen av sinne som følelse har gått fra et svakt «burde» til et kraftig «*Rettferdig* harme» som Annabelle selv tiltaler det. En form for selvrealisering har skjedd hos Annabelle. Den tidligere altoppslukende skyldfølelsen tar nå mindre plass, og dermed får sinne og andre følelser slippe fri.

4. 6. 5 Håp, kjærlighet, takknemlighet og glede

Til nå har jeg undersøkt følelsene skyld, frykt, sorg og sinne. Heldigvis er det ikke bare de vonde følelsene som blir fremstilt i *Et hjerte i en kropp i verden*. Oppi alt det vonde Annabelle må håndtere, finnes det også glimt av håp.

Der var selve overgangen. Problemet er at det blir nye overganger. Det går fra bra til dårlig til bra til dårlig – universet snurrer rundt og lager morgen og mørke og morgen. Hun har ikke glemt fremtiden, men fortsatt er hun i det som er *bra*. Hun har blitt løftet av fremmede og løftet inn i søvnen. Hun drømmer et eller annet om siloer og en lastebil og en gul åker, og den er ikke lenger øde og trist, men full av farge. (Caletti, 2019a, s. 143)

Sitatet er hentet fra det øyeblikket Annabelle krysser sin første delstatsgrense. Omgivelsene og grensen skaper en symbolsk betydning, fordi delstatsgrensen representerer både en fysisk og en slags mental overgang. Den mentale overgangen skjer gjennom Annabelles refleksjon og innsikt i at det kommer til å svinge mellom både gode og vonde dager. Ordene «løftet» og «drømmer» medbringer positive assosiasjoner og står i kontrast til tidligere ordbruk – som for eksempel når Annabelles flashbacks blir beskrevet som «mareritt». En åker «full av farge» signaliserer et håp om en fremtid som ikke bare er preget av vonde minner og påtrengende mareritt.

De positive følelsene kommer tydeligst frem i sammenheng med den støtten Annabelle får fra familie og venner. Det følgende sitatet viser Annabelles refleksjon over kjærligheten de viser henne.

OK, så er det teit og tullete, for dessverre og heldigvis er det gjerne sånn at livets største øyeblikk er preget av teit og tullete. Det begynner Annabelle å forstå nå. Kjærligheten er teit og tullete, den har ti tommeltotter og to venstreføtter – den snubler i seg selv fordi den er så stor at den blir klønete. Kjærligheten er litt dustete når den er riktig. For hvordan skal man få satt ord på noe som er så stort? (Caletti, 2019a, s. 299-300)

Sitatet vitner om at Annabelle har et realistisk syn på kjærligheten. Den blir ikke utsmykket med et overflødig eller romantisert språk.

Videre i fortellingen ser vi at Annabelle også føler takknemlighet. «Hva er det hun føler, i tillegg til skyld? Takknemlighet. Takknemlighet over å være i live» (Caletti, 2019a, s. 274). Igjen blir ikke følelsen fremstilt med et overflødig språk, men har en mer konstaterende form. Det samme skjer når følelsen av glede blir fremstilt mot romanens aller siste sider. «Hva annet føler hun, i tillegg til skyld? Glede. Hun føler glede» (Caletti, 2019a, s. 353). Kanskje er den enkle og rett-frem-fremstillingen av følelsene et virkemiddel i seg selv. Bare det at Annabelle konstaterer at hun føler disse positive følelsene, er for henne en seier – da det i begynnelsen av fortellingen var vanskelig å tenke seg at hun noen gang ville føle håp, kjærlighet, takknemlighet og glede igjen etter tragedien.

4. 7 Fra impuls til kontroll

Videre i denne litterære analysen skal jeg undersøke hvordan hovedkarakteren håndterer utfordringer i livet. Som vist tidligere i analysekapittelet, skjer det en utvikling og refleksjon hos Annabelle etter hvert som hun tilbakelegger milene. I de følgende avsnittene skal jeg undersøke hvordan Annabelles løping har utviklet seg fra å være en impulsiv flukt til å bli en bevisst og kontrollert handling. Jeg skal også belyse utviklingen av Annabelle som karakter.

På romanens aller første side møter leseren en «lamslått» og «stiv» Annabelle (Caletti, 2019a, s. 7). Den ubehagelige opplevelsen i køen på restauranten utløser en kroppslig reaksjon i henne. «Det som er igjen av Annabelle, setter plutselig av sted som et lyn» (Caletti, 2019a, s. 7). I henhold til Andersens (2016, s. 24) forklaring om følelsers bevegelse eller reaksjonstid, kan vi kalle Annabelles impulsive reaksjon for en *low road*-reaksjon. En *low road*-reaksjon vil skje instinktivt og uten noen særlig form for bevisst refleksjon. Mangel på refleksjon og begrunnelse for den instinktive løpingen kommer enda tydeligere frem i det følgende sitatet. «Hvorfor løper hun? Vel, noen ganger klikker det bare» (Caletti, 2019a, s. 8). Leseren forstår at løpingen er en akutt og ukontrollert reaksjon hos Annabelle.

Annabelles reaksjon kan forklares i støtte av Bræins (2020, s. 150) teori om overlevelsesstrategier hos mennesker som opplever PTSD, der en slik flukt gjerne er kroppens automatiske måte å komme seg bort fra en ubehagelig situasjon.

Videre i fortellingen blir leseren vitne til at løpingen utvikler seg fra å være en impulsiv reaksjon, til å bli en mer veloverveid handling. På et relativt tidlig stadium av den lange

løpeturen føler Annabelle seg nedbrutt og utmattet, og hun må ta en avgjørelse. Annabelle står overfor et veikryss – og igjen skaper miljøbeskrivelsene en betydning for det estetiske uttrykket i teksten. Veikrysset signaliserer et viktig avgjørelsesvalg. Annabelle kan ta til høyre i veikrysset, som innebærer det forlokkende alternativet om å avslutte hele løpeprosjektet, eller hun kan ta til venstre og fortsette den lange reisen. Etter mye vurdering velger Annabelle til slutt å fortsette den harde løpingen.

Hun skjønner at alle store avgjørelser må fattes på nytt og på nytt. Hun ser for seg at når man begynner å elske noen, så må man bestemme seg for å være forelsket en million ganger eller mer, og når man går på college, må man bestemme seg om og om igjen for å fortsette på college. Det samme gjelder når man bestemmer seg for å løpe fra Seattle til DC etter en grusom tragedie. (Caletti, 2019a, s. 142)

Som Hogan (2011, s. 238) poengterer, vil følelser ofte motivere våre handlingsvalg og evnen vår til å ta avgjørelser. Viljen til å gjennomføre og mestre det målet Annabelle har satt seg, er motivasjonen bak avgjørelsen hennes. Annabelles løping har gått fra å være en *low road*-reaksjon til å bli en *high road*-reaksjon. Som Andersen (2016, s. 23) forklarer, innebærer en *high road*-reaksjon evaluering og refleksjon. Sitatet over vitner om en mer reflektert Annabelle som er i stand til å ta et bevisst valg om å fortsette løpingen. Dermed har Annabelles løping utviklet seg fra å være en impulsiv, kroppslig reaksjon til å bli en bevisst og kontrollert avgjørelse.

4. 8 Motstandsdyktighet og mobilisering

I løpet av de 435 milene Annabelle løper, møter hun en god del motstand. I tillegg må hun håndtere den største motstanden av dem alle – nemlig de psykiske utfordringene og det posttraumatiske stresset som tragedien har påført henne. Basert på det som er blitt undersøkt i denne analysen, kan vi si at løpingen gjør Annabelle motstandsdyktig. Psykolog Kari Frank (2017) definerer motstandsdyktige mennesker som selvstendige og utholdende og med evne til å kunne gjennomføre det de har bestemt seg for. Motstandsdyktighet er såkalt «positiv psykologi» og innebærer å håndtere stress og belastninger på en positiv måte (Frank, 2017). Det følgende sitatet er et eksempel på hvor Annabelles motstandsdyktighet kommer til uttrykk i teksten.

Når man er et menneske, må man hele tiden bestemme seg for å gå fremover. Man er helt nødt, ellers blir man sittende fast i det grusomme. Da vil man aldri få oppleve det *beste* livet har å by på – som sengen i Coeur d'Alene Casino Resort Hotel. Kryp, gå eller løp: *fremover*. (Caletti, 2019a, s. 134)

Sitatet vitner om at Annabelle viser innsikt og viljestyrke, til tross for den motstanden hun har møtt. Det er nettopp mobiliseringen – selve bevegelsen fremover – som er Annabelles måte å håndtere det psykisk utfordrende på. Løpingen og mobiliseringen har vært viktig for Annabelles konfrontering av undertrykte følelser, og er en sentral strategi i prosessen med å komme seg videre. «Hold deg for ørene hvis du må – men *se*. Se på raseriets makt. Det skjer. Ting settes i gang. Veien hjelper henne. Milene hjelper henne. Avstanden hjelper henne. Folk hjelper henne. Hun leges. Hun *mobiliserer*» (Caletti, 2019a, s. 269). Effekten av sitatet utgjør en repeterende kraft – en kraft som skyver Annabelle fremover. Denne kraften, eller motstandsdyktigheten, er Annabelles styrke i å håndtere det psykisk utfordrende på.

Det går an å stille seg kritisk til om det å løpe på tvers av USA faktisk er sunn og positiv oppførsel. Likevel viser følgende sitat at det er noe Annabelle ønsker.

Alt hun vil, er å komme seg tilbake dit hvor hun hører hjemme: i løypen. Der hvor hun ikke hører annet enn sine egne skritt og Loretas rolige stemme, og bekker som sildrer og fugler som kvitrer og trær som knaker og bruser, og en og annen skummel dyrelyd. (Caletti, 2019a, s. 125-126)

Naturen og selve mobiliseringen fremover blir Annabelles bearbeidingsterapi. Som Bræin (2020, s. 153) påpeker, kan aktiviteter som baserer seg på det kroppslige være til hjelp for mennesker som har opplevd traumatiske hendelser. I tillegg til mobiliseringen blir mestringen av å gjennomføre den lange løpeturen Annabelles måte å ta tilbake kontrollen over sitt eget liv.

Annabelles følelsesmessige reise og konfrontasjonen med det traumatiske munn ut i en form for realisering og aksept. Denne realiseringen og aksepten kommer tydeligst til uttrykk når hun mot slutten av fortellingen skal holde en tale som gjest hos universitetet Carnegie Mellon. I talen sin forklarer Annabelle hvilket syn hun har på løpingen.

«Når jeg løper langs en vei oppe i fjellet eller noe, og vinden presser seg mot meg ... så presser jeg tilbake. Jeg presser meg mot min egen hjelpeløshet. Jeg snører skoene dag etter dag for å kjempe – for å kjempe mot den maktesløsheten jeg føler etter det morderen gjorde mot Kat og Will og meg. [...] Og jeg løper og løper fordi jeg er full av sorg. Løping er min måte å gråte og be og skrike på. Den sier at jeg ikke vet hva jeg skal gjøre, men jeg må gjøre noe. Den sier at jeg må bruke stemmen min, for av og til har man ikke annet enn stemmen sin når noe er større og mektigere enn en selv. Stemmen finnes her og nå, men først og fremst finnes den i den løpende kroppen min. [...]». (Caletti, 2019a, s. 339)

Annabelles begrunnelse for løpingen står i sterk kontrast til den forklaringen leseren får på fortellingens aller første side. «Hvorfor løper hun? Ingen anelse» (Caletti, 2019a, s. 7). På mange måter er denne talen fortellingens klimaks, fordi Annabelle endelig må sette ord på følelsene sine. Hun konfronterer det hun hele tiden har forsøkt å undertrykke. Løpingen er ikke lenger en flukt fra fortiden, men en måte å kunne møte fremtiden på.

Annabelle kan kalles en rund karakter, slik Andersen (2019, s. 37) forklarer er karakterer som gjennomgår en emosjonell utvikling. Den emosjonelle utviklingen Annabelle gjennomgår er det å la undertrykte følelser slippe til. Videre i utviklingen av Annabelle som karakter, ser vi en akseptering av tragedien og det traumatiske. «*Det som skjedde* kommer både til å være en vind å slåss mot og en kraft som driver oss fremover; det kommer både til å være en ledestjerne i snøstormen og noe som kan lede oss på ville veier» (Caletti, 2019a, s. 349). Tosidigheten i sitatet signaliserer at påkjennningene Annabelle har opplevd, både kommer til å bli en styrke og en svakhet i hennes videre liv. Annabelle erkjenner og aksepterer at tragedien vil prege henne, men samtidig har den gjort henne sterkere og mer robust i møte med motstand.

4. 9 Et omsorgsfullt støtteapparat

Selv om Annabelle løper på tvers av USA for egen maskin, hadde ikke reisen hennes vært mulig uten støtte fra familie og venner. Som Annabelle selv sier: «Det er de som kjenner og elsker deg, som også kan redde deg» (Caletti, 2019a, s. 47). Annabelle er derfor ikke alene i å håndtere sine utfordringer.

Kanskje den viktigste støtten får Annabelle fra bestefar Ed som følger Annabelle med bobilen, hvor hun kan sove og hvile mellom hver etappe. Bestefar Ed blir også den som sørger for gnagsårstell, nok væskepåfyll og ikke minst; gjennomgående oppmuntring. Når Annabelle betviler hele løpeprosjektet, er han rask med oppmuntrende ord.

Han er tålmodig. Dette er en utholdenhetsprøve for ham også. Han legger hånden på skulderen hennes. «Hvorfor er det i det hele tatt noen som prøver på det umulige? For å være større enn den største drittsekken.» «Jeg er ikke større.» «Ikke? Hvem er det som står her? Du eller drittsekken?». (Caletti, 2019a, s. 163-164)

Forholdet mellom Annabelle og bestefaren tilfører en egen humoristisk og kjærlig dynamikk i fortellingen.

En annen viktig støttespiller for Annabelle er broren hennes Malcolm. Han blir selvutnevnt logistikk-koordinator og hjelper Annabelle hjemmefra via telefon- og videosamtaler. Når Annabelle først løper fra køen på restauranten, har hun ingen plan for hvordan hun skal gjennomføre turen. Men da Malcolm og moren hennes ankommer motellet hun har sjekket inn på for natten, har Malcolm allerede lagt en plan.

Flere sammenstiftede papirark. «En rute. Google Maps. Kryssreferert med den som Jason Dell fra Oregon tok. Jeg tok den fra lengdeløpspermen din.» «Å dustetryne,» sier Annabelle lavt. Det er et kjærlig uttrykk, og hun kaller ham det i alle mulige slags situasjoner. Hun roper det i sinne både når hun er sint på ham, og når det renner over av ømhet for ham. (Caletti, 2019a, s. 29-30)

Malcolm viser støtte gjennom å tilrettelegge og planlegge prosjektet, slik at Annabelle skal kunne gjennomføre målet sitt. Malcolm er også delaktig i å markedsføre løpeturen, sammen med Annabelles venner Olivia og Zach. Til sammen utgjør de tre et slags PR-team. I tillegg til å hjelpe med finansieringen av turen, tilbyr Olivia og Zach vennskapelige oppmuntringer.

«Du trenger dette. Herregud, dette er bedre enn ... sånn som du har vært i det siste. Du må reise deg, Annabelle. Dette gir deg grunn til å ... til å *fortsette*.» [...] «Du er nødt til å gjøre dette for deg selv. Og kanskje er dette feil av meg å si, men *jeg* trenger at du gjør det. Skjønner du hva jeg mener?». (Caletti, 2019a, s. 47-48)

Annabelles familie og venner er også til stede når hun endelig når målstreken i Washington DC.

Heia Annabelle! Du klarte det! Kom igjen, Annabelle! De messer frem navnet hennes. *Annabelle! Annabelle! Annabelle!* Nå ser hun dem – menneskene sine, de hun kjenner. Teamet hennes. De er omgitt av en liten forsamling, og de står på begge sider av gaten. Alle har på seg rødt, og de vifter med armene og hopper opp og ned. [...] Alle klemmer henne, holder henne, løfter henne. [...] Herregud så glad hun er for å være her. Hun er glad for at hjertet og føttene hennes har båret henne frem slik hun kan føle alt dette. (Caletti, 2019a, s. 350-352)

Det er ikke bare venner og familie som støtter Annabelles løpeprosjekt. Også fremmede som har hørt historien hennes dukker opp langs løperuten og heier henne frem.

«Løp du,» sier den lyshårede kvinnen. «Du klarer det.» «Vi hørte hva som skjedde,» sier mannen. «Du løfter oss. Vi løfter deg.» Det er et typisk halvreligiøst utsagn som folk gjerne kommer med, og det hender at sånt er litt creepy, men nå er det egentlig ganske fint. Faktisk er det veldig fint. Det er så fint at hun nesten ikke kan tro det. Hun får klump i halsen. [...] Hun kjemper mot gråten, men tanken på å gi opp er borte. (Caletti, 2019a, s. 136-137)

Den siste setningen av sitatet viser hvilken betydning andre menneskers støtte har for henne. Som Bræin (2020, s. 151) trekker frem, har omsorg og sosial støtte betydning for mennesker som opplever posttraumatisk stress, og menneskene rundt Annabelle spiller en avgjørende rolle for at hun skal gjennomføre løpet sitt.

Å vise omsorg, forståelse og samtidig være lydhør, er kanskje det beste Annabelles familie og venner kan gjøre for å hjelpe Annabelle gjennom hennes psykiske utfordringer. Selv om Annabelle i stor grad håndterer hennes psykiske utfordringer på egen hånd, er hun likevel avhengig av å kunne lene seg til det omsorgsfulle støtteapparatet hennes. Gjennom deres støtte og anerkjennende handlinger avslører Annabelles familie og venner samtidig hvilke verdier de har. Rosenblatt (1995, s. 248) fremhever hvordan litterære karakterer er med på å uttrykke verdisystemer i en litterær tekst.

As in life, questions of values are always implicit in any poem, novel or play. Characters are faced with the necessity for choice and by those choices affirm or deny the values of their

world; the voice of the persona in a poem or a narrative, by one clue and another, creates a scale of values by which the reader is asked to measure the mood or the world that has been evoked.

Når bestefar Ed velger å bli med på den lange reisen på tvers av USA, avslører han gjennom sine handlinger at han holder verdien om å være behjelpende og støttende høyt. Som Lothe (2003, s. 122-123) forklarer, kan litterære personer indirekte karakteriseres basert på deres handlinger og tale, og gjennom handling- og talemønstre avslører de sine verdier. Med Lothes forståelse av karakterisering, kan vi si at både det bestefar Ed gjør for Annabelle og det han sier til henne er med på å fremstille han som en støttende og kjærlig person. Det samme gjelder fremmede som heier Annabelle fremover, Malcolm og andre venner som markedsfører, planlegger og legger til rette for at Annabelle skal kunne gjennomføre reisen. Gjennom sekundærkarakterenes ord og handlinger oppfatter leseren dem som medfølende og støttende. Allison, Campbell & Fonegy (2019, s. 64) understreker at sosial støtte påvirker individets motstandsdyktighet enten direkte eller indirekte ved å hjelpe individet i å vurdere stressituasjoner eller ved å minimere stresseksposering. Sekundærkarakterene i *Et hjerte i en kropp i verden* utgjør en viktig funksjon for at Annabelle skal kunne gjennomføre løpeturen – og ikke minst for at hun skal komme seg videre i livet etter den traumatiske tragedien.

5. 0 Drøftinger i et livsmestringsperspektiv

Videre i denne oppgaven vil jeg drøfte siste del av oppgavens problemstilling, nemlig hvordan *Et hjerte i en kropp i verden* kan gi ungdom innsikt i livsmestring. I drøftingen vil jeg bruke de refleksjonene og betraktningene som er lagt frem i analysen over og anvende dem i et leserperspektiv. Jeg vil altså undersøke hvordan en interaksjon mellom romanen og den unge leseren potensielt kan bidra til å styrke ungdommers forståelse av livsmestring. Ved første øyekast kan livsmestring synes å kun være et personlig anliggende, men evne til livsmestring vil også kunne gagne samfunnet på et mer kollektivt nivå. Denne drøftingsdelen kommer til å ta for seg egenskaper innen livsmestring som både vil tjene den enkelte leser, men også mennesker i et større fellesskap. Temaene eller ferdighetene innen livsmestring som *Et hjerte i en kropp i verden* løfter frem og som jeg videre vil undersøke er: forståelse for følelser og emosjonsregulering, å kunne ta andres perspektiv, evne til å identifisere, vise sympati og empati, og til slutt; muligheten til å finne mening i livet.

5. 1 Forståelse for følelser

Følelser er en sterk drivkraft i *Et hjerte i en kropp i verden*. Fra den affektive analysen ser vi at hovedkarakterens følelser er svært betydningsfulle i henhold til de psykiske utfordringene hun opplever, og følelsene styrer i stor grad Annabelles handlinger i ulike situasjoner. Forståelsen av egne og andres følelser er helt sentralt innen livsmestringsperspektivet, og evnen til å håndtere tanker, følelser og relasjoner er derfor viktig (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 13). For å kunne forstå oss selv er det avgjørende at vi kan anerkjenne, tolke og forholde oss til egne og andres følelser. *Et hjerte i en kropp i verden* kan gi leseren en inngang til å observere hvordan følelser i stor grad styrer og motiverer våre holdninger og handlinger.

Følelsene som tar størst plass i romanen er de vonde følelsene som skyld, frykt, sorg og sinne, men som analysen belyser, opplever Annabelle også håp, kjærlighet, takknemlighet og glede underveis på løpereisen. Annabelles ulike følelser blir fremstilt i et komplekst samspill med hverandre, og følelsene er sjeldent isolert i sin rene form. Annabelles sorgfølelse kommer sjeldent til uttrykk uten at hun føler skyld for tragedien. På samme måte blir konfronteringen av følelser og mestring av motgang ofte skildret sammen med følelsen av å

være sårbar og preget av angst. Et eksempel på kompleksiteten av Annabelles følelser kommer til uttrykk når hun skal krysse den ustabile jernbroen. «Det er en gruffull adrenalinmiks – å være fryktløs og livredd på samme tid» (Caletti, 2019a, s. 101). Den komplekse fremstillingen av Annabelles følelser kan gi leseren større forståelse for hvordan følelser kan dra oss i ulike retninger på samme tid. Stoltenberg (2020, s. 61-62) forklarer at følelser som beskrives på sanselige måter, gir leseren mulighet til å gjenkjenne følelsene. Videre kan beskrivelsene av følelser gi rom for å utforske hvordan følelsene kjennes i eget sinn. Slik kan leseren øke evnen til å forstå og beskrive ulike emosjonelle tilstander.

Selv om Annabelles følelser fremstilles som komplekse, viser samtidig analysen at de gjennomgår en utvikling. I begynnelsen står den intense skyldfølelsen Annabelle føler for tragedien i veien for at hun skal kunne komme seg videre, men etter hvert som Annabelle løper, får de undertrykte følelsene slippe fri. Annabelles håndtering av følelser har dermed stor betydning for hvordan hun bearbeider det traumatiske. Sterke følelser vil kunne begrense eller hemme tenkeevnen vår, som resulterer i en redusert evne til å tenke kritisk og ta andre perspektiver innover oss (T. Normann-Eide, 2020, s. 20). Fordi Annabelle i begynnelsen kun kjenner på skyldfølelsen, blir det vanskelig for henne å forstå andre følelser tilknyttet traumat. Skyldfølelsen overkjører andre følelser som er nødvendig å få uttrykt for å bearbeide det psykisk utfordrende, som for eksempel sorgen. Annabelle mangler evne til å innse at hun er et offer, og ikke en «forbryter» slik hun anser seg selv. For å endre vonde følelser må man først avdekke dem, bli bevisst på dem, og til slutt erkjenne og akseptere dem (Fikse, s. 87).

Rydén og Walloth (2011, s. 73) presenterer begrepet «mentalisert affektivitet» som menneskets verktøy i forståelsen av egne følelser. Mentalisert affektivitet går ut på å først identifisere en affekt, deretter modulere en affekt, og til slutt kunne uttrykke en affekt. Analysen av *Et hjerte i en kropp i verden* viser at Annabelle gjennomgår en slik emosjonell utviklingsprosess. Etter hvert som Annabelle tenker og bearbeider underveis på løpereisen, lar hun gradvis andre følelser enn skyld komme til uttrykk. Hun bruker løping som middel for å modulere og bearbeide følelser. Og mot fortellingens avslutning viser hun til slutt at hun høyt og tydelig kan sette ord på vanskelige følelser. Evne til livsmestring innebærer nettopp det å kunne gjenkjenne og sette ord på tanker og følelser, samt å kunne handle bevisst og

ikke på impuls (Dyrdal, 2020, s. 121). Det er først når Annabelle lar de undertrykte følelsene slippe frem at hun fremstår mer målbevisst og reflektert gjennom handlingene sine.

Den estetiske fremstillingen av Annabelles altoppslukende skyldfølelse kan gi leseren en utvidet forståelse for hvor stor innflytelse følelser kan ha på tankemønstrene våre og hvordan vi oppfatter verden. *Et hjerte i en kropp i verden* undersøker hvordan sterke følelser kan gjøre oss blind for andre perspektiver, og Annabelle illustrerer at når vi ikke har kontakt med følelsene våre, mister vi også opplevelsen av sammenheng og evnen til å tenke kritisk.

5. 2 Emosjonsregulering

Etter hvert som Annabelle lar de undertrykte følelsene slippe til, blir hun bedre i stand til å håndtere og regulere de ulike følelsene som oppstår. Emosjonsregulering er en viktig del av livsmestringsbegrepet, og innebærer å forstå hvilke følelser man kjenner på, forståelse for hvordan følelsene aktiveres i kroppen og evnen til å kunne regulere følelsene på en hensiktsmessig måte (NAKU, 2018). Å regulere egne følelser gjør mennesket mer psykisk robust og er en viktig ressurs i møte med utfordringer (Stoltenberg, 2020, s. 106). Annabelles måte å håndtere vonde følelser på, samt forståelsen for hvilke handlinger følelsene resulterer i, kan skape refleksjoner hos leseren som bidrar til større innsikt i emosjonsregulering. I tråd med Rosenblatts (1995, s. 212) forståelse av skjønnlitterær lesing som en imaginær prøve-og-feile-simulering, kan den unge leseren av *Et hjerte i en kropp i verden* øve seg i emosjonsregulering gjennom Annabelles erfaringer i å forstå og regulere vanskelige følelser.

Sammenhengen mellom følelser og hvilke tanker og handlinger følelsene utløser, er grunnleggende innen emosjonsregulering. I analysen av *Et hjerte i en kropp i verden* ser vi at Annabelles emosjonelle tilstand i stor grad styrer de kroppslige handlingene som utløses. I flere tilfeller befinner Annabelle seg i *fight-or-flight*-situasjoner, der kroppens automatiske respons på ubehagelige følelser er å komme seg vekk fra situasjonen. Når balansen mellom strømninger av sanseintrykk og evnen vår til å takle dem svikter, mister vi følelsen av kontroll og blir overveldet (Myskja, 2020, s. 141). Evne til livsmestring inkluderer derfor evnen til å gjenvinne kontrollen over egne følelser i situasjoner der man føler seg overveldet. Et eksempel på når Annabelle føler seg overveldet, er når hun må gjennom den mørke

tunnelen og opplever et panikkanfall. «Annabelle kan nesten ikke puste i den mørke tunnelen. [...] Hun setter opp farten, for hun ser for seg at en annen mann løper bak henne og prøver å få tak i henne» (Caletti, 2019a, s. 79). På grunn av det posttraumatiske stresset vekkes fryktfølelsen, og følelsen utløser en kroppslig aktivering der hun øker tempoet på løpingen og hjertet hennes pumper raskere. Det er tydelig at Annabelle sliter med å regulere fryktfølelsen som oppstår. Episoden fra tunnelen kan illustrere hvor utfordrende det kan være å regulere overveldende følelser. Tunnelepisoden kan også gi leseren større forståelse for at mennesker som lever med posttraumatisk stress kan oppleve intens frykt selv i situasjoner der man ikke nødvendigvis befinner seg i en reell faresituasjon.

Etter hvert som skyldfølelsen tar mindre plass, klarer Annabelle å sette ord på andre vanskelige følelser som har blitt undertrykt. Det er først da hun evner å se sin egen rolle i tragedien fra et større og mer nyansert perspektiv. Annabelles viljestyrke kommer frem gjennom motstandsdyktigheten hennes og den jevne mobiliseringen fremover. Slik modellerer Annabelle hvordan løping blir hennes måte å sørge og bekjempe det utfordrende på. Ønsket hennes om å gjennomføre målet hun har satt seg om å krysse målstreken i DC, fører henne fremover – steg for steg. Fikse (2020, s. 71) forklarer at «Evnen til å opprettholde og nære vår egen inspirasjon og engasjement er grunnlaget for å inspirere andre». Selv om Annabelle er livredd for å tiltrekke seg oppmerksomhet og fremstå som en slags aktivist overfor andre mennesker, er det likevel det som til slutt skjer. Hun tar aktivt tilbake handlefriheten sin og kontrollen over eget liv, til tross for betydelig motstand – og kanskje også uten å helt vite at det er det hun gjør. Annabelle kan fungere som et forbilde for andre ungdommer som sliter psykisk, fordi hun viser hvordan løpingen blir en ressurs i å konfrontere utfordringer og komme seg videre i livet.

Selv om Annabelles handlinger etter hvert blir mer målbevisst, viser analysen at hun i flere tilfeller sliter med å holde emosjoner under kontroll. I avgjørelsesprosessen mellom å fortsette den lange løpeturen eller avslutte hele løpeprosjektet står hun overfor et valgdilemma der flere følelser kjemper i henne på samme tid. Dette resulterer i et raserianfall der hun får utløp for den håpløsheten hun kjenner på. «Det er et barnslig raserianfall, men det er deilig. Grusomt og fælt, men godt også» (Caletti, 2019a, s. 132). I dette tilfellet blir sparking og kasting av stein et kroppslig uttrykk for følelsen av fortvilelse

som Annabelle opplever. Selv om raserianfallet ikke løser problemet, blir det likevel et «deilig» og «godt» utløp for følelsene hennes. Etter at Annabelle har tatt avgjørelsen om å fortsette løpingen, reflekterer hun over utviklingen sin.

Det er ganske utrolig, egentlig, hvor forskjellig hun er fra jenta som for ikke lenge siden sto i veikrysset og sparket i sanden og kastet stein på et skilt. [...] Det er umulig å vite hva dagen vil bringe, og det er dette som er det positive og det negative ved livet. (Caletti, 2019a, s. 141-142)

Refleksjonen hennes kan ses i lys av livsmestringsperspektivet, der å mestre livet innebærer å holde ut både gjennom vonde og gode dager. Fikse (2020, s. 89) fremhever mot og «hverdagsmot» som en viktig nøkkel for å klare å takle utfordrende situasjoner. Evne til livsmestring innebærer å ha mot til å ta beslutninger i situasjoner der man er preget av usikkerhet og uforutsigbarhet. Annabelle fremstår som modig og ressurssterk når hun velger å fortsette løpingen, og avgjørelsen hennes kan inspirere andre ungdommer til å «stå i» situasjonen. Visdommen som Annabelle viser i sitatet over, kan føre leseren inn i refleksjoner om hvordan måten vi kontrollerer emosjoner på i stor grad er med på å styre våre holdninger til livet. I denne refleksjonsprosessen kan leseren potensielt få større bevissthet omkring sin egen måte å regulere følelser på. De aller fleste mennesker vil erfare at livet byr på oppturer og nedturer. *Et hjerte i en kropp i verden* viser hvordan evnen til å regulere følelser vil gjøre oss sterkere i møte med motstand, gi oss bedre impuls kontroll og større forståelse for hvordan handlinger og holdninger ofte henger sammen med følelser.

5. 3 Å gå i andres sko

På samme måte som det trengs trening i å kjenne på andres følelser, trengs det også trening i å se verden fra en annen synsvinkel enn sin egen. Fikse (2020, s. 76) fremhever sosial kompetanse som fundamental innen livsmestring og presenterer egenskapen *perspektivbevissthet* som en viktig byggekloss for sosial samhandling.

Å forsøke å se ulike perspektiver og se både vårt eget og andres narrativ i et nytt lys vil kunne øke vår perspektivbevissthet. Ved bevisst utvidelse av vår perspektivbevissthet vil vi kunne se på nytt, se nye sammenhenger, muligheter og potensielle løsninger som ivaretar flere behov og verdier fra flere perspektiv og på en annen måte enn vi først og alene tenkte.

Fortellinger kan fungere som en fin inngang til å ta andres perspektiv, nettopp fordi fiksjon gir oss muligheten til å «gå i andres sko». Kanskje er det nettopp denne evnen til å sette seg i andres situasjon som er den viktigste lærdommen leseren kan ta med seg fra *Et hjerte i en kropp i verden*. Selv om Annabelle går fra å være et hjelpeløst offer av sine egne utfordringer til å ta kontroll over dem, er ikke *Et hjerte i en kropp i verden* en «solskinshistorie» som handler om å mestre livet. Romanen viser ikke bare veien tilbake – den viser først og fremst hvordan det føles å være i en mental kollaps. Fordi ungdomsromanens sentralperspektiv er lagt hos Annabelle, opplever leseren fortellingsverdenen gjennom hennes sanser. Nærheten til Annabelle kan gi leseren utvidet forståelse for hvor kompleks og vanskelig psykiske utfordringer kan være, og hvor stor påvirkning de har for opplevelse av muligheter og begrensninger.

Et hjerte i en kropp i verden kan øke perspektivbevisstheten vår gjennom den estetiske opplevelsen fortellinger gir oss. Rosenblatt (1995, s. 236) forklarer at «Literature offers not merely information, but experiences». Det unike med fortellinger er at den gir oss mulighet til å erfare et annet menneskes liv. Litteraturkognitivist Oatley (2016, s. 624) er enig med Rosenblatt om at fortellinger gir erfaringer, og forklarer at gjennom skjønnlitteraturen er vi ikke begrenset til å leve kun ett liv – ved å lese fortellinger kan vi leve flere liv. I motsetning til et informasjonshefte om posttraumatisk stresslidelse, der leseren kun vil uthente informasjon om emnet, muliggjør en estetisk lesing av *Et hjerte i en kropp i verden* at leseren kan erfare Annabelles opplevelse av det posttraumatiske. Oatley (2016, s. 618) betrakter skjønnlitteratur som simulasjoner av sosiale verdener som kan sammenlignes med vår egen livssituasjon. Gjennom å lese fiksjon kan leseren få innsikt om andre som ikke er mulig å oppnå i tilstrekkelig grad gjennom vanlig, hverdagslig observasjon. I henhold til Oatleys beskrivelse av fortellinger som representasjoner av sosiale verdener, kan leseren sammenligne sin egen livssituasjon med Annabelles og i denne sammenligningen få økt innsikt. I fortellingsverdenen kan man møte komplekse karakterer med omstendigheter som man kanskje ikke ville ha møtt i det virkelige liv. Gjennom forestillingsevnen kan leseren transporteres inn i en verden som er annerledes enn sin egen hverdagssituasjon, og videre med sin mentaliseringsevne kan leseren oppnå utvidet kunnskap om den verdenen han opplever.

Selv om forekomsten av psykiske utfordringer blant ungdom øker, er det fortsatt et flertall som ikke opplever utfordringer (Bakken, 2019, s. 5). Disse vil være ukjente med opplevelsen av å håndtere psykiske utfordringer. En estetisk lesing av *Et hjerte i en kropp i verden* kan bidra til å skape en innlevelse i hvordan psykiske utfordringer oppleves. Det følgende sitatet fra romanen illustrerer hvordan leseren kan ta del i den estetiske opplevelsen av Annabelles psykiske utfordringer.

Stopp! prøver hun. Nytter ikke. Stopp, stopp, stopp! Det er ikke noe som heter stopp. Det går ikke an å stoppe Tyven, det går ikke an å stoppe tankene, det går ikke an å stoppe beina, for hun løper og løper og tankene kommer og kommer, og han er her. (Caletti, 2019a, s. 320)

Sitatet viser håpløsheten i Annabelles forsøk på å holde flashbacks og Tyven unna tankene. Bruken av flere gjentakelser skaper en slags ustanselig kraft som ikke kan skyves unna. Som lesere blir vi – gjennom det estetiske uttrykket sitatet skaper – invitert til å indirekte erfare Annabelles ustanselige, påtrengende og vonde minner. Fordi leseren sanser fortellingsverdenen gjennom Annabelle, kan han indirekte erfare hvordan flashbacks oppleves og føles gjennom det innsideblikket leseren plasseres i. Leseren får øvd seg i å møte motstand, og det er nettopp det å være i det vanskelige som kan føre leseren inn i refleksjoner rundt egen livsmestring.

Når leseren blir ført inn i Annabelles verden gjennom hennes perspektiv, blir han samtidig invitert til å ta stilling til de samme utfordringene og problemstillingene som Annabelle står overfor. Nussbaum (2016, s. 130) mener at fortellinger har en praktisk oppgave fordi de gir uttrykk for en «projisert», eller overførbar moral. Med dette mener hun at fortellinger kan fungere som en slags moralsk øvingsarena for leseren. Under lesingen vil vi forholde oss reflekterende, og kanskje også kritisk overfor karakterenes valg, handlinger og intensjoner. Fiksjon blir dermed en slags simulasjon av bevissthet – en bevissthet som kan overleveres fra ett sinn til ett annet og utvide våre holdninger og påvirke våre handlingsvalg i den sosiale verden vi befinner oss i (Oatley, 2016, s. 626). En estetisk leseopplevelse av *Et hjerte i en kropp i verden* kan gi leseren bedre forståelse for hvordan man i det virkelige liv kan møte mennesker i lignende livssituasjoner på best mulig måte. Fordi fortellinger kan sette oss inn i et nytt perspektiv, gir de oss muligheten til å forkaste gamle, etablerte tankemønstre. Gjennom nye perspektiver kan vi erkjenne og forstå at andre mennesker også har verdier og

ressurser (Fikse, 2020, s. 76). Selv om skjønnlitteraturen gir oss andre perspektiver, er den likevel ikke en avspeiling av virkeligheten, og *Et hjerte i en kropp i verden* gir ikke én fasit på hvordan opplevelsen av posttraumatisk stress er. Likevel skaper fortellinger og dens estetikk «...konstruksjoner som gjenspeiler bestemte livsmønstre...» (Nussbaum, 2016, s. 162). *Et hjerte i en kropp i verden* gir leseren et blikk inn i opplevelsen av psykiske utfordringer, og gjennom dette blikket kan leseren ta med seg innsikt.

5. 4 Identifikasjon, sympati og empati

Evnen til å ta andre menneskers perspektiv er en vesentlig ferdighet innen livsmestring, og er viktig for å kunne anerkjenne andre mennesker. For å ta andres perspektiv må man derfor være i stand til å identifisere med andre, samt vise sympati og empati. Den estetiske utformingen av *Et hjerte i en kropp i verden* gjør det lettere for leseren å oppleve identifikasjon med Annabelle som karakter. Romanens sentralperspektiv er lagt hos Annabelle, samtidig som at romanen har indre fokaliserings. I tillegg er det også Annabelle som fører fortellerstemmen i boken. Nærheten og adgangen til hovedkarakterens indre følelsesliv muliggjør det for leseren å føle empatisk identifikasjon for Annabelle – nettopp fordi leseren blir satt i Annabelles perspektiv. Gjennom empatisk identifikasjon kan vi lettere føle og forstå det Annabelle opplever.

Identifikasjon med litterære karakterer henger tett sammen med følelser av sympati og empati. Selv om de tre egenskapene er i tett forbindelse med hverandre, er det likevel forskjeller mellom dem. Mar, Oatley, Djikic & Mullin (2011, s. 823-824) differensierer begrepene på følgende vis. Identifikasjon omhandler å forestille seg selv i karakterens posisjon, i tillegg til et ønske om å være karakteren. Sympati innebærer en mer tilskuer-tilnærming, der leseren kan føle medlidenhet for karakteren fra et distansert utgangspunkt, men uten at identifikasjon skjer. Empati skjer når leseren – gjennom den narrative forestillingsevne – opplever de samme følelsene som karakteren, samtidig som han er klar over at følelsen ikke er ens egen, men bunnar i karakterens følelse. På bakgrunn av dette kan man si at empati krever leserens forestillingsevne, mens sympati først og fremst dreier seg om en distansert observasjon av karakterens følelser. I begynnelsen av *Et hjerte i en kropp i verden* møter vi Annabelle med et distansert blikk på hvem hun var før tragedien.

Så glad og fornøyd pleide hun å høres ut når hun snakket med Theresa, veilederen på Sunnyside Eldercare. [...] Munter og positiv, selv når hun ikke følte seg munter og positiv. Hvem var det som snakket? Ikke henne. Det var en perfekt, oppdiktet versjon av henne som snakket. (Caletti, 2019a, s. 44)

I fare for å generalisere kan det tenkes at ungdom, gjerne jenter, kan kjenne seg igjen i denne perfekte, påtatte «flink pike»-rollen som Annabelle beskriver. Dermed åpner Caletti for at identifikasjon skal kunne skje. Samtidig vil Annabelles kritiske og distanserte blikk på seg selv i fortid åpne for at den unge leseren kan føle sympati for henne, fordi tragedien har endret personligheten hennes til det ugjenkjennelige.

Romanen gir også rom for at leseren kan føle empati for Annabelle. Et eksempel fra romanen som kan bidra til empatisk forståelse, er når Annabelle blir vitne til påkjørselen av en hjort. Hjorten dør av sammenstøtet.

Å herregud. Å herregud. Å herregud. Annabelle gir fra seg et skrik. Hun kan ikke røre seg. Nei, det er verre enn det. Hun hulker, og hun er helt lammet. Hun merker ikke engang at hun hulker, for det er som om hun også er slått ut. (Caletti, 2019a, s. 228)

Hendelsen resulterer i en sjokktilstand hos Annabelle og fører til et flere dagers opphold fra løpingen, der Annabelle ikke en gang er i stand til å komme seg ut av sengen sin. Episoden krever leserens mentaliseringsevne, der han må forsøke å forklare Annabelles adferd ut fra hennes mentale og emosjonelle tilstand. Ved hjelp av mentaliseringsevnen sin kan leseren se påkjørselepisoden i et større perspektiv og forstå at Annabelles reaksjon bunner i det traumatiske hun har opplevd. Påkjørselen av hjorten har trigget vonde assosiasjoner til tragedien og utløst en emosjonell krise.

Rosenblatt (1995, s. 222) forklarer at i tolkningsprosessen må leseren innta en moralsk holdning og en kritisk objektivitet i møte med litterære tekster. I stedet for å fordømme den litterære karakterens handlinger, må leseren heller forsøke å forstå hva som har forårsaket karakterens personlighet og oppførsel. Fordi detaljene rundt årsaken til Annabelles psykiske utfordringer først blir avslørt mot slutten av boken, må leseren konstant bedrive mentalisering for å forsøke å forstå det fulle bildet over hva som har forårsaket Annabelles handlinger og emosjonelle tilstand. Leserens får trening i å se andre mennesker med

forståelse for hvordan bakenforliggende, indre tilstander påvirker adferden deres. Denne innsikten som leseren kan få gjennom litterære erfaringer, kan integreres i egne tankemønstre, holdninger og oppførsel slik at leseren kan bli bedre forberedt til å møte mennesker med respekt og forståelse.

Følelser av empati kan også utløses gjennom fortellingens språk, der en billedlig og deskriptiv språklig utforming har lettere for å stimulere empati hos leseren (Johnson et al., 2013). I *Et hjerte i en kropp i verden* bruker Caletti ofte språklige sammenligninger for å skape fortellingens estetiske uttrykk. «Men Tyven sniker seg etter henne, som en gepard sniker seg etter en gabelle på den åpne savannen» (Caletti, 2019a, s. 311). Sitatet er ett av mange eksempler der Caletti bruker språket som estetisk virkemiddel for å gi leseren et bilde av Annabelles følelser. Tyven blir sammenlignet med et lumskt rovdyr, mens Annabelle blir sammenlignet med en hjelpeløs gabelle uten mulighet til å søke dekning.

I tillegg til å være svært billedlig er språket i ungdomsromanen òg preget av en slik underliggjøring som Sjklovskij (2003, s. 15) presenterer. Det underliggjørende språket får leseren til å betrakte det velkjente på en ny måte. Et eksempel på slik underliggjøring er når Annabelles tunge sorgfølelse blir knyttet til en skyfri, blå himmel. Den uventede kontrasten mellom sorg og blå himmel skaper et uttrykk for hvordan Annabelle opplever sorgen. Språket og estetikken i *Et hjerte i en kropp i verden* inviterer leseren inn i en innlevende lesing, og gjennom denne innlevelsen åpnes muligheten for at leseren kan føle empatisk identifikasjon med Annabelle.

Siden ungdomsromanen åpner for empatisk identifikasjon, blir leseren ført inn i tanken: «Det kunne like godt hende meg». I likhet med Rosenblatt, fremhever også Nussbaum dynamikken mellom identifisering med karakterer og sympatiske observasjoner av et mer ytre perspektiv. «For at vi skal ta innover oss omfanget av andres motgang og lidelse, er vi nødt til å innta denne komplekse vekslende holdningen, og dette er også nødvendig for at vi skal bli fullt ut rasjonelle samfunnsaktører» (Nussbaum, 2016, s. 182). Med dette påpeker Nussbaum at leseren bør være klar over sin distanserte rolle som utenforstående, og ikke bli fullstendig oppslukt i de estetiske følelsene som settes i spill i romanen. Som leser bør man

både ha én fot i boken – for at empati skal kunne forekomme – og én fot i den virkelige verden – for å kunne forstå karakteren i forhold til seg selv.

5. 5 Å finne mening i livet

Til slutt vil jeg undersøke hvordan *Et hjerte i en kropp i verden* tar for seg muligheten til å finne mening i livet igjen. Mening i livet og verdivalg er sentralt innenfor livsmestringsperspektivet (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 13). Å skape mening og sammenheng i tilværelsen vår vil påvirke hvilke holdninger til eget liv vi har. I *Et hjerte i en kropp i verden* gjennomgår Annabelle en bearbeidingsprosess der hun – etter hvert som hun løper – forsøker å sette bitene sammen for å finne mening med livet igjen etter tragedien. Underveis i denne prosessen blir leseren vitne til at det ikke alltid er like lett. «Hun er ferdig fordi det hun gjør er meningsløst. Hele ideen er meningsløs, og det er det verste av alt. Hvorfor gjør hun dette? Hun har sluttet å skjønne hvorfor» (Caletti, 2019a, s. 131). Sitatet viser en tydelig nedbrutt Annabelle som ikke lenger ser meningen i å løpe på tvers av USA.

Videre i fortellingen, derimot, kan vi antyde en mer bevisst holdning til løpingen. «Det kan se ut til at hun har blitt en person som bærer på et budskap, men hun er ikke sikker på hva det budskapet er. Kanskje fordi budskapet fortsatt kjemper seg frem til henne gjennom tykke lag av sorg og skyldfølelse» (Caletti, 2019a, s. 215). Selv om sitatet bærer preg av en vaghet, vitner det likevel om at Annabelle er i en utvikling mot å finne mening med løpingen. Når Annabelle holder talen sin ved universitetet i Carnegie Mellon, ser vi at utviklingen mot å finne mening med løpingen har nådd et høydepunkt.

Sannheten har steget til overflaten, som lava fra en vulkan som nettopp har blitt aktiv igjen. [...] «Når jeg løper langs en vei oppe i fjellet eller noe, og vinden presser seg mot meg ... så presser jeg mot min egen hjelpeløshet.» (Caletti, 2019a, s. 338)

Språket i sitatets første setning skaper assosiasjoner til noe kraftfullt som har blitt vekket til live igjen. «Budskapet» som tidligere lå begravd under skyld og sorg, har kjempet seg opp til overflaten, og Annabelle har brukt løpingen som en ressurs til å bearbeide og konfrontere det psykisk utfordrende på. Selv om sitatet over vitner om en hjelpeløshet, kan vi likevel si at Annabelle er på god vei mot å finne mening med livet igjen. Løpingen og de valgene hun har tatt i løpet av reisen, har avslørt verdiene hennes og et ønske om å gjenvinne kontrollen over

eget liv. Et menneske som er i stand til å begripe og håndtere utfordringer og sette dem i en sammenheng som gir mening, vil bygge positiv psykisk helse og mestringsfølelse (Myskja, 2020, s. 143). Karakteren Annabelle kan fungere som et slags forbilde for andre ungdommer som opplever utfordringer og som kanskje også opplever livet som meningsløst, fordi hun viser muligheten til å finne tilbake til et meningsfullt liv. På samme måte som de litterære karakterene er emosjonelle subjekter som kan uttrykke sine følelser, er også leseren et emosjonelt subjekt som responderer på fortellingen (Andersen, 2016, s. 232). I tråd med Rosenblatts (1995, s. 33) forståelse av estetisk lesing som en måte å «leve gjennom» de litterære karakterenes følelser og opplevelser, kan en estetisk lesing av *Et hjerte i en kropp i verden* gi leseren mulighet til å erfare hvordan løpingen hjelper Annabelle i bearbeidingen av det utfordrende.

Annabelles modellering av å bearbeide psykiske utfordringer innebærer naturligvis ikke at enhver ungdom som opplever psykiske vansker må løpe på tvers av USA for å oppnå mestring og mening med livet. I søken etter et meningsfylt liv, må man spørre seg selv hvem man vil være, hva som gir glede og hva som er viktig. For Annabelle er løpingen viktig i prosessen mot å finne mening i livet hennes. «Alt hun vil, er å komme seg tilbake dit hvor hun hører hjemme: i løypen» (Caletti, 2019a, s. 125). Et viktig poeng i *Et hjerte i en kropp i verden* er heller å illustrere muligheten til finne mening og mestring i en vanskelig periode, eksempelvis gjennom en aktivitet. Som Annabelle selv sier: «Jeg er nødt til å gjøre noe» (Caletti, 2019a, s. 109).

6. 0 Oppsummering og avsluttende betraktninger

Avslutningsvis i denne oppgaven vil jeg oppsummere funnene fra den affektive analysen og refleksjonene rundt *Et hjerte i en kropp i verdens* muligheter innen estetisk danning i livsmestring. I oppgaven har jeg undersøkt hvordan *Et hjerte i en kropp i verden* fremstiller psykiske utfordringer og hvordan boken kan bidra til unges livsmestring. Nok en gang vil jeg gjøre oppmerksom på at denne masteroppgaven kun undersøker én ungdomsroman som tematiserer psykiske utfordringer, og at funnene fra denne oppgaven ikke har som intensjon å generalisere ungdommers opplevelse av psykiske utfordringer. I oppgaven har jeg tatt det metodiske valget om å kun undersøke **potensialet** *Et hjerte i en kropp i verden* har i forhold til ungdommers forståelse for livsmestring, og jeg har derfor ikke gjort undersøkelser av ungdommers **faktiske** møte med romanen. Det hadde likevel vært interessant å se om det potensialet innen livsmestring jeg har pekt på i denne oppgaven kunne blitt realisert i møtet mellom en ungdom og fortellingen.

6. 1 En løpende utvikling – skritt for skritt

Analysen av *Et hjerte i en kropp i verden* har vist at de ulike fortelleelementene samspiller med hverandre i fremstillingen av hovedkarakters psykologiske prosesser. Et eksempel på dette er måten Annabelles påtrengende flashbacks fremstilles. Vekselspillet mellom nåtid og fortid skaper et uttrykk for hvordan Annabelle opplever flashbacks, og flashbackene hennes utløses nærmest alltid av omgivelsene rundt Annabelle – enten om det er i en forlatt tunnel, i en skolebygning eller på en åpen landevei. Miljøet og omgivelsene rundt Annabelle fungerer som ytre impulsilder til emosjonell reaksjon. Likevel er det en tett sammenheng mellom ytre og indre impulsilder i *Et hjerte i en kropp i verden*, nettopp fordi de ytre faktorene som naturen, utløser emosjonelle impulsilder av indre karakter, som for eksempel minner og flashbacks. De ulike stedene i romanen danner forskjellige affektive rom som er med på å skape emosjonelle uttrykk i fortellingen. Disse affektive rommene blir fremstilt gjennom språklige beskrivelser og plasserer leseren i en gitt sinnsstemning. Det billedlige språket formidler deskriptive uttrykk for Annabelles komplekse følelser, og gjennom disse sanselige beskrivelsene blir leseren invitert til å kjenne på de samme følelsene.

Selv om leseren ikke med én gang får vite hva som har skjedd med Annabelle, forstår man likevel at det usagte har satt sterke emosjonelle spor i henne. Det uventede scriptet i ungdomsromanen er at Annabelle både fremstår som et offer, samtidig som hun føler sterk skyldfølelse, og leseren undrer seg over hvilke erfaringer eller hendelser som har ført til hennes utfordringer. Tilbakeholdingen av informasjon oppleves som en naturlig del av fortellingen, da det er Annabelle selv som jobber så hardt for å unngå vonde tanker knyttet til tragedien. Fortellerposisjonen i ungdomsromanen åpner for at leseren kan delta i opplevelsen av psykiske utfordringer, fordi fortellingen presenteres gjennom Annabelles sanser. Fortellingens indre fokalisering gir innsyn i Annabelles tanker og oppfatninger, og dermed åpnes muligheten for at leseren kan føle empatisk identifikasjon med henne. Annabelles fortellerstemme formidler en spørrende og granskende holdning, og denne «selvgranskingen» bidrar til å uttrykke den bearbeidingen og etter hvert aksepteringen av det traumatiske Annabelle gjennomgår i løpet av fortellingen.

Forståelsen av Annabelle som karakter og den utviklingen hun gjennomgår, har tett sammenheng med hvordan følelsene hennes fremstilles og utvikles i løpet av fortellingen. Den affektive analysen har vist at Annabelle i flere tilfeller opplever følelser som kan karakteriseres som reactive emotions, altså følelser som både er av kroppslig og kognitiv art (Andersen, 2019, s. 46-47). Spesielt er det i situasjoner der Annabelle er preget av frykt at fryktfølelsen utløser en kroppslig reaksjon. Slike *fight-or-flight* situasjoner er med på å skape et uttrykk for hvordan det posttraumatiske stresset har påvirket Annabelles følsomhet og intensivert beredskapen hennes for fare. Analysen har òg belyst en utvikling av emosjonenes reaksjonstid – nemlig utviklingen fra *low road*-reaksjoner til *high road*-reaksjoner. Når leseren først møter Annabelle, befinner hun seg i situasjoner der hun tar avgjørelser som ofte er ubevisste og impulsive. Men etter hvert som hun løper og bearbeider det traumatiske, blir hun bedre i stand til å ta reflekterte og bevisste avgjørelser i situasjoner der hun er preget av sterke følelser.

Annabelles mobilisering fremover fungerer som hennes måte å bearbeide det psykisk utfordrende på. Samtidig som det skjer en ytre og fysisk forflytning – fra sted til sted – skjer det også en indre og mental forflytning hos Annabelle. Annabelle går fra å være unnvikende, der målet er å komme seg unna det vanskelige, til å bli konfronterende, der hun tar et

oppgjør med det psykiske utfordrende og lar undertrykte følelser slippe fri. Den mest tydelige indikasjonen på dette oppgjøret er når hun setter ord på de vanskelige følelsene gjennom talen sin, men også når hun helt mot slutten av romanen avslører Tyvens faktiske navn for leseren. Annabelles evne til livsmestring kommer frem gjennom den lange løpereisen, der løpingen blir en ressurs for å bearbeide det utfordrende. Etter hvert som hun løper, blir hun modigere og mer motstandsdyktig. Annabelle modellerer muligheten til å finne veien tilbake til et meningsfylt liv selv i etterkant av en krise. Som analysen har vist, er denne veien langt fra enkel. Likevel krysser Annabelle målstreken i Washington DC.

6. 2 Estetisk danning i livsmestring

Ifølge den nye læreplanen skal livsmestringstemaet bidra til å utvikle de ferdighetene og den kapasiteten barn og unge trenger for å lykkes i å møte livets uunngåelige opp- og nedturen på best mulig måte (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 13). Livsmestring omfatter både elevens emosjonelle og sosiale kompetanse, da temaets hensikt er å fremme forståelse av seg selv på et personlig plan, men også evne til å fungere godt i samspill med andre mennesker. Denne oppgaven har argumentert for at *Et hjerte i en kropp i verden* – i kraft av sin estetikk – har et litteraturdidaktisk potensial for å fremme ungdommers innsikt i livsmestring. Med utgangspunkt i Kallestad og Røskelands (2020a, s. 17) syn på hvordan skjønnlitteraturen kan virke estetisk dannende, mener jeg leserens innlevelse i hovedkarakterens psykiske utfordringer kan skape innsikt og forståelse i egen og andres livsmestring. Fordi romanens estetikk tilrettelegger for innlevende lesing, kan leseren øve seg i å takle motgang og dermed få utvidet forståelse for egen livsmestring. Samtidig kan leseren få innsikt i andres livsmestring ved å betrakte romanen fra et slikt distansert, ytre tilskuerperspektiv som Nussbaum (2016, s. 182) trekker frem som viktig for å virkelig forstå omfanget av en litterær karakters motgang.

I oppgaveprosessen har det dukket opp flere tanker og spørsmål hos meg angående fremstillingen av unges psykiske utfordringer i skjønnlitteraturen. Ett av disse spørsmålene dreier seg rundt omgivelsene og miljøet de litterære karakterene som opplever psykiske utfordringer befinner seg i. Skolen er en vesentlig arena i de aller fleste ungdommers hverdagsliv, og derfor overrasker det meg noe at flertallet av ungdomsbøkene jeg leste i utvelgelsesprosessen til oppgaven foregår utenfor en skolekontekst. Et steg videre i

undersøkelsen av ungdommers psykiske utfordringer i samtidslitteraturen kunne derfor gått veien om å undersøke hvilken rolle skolen og lærere utgjør i fortellinger som tematiserer psykiske utfordringer *innenfor* et skolemiljø.

I forhold til livsmestringsperspektivet gir *Et hjerte i en kropp i verden* først og fremst leseren et innblikk i hvor komplekst og vanskelig det kan være å leve med posttraumatisk stress. Gjennom romanens estetikk gis muligheten til å oppleve empatisk identifikasjon med hovedkarakteren. Språket i romanen representerer Annabelles egne beskrivelser og tanker, og i hennes perspektiv får leseren sanselige beskrivelser og uttrykk for hvordan hun opplever det vanskelige. I den innlevende lesingen som romanen åpner for, kan leseren kjenne i egen kropp og eget sinn hvordan det føles å være i et mentalt nederlag. Samtidig gir romanen innsikt i hvordan mennesker som opplever posttraumatisk stress ofte er preget av skvettenhet, og har økt beredskap for potensielle faresituasjoner.

I den estetiske lesingen av *Et hjerte i en kropp i verden* får leseren observere hvordan Annabelles følelser i stor grad er med å styre hennes handlinger og holdninger. Denne observasjonen kan vekke tanker og refleksjoner rundt leserens egne følelsesmønstre og emosjonsregulering. Fremstillingen av Annabelles intense og altoppslukende skyldfølelse kan gi leseren utvidet innsikt i hvordan sterke følelser kan gjøre oss blind for andre perspektiver og dermed miste evnen til å tenke kritisk. Romanen har også potensial til å trene leserens mentaliseringsevne – nemlig evnen til å tolke andres mentale tilstander. Fordi romanen tilbakeholder informasjon rundt hovedkarakterens tragedie, må leseren innta en utspørrende holdning og lete etter hint som kan forklare hvilke handlinger Annabelles følelser kan resultere i. Leseren får øvd seg i å se Annabelles handlinger og adferd i lys av hennes mentale og emosjonelle tilstand.

Litterære fortellinger bærer med seg en tosidighet; de kan vekke vår gjenkjennelse, men samtidig utfordre tankemønstrene våre. Det er i denne tosidigheten jeg mener potensialet for innsikt i livsmestring ligger, og som *Et hjerte i en kropp i verden* kan fremme.

Innledningsvis i oppgaven stilte jeg spørsmålet: Hvilken rolle kan skjønnlitteraturen ha i forhold til livsmestring? Jeg vil trekke frem Annabelles syn på skjønnlitteraturen som jeg

mener svarer godt på spørsmålet. Underveis på løpereisen hennes leser hun boken *Endurance*, og boken blir svært viktig for henne.

Hun leser den ikke slik som hun og Kat pleide å lese bøker – de *slukte* bøkene de leste, tørste på ord, ideer og vakre setninger som fikk dem til å *føle alt*. Nei, hun leser *Endurance* slik man kanskje ville lest Bibelen – i små porsjoner, om og om igjen. For å klare å stå støtt i livet. For å holde ut til tross for motgang, og for å forstå sin egen posisjon i verden. Hun har savnet å lese, men hun har fryktet bøker slik hun har fryktet musikk. Bøker gir sterke følelser. De rammer ømme punkter. (Caletti, 2019a, s. 211)

Annabelle kaster lys over skjønnlitteraturens evne til å virke utover bare leseglede og personlig nytelse. I beste fall kan fortellinger fungere som en slik kilde til livsmestring som Annabelle beskriver i sitatet over. Fortellinger *bør* ramme våre ømme punkter, og bøker *bør* gjøre oss triste, sinte, redde og urolige. For i denne følelsesmessige involveringen kan etablerte følelser settes i bevegelse og endre oss, gjøre oss sterkere og modigere.

7.0 Referanseliste

- Aksnes, L. M., & Time, S. (1996). *Med andre ord. Tekstformer og tekstformidling i morsmålsfaget* (2. oppl.) Oslo: Samlaget
- Allison, E., Campbell, C., & Fonagy, P. (2019). Mentalizing, Resilience, and Epistemic Trust. I A. Bateman & P. Fonagy (Red.), *Handbook of Mentalizing in Mental Health Practice* (2. utg.). Washington, DC: American Psychiatric Association Publishing. Hentet fra <https://ebookcentral.proquest.com/>
- Andersen, P. T., Mose, G., & Norheim, T. (2012). Litteratur og litteraturvitenskap. I P. T. Andersen, G. Mose, & T. Norheim (Red.), *Litterær analyse. En innføring* (s. 9-26). Oslo: Pax.
- Andersen, P. T. (2012). Fortellekunstens elementer. I P. T. Andersen, G. Mose, & N. Thorstein (Red.), *Litterær analyse. En innføring* (s. 27-55). Oslo: Pax.
- Andersen, P. T. (2016). *Fortelling og følelse. En studie i affektiv narratologi*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Andersen, P. T. (2019). *Forstå fortellinger. Innføring i litterær analyse*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Bakhtin, M. M. (1981). *The Dialogic Imagination. Four Essays*. (M. Holquist & C. Emerson, Overs.). Austin: University of Texas Press
- Bakken, A. (2019). *Ungdata 2019. Nasjonale resultater*. NOVA Rapport 9/19. Oslo: NOVA.
- Bateman, A., & Fonagy, P. (2016). *Mentalization-Based Treatment for Personality Disorders: A Practical Guide*. Oxford: Oxford University Press. Hentet fra <https://ebookcentral.proquest.com/>
- Brandtzæg, S. (2017). Bokmelding: Per Thomas Andersen: Fortelling og følelse. En studie i affektiv narratologi. *Edda*, 104(2), 199-205. <https://doi.org/10.18261/issn.1500-1989-2017-02-08>
- Bræin, M. K. (2020). Posttraumatisk stress og utviklingstraumer hos ungdom. I L. Øhlckers, O. Heradstveit, & L. Sand (Red.), *Ungdom og psykisk helse* (s. 145-158). Bergen: Fagbokforlaget.
- Caletti, D. (2019a). *Et hjerte i en kropp i verden*. (H. Sævareid, Overs.). Oslo: Gyldendal.
- Caletti, D. (2019b). YA Voices: At the Heart of It. *Voices from the Middle*, 26(3), 14-16. Hentet fra <https://library.ncte.org/journals/VM/issues/v26-3>
- Claudi, M. B. (2013). *Litteraturteori*. Bergen: Fagbokforlaget.
- Dyrdal, G. M. (2020). Mindfulness. I A. Myskja, & C. Fikse (Red.), *Perspektiver på livsmestring i skolen* (s. 119-140). Oslo: Cappelen Damm Akademisk.
- Engelstad, I. (2012). Litteraturkritikk. I P. T. Andersen, G. Mose, & T. Norheim (Red.), *Litterær analyse. En innføring* (s. 273-289). Oslo: Pax.
- Fikse, C. (2020). Relasjonell kapasitetsbygging for samskaping. I A. Myskja, & C. Fikse (Red.), *Perspektiver på livsmestring i skolen* (s. 65-94). Oslo: Cappelen Damm Akademisk.
- Frank, K. (2017, 21. desember). *Hva er resilens?* Hentet fra <https://www.psykologforeningen.no/publikum/informasjonsvideoer/videoer-om-livsutfordringer/hva-er-resiliens>

- Hakemulder, F. (2000). *The Moral Laboratory: Experiments examining the effects of reading literature on social perception and moral self-concept*. Philadelphia: John Benjamins Publishing Company. Hentet fra <https://ebookcentral.proquest.com/>
- Hogan, P. C. (2011). *Affective Narratology: The Emotional Structure of Stories*. <https://doi.org/10.2307/j.ctt1df4gnk>
- Johnson, D., Cushman, G., Borden, L., & McCune, M. (2013). Potentiating empathic growth: Generating imagery while reading fiction increases empathy and prosocial behavior. *Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts*, 7(3), 306-312. <https://doi.org/10.1037/a0033261>
- Kallestad, Å. H., & Røskeland, M. (2020a). Introduksjon. Om estetisk danning gjennom litteratur og litteraturdidaktikk. I M. Røskeland, & Å. H. Kallestad (Red.), *Sans for danning* (s. 13-26). Oslo: Universitetsforlaget.
- Kallestad, Å. H., & Røskeland, M. (2020b). Skjønnlitterær analyse som metode. I L. I. Aa, & R. Neteland (Red.), *Master i norsk. Metodeboka 1* (s. 44-61). Oslo: Universitetsforlaget.
- Kunnskapsdepartementet. (2017). *Overordnet del - verdier og prinsipper*. Hentet fra <http://regjeringen.no/>
- Larsen, G. (2013). Fortæller. I L. Kjældgaard, L. Møller, D. Ringgaard, L. Rösling, P. Simonsen, & M. Thomsen (Red.), *Litteratur. Introduktion til teori og analyse* (2. utg., s. 57-69). Aarhus: Aarhus Universitetsforlag.
- Larsen, P. (2013). Troper. I L. Kjældgaard, L. Møller, D. Ringgaard, L. Rösing, P. Simonsen, & M. Thomsen (Red.), *Litteratur. Introduktion til teori og analyse* (2. utg., s. 95-106). Aarhus: Aarhus Universitetsforlag.
- Lothe, J. (2003). *Fiksjon og film. Narrativ teori og analyse* (2. utg.). Oslo: Universitetsforlaget.
- Mar, R., Oatley, K., Djikic, M., & Mullin, J. (2011). Emotion and narrative fiction: Interactive influences before, during, and after reading. *Cognition & Emotion*, 25(5), 818-833. <https://doi.org/10.1080/02699931.2010.515151>
- Mugaas, H. S., (2019, 25. mars). Løper fortiden i møte [Bokanmeldelse av *Et hjerte i en kropp i verden*, av D. Caletti]. Hentet fra <https://www.barnebokkritikk.no/loper-fortiden-i-mote/>
- Mykletun, A., Knudsen, A. K., & Mathisen, K. S. (2009). *Psykiske lidelser i Norge: Et folkehelseperspektiv*. (Rapport 2009:8) Oslo: Nasjonalt Folkehelseinstitutt.
- Myskja, A. (2020). Mestringsmedisin: Lære å regulere stress og oppmerksomhet. I A. Myskja, & C. Fikse (Red.), *Perspektiver på livsmestring i skolen* (s. 141-166). Oslo: Cappelen Damm Akademisk.
- Myskja, A., & Fikse, C. (2020). Innledning. I A. Myskja, & C. Fikse (Red.), *Perspektiver på livsmestring i skolen* (s. 16-22). Oslo: Cappelen Damm Akademisk.
- NAKU. (2018, 18. desember). 3.3. Emosjonsregulering. Hentet fra <https://naku.no/kunnskapsbanken/33-emosjonsregulering>
- Ness, O., & Heimborg, D. von (2020). Forord. I A. Myskja, & C. Fikse (Red.), *Perspektiver på livsmestring i skolen* (s. 9-11). Oslo: Cappelen Damm Akademisk.

- NHI.no. (2020, 2. april). *Posttraumatisk stresslidelse*. Hentet fra <https://nhi.no/sykdommer/kirurgi/skader/posttraumatisk-stressforstyrrelse/>
- Normann-Eide, E. (2016). Skjønnlitterære selvmord. *Suicidologi*, 21(1), 10-17. <https://doi.org/10.5617/suicidologi.2901>
- Normann-Eide, T. (2020). *Følelser: kjennetegn, funksjon og vrangsider*. Oslo: Cappelen Damm Akademisk.
- Nussbaum, M. C. (2016). *Litteraturens etikk: Følelser og forestillingsevne*. (I. Engelstad, Red., & A. Øye, Overs.). Oslo: Pax.
- Oatley, K. (2004). *Emotions. A Brief History*. Oxford: Blackwell Publishing. Hentet fra <https://ebookcentral.proquest.com/>
- Oatley, K. (2016). Fiction: Simulation of Social Worlds. *Trends in Cognitive Sciences*, 20(8), 618-628. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2016.06.002>
- O'Reilly, M., Svirydzhenka, N., Adams, S., & Dogra, N. (2018). Review of mental health promotion interventions in schools. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 53, 647-662. <https://doi.org/10.1007/s00127-018-1530-1>
- Ottesen, S. & Tysvær, A. (2017). «Skjønnlitteratur for kosen». Skjønnlitterære tekstpraksiser på mellomtrinnet slik lærere forteller om dem. *Norsklæreren*, 4, 53-67. Hentet fra <https://static1.squarespace.com/static/5d00b418d9cad80001fc3882/t/5d68dd78521bde00013cb88a/1567153531914/NL+4-17+OttesenTysv%C3%A6r.pdf>
- Rosenblatt, L. M. (1995). *Literature as exploration* (5. utg.). New York: The Modern Language Association of America.
- Rosenblatt, L. M. (2005). *Making meaning with texts. Selected essays*. Portsmouth: Heinemann.
- Rydén, G., & Walloth, P. (2011). *Mentalisering: Å leke med virkeligheten*. (L. Nygaard, Overs.). Oslo: Pax.
- Røskeland, M. (2014). Litteratur i leseopplæringas teneste? Om litteratur og litteraturfaget i skolen. I H. Gujord & P. A. Michelsen (Red.), *Norsk litterær årbok 2014* (s. 195–211). Oslo: Det Norske Samlaget.
- Samdal, J. C., Kjeldsen, A., Knudsen, A. K., Myklestad, I., Nesvåg, R., Reneflot, A., & Major, E. (2015). *Psykisk helse hos barn og unge – Folkehelse rapporten 2014*. Oslo: Folkehelseinstituttet.
- Skaftun, A. (2009). *Litteraturens nytteverdi*. Bergen: Fagbokforlaget.
- Sjklovskij, V. B. (2003). Kunsten som grep. I A. Kittang, A. Linneberg, A. Melberg, & H. H. Skei (Red.), *Moderne litteraturteori: En antologi* (2. utg., s. 13-28). Oslo: Universitetsforlaget.
- Soelseth, D. (2019). *Å spille med følelsene: Sorg og affektive rom i digitale spill, og hvordan spill kan bidra i sorgarbeid* (Masteroppgave, Høgskolen i Innlandet). Hentet fra <https://brage.inn.no>
- Stockings, E. A., Degenhardt, L., Dobbins, T., Lee, Y. Y., Erskine, H. E., Whiteford, H. A., & Patton, G. (2016). Preventing depression and anxiety in young people: A review of the joint efficacy of universal, selective and indicated prevention. *Psychological Medicine*, 46(1), 11-26. <https://doi.org/10.1017/S0033291715001725>

Stoltenberg, S. M. K. (2020). *Barn, litteratur og livsmestring: Den skjønnlitterære fortellingens betydning for barns utvikling*. Oslo: Kommuneforlaget.

Tjønneland, E. (2021, 17. februar). *Estetikk*. Hentet fra <https://snl.no>

Vassenden, E. (2007). Hva er «samtidslitteratur», og hvorfor leser vi den? – Noen begrepshistoriske og fagkritiske bemerkninger. *Edda*, 94(4), 357-371. Hentet fra <https://www.idunn.no/edda/2007/04>

Zunshine, L. (2006). *Why We Read Fiction: Theory of Mind and the Novel*. Columbus: The Ohio State University Press.