

«Snakk med noen som kan hjelpe deg»

En analyse av terapien og den terapeutiske relasjonen i
Evig søndag (2012) og *Kjære* (2014)



Birgitte Solhaug Bøckmann

Masteroppgave i nordisk litteratur
Institutt for lingvistiske, litterære og estetiske studium
Universitetet i Bergen
Våren 2023

Takk!

Takk til familie og venner, for all støtte og oppmuntrende ord!

Takk til RedBull og Nescafe!

Takk til Sky Fitness!

Takk til Lucky for gode og nødvendige lufteturer!

Takk til Frode for god veiledning!

Takk til Spania, du har vært en god motivasjon!

Og en takk til meg, som har klart å komponere dette her – det ble ikke så aller verst!

Innholdsfortegnelse

1 Innledning	4
1.1 Prosjektet	4
1.2 Linnéa Myhre	5
1.2.1 Offentlig person.....	5
1.2.2 Forfatter og forfatterskapet.....	6
1.3 Tidligere forskning	7
1.4 Resepsjon	8
1.4.1 <i>Evig søndag</i> (2012).....	8
1.4.2 <i>Kjære</i> (2013).....	9
1.5 Sjanger	11
1.5.1 Selvbiografi, autofiksjon og virkelighetslitteratur.....	11
1.5.2 Performativ biografisme.....	13
2 Teori	15
2.1 Narrativ teori	15
2.1.1 Den narrative kommunikasjonsmodellen.....	15
2.1.2 Fortelleren.....	16
2.2 Terapi	18
2.2.1 Psykoterapien.....	19
2.2.2 Terapirelasjonen.....	21
3 Analyse av terapien	24
3.1 Introduksjon	24
3.2 Starten	26
3.2.1 Et ønske om hjelp.....	26
3.2.2 De ulike problemene.....	27
3.3 Behandling	29
3.3.1 Samtaleterapien hos Finn.....	29
3.3.2 Antidepressiva.....	33
3.3.3 Feil fokus.....	36
3.4 Å bli normal	37
3.4.1 Hva er frisk?.....	37
3.4.2 Ambivalens.....	39
3.5 Utvikling	41

3.5.1 Mislykket terapibehandling?	41
3.5.2 Frafall	42
3.6 Ikke lenger syk, men heller ikke helt frisk	44
3.6.1 Fremtidstanker	44
3.6.2 Aldri helt frisk	46
3.7 Oppsummering	47
4 Analyse av Finn	49
4.1 Introduksjon	49
4.2 Forholdet til Finn	50
4.2.1 Starten	50
4.2.2 Den terapeutiske kontrakt	52
4.2.3 Den terapeutiske alliansen	53
4.3 Linnéas far	55
4.3.1 Forholdet til faren	55
4.3.2 Finn vs. far	57
4.4 Kritikken	59
4.5 De andre	61
4.5.1 Linnéas mor	61
4.5.2 Linnéa selv	62
4.5.3 De andre behandlerne	62
4.5.4 Kjæresten Sondre	63
4.6 Oppsummering	64
5 Oppsummering og avslutning	66
Litteraturliste	68
Sammendrag	71
Abstract	72
Profesjonsrelevans	73

1 Innledning

Linnéa Myhre debuterte som bokforfatter i 2012 med romanen *Evig søndag*, som baserte seg på bloggen hun ble kjent for. To år senere, i 2014, fulgte hun opp med romanen *Kjære*. I begge bøkene møter vi hovedpersonen og jeg-fortelleren Linnéa Myhre, en ung moldenser i starten av 20årene som prøver å etablere seg i Oslo, har en blogg hun er litt kjent for, og som sliter med depresjon og spiseforstyrrelsen anoreksi. Det at bøkene legger seg så nært romanforfatterens virkelige liv er noe som har påvirket mottakelsen de har fått. På den ene siden har bokutgivelsene skapt utfordringer for tradisjonell sjangerforståelse ved å bli kalt romaner når de selvbiografiske delene er så åpenbare for lesere som har kjennskap til forfatterens offentlige fremstilling på blogg og i andre medier. Men på den andre siden har romanene samtidig mottatt ros for sine ærlige og ekte skildringer av hvordan det er å leve med psykisk sykdom, og har på bakgrunn av dette blitt stemplet som viktige bøker av bokanmelderne. Her kan leseren få tilgang på den ellers lite tilgjengelige innsikten i hvordan livet til en som sliter med psykisk sykdom kan være.

Bøkene skildrer hvordan en hverdag preget av depresjoner og spiseforstyrrelser kan se ut, og hvor altoppslukende det kan oppleves for den rammede. Selve lidelsene og de hverdagslige erfaringene de byr på er en side av hva bøkene gir et innblikk i, en annen side som er interessant er de forskjellige hjelperne Linnéa møter på og hjelpen de tilbyr i hennes søken på å bli frisk. En rød tråd i debutromanen *Evig søndag* (2012) er den profesjonelle hjelpen hun søker og får hos psykiateren Finn for sine lidelser. Terapien hos og relasjonen til Finn markerer både starten og slutten på boken, og selv om det ender med tilbakefall for Linnéa virker ikke det å så tvil i hverken behandlingen hun har fått eller evnene til behandleren. *Kjære* (2014) starter der vi slapp i debutromanen, og her møter vi både Finn og andre terapeuter som har tilbudt sine tjenester for å hjelpe Linnéa mot et mer normalt og friskt liv, noe hun ser ut til å oppnå til en viss grad i bokens slutt. Men hvordan kom hun seg dit?

1.1 Prosjektet

I denne avhandlingen skal jeg ta for meg *Evig søndag* (2012) og *Kjære* (2014) av Linnéa Myhre, og ta utgangspunkt i følgende problemstilling:

Hvordan blir terapien og terapirelasjonen mellom Finn og Linnéa fremstilt i Linnéa Myhres romaner *Evig søndag* (2012) og *Kjære* (2014)?

Innledningsvis har jeg valgt å ta for meg litt om Myhre og forfatterskapet hennes, for deretter å se på den tidligere litteraturvitenskapelige forskningen som er blitt gjort på forfatterskapet, som hovedsakelig er å finne i norske hovedoppgaver. Videre ser jeg på resepsjonen av de to aktuelle bøkene, før jeg kort gjør rede for og kommenterer diskusjonen rundt spørsmålet om sjanger, som preger hvordan bøkene blir lest og forstått. Det teoretiske grunnlaget for oppgaven er hentet fra narrativ teori, med fokus på fortellersituasjonen, og teori om terapi, spesifikt samtaleterapi og hva som regnes som god samtaleterapi. Selve analysen deles inn i to deler, hvor terapien behandles i første del og terapirelasjonen til Finn i andre del. I analysen av terapien kommer vi litt inn på sykdommen, hovedpersons tanker, selvmord, samtaleterapi, annen behandling, medikamentell behandling. I Finn-delen må vi se på hvordan han blir fremstilt, hva han gjør, hvordan han blir vurdert, se relasjonen hans via de andre behandlerne Linnéa har møtt og sammenlignet han med, samt andre private relasjoner som til moren, faren og til en mulig kjæreste. Avslutningsvis oppsummerer jeg de viktigste punktene fra hoveddelen, før jeg til slutt presenterer hva vi kan konkludere med i forhold til problemstillingen oppgaven er basert på.

1.2 Linnéa Myhre

1.2.1 Offentlig person

Offentligheten ble først kjent med moldenserjenta Linnéa Myhre (f. 1990) når bloggen hennes *Alt du vet er feil*, senere *linniie.com*, slo gjennom på toppbloggerlistene. Med sterk sarkasme i sine nådeløse blogginnlegg ble hun døpt «sinnablogger», og var en sterk kontrast til sine mer polerte og glamorøse «rosablogger»-kollegaer. Bloggen, som ble kåret til årets blogg i 2011 under både Vixen Blog Awards og Costume Awards, kan sies å ha vært springbrettet til Myhres varierte karriere. I 2012, samme året som Myhre debuterte som bokforfatter, ble hun kåret til Norges mest sexy av magasinet MANN. Hun var på den tiden også aktuell med nettserien *La Linnéa Leve* for NRK P3, hvor de norske seerne kunne følge henne og vennen Andreas, der ulike forsøk på å forbedre sinnsstemningen til den

deprimerte Myhre var utgangspunktet for de ulike episodene. P3-serien vant i 2012 «prisen for beste web-tv-serie under Mediebedriftenes landsforenings årlige prisutdeling» (Arukwe, 2012). Av TV-opptreder har hun blant annet deltatt i suksessfulle tv-konsepter som *Skal vi danse?*, *Camp Kulinaris* og *Kompani Lauritzen*. Hun har også vært en profil å følge i doku-serien *Bloggerne* på TV2, samt vært deltaker og programleder i VGTV-serien *Da vi styrte internett*. Hun har også jobbet i NRK P3, vært ekstern TV-anmelder i Aftenposten og hatt en spalte i Morgenbladet om psykisk helse. Myhre har gjestet flere store norske podkaster, og driver sin egen podkasten *Venner av Internett*, tidligere *Kvinneguidens venner*, sammen med Stine Melbø, samt podkasten *Gi meg alle detaljene* på egenhånd. I skrivende stund har hun 162.000 følgere på Instagram, og på denne plattformen er hun blant annet kjent for å anmelde diverse kullsyredrikker, eller «brusblogge». Vinteren 2022 hadde hun et vellykket samarbeid med Ringnes, hvor hun fikk utvikle og gi ut sin egen Solo Super julebrus, og i år er hun aktuell med VGTV-dokumentarserien *Søvnløs*. I dag er Myhre forlovet med NRK-programleder Emil Gukild, men har før dette hatt et forhold med musiker Sondre Lerche fra 2013 til 2020.

1.2.2 Forfatter og forfatterskapet

Linnéa Myhre debuterte som forfatter i 2012 på Tiden Norsk Forlag med romanen *Evig søndag*, som «følger ett år i Linnéa Myhres liv. Boka er et sterkt og selvutleverende portrett av en ung kvinne av i dag» (Tiden Norsk Forlag). Utgivelsen av boka skulle markere slutten på Myhres prisvinnende blogg. Hun uttalte at hun ønsket å gi seg på topp, og i det siste blogginnlegget i oktober 2012 skal hun ha satt punktum ved å skrive: «*Takk for alle de positive kommentarene. Og alle de negative*» (Ighanian, C. G., 2016, VG). Myhre beskrev bloggen ofte som noe tull og tøys, og som veide tungt på henne da den stadig ropte etter jevnlige oppdateringer. Tekstenes overgang fra det digitale og interaktive formatet på bloggen, til de gode gamle to permene i bokform skulle vise seg å bli en stor suksess. Opplaget på debutforfatterens første bok var på hele 25.000, og ble raskt en bestselger.

Forfatterskapet til Myhre består per i dag av totalt seks bøker, der de to nyeste bokutgivelsene har vært innenfor sakprosjangeren. Kokeboken *Matglede: Frokost, småretter, kosemat og middager* (2022) er utgitt i samarbeid med TV-kokken Wenche Andersen på Kagge Forlag, og skal utover det å fungere som en vanlig kokebok også gi «[...] en oppskrift på hvordan man lærer seg selv – og dem rundt en – til å få et bedre forhold til mat» (Tveiten Helgeby, 13.09.2022). *Gi meg alle detaljene* (2021) ble utgitt på Vega Forlag og var Myhres første sakproautgivelse, der boken skal fungere som en forlengelse av podkasten den deler tittel med.

Myhres fire første bøker tilhører skjønnlitteraturen, og ble utgitt på Tiden Norsk Forlag i perioden 2012-2019. Debutromanen *Evig søndag* (2012) er bygd opp som en dagbok, der leseren får følge den deprimerte og spiseforstyrrede Linnéa Myhre i ett år av hennes liv mens hun går til psykiateren Finn. Oppfølgeren *Kjære* kom to år senere, og er en brevroman som starter der vi slapp i debutromanen, men som slutter med at Linnéa har fått et nytt fokus, noe som er litt viktigere enn mat, selv om mat fortsatt er et problem: kjæresten Sondre. Begge de første romanene fikk kritikk for å være for selvbiografiske, og Myhre lovet å skrive om noen andre enn seg selv neste gang. I de to siste romanene er det riktig nok tatt grep for å bevege seg vekk fra det selvbiografiske, men hovedpersonene er unge kvinner som mistenksomt har fellestrekk med forfatter Myhres eget liv. *Hver gang du forlater meg* (2016) og *Meg, meg, meg* (2019) har begge tredjepersonsfortellere, der hovedpersonene er unge kvinner som sliter med mat og forholdet til musikerkjærestene.

1.3 Tidligere forskning

Den litteraturvitenskapelige forskningen på Linnéa Myhres forfatterskap er hovedsakelig å finne i diverse masteravhandlinger. Kjerstin Hinna Reinshorn leverte våren 2015 sin masteroppgave med tittelen «*Jeg er ganske sikker på at hun er meg*» - om selvkonstruksjon i tekster av Linnéa Myhre. Reinshorn trekker linjer mellom konstruksjonen av selvet på forfatterens blogg og selvet i de to første romanene, der førstnevnte har spunnet ut av kontroll og sistnevnte blir en måte å vinne tilbake kontrollen over fremstillingen «uten lesernes mas og kommentarer» (Reinshorn, 2015, s. 78). Kontrasten mellom fremstillingene av den offentlige personen og

romankarakteren trekkes frem som der det performative kommer til uttrykk, i vekslingen mellom privat og offentlig, mellom ikke-fiksjon og fiksjon. En annen som også har sett på Myhres selvframstilling er Maria Hjelmeland, som i sin oppgave fra 2016 ser på Myhres tre første romaner når hun tar for seg problemstillingen: «Hvilken utveksling finner vi mellom selvframstilling i sosiale medier og romankunst i Linnéa Myhres litteratur?». Hjelmeland finner at den tradisjonelle romanen blir utfordret av tendenser i konstruksjonen av selvet fra sosiale medier, og konkluderer med at romankunsten til Myhre er et «godt eksempel på hvordan hele det litterære feltet påvirkes av sosiale medier» (2016, s. 50).

Ved Universitetet i Tromsø har Marte Josefine Nilsen (2016) nærlest Myhres debutroman *Evig søndag* (2012) med fokus på relasjonene i romanen. Nilsen løfter frem argumenter for at mat og tid i romanen, og fokuset dette vies, kan leses som en protest mot et idealiserte kroppsideal. Hun trekker frem at skildringene av depresjon og spiseforstyrrelse tematiserer psykiske lidelser, noe som gjør romanen viktig. En annen som også tok for seg *Evig søndag* (2012) og argumenterer for at romanen er et bidrag i debatten om hvordan man snakker om psykiske lidelser, er Siri Vågene. Vågene leverte sin oppgave i 2020, hvor hun så på hvordan kropp og psykisk sykdom blir fremstilt i romanen.

Peder Tore Fossheim Asplin (2021) utførte en resepsjonsanalyse av tre norske influencere sine forfatterskap, med hovedfokus på avismottakelsen av Linnéa Myhres forfatterskap. Fossheim Asplin fant at litteraturkritikerne bruker kriterier om oppriktighet og moral-politisk viktighet for å vurdere verkene opp, mens de trekker for mangler av tradisjonelle litterære kriterier. De vurderes til å være estetisk mindreverdige, men viktige, da spesielt for de unge leserne.

1.4 Resepsjon

1.4.1 *Evig søndag* (2012)

Utgivelsen av *Evig søndag* skulle markere slutten på Myhres prisvinnende blogg, og debutromanen mottok anmeldelser i en rekke norske aviser, som bød på både ris og ros. Kritikken i bokanmeldelsene gikk blant annet ut på romanens repeterende og

flate språk, manglende strukturerende elementer, og forvirrende virkelighetsnær handling og hovedperson. Romanen er utformet som en slags dagbok, hvor hovedperson og forfatter deler navn og mye personalia, samt nære relasjoner til blant annet moren Anne i Molde og psykiateren Finn i Oslo (Skårderud i virkeligheten). Boken tar opp psykisk helse ved å skildre hvordan det er å leve med og gå i terapi for depresjoner og spiseforstyrrelser. Dette er temaer som også kom opp på bloggen i sin tid, og som hun ble hyllet for å være brutalt ærlig om. Kristine Isaksen stilte i sin anmeldelse for VG spørsmål om «hvorfors [dette kalles] fiksjon og ikke sakprosa?» (Isaksen, 2012). Spørsmålet viser til tendensen som er å finne i anmeldernes lesemaåte av Myhres bok, som heller mer mot en selvbiografi enn en roman. Asplin har i sin masteravhandling undersøkt resepsjonen av *Evig søndag* i dagspressen, hvor han fant at selv om anmeldelsene var blandet, så var det «kritikerkonsensus om at *Evig søndag* var en *viktig* bok» (2021, s. 17). Denne viktigheten ligger i det virkelighetsnære, som blant annet i NRKs anmeldelse begrunnes med at vi i boka får «ein overtydande innsiderapport frå ein levemaåte og ein type liding det ikkje utan vidare er lett å forstå, men som det likevel kjennest ekstremt relevant og viktig å vite noko om.» (Norheim, 2012). Ærligheten om spiseforstyrrelsen og depresjonene, det ektefulte og virkelighetsnære løfter bokens verdi. Hvem avsender er og hva som formidles er det som løfter bokens status hos anmelderne.

Samme året som bokutgivelsen av *Evig søndag* vant forfatteren Tabuprisen som Rådet for psykisk helse tildeler «personer, organisasjoner og virksomheter som gjennom ord og handling gjør en innsats for å bygge ned fordommer om psykisk helse, bryte tabuer, fremme inkludering, omtanke og åpenhet om psykisk helse» (Rådet for psykisk helse). I nyere tid har romanen blitt videreført og dramatisert på scenen under samme tittel i Trondheim på Trøndelag Teater i 2017 og i Bergen på Den Nationale Scene i 2019.

1.4.2 Kjære (2013)

Myhres andre bokutgivelse kan sies å være en oppfølger til *Evig søndag* (2012), hvor vi igjen møter hovedperson og forteller Linnéa Myhre, som denne gangen

skriver brev i stedet for dagbok. Interessen for oppfølgeren var nesten like stor som den var for debutromanen, og mye er også likt i selve anmeldelsene.

Sjangerstempelet roman sitter fremdeles ikke godt hos kritikerne, som igjen tar opp problemene med det selvbiografiske, språket, og trekker linjer mellom romanen og bloggen for å forklare skrivestilen. Men det er ikke bare forfatteren selv som høster kritikk i anmeldelsene denne gangen for at boken ikke lykkes som en god roman.

Ansvar for at boken oppleves som å ha blitt gitt ut for tidlig og derfor virker uferdig, er noe den unge forfatteren ikke alene kan bære, det må deles med forlaget. Det forhastede ved boken kan tolkes som at en del av forlagets motivasjon for å gi den ut før den var blitt en god roman lå i den potensielle kommersielle gevinsten Myhres forfatterskap kunne by på, noe Pål Gerhard Olsen oppsummerer fint i avslutningen av sin anmeldelse for Aftenposten:

Brevsamlingen hennes er rett og slett for lite litterær, for flat og forutsigbar. På meg virker det som om forlaget har vært mest opptatt av å surfe videre på en suksess og beordret en oppfølger uten å gi den blodferske forfatteren sin den nødvendige assistanse. Det er i så tilfelle dårlig gjort. (Olsen, 2014).

Det som gjør at boken er verdt å lese, til tross for de litterære manglene, ligger i valget om å lese og tolke teksten ved å se til forfatteren: «Intellektuell er hun ikke, og skriver litt om å ha droppa ut fra Blindern cirka første dagen. Men hun har det man med et gammeldags, kanskje litt malplassert ord kan kalle livsvisdom.» (Stava Sandve, 2014). Myhre er troverdig i det hun skriver om, og erfaringene vurderes som noe verdifullt som kan hjelpe andre, slik som Gerd Elin Nymoens Nilsen i VGs anmeldelse trekker frem: «Det er fint at Finn Skårderud - psykologen din, har hjulpet deg med dine [problemer]. Kanskje kan boka di hjelpe flere unge til å komme seg til psykolog uten å tenke at man skal være gal av den grunn» (Nymoens Nilsen, 2014). Videre finner man forventninger om Myhres videre forfatterskap, og det oppfordres til at «[...] neste gang bør Linnéa Myhre utfordre seg selv ytterligere. Bok tre bør handle om noen andre enn henne selv» (Stava Sandve, 2014).

1.5 Sjanger

Det ville vært unaturlig å ikke kort ta for seg spørsmålet om sjanger i en oppgave som ser på *Evig søndag* (2012) og *Kjære* (2014), da bøkene på den ene siden er utgitt som romaner, men på den andre siden så utfordres dette sjangerstempet ved at handlingen legges så tett opp til forfatterens eget liv at det er vanskelig å finne et av de viktigste kjennetegnene romanen har, nemlig fiksjonen. I anmeldelsene av bøkene ble det reist jevnt over innvendinger mot å kalle bøkene romaner, og Asplin har i sin resepsjonsoppgave funnet at flere av kritikere heller har valgt «å ty til en biografisk lese- og fortolkningsmåte», og fant da at «[l]itteraturen betraktes som en personlig ytring, der forfatteren gir uttrykk for sine tvangstanker og sin lidelseshistorie.» (Asplin, 2021, s. 18). Kvalitetene ved og verdien til bøkene er å finne i det de kommer med ved å være ærlige og ekte, basert på sannhet, ha rot i virkeligheten, og da ikke være oppdiktet fiksjon. På Tiden Forlag sin egen nettside finner man bøkene under kategorien roman, slik som de fysiske bøkene er markert. Resepsjonen i bokanmeldelsene og signalene bøkene og forlaget sender legger grunnlaget for hvordan de skal kategoriseres og bli forstått. Hos de store norske bokhandlerne som Ark, Norli og Akademika varierer kategoriseringene i sjanger mellom «biografisk litteratur», «biografisk skjønnlitteratur» og «selvbiografisk roman», mens aldersnivået vurderes til voksen hos alle. På det offentlige biblioteket kategoriseres de som både biografi og roman. Det er ikke rart at det har vært diskusjon rundt hvor de litterære verkene kan og bør plasseres sjangermessig.

1.5.1 Selvbiografi, autofiksjon og virkelighetslitteratur

Problemene oppstår når romanenes hovedperson og forteller deler navn og liv med forfatteren Linnéa Myhre. Det er ikke noe nytt å bruke sitt eget navn, eller legge noe handling opp mot eget liv. Marta Norheim påpeker i sin bok *Oppdateringar frå lykkelandet – en røff guide til samtidslitteraturen* at tendensen med å bruke sitt eget navn er nokså utbredt hos de mannlige forfatterne, et kjent eksempel er Karl Ove Knausgård, mens få kvinner har gjort det samme. «Men så, i 2012, kom både Kjersti Annesdatter Skomsvold og Linnea Myhre med kvar si bok der dei utan om og men skreiv seg inn i litteraturen under eige namn» (Norheim, 2017, s.109). Som vi har

sett har dette valget utfordret sjangerforståelse og plassering av verkene, noe som Vågane (2020) tok utgangspunkt i når hun vurderte mulighetene til å plassere de et annet sted. Selvbiografien er et naturlig sted å starte, da begge bøkene kan forstås som en selvframstilling av forfatteren sitt eget liv. Problemet med å kalle det selvbiografi er hovedsakelig at bøkene er gitt ut som romaner, noe som forstyrrer den forutsatte forståelsen mellom leser og forfatter, Philippe Lejeunes «pakt» eller «kontrakt», om at det bokens innhold skal forstås som enten sannhet eller fiksjon. Myhres uttalelse om at roman-Linnéa ligner på henne, og sitatet «[j]eg er ganske sikker på at hun er meg [...]» (Talseth, 2012), i kombinasjon med at verkene er utgitt som romaner som åpner opp for muligheten for å lese de som kunstverk, påvirker lesekontrakten. Dette får Vågane til å komme frem til at de er å forstå mer som «ei fortelling med verkelegheitsnære element» (Vågane, 2020, s. 8) enn en ren selvbiografi, noe som åpner opp muligheten for å se på verkene som autofiksjon.

Vågane (2020) så til Serge Doubrovskys begrep «autofiksjon» fra 1977, som åpnet opp muligheten for forfattere å skrive fiksjonelt om virkelige hendelser og seg selv på. Poul Behrendt presenterte tre kriterier for at et verk skal kunne defineres som autofiksjon i boken *Fra skyggerne af det vi ved* (2019), og de gikk ut på en navn-identitet mellom hovedperson, forteller og forfatter, sjangerstempel *roman* og at noe er tydelig fiksjon. De to første kriteriene er klart oppfylt, men Vågane kommer frem til at «[...] det ikkje [er] noko i desse bøkene som kan bli oppfatta som rein fiksjon» og konkluderer med at hun ikke finner noe i bøkene som kan tolkes som fiksjon (2020, s. 10). Her er jeg litt uenig i Våganes konklusjon, da jeg mener det er noen deler som kan oppfattes som fiksjonalisert, nemlig jobbsituasjonen til roman-Linnéa. Samme året som bokutgivelsen ble debutforfatteren Myhre kåret til Norges mest sexy av magasinet *MANN*. I tillegg var Myhre aktuell med nettserien *La Linnéa Leve* for NRK P3, hvor de norske seerne kunne følge henne og vennen Andreas, der ulike forsøk på å forbedre sinnsstemningen til den deprimerte Myhre var utgangspunktet for de ulike episodene. P3-serien vant i 2012 «prisen for beste web-tv-serie under Mediebedriftenes landsforenings årlige prisutdeling» (Arukwe, 2012). Myhre hadde med andre ord ganske mye å foreta seg, samt en del suksess, på jobbfronten før og etter debut-bokutgivelsen. Dette er en sterk kontrast til roman-Linnéa, som bare

dukker opp og sitter på jobb uten egentlig å bidra med noe nevneverdig. I sin drøfting går Vågene videre til å vurdere virkelighetslitteratur og tar utgangspunkt i Frode Heimlich Pedersens definisjon fra artikkelen *Virkelighetslitteraturen og den norske debatten om den* (2017): «Virkelighetslitteratur betegner skjønnlitterære verker som legger seg tett opptil virkeligheten på en slik måte at gjenkjennelige, virkelige personer, opptrer i verket, i situasjoner som faktisk har funnet sted. Disse situasjonene tenderer mot å være private snarere enn offentlige». Hun kommer frem til at virkelighetslitteratur kan passe, men lufter samtidig muligheten for at hendelsene som tradisjonelt lett ville kunne blitt plassert i den private sfæren er noe som kan diskuteres, med tanke på Myhres blogg som boken *Evig søndag* er basert på, samt NRK-dokumentarnettserien som tok utgangspunkt i Myhres psykiske helse. Til slutt velger Vågene å trekke vurderingen sin videre til patografien, en undersjanger av selvbiografien, som tradisjonelt fremstilte faglig sykdomsformidlinger, men som ble utvidet til å også favne om de subjektive opplevelsene til pasienten eller pasientens pårørende (Vågene, 2020, s. 11).

1.5.2 Performativ biografisme

En annen måte å forstå Myhres skjønnlitterære, men også selvbiografiske, romaner på er å se de i en større sammenheng. I sin masteravhandling peker Kjersti Hinna Reinshorn på et skifte i det litterære feltet, som skal være et resultat av et til stadig mer medialt samfunn, nemlig en vending mot det mer selvbiografiske i moderne skjønnlitteratur. Reinshorn kommer frem til performativ biografisme, og presenterer begrepet ved å se til Jon Helt Haarders bok *Performativ biografisme. En hovedstrømning i det senmodernes skandinaviske litteratur* (2014, s. 9): «Performativ biografisme betegner det at kunstnere bruker sig selv og andre virkelige personer i en æstetisk betonet interaksjon med læserens og offentlighetens reaksjoner». Rollen og funksjonen til forfatteren er forskjøvet i slik moderne selvbiografisk skjønnlitteratur, der livet og biografien til forfatteren ikke blir en fasit for hvordan verkene skal leses, men heller brukes som litterært virkemiddel i en bevisst estetisk strategi. Performative biografiske verk skaper reaksjoner i det offentlige hos leserne og i media, som forfatteren igjen reagerer på og bruker i sitt videre forfatterskap, som igjen kan få nye reaksjoner og så videre. Den performative biografismens grunnlag befinner seg i et slikt kretsløp, i spenningen mellom reaksjonene på vekslingen mellom fiksjon og ikke-fiksjon (Reinshorn, 2015, s. 47-48).

Å plassere Myhres litterære verk i den performative biografismen er en rimelig vurdering basert på hvordan tekstene ble lest og mottatt i resepsjonen, farget av virkeligheten Linnéa Myhres offentlige person, kjent først for bloggen og senere via andre kanaler som har bygd på og utvidet hennes offentlig kjente person og liv. Reinshorn kommer i sin konklusjon til at Myhres tekster «inngår i et performativt kretsløp fordi hun bruker statusen som offentlig person til å problematisere forholdet mellom sannhet og fiksjon, og dermed skaper offentlige reaksjoner som igjen blir deler av tekstene» (2015, s. 79). Reaksjonene kommer i skjæringspunktet mellom det private og det offentlige, hvor privatpersonen virker å bli fremstilt som den stille romanfiguren som ikke vil bli sett, som blir en tydelig kontrast til offentlighetens oppmerksomhetssyke kjendis som både media og hun selv skriver om. Spesielt tydelig blir reaksjonene i Kjære (2014), som Reinshorn påpeker at reagerer på Myhres tidligere tekster og medienes fremstilling: «Kjære blir et oppgjør med hennes egen og andres oppfatning av henne selv, og med konstruksjonene, og hun bruker brevformen som en slags terapeutisk, reflekterende prosess for å skrive seg fram til et nytt jeg» (2015, s. 79).

Performativ biografisme er en spennende innfallsvinkel i et forsøk på å forstå Myhres tekster, og jeg er enig i at det kan være interessant å ta utgangspunkt i en slik forståelse, men i det følgende vil jeg forholde meg til Myhres verk som skjønnlitterære romaner.

2 Teori

Før jeg begynner på en litterær analyse av de litterære verkene *Evig søndag* (2012) og *Kjære* (2014) av Linnéa Myhre, vil jeg først ta for meg noen teoretiske aspekt jeg mener vil være relevante å ha sett på i forkant av en slik analyse.

2.1 Narrativ teori

Narratologi er et begrep innen litteraturvitenskapen, som kan dateres tilbake til 1972 i franske ordbøker og linkes til Gérard Genettes *Discours du récit*, som oversatt betyr fortellingens diskurs. Fortelle-teori er et begrep som kan brukes synonymt med narratologi, «som betyr læren om fortellende teksters struktur» (Aaslestad, 1999, s. 1), og som kan anvendes i analyser av fortellende tekster. Genettes begrep har ledet til en tredelt forståelse, hvor den første er diskursen som sikter til den faktiske teksten, slik den er utformet og tilgjengelig for leseren. Historie er den andre delen, som sikter til et slags handlingssammendrag, en parafrase av det man finner i diskursen. Narrasjon er den tredje delen, som kan sies å være spor av en skriveprosess, som har bestått av narrative grep og kombinasjoner, som alle var med på å lage diskursen.

2.1.1 Den narrative kommunikasjonsmodellen

En narrativ tekst formidler en fortelling verbalt, det er en narrativ kommunikasjon, en prosess fra avsenderen av teksten, forfatteren, til mottakeren av teksten, leseren. Narrativ teori fokuserer på den narrative teksten, forstått som et språk som gir indirekte mening. Den litterære meningen etableres gjennom tekstens språk, struktur og fortellerteknikk, som vi finner i diskursen. For å kunne analysere og diskutere slik narrativ kommunikasjon, presenterer Jakob Lothe i boken *Fiksjon og Film – Narrativ teori og analyse* fra 2003 det han kaller «den narrative kommunikasjonsmodellen» (s. 27):

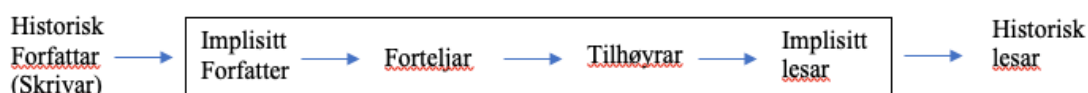


Fig. 2.1.1.1 Den narrative kommunikasjonsmodellen

Modellen finnes i flere ulike versjoner og er utviklet på grunnlag av teorier om språk og narrativ fiksjon. I denne modellen har Lothe basert seg på Aristoteles tanker om narrativ komposisjon og progresjon, en oppbygging med en begynnelse, midtdel og slutt, og hvor det avgjørende er sammenhengen i den episke handlingen. Den litterære formen er med andre ord ikke tilfeldig satt sammen. Videre har Lothe brukt Wolfgang Kayzers begrep om *den episke ursituasjonen*, der det kort oppsummert er en forteller som da forteller noe som har skjedd til noen tilhørere. Her finner vi tre ledd, hvor vi har fortelleren, fortellingen som formidles er dette «noe som har skjedd», og tilhøreren. Fortelleren har en distanse til fortellingen han formidler ved at det foregår muntlig, og der igjen kommer ikke forholdet mellom forfatteren og fortelleren, eller forholdet mellom leseren og fortellingen, frem. En muntlig forteller er noe annet enn en forfatter, der skaperhandlingen skiller de, noe som påvirker mottakeren som i det fortellende selskap får høre historien, mens en som leser en roman er ensom i sitt møte med fortellingen. Forfatteren av en roman skaper en fiktiv verden der fortelleren inngår. Den narrative teksten er rammet inn av den historiske forfatteren, en slas avsender, på den ene siden og den historiske leseren, en slags mottaker, på den andre. Det sentrale er den narrative teksten, og for oppgaven videre er det interessant å se på det viktige fortellerbegrepet.

2.1.2 Fortelleren

Fortelleren er en integrert del av den narrative fiksjonsteksten som forfatteren er skriver eller produsent av. Det er den narrative teksten som er utgangspunktet for narrativ analyse. For å presentere og utvikle den narrative teksten tar forfatteren i bruk fortelleren, som blir et slags narrativt instrument eller et retorisk verktøy. Fortelleren er en del av og befinner seg i teksten, ikke utenfor, og hjelper forfatteren å kommunisere og konstruere den. Det fins to hovedtyper fortellere, tredjepersonsfortelleren eller førstepersonsfortelleren. En førstepersonsforteller er også en person som er aktiv i handlingen, og kan dermed påvirke utformingen av plottet eller handlingsstrukturen. Denne fortelleren har handlekraft, ønsker, kropp og så videre, og kan samtidig formidle en kombinasjon av virkemidler som perspektiv, stemmer og så videre. En tredjepersonsforteller deltar ikke i handlingen, men befinner seg heller utenfor eller over den. Fordi fortelleren ikke deltar i handlingen

er det mer tydelig at den har en funksjon som formidler, som forfatterens narrative instrument. Det som markerer førstepersonsfortelleren grammatisk i teksten er ved bruken av personlig pronomen «jeg», et formidlende og handlende «jeg». Førstepersonsfortelleren kan enten være en biperson i teksten, eller tekstens hovedperson. Begrensninger ved en førstepersonsforteller er informasjonen om det han forteller om, som igjen påvirker inntrykket til leseren. En person i teksten kan ikke på samme måte som en tredjepersonsforteller kjenne til andre personers tanker og følelser. Til tross for begrenset innsikt og perspektiv, kan en styrke ved en slik narrativ fremstilling hos førstepersonsfortelleren være den intensiteten og overbevisningskraften man ellers finner hos vitner. Den narrative fremstillingen til en førstepersonsforteller kan være både påfallende subjektiv og ufullstendig, noe som kan få leseren til å stille seg spørrende til fortellerens autoritet, hvor pålitelig er fremstillingen til denne fortelleren? (Lothe, 2003, s. 34-44).

Fortelleren er, inntil det motsatte er bevist, karakterisert ved narrativ autoritet. Informasjonen vi får av fortelleren må vi bare akseptere, da en grunnleggende konvensjon i narrativ fiksjon er at med mindre teksten gir oss signaler om annet, så må vi tro på fortelleren. Det er med andre ord leseprosessen og tolkningen av en narrativ tekst som kan avgjøre om en forteller er pålitelig eller ikke. Kjennetegnene ved en upålitelig forteller er nærliggende å koble til en førstepersonsforteller, da kjennetegnene utgjør begrenset kunnskap eller innsikt i det han forteller om, et sterkt personlig engasjement, og at fortelleren representerer et verdisystem som kommer i konflikt med hva den samlede diskursen presenterer. Tekstens verdisystem er tilknyttet tekstintensjon og til den implisitte forfatteren (Lothe, 2003, s. 45-48).

Den implisitte forfatteren er et begrepet som først introdusert av *Wayne Booth i The Rhetoric of Fiction* (1961). Seymour Chatman skriver at i motsetning til fortelleren, kan ikke den implisitte forfatteren fortelle oss noe. Han, eller bedre det, har ingen stemme, ikke noe direkte middel å kommunisere med. Det instruerer oss umerkelig, gjennom hele tekststrukturen, med alle stemmene og med alle midlene det har valgt ut til å la oss lære [gjennom lesningen av teksten]. Den implisitte forfatteren er taus

og uten stemme, fungerer som en abstrakt storhet, en konstruksjon leseren utfører på grunnlag av alle tekstkomponentene (Lothe, 2019, s. 31).

2.2 Terapi

Ordet terapi kommer av det greske *therapeia* som betyr behandling, pleie, tjeneste (Skre, 2021). I det daglige språket assosieres nok ikke terapi til all slags type behandling på et så generelt plan, men refererer heller spesifikt til behandling av psykiske problemer og utfordringer av ulik størrelse og alvorlighetsgrad. Behandlerne kan være formelt utdannede og registrerte psykologer eller psykiatere, hvis praksis reguleres av regler og lover som blant annet taushetsplikt og journalføring. Terapibehandlingene som tilbys utspiller seg som ulike typer samtaler mellom to parter, en pasient som søker hjelp og en terapeut som tilbyr hjelp, og kalles samtaleterapi eller psykoterapi. Det generelle målet med terapien er å øke livskvalitet eller bedre den psykiske helsen til pasienten ved hjelp av behandlingen, og oppnås ved at pasienten klarer å gjennomføre endringer som bidrar til dette (Skre, 2019).

Det er mange skoleretninger som bygger på forskjellige syn på hvordan vi skal forstå psykiske lidelser og ulike teorier om hvordan mennesker med psykiske problemer bør behandles [...] Det har hersket og hersker fortsatt stor uenighet og konkurranse mellom de ulike retninger om hva som er den riktige forståelsen av psykiske problemer og hva som er den beste behandlingen (Hartmann, 2013, s. 21).

Jakten på én overordnet og effektiv terapibehandling, som kan garantere pasientene positive utfall, viser til et syn på terapeutisk behandling som noe man kan sammenligne og likestille med medisinske medikamentelle behandling, for eksempel insulin for behandling av diabetes. Et slikt syn på terapi må nok forkastes, da de viktigste funnene forskning på psykoterapi har kommet frem til de siste årene blant annet er at psykoterapi fungerer, men at hvilken terapitilnærming som blir tatt i bruk har lite å si for resultatet av behandlingen, utenom i svært spesielle tilfeller. At ingen tilnærming er betydelig bedre enn andre, har fått forskningen til å se etter felles faktorer som bidrar til terapeutisk bedring, noe felles for all god psykoterapi, i

motsetning til kun en spesifikk manual. Det er enighet om at noe av det viktigste er forhold ved terapeuten som person, relasjonen mellom pasienten og terapeuten, samt noen virkemidler i selve terapien (Hartmann, 2013, s. 24-25).

2.2.1 Psykoterapien

I psykoterapi så er det samtalen med en terapeut som tilbys som medisin i håp om å bedre pasientens psykiske problemer. Tidligere har det å slite psykisk, til den grad at man burde søke profesjonell hjelp, vært nokså tabubelagt og derfor noe man sjeldent delte med de rundt seg. Men med et økt fokus på mental helse de siste årene har disse tidligere holdningene endret seg drastisk. Oppfordringer om å søke hjelp, om å snakke med profesjonelle, kommer på løpende bånd, og i sosiale medier kan man få inntrykk av at det nesten er å regne som et sunnhetstegn dersom man har gått i terapi. På mange måter er denne utviklingen positiv med tanke på aksept og åpenhet, men på en annen side så har vi jo sett at det er en del uenigheter faglig rundt hva som regnes for god terapi. I 2019 kom Jørgen A. Flor og Leif Edward Ottesen Kennair ut med boken *Skadelige samtaler – myten om bivirkningsfri terapi* som tar opp diverse problemer med hvordan psykoterapi blir fremstilt og problematiske sider ved hvordan terapien utføres i praksis. Innledningen formulerer paradokset slik: «Psykologisk behandling og samtaleterapi er ment å redusere menneskelig lidelse [...] Hvordan kan noe som er designet for å hjelpe ende opp som skade?» (Flor & Kennair, 2019, s. 15). Terapi er ment å være til hjelp for den syke til å bli frisk, men er dette alltid tilfellet?

Behandlingen foregår ofte i lukkede terapirom, hvor få har innsyn utenom pasienten selv og terapeuten. Negative effekter av psykoterapeutisk behandling er det flere eksempler på, men disse er ofte pasienters egne historier, som «ikke har høy status i fagfolkens kunnskapshierarki» (Flor & Kennair, 2019, s. 35). Enkeltpersoners erfaringer av terapi kan selvsagt ikke konkurrere med omfattende studier gjort av forskere på myndighetenes regning, men bør definitivt vekke interessen til forskere på temaet. Etter å tidligere ha gjemt vekk pasienter på institusjoner og asyl, har interessen for å tilby behandling med positive resultater økt fra samfunnets side, og med det har det også åpnet opp for at man ikke lenger kun er opptatt av hva

terapeuten mener, men utvidet det til å ha en interesse for hva pasienten selv og de rundt pasienten mener om behandlingen. Dette har avdekket flere negative sider, men «[...] samfunnet, pasienten og terapeuten kan ha ulike standarder for hva som er 'normalt' og hva som er sykt – og derfor også for hva som må til for at de skal bli 'normale' eller friske igjen» (Flor & Kennair, 2019, s. 39-40). Dilemmaet rundt hva som regnes som frisk og hva som regnes som syk i forhold til spiseforstyrrelser er noe som vil bli tatt opp i analysen nedenfor, og i forordet til boken *hvis jeg forsvinner, ser du meg da?* av Kristine Getz fra 2012 presenterer Finn Skårderud en mulig definisjon: «Hva betyr det å bli frisk av en spiseforstyrrelse? Én mulig definisjon er at noe annet i livet, eller simpelthen selve livet, blir viktigere».

Behandlingsrelasjonen er en av de viktigste faktorene for gode utfall, hvor gode relasjoner mellom terapeut og pasient er til hjelp, mens dårlige relasjoner er til skade. Den ønskelige terapeutiske endringen ble slått fast på 1980-tallet at kun var mulig dersom pasienten opplevde både terapeuten og terapirrommet som trygt, altså ble en tidligere bakgrunnsvariabel vesentlig for å oppnå endring. Men hvordan en relasjon kan regnes som god eller ei, er det uenighet i definisjonen om. Hvor mye av relasjonen som er overføring og motoverføring, samt om forholdet er reelt er også faktorer som diskuteres, og hvordan terapeuten skal forholde seg, nøytral, anonym, tilbakeholden eller ikke, er det fortsatt uenigheter om. Forskningens føringer på dette punktet peker ut pasienten som avgjørende, hvor hens opplevelse og mening om relasjonen vektlegges tyngst. Dette står i kontrast til hvordan pasienters vurderinger av behandlingen før ble sett ned på, som noe farget av de psykiske problemene og som derfor ikke kunne være like riktige eller viktige som terapeuten friske og klare blikk på det hele. Men terapeuten er fortsatt den viktigste faktoren i relasjonen, med den aktive rollen som må være fleksibel i tilnærmingen, som må vite at det ikke kun er en standardrelasjon som funker, men at den må tilpasses både forskjellige pasienter og den enkelte pasienten i løpet av terapiforløpet.

2.2.2 Terapirelasjonen

I terapirommet skapes det en relasjon mellom pasienten og terapeuten som er et viktig utgangspunkt for terapibehandlingen. Begge parter spiller en viktig rolle i denne relasjonen, men det ligger et ekstra ansvar på terapeutens bidrag:

La det ikke være noen tvil om at ansvaret for å tegne opp grenser og rammer for behandlingen ligger hos terapeuten. Det er terapeuten som skal skape trygghet og tydeliggjøre hvilke roller pasienten og en selv har. Her skiller terapirelasjonen seg fra andre menneskelige relasjoner: I dette forholdet finnes en grunnleggende maktasymmetri. (Flor & Kennair, 2019, s. 46)

Forventninger i en vanlig menneskelig relasjon etableres uten at man eksplisitt trenger en felles forståelse om hva denne relasjonen krever, det er underforstått at det foregår et slags sosialt bytte av tillit og fortrolighet mellom de likestilte partene i en samtale. Dette er ikke premissene for en lignende samtalerelasjon mellom en pasient og en terapeut. Det er en forutsetning i den terapeutiske relasjonen at partene holder ulike posisjoner i samtalene, der terapeuten sitter på en mer kunnskapsrik rolle med profesjonelle forventninger, der pasienten på sett og vis betaler for en tillit og en fortrolighet med penger fremfor gjensidig deling av personlige problemer. Reguleringen av en slik relasjonen er gjerne blitt kalt den terapeutiske kontrakten, hvor det i motsetning til den sosiale kontrakten finnes fagetikk, kjøreregler og lovgivning som skal beskytte den sårbare parten i relasjonen, nemlig pasienten. Dersom terapiforholdet ikke holdes avgrenset og profesjonelt regnes det som brudd på kontrakten, og dette er ansvar som ligger på terapeutens side. Det kan også regnes som et brudd dersom terapiens lengde blir uendelig lang og fører til at pasienten blir avhengig av den hjelpen og den støtten vedkommende finner i relasjonen (Flor & Kennair, 2019, s. 47). Men pasienten kan også bryte kontrakten ved å for eksempel ta kontakt med terapeuten i private settinger, eller ved å ikke møte opp til de avtalte terapitimene.

Den terapeutiske kontrakten er et godt grunnlag for terapirelasjonen, men den er ikke nok alene. Det må i tillegg til forståelse av rammene, ligge en forståelse av hvorfor pasienten er der, og hva planen videre er. Det må foreligge en terapeutisk

allianse, mellom terapeuten og pasienten, der viktige elementer er tillit, aksept og fortrolighet. En god allianse kjennetegnes av en felles forståelse av oppgavefordeling, og med en god allianse som grunnlag vil terapien oppleves mer betydningsfull for pasienten, og terapeuten vil der igjen kunne å få en større betydning i pasientens liv. Påvirkningspotensialet terapeuten besitter kan med andre ord bli enormt, og det kan slå like lett positivt som negativt. En god allianse er med andre ord avgjørende for et godt behandlingsresultat til slutt, men det betyr at en dårlig allianse på den andre siden kan være vel så avgjørende for et dårlig utfall. I en dårlig allianse kan det være uenighet rundt hva som er målet med behandlingen, eller pasienten kan oppleve å miste tillit til, føle avvising fra eller være mistenksom til terapeuten. Det kan med andre ord sies at en god terapeutisk allianse er helt avgjørende for terapibehandlingen, men hvordan kan man vurdere om den er god eller ikke? Svaret kan man få fra begge parter i terapialliansen, men det viktigste svaret er det pasienten som gir: «[...] dersom man er nødt til å velge, er det pasientens perspektiv som er det viktigste å vektlegge» (Flor & Kennair, 2019, s. 50).

Forhold ved terapeuten som person, som terapeutens rolle i og betydning for terapiens utfall, ble enten oversett eller glemt under de ulike studiene utført for å finne ut mer om hva god terapi er, da hovedfokuset alltid var rettet mot hvilken behandlingsform eller hvilke intervensjoner som funket eller ikke funket. Men det man kom frem til er at terapeuten er en av de mest solide pekepinner for hvordan terapiutfallet vil bli. I forsøkene på å finne ting ved personligheten til terapeuten har man kommet frem til at de er tolerante, fordomsfrie, fleksible, kreative, tålmodige, omsorgsfulle, varme, aksepterende, ekte og pålitelige. Svarene om personlighet hersker det enda litt uenighet rundt, så kanskje et fokus på hva de gode terapeutene gjør fremfor hvilke personlige trekk de har, kan skape klarere svar. De med gode utfall ser ut til å lytte og prøver å forstå sine pasienter, de formidler håp, tillit og engasjement, de behandler pasientene sine i en likeverdig tone, med respekt, er taktfulle, fleksible og rolige. Og de er ikke fremmede for tilbakemeldinger, både å gi de til klientene sine, be om de fra pasientene sine og ta de til seg og bruke dem (Hartmann, 2013, s. 26-29).

Tilliten til terapeutens evner legges opp til å være nokså stor, men hvor gode er de egentlig på å oppdage feil eller mangler i sin behandling, i forhold hos seg selv eller hos pasientene sine? Det er som nevnt tidligere viktig at terapeuten utgjør en viktig rolle i pasientens liv for at behandlingen skal kunne ha mulighet for å lykkes, og det må være klart at denne relasjonen er spesiell i den forstand at den ene parten er kjøpt og betalt. Maktfordelingen er skjev, og den sterkeste parten, terapeuten, forventes å holde øye med relasjonen og eventuelt oppdage det dersom man er på vei over visse grenser ved relasjonen. Det er snakk om en profesjonell relasjon, så avhengigheten pasienten føler til den er viktig å ha kontroll på slik at den ikke utvikler seg til noe ugunstig for den sårbare parten, pasienten. Terapeuten forventes også å ha kontroll på utviklingen som skjer med psyken til pasienten under behandlingen, og tilpasse den dersom behandlingen viser seg å påvirke pasienten negativt. Brudd i relasjonen er også terapeutens ansvar å oppdage, gjøre noe med og da eventuelt ta opp med pasienten. Å observere disse uheldige utviklingene kan være svært vanskelig, kanskje på grensen til umulig, da de kan ta form i hodet til pasienten og ikke gi noen fysiske tegn, noe som øker sjansen for at de rett og slett ikke blir fanget opp.

3 Analyse av terapien

3.1 Introduksjon

Myhres debutroman *Evig søndag* (2012) er utformet som slags dagbok, med korte kapitler som ofte refererer til en spesifikk dato, for eksempel «22.MARS», men ikke konsekvent. Kapitlenes titler kan også referere til hele måneder, slik som «APRIL» og «OKTOBER 2005», et sted, «MOLDE, en ukedag, «EN EKTE SØNDAG», eller til personer og dyr, slik som «FINN» og «TWITTER». Det er romanens hovedkarakter, Linnéa Myhre, som skriver dagboken og tolkes dermed naturligvis som romanens jeg-forteller. Av førstepersonsfortelleren får leserne et innblikk i Linnéas liv, hvor alt skildres og presenteres fra hennes ståsted. Handlingen utspiller seg i en relativt fast kronologisk rekkefølge fra januar 2011 til april 2012, med unntak av noen tilbakeblikk på spesifikke hendelser i 2005 og noen udaterte tidligere minner fra barndommen. I romanen møter vi Linnéa, en moldenser i starten av 20-årene som prøver å lage seg et liv i Oslo, men som sliter med sin psykiske helse. Heldigvis får hun overta timer hos psykiateren Finn, og disse timene blir en sentral del av romanens handling, som på mange måter både slutter og starter på kontoret til Finn. Romanen er både blitt prisbelønt og hyllet for å være en viktig og ærlig bok. Den tematiserer depresjon og spiseforstyrrelser, og gir et bilde på hvordan en slik tilstand kan være. På mange måter kan den regnes som en slags pasienthistorie, som gir oss perspektivet fra pasientens ståsted, både om hvordan uhelsen føles, men også om hvordan behandlingen som tilbys er og oppleves. Terapien utgjør som nevnt en stor del av handlingen, og den er muligens et slags vendepunkt i romanen.

Mens debutromanen kan kalles for en slags tilstandsrapport, hvor handlingen er lagt mer til et her og nå, så er oppfølgeren *Kjære* (2014) skrevet med et mer tilbakevendende blikk. Romanen består av 25 brev som undertegnes av hovedpersonen og romanens jeg-forteller, Linnéa Myhre, og de er skrevet kronologisk fra 10.mars 2011 til 28.juli 2014. Romanen starter med et selvmordsbrev Linnéa skrev i mars 2011, mens neste brev er datert til april 2013, rundt ett år etter handlingen i *Evig søndags* slutt, og i de følgende brevene får leseren et innblikk i hva som har skjedd siden sist. Brevene er skrevet til mottakere

som Linnéas nærmeste, blant annet foreldrene, venner, kjæreste, men også til mer formelle mottakere som matprodusenter, kjendiser og redaktører. Det er også brev til en bloggleser som muligens kunne tenkt seg en spiseforstyrrelse, og brev til ulike terapeuter som har behandlet Linnéa, og sammen med de mer personlige brevene får leserne et innblikk i og en mer direkte utlevering på visse deler av terapien og veien ut av en tungtveiende psykisk uhelse.

Normalt foregår terapi i lukkede rom, og hva som foregår der inne er det få som har tilgang på utover terapeut og pasient(er). I *Evig søndag* (2012) får leserne en sjelden mulighet til å få et innblikk i hvordan en slik terapibehandling kan utspille seg, mens de i *Kjære* (2014) får et mer løftet perspektiv på både behandlingstilbud og det videre livet. Perspektivet i romanene, fra pasientens ståsted, gir både skildringer som kan gi verdifull innsikt, men det kan også ha begrensende effekter. Ved å ha en jeg-forteller i pasientens situasjon får man mulighet til å se en versjon av behandlingen som historisk ikke har blitt verdsatt av hverken de praktiserende terapeutene selv, forskningen eller samfunnet, og som på den måten blir et godt bidrag som kan øke forståelsen ved å gi fagfolk innsikt. Videre kan det også være positivt for leserne generelt, da romanen setter ord på en situasjon man muligens selv som leser en dag kan befinne seg i, som pasient eller pårørende. Men man må ikke glemme at dette er en narrativ tekst, og at fortelleren er et retorisk verktøy i denne (Lothe, 2003/2011, s. 33-34) som blir brukt for å skape mening. Redigering, overdrivelser og andre litterære virkemidler kan ha blitt tatt i bruk for å få plassert enkelthendelsene inn i en større sammenheng, som gir mening for mottakerne av teksten. Dette er det viktig å ha et bevisst forhold til.

Samtaleterapi har effekt, lyder det fra både praktiserende klinikere og terapiforskning (Hartmann, 2013, s. 23), men hvilken effekt har den? I det følgende skal vi se nærmere på hvordan terapi blir fremstilt i Myhres romaner, hvor mye kan hentes ut fra skildringene av den rundt ett års lange terapibehandlingen Linnéa går i hos psykiateren Finn, hvor terapirelasjonen bygges, terapirummet erfares og en utvikling skjer.

3.2 Starten

3.2.1 Et ønske om hjelp

Evig søndag (2012) åpner med hovedpersonen Linnéa sin påstand: «Det var bare ved et uhell at jeg gikk med på å oppsøke en psykiater» (s. 5). Ved å tolke påstanden bokstavelig kan man komme frem til at det ikke var noen spesiell grunn til at hun begynte å gå i terapi hos en psykiater, bare en ren, uønsket tilfeldighet. Videre kan man si at påstanden antyder at det var noen som prøvde å overtale henne til å søke denne profesjonelle hjelpen, som hun til slutt ga etter for. Men Linnéa har visst at hun har slitt en stund, og at hun sårt har ønsket seg hjelp. Hun har selv prøvd å ta kontakt med venner over en lengre periode, i håp om at de kanskje kunne ha hjulpet henne med å søke den hjelpen hun trenger, og med en gang hun blir tilbudt sjansen til å få profesjonell hjelp kaster hun seg på muligheten med glede.

Romanen starter EN TILFELDIG SØNDAG på nyåret, hvor vår hovedperson vandrer målløst og alene i Oslos gater mens hun sender tekstmeldinger til vennene sine for å varsle om hvordan hun har det. Men hun har dessverre ropt ulv for mange ganger, hver søndag for å være presis, og «[...] det var ikke lenger noen som så ut til å reagere på det. Ikke engang jeg brydde meg om dette påståtte sammenbruddet [...]» (2012, s. 5). Den manglende responsen bekrefter Linnéas egne mistanker om at hun nok ikke behøver hjelp, egentlig. Men heldigvis mottar hun «mot alle odds» et svar på tekstmeldingen denne søndagen, hvor hun blir tilbudt å overta en bekjent sine allerede bestilte timer hos en psykiater. Linnéas reaksjon på tilbudet er avvisende og negativt, da hun ikke på langt nær vurderer seg selv til å være så dårlig stilt som sin bekjent. Likevel kommer det frem at hun «løp hjemover» og «beholdt dunjakken på mens [hun] åpnet Macbooken og trykket på mail-ikonet» (s. 8). Mailen til psykiateren om å overta timene ble sendt så fort Linnéa klarte, noe som taler for at hun har ønsket seg hjelp en stund.

Å innse at man ikke håndterer livet og dets utfordringer på egenhånd er nok hardt å komme frem til, og ikke minst akseptere. Dette kan forklare Linnéas innvendige kamp, hvor hun dras i to retninger om hvorvidt hun skal dra på den første avtalte timen hos Finn. På den ene siden burde hun kunne klare å håndtere dette på

egenhånd. Hun har endelig flyttet hjemmefra, har egen leilighet og jobb i Oslo, alt ligger til rette for det livet hun ønsker seg, så dette vil være et steg i feil retning, et nederlag. På den andre siden vet hun, innerst inne, at hun ikke vil kunne håndtere dette alene lenger.

[...] kanskje jeg bare vil bli brukt som et hjelpemiddel for å utvikle hans kunnskap om blogging [...] At jeg ganske enkelt vil benyttes som en informant [...] og at jeg på toppen av det hele vil bli nødt til å betale for det. Jeg tror jeg rett og slett jeg går hjem igjen, dette blir for dumt, sier jeg til meg selv, før jeg umiddelbart ombestemmer meg og krysser Kirkeveien uten å se meg for (2012, s. 9).

Av tekstutdraget ser vi at Linnéa fortsatt vurderer å ikke møte opp til terapitimen rett før hun faktisk er fremme. I tankerekken kommer hun til gode argumenter som taler for at dette er en dårlig ide, og at hun heller bare burde dra igjen, og hun overtales faktisk av seg selv. Men så tar hun en hurtig avgjørelse om å forkaste det hun har tenkt, og fører kroppen så fort mot målet at normale sikkerhetshensynstiltak i trafikken ikke har tid til å bli prioritert. Dette taler for at Linnéa vet at hun trenger hjelp, og at det er noe hun ønsker, til tross for at det kan komme til å koste henne noe. Det er ikke bare en psykisk kamp for å komme seg på plass. Hun kjemper også for å komme seg på plass fysisk, blant annet ved å møte opp 25 minutter før timen den avtale timen, noe som gjør at hun sliter med å komme seg inn i bygget. Når hun endelig er innenfor døren må hun opp flere etasjer, og hun må «motvillig» dra med seg beina, for så å innse at hun har gått seg vill. Etter mye om og med kommer hun seg endelig inn på Finns kontor. Endelig er hun på plass der hun må og vil være, endelig får hun hjelp, og kan gi fra seg et lettens sukk: «Plassen min, tenker jeg og sukker» (2012, s. 12).

3.2.2 De ulike problemene

Et viktig spørsmål som må tas stilling til er hvorfor søker Linnéa hjelp? Hvilket problem, eller hvilke problemer, er det hun kommer inn i terapirommet med, som gir henne muligheten til å ikke bare få den første timen, men et helt års behandling? Normalt vil det under de første møtene med terapeuten være aktuelt at «[...] pasient

og terapeut [blir] enige om hvorvidt personen har et problem, om problemet vil vedvare eller bli verre uten behandling, og om behandling derfor er viktig» (Flor & Kennair, 2019, s. 48). Enigheten kan være eksplisitt forstått ved at pasienten aktivt har fått delta i defineringen av problemet og veien videre i terapibehandlingen. En annen mulighet vil være å ta en mer indirekte vei, hvor problemet blir tydelig for partene ved å følge med på hva pasienten selv trekker frem og velger å dele under samtalene. Men som vi skal se nærmere på under punktet om samtaleterapien hos Finn, så er det sjeldent leseren får mer enn et lite glimt av hva som foregår i terapirommet når Linnéa og Finn har samtaler der. Ellipsene, eller utelatelsene, gjør det vanskelig å si noe om terapien i sin helhet, og det som kan vurderes må sees i lys av at fortelleren har valgt å ta det med og vise det frem. Vi må derfor under dette punktet i analysen omformulere spørsmålet til: Hva forteller teksten oss om Linnéas problemer?

I parateksten til *Evig søndag* (2012) står det at «Linnéa motvillig går med på å gå til psykiateren Finn for sine depresjoner» (Tiden Norsk Forlag). At problemet er depresjonene hun lider av lyder mer som en oppsummering, beskrevet fra et perspektiv med distanse, og denne distansen har ikke vår hovedperson selv. Det er derfor interessant å se nærmere på hva Linnéa selv uttrykker i teksten at hun sliter med. I henvendelsen om timer hos Finn kaller hun seg selv for «sinnssyk» (2012, s. 8), og det er kanskje ikke så rart at hun føler at det begrepet passer dersom hun lider av depresjoner, som kan ha symptomer som blant annet søvnforstyrrelser, endringer i appetitt, og tanker og planer om selvmord.

Søvnproblemer og selvmordstanker er noe som ser ut til å henge sammen hos Linnéa. I teksten kommer det frem at «[...] det eneste jeg ønsker, er å slippe unna. Alt. Det er nok også det som er planen, å samle nok krefter og mot til å unnslipe livet» (2012, s. 7). Her kommer det frem at hun har en slags plan om et fremtidig selvmord, men om hun mener alvorlig eller kun leker med tanken er ikke godt å si. Flere steder i teksten kommer det frem at hun sover i unormalt mange timer, og ofte ved hjelp av sovemedisiner i ulike mengder. Søvnforstyrrelsen kan dermed sies å være et for det meste selvpåført symptom. Motivasjonen til denne massive mengden

søvn kan muligens være en måte å simulere det selvmordet og den døden hun kunne ønske seg, så smertefritt som mulig: «Jeg våkner hver eneste morgen. Hadde jeg kunnet velge, ville jeg latt være. Jeg skulle ønske jeg heller kunne få sove til jeg aldri våknet [...]» (2012, s. 13). Det kommer aldri frem i teksten om hun deler sine tanker og fantasier om selvmord med Finn, men hun uttrykker at hun planlegger å fortelle ham det dagen før en avtalt time. Og vi må nesten anta at det har vært en del av terapien, ettersom at hun konkluderer etter nesten ett års behandling: «[...] jeg [har] ikke lyst til å ta livet mitt lenger heller. I alle fall ikke hver eneste dag [...]» (s. 182). En stor suksess kan det ikke sies å ha blitt gjort på det punktet, men muligens bevegde seg i relativt riktig retning.

Et problem som ikke var kommet til overflaten på samme måte som depresjonene i starten av behandlingen, men som definitivt blusset opp igjen underveis, var den gamle spiseforstyrrelsen. Slik som Skårderud påpeker at spiseforstyrrelsen er en slags form for liv for mange, og ikke bare en sykdom (2000, s. 104). Og på mange måter har tankegangen til Linnéa vært så nært knyttet til hvem hun er, hennes identitet, at hun ved å anerkjenne det hun allerede vet, som for eksempel at fett ikke er farlig og at om andre lager maten hennes så vil de ikke prøve å fete henne opp, så er hun redd for å miste seg selv (s. 28). Nettopp fordi hun ikke er klar til å gi slipp, har tankene mulighet til å gjenerobre sin tapte plass, og spiseforstyrrelsens logikk og argumenter tar gradvis mer og mer over:

Jeg er blitt nødt til å slutte å spise igjen. Jeg har sluttet å trene, og kan dermed ikke tillate meg all denne spisingen. I lengden ble det altfor dyrt med alle disse måltidene også, og tynn av treningen ble jeg heller ikke [...] jeg skulle ønske jeg hadde tid til å tenke på noe annet (s. 55).

3.3 Behandling

3.3.1 Samtaleterapien hos Finn

Fremstillingen av samtaleterapien som foregår på Finns kontor har, som vi har sett tidligere i oppgaven, blitt utsatt for fortellerens bruk av ellipse, hvor altså det meste av timenes innhold ikke er å finne i diskursen. Dette betyr ikke at teksten ikke har

noe å vise oss på dette punktet, men at det er begrenset. I det følgende skal vi se på hva tekstene har å by på av innsikt i det lukkede terapirommet, hvor samtaleterapien mellom Finn og Linnéa foregår.

Samtaleterapien forutsetter at terapeuten og pasienten fører en dialog, der begge må bidra for at effekt skal oppstå. Men i denne samtalen er det, som vi vet fra kontrakten i slike profesjonelle relasjoner, en skeivfordeling av hva de er nødt til å bidra med. Pasienten forventes å dele personlige og sårbare tanker og følelser, med en som ikke er pliktet til, eller bør, dele tilsvarende private saker. I sosiale samtaler kan man ha problemer med å uttrykke seg slik man ønsker, og det å velge med omhu hva vi uttrykker til hvem og til hvilken tid er vanlig. Når forventningene er der for å dele personlige problemer med tilhørende følelser og tanker, kan det hende «[...] vi sliter med å finne ord som virkelig dekker det som foregår inni oss» (Wold & Uverud, 2018, s. 90). I romanen har vi kun tilgang på det Linnéa velger å vise oss, nemlig det som kommer med i dagboken hennes. Det vi får se kan gi en indikasjon på at hun sliter mer med å uttrykke seg eksplisitt om vanskelige temaer i den muntlige dialogen med Finn, av ulike årsaker, og at hun heller tenderer mot å tenke hva hun vil si til ham.

Ofte er det lettere å skrive om personlige temaer enn å snakke om dem, fordi det oppstår en slags buffersone når du uttrykker deg skriftlig [...] Du har ikke øyekontakt med vedkommende, og du må ikke være i beredskap med tanke på en tilbakemelding i samme grad som i en muntlig sammenheng (Wold & Uverud, 2018, s. 90).

Ved å ordlegge seg skriftlig kan man skape en slags distanse til det som blir formidlet. Tar Linnéa i bruk slike strategier, slik at hun får uttrykt seg om det personlige, men samtidig med en viss avstand til det? Et klart eksempel på dette er når hun både i terapien og for seg selv snakker om Twitter, kjæledyrsundulaten hennes, sin mulige depresjon. Alene konkluderer hun med at fuglen må være deprimert og viser til kunnskap om at «[...] undulatens sinnsstemning i høy grad påvirkes av menneskene rundt den» (2012, s. 146). I samtaleterapien nevnes det under en terapitime hvor de blir forstyrret at Linnéa var «[...] midt i en lengre

utgreiing om min undulats mulige depresjon [...]» (2012, s. 58). Men at hun velger å uttrykke seg slik blir ikke problematisert, i alle fall ikke i teksten. I terapirommet er det viktig at pasienten og terapeuten sammen danner en felles forståelse, da også om språket, og denne måten å snakke om problemene på møtes med tryggende respekt.

Det er viktig å bygge en god og trygg relasjon mellom terapeut og pasient for å sikre muligheten for at utfallet av behandlingen blir positivt. Relasjonen kan være en avgjørende faktor for om pasienten velger å komme til avtalt behandling og gjennomføre den, og i samtaleterapi er frafall et stort problem. I delen om terapeuten skal vi komme nærmere inn på den terapeutiske relasjonen mellom Finn og Linnéa. Her tar vi utgangspunkt i at den for det meste kan regnes som god, blant annet på grunn av den klare prioriteringen hun gjør i å møte opp til de avtalte timene. Til og med i noe som kan sies å være den verste forverrings- og tilbakefallsperioden, sommeren 2011, trosser hun de pågående prosjektene sine med søvn og mat for å møte opp på Finns kontor til avtalt tid; «Jeg graver fram mobiltelefonen fra haugen av puter og ser til min store fortvilelse at klokken ikke er mer enn 10:30. Under alarmen står det at jeg må huske Finn» (s. 141). Et annet tegn som kan sies å tale for en god relasjon som Linnéa vil holde fast ved, er utviklingen som skjer i forholdet deres, nemlig at hun klarer å kjenne igjen og innrømme for seg selv, og dermed betro seg til Finn, at tilbakefallet og forverringene skjer, og at hun ikke klarer å håndtere de alene. Spesielt viktig, kan vi trekke frem, er den siste tilståelsen, hvor hun er nær ved å ha falt så langt at det nesten er på tide med innleggelse igjen. Men det at hun sier ifra, og at hun på en måte selv ber Finn hjelpe henne ved å få henne tilbake til sin mor i Molde, kan regnes som en utvikling i riktig retning. Generelt kan det virke som at relasjonen med og behandlingen hos Finn vurderes i en positiv retning av Linnéa, hvor hun regner seg selv for å utgjøre mange av problemene og elementer som blir mindre gode. Men blir denne positive tonen om terapien hos Finn alltid vurdert som en stigende kurve, eller finnes det tendenser til fall eller misnøye?

Ved flere anledninger kommer det bemerkninger som kan tolkes som kritikk av samtaleterapien hos Finn. En av de mest tydelige og gjentakende bemerkningene er de som sikter til at de under terapien, etter Linnéas oppfatning av samtalene, ikke ser

ut til å snakke om noen ting, i alle fall ingenting av virkelig betydning. Etter en tilfeldig time hos Finn er hun «[...] på vei hjem fra Finn, hvor vi for øvrig ikke snakket om noe [...]» (2012, s. 52). Dette er en uheldig utvikling som pasienten Linnéa oppdager og føler på. At Linnéa føler hun har lite å komme med kommer klart frem i tankene hun gjør seg før en terapitime: «I dag får [Finn] greie seg med å føre en monolog, tenker jeg. Jeg har ikke noe å bidra med. Jeg har sjelden noe å bidra med» (2012, s. 117). Å skylde på pasienten, at vedkommende ikke klarer å nyttiggjøre seg terapien, er ikke noe nytt (Hartmann, 2013, s. 32), og det er tydelig at Linnéa sitter med dette inntrykket av sitt eget bidrag til samtalene som blir ført. Men er det riktig å legge ansvaret på pasienten i slike tilfeller?

Han har mye å gjøre, den mannen, men hovedårsaken til at vi sees sjeldnere nå enn før, er mest sannsynlig at vi ikke har noe å snakke om lenger. De siste gangene har jeg fortalt ham overflødig informasjon om fuglen min, bøker jeg har lest, om Internett – ja, til og med bygningsarbeidet som foregår utenfor vinduet har vi snakket om. Jeg bruker opp tiden hans, og vi er fullstendig klar over det begge to. Jeg antar at han ser rett gjennom meg, og at han gjennomskuer at jeg prater meg vekk for å unngå å snakke om det vi egentlig burde ha snakket om (2012, s. 64).

Ansvaret virker å være fult og helt pasientens, slik Linnéa ser det i utdraget over her. Hun mener selv hun snakker kun om tull og trivielle saker, og unnviker med overlegg det hun innerst inne vet de burde snakke om. Og i samme slengen kaster hun bort Finns, og ikke minst hennes egen, tid. Men hva er Finns ansvar som terapeut her? Om pasienten føler på slik meningsløshet og lite fremgang i samtalene, burde ikke dette fanges opp av den følsomme terapeut og tas opp med pasienten i en konkret samtale om temaet? Dette kan i verste fall føre til at pasienten faller fra, noe som er en tanke som slår Linnéa. Å avslutte behandlingen hos Finn blir vurdert, noe som blant annet kan komme av den oppståtte usikkerheten rundt hvor alvorlig det står til med henne. Kanskje det hun lider av bare er «dumme luksusproblemer» (2012, s. 78)? Finn tar tross alt ofte ferier og fri, som utsetter timene med henne, og det blir poengtert flere ganger. Dette kan være et tegn på at Finn ikke vil behandle henne som et lite barn, men en relativt autonom og fungerende voksen. Denne

styrken kan Linnéa være uenig i at hun besitter, noe som kan lede til at hun heller føler på avvisning rundt Finns handlinger (Skårderud, 2000, s. 103).

3.3.2 Antidepressiva

Medisinbehandling av psykisk uhelse forekommer, men «er ingen tilstrekkelig behandling i seg selv. Medisiner bør alltid være tilleggsbehandling, hvor hovedbehandlingen er samtalen» (Skårderud, 2000, s. 162). I romanene får Linnéa medikamentell behandling i form av antidepressiver, i tillegg til samtaleterapi. Interessante spørsmål å se nærmere på er blant annet hvorfor Finn velger å tilby Linnéa resept på antidepressiver? Og hvilke effekter merker Linnéa av å gå på slike medisiner?

En urovekkende uvane leseren får innsyn i, og som ser ut til å komme frem i terapien også, er hovedpersonen Linnéas tendens til å stjele tilfeldige piller og annen reseptbelagt medisin fra skapene til sine venner og bekjente, for så å ta dem selv. Å blande medisiner kan ofte være farlig i seg selv, men når man i tillegg ikke vet hvilke kombinasjoner som tas, er det ganske åpenbart at det er en alvorlig stor risiko å ta. Finn prøver å stoppe dette uoversiktlige pilleinntaket til Linnéa, ved å tilby henne en egen resept på antidepressiver. Dette er ikke et tilbud hun med en gang takker ja til, men noe hun unnlater å svare på før Finn forklarer årsaken til hvorfor han tilbyr henne dette, nemlig fordi «[Finn] ikke vil at [Linnéa] skal fortsette å ta fra andres medisinskap», og først etter denne forklaringen aksepterer hun tilbudet (2012, s. 20). Ut ifra teksten virker det altså ikke som at antidepressivene er en direkte del av Finns terapibehandling, men heller er forankret i frykten for at Linnéa skal fortsette å medisinere seg uten tilsyn. Men selv om hun tilsynelatende var lite interessert i resepten da den ble tilbudt, ser hun ikke ut til å ville gi slipp på den når det er tid for å fornye den:

- Så du vil fortsette? spurte han først.
- Ja, er du gal. Jeg orker ikke kaste bort enda en sommer på å sutre. Livet mitt går allerede i dype daler med disse pillene, så du kan vel tenke deg hvordan det er uten, svarer jeg.
- Ja, jeg bare spør, jeg, sier han (s. 118).

Av tekstutdraget ser vi at fornyelsen av resepten legges opp til å bli en avgjørelse Linnéa selv må ta. Og hun argumenterer i sitt utsagn for at antidepressivene har hjulpet henne til nå, ved å hjelpe henne fra å gå ned i de aller dypeste og mørkeste avgrunnene hos seg selv, som hun vet finnes. Det virker heller ikke å komme noen spesielle føringer fra Finns side. På en måte kan dette tolkes til å bety at han som terapeut prøver å få henne til å bli mer selvstendig, ved å gi muligheten til å ta egne avgjørelser om egen helse. Men på den andre siden er det litt underlig at en del av hans behandlingsopplegg for Linnéa ikke virker å være så viktig for ham. Er antidepressivene en del av terapibehandlingen, eller er det noe Linnéa selv på en måte krever? Fra det vi til nå har sett, kan det virke som at resepten på antidepressivene mer er ment som en distraksjon fra hennes dårlige uvane, enn en vesentlig del av Finns plan for å få henne frisk. Noe som kan oppfattes å støtte oppunder denne tolkningen er Finns reaksjon når Linnéa innrømmer å ha sluttet å ta antidepressivene:

-Jeg har sluttet å ta medisinene mine, sier jeg og kikker ned til siden. [...]
-Ja vel, sier han og smiler.
-Jeg vet ikke hvorfor, jeg bare glemte det noen dager, og så sluttet jeg helt. Jeg ville bare ikke. Kanskje jeg vil meg selv vondt, jeg vet ikke. Jeg vil bare ikke være en av disse andre, jeg blir så glad og tilfreds av medisinen, og ikke minst sosial. Og det bekymrer meg. Jeg vil ikke være glad og sosial.
Finn nikker (2012, s. 143-144).

Denne gangen tilskriver Linnéa antidepressivene enda større effekter enn da hun ville fornye resepten. Men nå presenteres de nokså positive effektene hun opplever som uønskede bivirkninger, noe som taler for at hun kjenner på en ambivalens til det å bli frisk, som vi skal komme tilbake til senere i analysen av terapien. I andre deler av tekstene har de ekte bivirkningene, de negative effektene hun har opplevd med antidepressivene blitt skildret. Men om de negative sidene ble luftet i terapisamtalene med Finn, er derimot mer usikkert. I det ene tilfellet er Linnéa lei det evige fokuset innover, mot seg selv, som naturlig nok noe som kan øke under terapi, der man ofte må gå i seg selv. Selvopptattheten kan vokse seg stor, noe man kan bli lei av. Linnéa uttrykker sin misnøye ved «[...] at det er blitt en slags

automatikk i det, jeg setter meg ikke lenger fordi jeg har lyst, men fordi det er en avtale, og det forventes at jeg skal sette meg ned og snakke om meg selv» (2012, s. 35-36). Spesielt tydelig blir bivirkningene av både terapien og medisinene hun tar i sammenheng med denne behandlingen når en nyhetssak om en naturkatastrofe i Japan fanger hennes fascinasjon, en av de første på lenge, men som dessverre ikke klarer å vekke hennes empati:

Jeg kan godt skylde på antidepressivene, og si at det er deres feil, men i det lange løp er det kun min egen feil, for det er jeg som tar dem, og så lenge jeg tar dem, vil empatien være borte, og jeg vil kun tenke enda mer på meg selv enn det jeg har hatt anledning til (2012, s. 39).

Hun kjenner på at hun har mistet sin empati, og generelt blitt mer selvopptatt. Om dette er hennes egen feil, en konsekvens av hennes valg om å søke og ta imot hjelp, er nok kanskje ikke riktig konklusjon. Det taler mer for en dårlig eller mangelfull behandling. Utover å miste empatien, følelsene av å kunne bry seg om og tenke på andre, så kommer det frem av selvmordsbrevet i romanen *Kjære* (2014) at hun også har mistet evnen til å bli glad:

Problemet er bare at jeg aldri er glad lenger. Enda så mye jeg trykker innpå med antidepressiva, morgen som kveld, kan jeg ikke huske sist jeg var glad. Jeg føler ingenting, jeg kjenner meg bare tom. Det eneste jeg kan føle – i tillegg til tomheten, selvfølgelig – er likegyldighet. Jeg vet at det er antidepressivene som gjør det, men det bryr jeg meg ikke om. Jeg virker ikke. Jeg har kommet til en verden jeg ikke får til, og nå orker jeg ikke mer. Jeg vil forsvinne, aldri bli sett igjen» (2014, s. 8).

Linnéa opplever med andre ord både positive og negative effekter av å ta antidepressiver, men slik det framstilles i tekstene så er det kun de positive effektene som blir luftet under samtalene med Finn. Den første gangen Linnéa gikk på antidepressiver, da hun var 16 år og gikk i samtaleterapi hos sin første psykolog hjemme i Molde, merket hun også de positive effektene av medisinene og følte at seg kurert (2014, s. 60).

3.3.3 Feil fokus

Linnéa ble tvangsinnlagt på sykehus i 2005 som følge av at hun var sykkelig underernært som etter å ha utviklet og lidd av spiseforstyrrelsen anoreksi. I 2011 kom hun igjen farlig nærme den samme kroppslig tilstand som i 2005. Ved begge anledninger gikk hun i behandling, med mål om å til slutt bli frisk, men kom begge ganger med krass kritikk av opplegget som ble tilbudt. Hva er det, slik det kommer frem i tekstene, Linnéa stiller seg kritisk til?

Behandlingsoppleggene er ganske like i den forstand at det er et enormt stort fokus på å spise nok måltider, slik at det skaper en vektøkning hos pasienten. Men en vesentlig forskjell fra første behandling, til andre behandling, er at den første skjedde under tvang når Linnéa var et barn og ikke selv kunne bestemme. Måltidene ble overvåket av sykepleiere som ikke fikk gått videre til neste pasient før Linnéa hadde spist opp det avtalte måltidet (2012, s. 83). Den andre behandlingen skjedde i voksenalder, og var med det da noe hun selv meldte seg opp til, helt frivillig. Spiseforstyrrelser, spesifikt anoreksi, har mange forskjellige symptomer, men det farligste og mest merkbare for alle rundt personen som lider av det, er nok den underernærte og magre kroppen. Ikke bare er det mest synlig for folk flest, det er også dette som til slutt kan ende den spiseforstyrrede personens liv. Med dette dramatiske mulige utfallet er det ikke så rart at det vies mest oppmerksomhet og ressurser til å forhindre og forebygge spesielt dette. En ting er at venner, familie og bekjente av anorektikeren henger seg opp i dette ytre, men at behandleren også kan fanges av dette fokuset er mer oppsiktsvekkende, spesielt når man vet at dette ikke er en kroppslig sykdom, men en *psykisk* lidelse.

[...] din tåpelige idé om å trylle meg frisk. Jeg tok imot nye, tomme ark som skulle fylles ut med antall gram mat og tanker etter hvert måltid. Jeg prøvde så godt jeg kunne, enda jeg visste jeg ikke ville få det til. Jeg visste at jeg ikke kunne etterkomme vektgrafene du stadig pekte på med en lang finger (2014, s. 23).

Tekstutdraget er hentet fra brevet i romanen *Kjære* som er adressert til den navnløse terapeuten som skulle hjelpe Linnéa ut av sykdommen som hadde gjort henne så

underernært, igjen. Maten og vekten er igjen i behandlingens fokus, og terapeutens innsalgsargument var at Linnéa skulle få «[...] sjansen til å bli helt fri fra sykdommen, sjansen til å muntres opp en halv kilo i uken» (Myhre, 2014, s. 22). Men som vi ser av tekstutdraget over, var ikke Linnéa særlig overbevist av hverken metode eller egne forutsetninger for å klare og gjennomføre opplegget. Og det endte som hun selv forutså det, hun falt fra behandlingen før den var over. «Hadde du fått det som du ville, ville jeg reist tilbake til Oslo i juni, 30 kilo tyngre enn da jeg dro. Det var din plan» (2014, s. 24). Terapeutens plan var både lett, men også utrolig vanskelig, og ikke minst ensidig. Kritikken virker å være ment for ensidigheten, med utgangspunkt i tanken om at mat kan være en kur for spiseforstyrrelsen anoreksi. Ja, kroppen kan øke vekten ved å øke matinntaket, men det er ikke kroppens evne til å ta til seg næring som er problemet. Problemet er at man ikke får tankene og derav psyken til å samarbeide. Finn Skårderud påpeker at den «behandleren som ensidig ser på ytre atferd og symptomer, har gått i samme felle som den som bærer lidelsen» (Skårderud, 2000, s. 95-96). Det er både riktig og viktig å aktivt jobbe med disse symptomene også, spesielt dersom pasienten er svært underernært, men behandling av det alene er ikke nok. Vektøkning alene er ikke en langsiktig løsning, det kan Linnéas tilbakefall 6 år etter første runde med mat som foreskrevet medisin være et bevis på.

3.4 Å bli normal

3.4.1 Hva er frisk?

Jakten på en friskmelding, en retur til normal allmenntilstand etter en runde med sykdom, er ofte målet etter et sykdomsforløp når det er snakk om somatisk helse. Psykisk helse er fortsatt et ganske så nytt og lite utforsket felt, både når det kommer til diagnostisering og behandling, men ikke minst til det å med sikkerhet kunne melde om bedring og eventuelt en endelig friskmelding. Likefult er det den endelige bedringen vi higer mot når man opplever uhelse, uansett om den er somatisk eller psykisk. I tekstene vi tar for oss fremstilles psykisk sykdom, hvor hovedpersonen som er syk naturligvis prøver å oppnå en frisk, eller friskere, tilstand. Sykdomsforløpet til Linnéa er langt, og på veien møter hun både andres definisjoner

av frisk, og prøver i noen tilfeller å definere det selv. Men kan det egentlig settes to streker under en psykisk sykdoms friskmelding?

Sykdom er en vanlig del av livet til alle mennesker, men i tekstene konstateres det at ikke alle blir syke på samme måte. I forbindelse med jobb må Linnéa for nesten første gang melde inn at hun er syk: «I dag var jeg syk. Ikke syk i den forstanden vanlige mennesker blir syke [...]» (2012, s. 61). Hun regner seg som syk, men det er ikke i den konvensjonelle somatiske sykdommen hun er blitt fanget. Og nettopp derfor kan det hende hun muligens vil møte motstand, hos noen, slik som sjefen hennes i denne sammenheng, som kan mene at hun ikke kvalifiseres som syk på en slik måte at hun kan melde avbud på jobb. Heldigvis møter hun ikke slik motstand, slik man kan tolke av teksten at hun fryktet da hun ikke hørte noe fra sjefen sin og får han på telefonen hvor han kan berolige henne med at dette er noe reelt og gyldig: «-Det er bare en jobb, Linnéa. Kan du ikke, så kan du ikke, helse er viktigere enn jobb [...]» (2012, s. 62-63).

På lik linje med at forskingen ikke er helt enig med seg selv enda, så er også psykisk syke og de rundt disse enda litt usikre på hvordan de skal tolke psykisk sykdom, noe som kan lede til at man feilaktig melder om friskmelding, for tidlig. Dette er en feil som skildres i tekstene som både noe Linnéa selv har gjort, men også noe som de rundt henne har forhastet seg til. I sitt tilfelle var hun ung og uerfaren hos sin første psykolog, hvor hun ikke kjente bedring før plutselig antidepressivene startet å jobbe «[...] og etter et drøyt år følte jeg at han hadde kurert meg Jeg takket ham masse for at han hadde gjort meg frisk, gitt meg nytt liv og nytt håp [...]» (2014, s. 60). Det viste seg raskt at den bedringen hun hadde følt, ikke var spiseforstyrrelsens retrett. Hun hadde ikke mistet alle destruktive tankemønstre som spiseforstyrrelsen er utstyrt med, noe hun fikk raskt fikk erfare da venninnen foreslo å feire friskmeldingen med et kakestykke på en helt vanlig torsdag (2014, s. 60). At Linnéa selv hadde meldt bedring prematurt fremstilles som noe trist, men ikke provoserende på en slik måte utenforstående sine lignende feilvurderinger blir skildret. Anoreksi er noe som kan gi alvorlige symptomer, som kan bli mulig å se på kroppen til den syke. Ved å observere kroppens tilstand kan de også komme til å melde om bedring

på et for tidlig tidspunkt: «Nå er Linnéa frisk igjen, nå ser hun normalvektig ut igjen. Så bra for henne, så bra for familien» (2012, s. 147). Det provoserende her, er oppfatningen av spiseforstyrrelsen som en somatisk sykdom, en misforståelse hun tar et oppgjør med i brevet til den unge bloggleseren som ønsker seg anoreksi for å få de kroppslige gevinstene: «Jeg må få presisere at anoreksi ikke dreier seg om å være tynn. Det handler om å være mentalt syk. Sjuk i huet» (2014, s. 17). I samme brev utdyper hun mer om sykdommen som noe psykisk, og at kroppslig bedring ikke hjelper den spiseforstyrrede:

Ikke at du blir frisk av å legge på deg – du er bare tilbake der du begynte, men med en psykisk lidelse i tillegg. Tankene om mat følger deg døgnet rundt, og du kommer ikke til å få fred fra dem. Menneskene rund deg ser på deg og tror du er frisk fordi du ser normalvektig ut, og du kommer igjen bare til å føle deg mislykket. Og tjukk (2014, s. 17).

Hva vil det innebære, eller si, å bli frisk fra en spiseforstyrrelse? Tekstutdragene vi har sett på her har vist oss at det i alle fall ikke har noe med måling av kropp og vekt, utover det å redde livet til de mest underernærte anorektikerne. Psykiater Finn Skårderud reflekterer over at: «Én mulig definisjon er at noe annet i livet, eller simpelthen selve livet, blir viktigere» (Getz, 2012, s. 238). Vurdering av denne definisjonen skal vi komme tilbake til senere i analysen.

3.4.2 Ambivalens

Ved å gå til behandling for en sykdom, søker man åpenbart også etter å bli frisk. Frisk er noe godt, en positiv endring, og noe man generelt ønsker å oppnå. Likevel kan det være skummelt, spesielt etter lang tid med sykdommen, for hvem er man egentlig uten den? Hvordan vil livet være uten sykdommen? Linnéa kjenner på disse følelsene, en slik ambivalens, til prosjektet hun jobber med. Hvem uttrykkes Linnéas ambivalens til, og i hvilke sammenhenger dukker den opp?

I det første brevet til psykiater Finn i romanen *Kjære*, uttrykker Linnéa en følelse av å ikke ville bli frisk. Et tegn på at spiseforstyrrelsen anoreksi er alvorlig forankret i en kvinnekropp, er blant annet når menstruasjonen uteblir. Dette er noe Linnéa har forbundet med det å være syk, og et bedringstegn kan da sies å være at

menstruasjonen kommer tilbake, noe som er et steg fremover i prosjektet som går ut på at Linnéa skal bli frisk. Likevel blir hun ikke glad når den kommer tilbake:

Så da den kom tilbake i vinter [...] følte det ganske enkelt som om jeg hadde tapt. Tapt mot anoreksien. Tapt mot selvkontrollen, fett og kaloriene. Kroppen var frisk. Jeg var selvfølgelig ikke frisk, det vet du jo alt om. Men kroppen var altså frisk, og det var ikke det jeg hadde lyst til (2014, s. 66).

Tekstutdraget over fremstiller en seier i kampen mot sykdommen som et tap. Bedringen føles ut som et nederlag for Linnéa. Kroppen er blitt frisk, før hodet, og hun vet at bare fordi kroppen er frisk så betyr ikke det at hun kan friskmeldes helt enda. Det er kanskje tapet hun føler på, at hun er på vei, men at veien enda er lang. Målet er bedring, og med bedring så skal det komme til uttrykk både kroppslig og psykisk, men det kan være vanskelig å akseptere rekkefølgen på bedringen, og det er her ambivalensen dukker opp. Klarer hun å nå målet sitt, og holde motivasjonen for prosjektet oppe lenge nok til å lykkes? Det er hun ikke helt sikker på. I det samme brevet til Finn innrømmer Linnéa at maten fremdeles står i sterkt fokus hos henne enda, men at hun nå kan kjenne på en følelse av glede over å muligens slippe dette i fremtiden. Men med denne gleden kommer også frykten til uttrykk, frykten for å muligens måtte gi slipp på den personen hun er med sykdommen, i fare for at det ikke er den samme personen hun er når hun er frisk. Dette er noe hun kvier seg for, og som hun helst vil unngå, muligens for enhver pris da hun vurderer om det beste i så tilfelle vil være at «[hun kanskje] bare bør fortsette å være syk» (2014, s. 56), slik at hun slipper å ta stilling til det dersom det verste blir realiteten. Litt av de samme følelsene finner man også i brevet til den navnløse terapeuten i Molde. Linnéa virker å more seg ved å ignorere terapeutens etterlysninger av henne når hun ikke dukker opp til de avtalte timene deres. Men den lattermilde tonen blir straks mer alvorlig når hun bekjenner at hun er «[l]ivredd for å bli frisk. Livredd for å bli meg selv igjen» (2014, s. 25).

Andre Linnéa betror seg til med sin ambivalens er blant annet moren. I selvmordsbrevet skriver hun: «Det kommer ikke til å gå over, jeg kommer ikke til å

bli frisk. Jeg vil ikke bli frisk. Jeg vil ingenting» (2014, s. 10). Prosjektet virker stort, skummelt og umulig, og disse følelsene provoserer fram en sorg i Linnéa over alt hun taper ved å ikke komme i mål med prosjektet, da spesielt muligheten til å få og verdsette et kjærlighetsforhold høyere enn maten.

3.5 Utvikling

3.5.1 Mislykket terapibehandling?

Dersom man oppsummerer utviklingen til Linnéa mens hun går til behandling hos Finn i Oslo for ett års tid, så kan man si se at hun først kjenner på et ubehag ved sin psykiske helse selv, og derfor søker hjelp. Deretter får vi indikasjoner på at hun både opplever noe bedring, men at det så ser ut til å utvikle seg som en ganske hurtig forverring. Det hele ender med at hun opplever et så godt som totalt tilbakefall, hvor hun er blitt så dårlig som hun ikke har vært siden hun måtte bli tvangsinnlagt på sykehus for å få bukt med den farligste underernæringen. Samtaleterapien hos Finn kan vurderes til å ha vært mislykket, da pasienten Linnéa må gi opp det selvstendige voksenlivet i Oslo, og flytte hjem igjen til moren i Molde for å bli tatt vare på, slik hun ble tatt vare på da hun var et barn. Men hun ser ikke ut til å sette likhetstegn mellom det negative utfallet av terapien hos Finn, med noe ved Finn og hans terapibehandling. Ansvar for at denne uheldige utviklingen skjedde, og at det endte som det gjorde, legger hun over på seg selv og sine handlinger, muligens med en knapp på sine psykiske lidelser som medvirkere, men like fullt på henne selv.

Romanen slutter med en slags hyllest til Finn, og der Linnéa er ganske så sikker på at «han kommer til å gjøre [henne] helt frisk en dag» (2012, s. 192). Kanskje henger denne positive vurderingen av Finn sammen med det faktum at det tross alt var han som rådet Linnéa til å dra hjem igjen til Molde etter at hun hadde gjort det eksplisitt klart for ham at hun hadde blitt vesentlig verre (2012, s. 189). Han vet at hun ikke vil klare dette alene, og at det viktigste støtteapparatet Linnéa har tilgjengelig i sitt liv er moren som bor i Molde. Tolkes slutten av romanen på denne måten er det kanskje lettere å forstå Linnéas positive holdning mot Finn, selv om det på mange måter gikk skikkelig galt.

Terapi kan definitivt gå galt og dermed få negative utfall, det fins det nok av historier som taler for. Men uttrykket «med vondt skal vondt fordrives» lever også her i beste velgående, som betyr at man må ofre noe som på til å starte med vil være vondt å skilles fra eller gi opp, men som i lengden vil føre til den endringen du i det lange løp vil være mer fornøyd med. Når det er sagt må det understrekes at ubehag ikke er det samme som skader, men hvordan kjenner man forskjell når det inntreffer i samtalerapi? Forskjellen på kroppslig ubehag og skader er på mange måter lettere å finne, da det som undersøkes ofte er fysisk tilgjengelig for den som undersøker. De psykiske tilfellene er mer skjulte, og krever en mer årvåken terapeut, men også en nok så samarbeidsvillig pasient.

Tekstene gir leseren lite innsyn i hva som foregår på Finns kontor når han og Linnéa gjennomfører de avtalte timene med samtalerapi. I teksten utenfor disse møtene ser vi tendenser til at Linnéa har lyst til å betro seg til Finn om alt mulig, der ett alvorlig eksempel er når hun tenker: «I morgen skal jeg fortelle Finn at jeg har lyst til å dø [...]» (2012, s. 29). Men om Linnéa faktisk lufter slike tanker som hun sitter med til Finn er kan vi ikke si for sikkert. Selv om Linnéa antyder at hun sender tegn og kommer med utsagn som hadde vært avgjørende å reagere på, så vet vi ikke hvor tydelig dette faktisk kommer frem under samtalene deres. Og selv om man kan forvente mye av terapeuter, så er nok evnen til å lese tanker hverken et krav eller en mulighet.

Vi har sett at hun har klandret seg selv mye for hvordan dette forsøket på terapi utviklet seg og hvordan det endte. Men hun var ikke alene i dette lukkede terapirommet. Hvilken rolle spilte terapeuten Finn i og for behandlingen? Han som tross alt både satt på mest makt i relasjonen og med all fag- og erfaringskunnskapen en psykiater har, som tok henne imot og tilbød henne sin hjelp. Dette er noe vi skal diskutere og se nærmere på i analysedelen av terapeuten.

3.5.2 Frafall

En fare ved terapibehandling er at pasientene kan falle fra og dermed ikke gjennomføre det planlagte opplegget. Linnéa ble dårligere, og måtte derfor flytte bort og slutte å gå i behandling hos psykiateren Finn. Hos terapeuten i Molde slutter

hun etter hvert å møte opp til avtalte timer, og dropper til slutt ut av prosjektet. Her lurer jeg på hva Linnéa selv, som pasient, uttrykker av meninger som enten kan bekrefte eller avkrefte påstanden om at hun er en pasient som ikke klarer å nyttiggjøre seg behandlingen som tilbys:

Det er nemlig slik at terapeuter i psykisk helsevern er nødt til å vurdere hvorfor pasienter ikke har blitt bedre og hvorfor pasienter ikke møter opp til planlagte timer. Fra terapeutens side er det lett å konkludere med at pasienter som uteblir, ikke er motiverte, ikke evner å nyttiggjøre seg av tilbudet, eller kanskje er resistent mot behandling. Felles for disse formuleringene er at de plasserer ansvaret hos pasienten selv (Flor & Kennair, 2019, s. 177).

Ved slutten av terapibehandlingen hos Finn kan vi se tendensen til at skylden, eller ansvaret, faller hos pasienten selv. Dette er riktig nok en vurdering pasienten selv har kommet frem til, vi vet ikke hvordan Finn stiller seg til ansvarsfordelingen på dette punktet. «Paradoksalt nok kan pasientene selv gjøre det lett for andre å skyld på dem. Mange er mottakelige for å lett ta på seg skyld» (Flor & Kennair, 2019, s. 179). Men selv om pasienten ikke ble bedre av behandlingen, så var det ikke noe tilfelle med at hun ikke møtte opp til planlagte timer. Dette står i sterk kontrast til Linnéas neste møte med et nytt terapiforløp og en ny terapeut, der hun til stadighet velger å ikke møte opp og hvor hun til slutt velger å droppe ut av behandlingen før den er over:

Jeg håper du fikk brukt kameraopptakene av møtene våre til noe konstruktivt. Hvis ikke foreslår jeg at du ser på opptaket fra vårt siste møte, hvor jeg sa jeg ikke ønsket å fullføre prosjektet. At jeg var lei meg for at du ikke rakk å gjøre meg frisk, men at jeg var nødt til å reise tilbake til Oslo før jeg ble 30 kilo tyngre. Jeg har kanskje glemt navnet ditt, men ansiktsuttrykket glemmer jeg aldri (2014, s. 25).

I tekstutdraget får vi et innblikk i hvordan Linnéa gikk frem for å droppe ut av det påbegynte prosjektet, hvis målsetning var å gjøre Linnéa frisk ved å gjøre henne 30 kilo tyngre. Om hun genuint følte på at hun ikke ga terapeuten tilstrekkelig tid til å gjøre henne frisk eller ikke, er ikke godt å si. Tidligere i samme brev uttrykket

Linnéa det på en annen måte: «Jeg har derimot aldri vært så sikker på en avgjørelse som den dagen jeg sa at jeg ikke orket mer» (s. 24). På den ene siden anerkjennes muligheten terapeuten kunne hatt til å faktisk klare å lykkes i sitt prosjekt med å fete opp Linnéa, noe vi kan finne ved at hun så seg nødt til å avslutte prosjektet før tiden. Men på den andre siden kommer det tydelig frem at Linnéa ikke respekterer essensielle deler ved prosjektet, og kanskje heller ikke terapeuten selv, som blant annet kan sies å komme frem i teksten ved å ha glemt navnet på vedkommende, ved å observere skuffelsen i terapeutens ansikt med skadefryd, og i Linnéas uttrykte håp om at hun i alle fall fikk noe konstruktivt ut av møtene deres, noe hun åpenbart selv ikke følte hun fikk.

Manglende motivasjon hos pasienten kommer til uttrykk nærmere slutten av brevet: «Før eller siden innser jeg nok hvor mye du hjalp meg opp og ut. Men ingen kan hjelpe meg helt ut, uten at jeg vil det selv. Jeg tror det blir en stund til jeg vil det» (2014, s. 25). På den ene siden er dette forhold ved pasienten som ikke terapeuten direkte kan styre, men på den andre siden så kunne man muligens ha stilt noen kontrollspørsmål for å avdekke en så kraftig manglende motivasjon hos en potensiell ny pasient før man startet behandling.

3.6 Ikke lenger syk, men heller ikke helt frisk

3.6.1 Fremtidstanker

I sine tyngste perioder har tanken på fremtiden, et liv forbi det punktet der de psykiske lidelsene ikke lenger er altopplukende, virket så langt utenfor Linnéas rekkevidde at den nesten ikke eksisterte. Hun ville heller sove seg i hjel, det var fremtiden hun på et tidspunkt så for seg. Men noen år har gått siden tilbakefallet i 2011, og det kan virke som at Linnéa smått har begynt å tenke fremover, på et nytt, voksent og mer friskt liv. Hvor i teksten finner vi tegn på slik fremtidshåp, og hvordan kan det tolkes?

Et tydelig eksempel hvor bedringen hos Linnéa kommer frem i teksten, er i brevet hun skriver i 2014 som svar på en mail fra en anonym person tilbake i 2011. I mailen er den anonyme avsenderen svært kritisk til Linnéa, og spår at livet hennes

og alt hun har jobbet for kommer til «å gå i dass» (2014, s. 134). I brevet tar Linnéa stilling til denne spådommen ved å svare: «Jeg vet at fristen for at alt kommet til å 'gå i dass', ikke har gått ut ennå, men i motsetning til da du skrev det, tror jeg ikke lenger at det gjør det. Jeg tror det går helt fint med meg, jeg» (2014, s. 139). Svaret henviser til innsikten Linnéa selv har i egen utvikling, hvor hun kunne ha trodd vedkommende når hun var på sitt verste psykisk, men at hun nå heller velger å være optimistisk og positiv.

Linnéa reflekterer også en del rundt tanken på å få barn. Hun skriver: «Jeg gruer meg til å få barn» (2014, s. 33). Utsagnet spår at hun kanskje vil få barn, og at det er en fremtid å få barn i, som hun kan grue seg til. I brevet til Finn reflekterer hun også rundt mammarollen, graviditet, venner og bekjentes avkom, mulig abort med mer. Hun kommer frem til at hun så vidt klarer å ta vare på seg selv, «[...] så da er det kanskje like greit om jeg ikke kan få barn. Men jeg kan ikke garantere deg noe, da. Du må love ikke å himle med øynene hvis jeg en dag kommer trillende med mitt eget avkom. Det kommer aldri til å skje.» (2014, s. 65). Linnéa skal altså prøve å avstå, fra fristelsen, men det kan hende hun selv går på smellen, i fremtiden.

Moren til Linnéa er nok den som har jobbet hardest for å hjelpe henne ut av sykdommen, som har stått på, og som da er like opptatt av suksessen det er at Linnéa er kommet litt videre i livet sitt: «Nå greier jeg meg fint. Synes du ikke? Nå føler jeg virkelig at jeg får det til. Jeg behersker liksom livet» (2014, s. 140)

Men du skal ikke være så redd for å bli frisk. Du trenger ikke være redd for at du bak spiseforstyrrelsen egentlig er noen andre heller, for det er du ikke. Du er nok ikke så langt unna deg selv nå. Du må bare få orden i tankerekken. Greie å sette andre foran maten din litt oftere, for eksempel. Det hadde vært en god start. Gi litt slipp på deg selv og dine ritualer, dine matvarer (2014, s. 150).

Tekstutdraget er hentet fra Linnéas brev til Linnéa. Rådene virker å være skrevet til den gamle Linnéa, den redde og spiseforstyrrede jenta som ikke har det perspektivet som brevskriveren Linnéa endelig har. Avslutningsvis utbryter hun: «Herregud, så

stolt jeg er av deg» (2014, s. 151) etter å ha pekt på utviklingen hun har gjennomgått, og at hun nå står på andre siden av det som følte umulig før.

3.6.2 Aldri helt frisk

Linnéa skriver om spiseforstyrrelsen: «Har du først falt utpå, finnes det ingen vei tilbake. Kun en veldig lang vei, som i mitt tilfelle føles som kommer til å ta hele livet» (2014, s. 19). Med andre ord kan man si at hun har innsett at hun mest sannsynlig må ha et forhold til et tankemønster og et visst fokus på mat, som ikke er tilfelle for alle andre. Veien tilbake finnes ikke, men det finnes en lang vei fremover, resten av hennes liv, og der kan det bli litt bedre:

Jeg spiste to biter [konfekt] likevel, selv om det var torsdag og ikke lørdag. Jeg blir ikke redd når jeg blir tilbudt mat lenger. I alle fall ikke så ofte. Dessuten blir jeg ikke tjukk av to biter sjokolade. Tenk at det skulle ta så lang tid å forstå det (2014, s. 140-141).

Skrittene som Linnéa har tatt vekk fra spiseforstyrrelsens mange regler og rutiner rundt mat og tid kan kanskje virke små, men for henne er dette en del av veien hun må gå, og bagasjen hun må bære med seg. Alene har hun nå klart litt, men av teksten ser vi at spesielt en endring i livet hennes har løftet henne langt på vei, nemlig kjæresten Sondre. I kjærlighetsbrevet Linnéa skriver til han berømmer hun han blant annet for å ha gjort noe ingen andre tidligere har klart, nemlig å bli viktigere enn maten.

Jeg vet ikke hvordan du klarte det – å hjernevaske meg på den måten – men sånn jeg ser det, er du viktigere for meg enn alt annet. Viktigere enn maten. I løpet av de siste åtte årene har ingen vært viktigere for meg enn den. Det er en ganske syk, men stor kjærlighetserklæring (2014, s. 153-154).

Det eneste sammenlignbare forholdet Linnéa har å se tilbake på for å sammenligne med, er det hun til nå har hatt til maten. Men det at noe, eller denne noen, nå vurderes som viktigere enn maten virker å oppfylle Skårderuds tidligere presenterte definisjon på hva som skal til for å bli frisk av en spiseforstyrrelse. Så kanskje har Linnéa nå mulighet til å bli så frisk som det er mulig å bli. Likevel blir det poengtert

at hun nok ikke er helt ferdig med den enda. «[...] jeg er ikke så veldig redd lenger. Bare litt for å bli tjukk. Men ikke like redd som jeg pleide å være, nå er jeg mest red for å miste deg» (s. 156).

3.7 Oppsummering

For å svare på hvordan terapien har blitt fremstilt i romanene *Evig søndag* (2012) og *Kjære* (2014) har jeg i analysen først sett på hvordan Linnéa kom til å få hjelp hos psykiateren Finn og hvilke problemer hun kom på kontoret hans med. Og på disse punktene kom jeg frem til at hun lenge hadde hatt et ønske om å få hjelp, og at det er depresjoner og spiseforstyrrelsen anoreksi er problemene hun sliter med.

Behandlingen foregår som samtaleterapi hos Finn, men også i form av antidepressive medisiner, selv om sistnevnte muligens ikke er en offisiell del av Finn sitt behandlingsopplegg for Linnéa. Av behandling ble det også tatt opp kritikk av behandling med et for ensidig fokus, da på somatisk forbedring. Videre ble spørsmålet om hva 'frisk' er i forhold til psykisk sykdom drøftet, og at man både kan ha som mål å bli frisk, samtidig som man på en annen måte frykter denne friskmeldingen, da den kan by på et helt annet og ukjent liv enn det man har hatt med sykdommen. Deretter tok jeg for meg terapibehandlingen Linnéa fikk hos Finn, hvor resultatet endte med at hun ikke opplevde bedring og måtte reise hjem til moren sin igjen, men hvor hun samtidig så ut til å ikke legge skylden på hverken Finn eller hans tilnærminger. Frafall er en vanlig utfordring i terapibehandlinger, og forklaringen på hvorfor dette skjer har en tendens til å lande på pasientens skuldre. Manglende motivasjon, eller at pasienten ikke var mottakelig for behandling er ofte det som nevnes ved frafall, og vi så på Linnéas tid hos en terapeut i Molde som bakgrunn for denne diskusjonen, og kom frem til at det ikke var helt riktig å kun legge ansvaret for utfallet på pasienten alene. Til slutt tok jeg for meg den litt harde kamelen å svelge, nemlig at man kan komme til et punkt hvor man ikke lenger er så syk som man en gang var, men ikke er helt frisk heller, og da begynne å se mot fremtiden og tenke på hva den kan inneholde. Helt til slutt så vi på det å akseptere og da klare å leve med at man kanskje aldri vil bli helt frisk, eller helt kvitt alle

symptomene man har følt på i sykdomsforløpet for godt, men må lære seg å leve med det på en måte.

4 Analyse av Finn

4.1 Introduksjon

Hovedpersonens terapitimer hos psykiateren Finn, i løpet av det litt over ett års lange behandlingsløpet, fungerer som en rød tråd i romanen *Evig søndag* (2012). Leserne får bli med på hvordan Linnéa fikk tak i Finn, hvordan de første møtene gikk for seg, direkte skildringer og tale fra terapeuten selv under timene, samt hvordan relasjonen mellom Finn og Linnéa startet og utvikler seg i løpet av behandlingsperioden. Handlingen avsluttes også på Finns kontor, hvor Linnéa har blitt så dårlig at hun har måttet kaste inn håndkleet og ringt til moren, som kommer for å hente henne hjem til Molde. Finn utgjør en stor og viktig del av handlingen, men han representerer også en viktig relasjon i Linnéas liv både i og utenfor terapirommet. I debutromanen skildres en tvangsinnleggelse på sykehus i Linnéas første år med spiseforstyrrelsen, og på slutten av romanen er hun nesten tilbake i samme tilstand som innleggelsen, men likevel er hovedpersonen ikke i tvil om at det er nettopp Finn som en dag kommer til å gjøre henne helt frisk.

I romanen *Kjære* (2014) er psykiateren Finn mottaker av to de totalt 25 brevene hovedpersonen og jeg-fortelleren Linnéa Myhre skriver. Men han blir også eksplisitt nevnt i andre brev i løpet av romanen, blant annet i brevet til Linnéas far, til hennes nyligste terapeut i Molde, samt i romanens siste brev til Linnéas nye kjæreste Sondre. Relasjonen mellom Finn og Linnéa utgjør også her en relativt stor del av handlingen, til tross for at hun ikke virker å gå i behandling hos ham lenger i denne perioden. Igjen finner vi sammenligningen av terapirelasjonen med Finn og de andre terapeutene Linnéa møter. Men vi finner også direkte linjer som trekkes både mot Linnéas far, men også kjæresten, som vi skal se på nærmere i drøftingsdelen under her.

Forskningen på terapi hadde lenge et sterkt fokus på *hva* som virket for hvem, hvilken teoretisk orientering med tilhørende metoder og teknikker som hadde effekt på ulike lidelser. Nyere forskning har derimot kommet frem til at dette *hva*, ikke er like avgjørende for utfallet som denne *hvem*. Terapeuten har større betydning for hvordan utfallet blir, uavhengig av teoretisk retning. Både personlige egenskaper,

men ikke minst hva disse terapeutene gjør, er derfor av større interesse for forskning, praktiserende klinikere, storsamfunnet og pasienter dersom det kan føre til økt suksess i utfallsstatistikken til samtaleterapi. Men som vi har sett er det stor selvstyring blant terapeuter, som jobber i lukkede rom hvor de som er vitne til deres praksis også er under behandling hos dem og ikke minst psykisk syke. I terapirommet er det terapeuten som er den som sitter på «svarene», og det kan være lett å skylde på forhold ved pasienten når man må svare på hvorfor utfallet endte som et negativt utfall, for eksempel tilbakefall eller frafall.

I det følgende skal jeg se på hvordan terapirelasjonen mellom Finn og Linnéa blir framstilt i romanene. Det er viktig å poengtere allerede her at det er jeg-fortelleren Linnéa Myhre som står bak det som blir tatt med, og muligens ikke tatt med, i fremstillingen og påvirker hvordan dette blir forstått og tolket. En annen viktig faktor å poengtere er at jeg-fortelleren i debutromanen er en alvorlig psykisk syk Linnéa, mens jeg-fortelleren i oppfølgerromanen virker å ha den tyngste psykiske belastningen mer på avstand, og befinner seg muligens på et sted nærmere det såkalte friske og normale seg. Med dette som bakgrunn vil jeg ta for meg hvordan relasjonen startet og etablerte seg, samt hvordan Linnéa som pasienten vurderer relasjonen og utviklingen av den, både utviklingen når hun har timer med han, men også hvordan det blir framstilt i ettertid. Finn etableres raskt som en viktig person i Linnéas liv, og han blir tilsynelatende en slags standard for henne i løpet av tiden handlingen utspiller seg, både i sammenheng med andre terapeutiske relasjoner, men også i noen mer private. Er dette en fast og vedvarende fremstilling, eller finnes det mulige momenter i tekstene hvor dette synet og fremstillingen av den ufeilbarlige Finn blir utfordret?

4.2 Forholdet til Finn

4.2.1 Starten

Det eneste Linnéa vet om Finn før hun får møtt han er at han er en psykiater og at «han er veldig travel» (2012, s. 7). De første timene mellom Linnéa og Finn kan forstås som en slags prøveperiode når man ser på kapitteltitler som «FINN, 2.FORSØK» og «FINN, 5. FORSØK». Under disse forsøkene kan man tenke seg at

Linnéa prøver å danne seg et bilde av hvem Finn er. Hva kommer dette frem i teksten?

Ved det første møte kommer Finn gående mot Linnéa «[...] iført en lang frakk, er mellom 30 og 60 år og har et vennlig ansikt» (s. 11). Han introduserer seg i en «alvorlig» tone mens han håndhilser på henne. Det fremstiller et bilde av Finn som formell og profesjonell. Hvordan samtalen går og hva som tas opp under den første timen blir ikke gjengitt i teksten, men på en måte må den kunne tolkes dit hen i å ha vært fruktbar, med tanke på at hun velger å komme tilbake.

Jeg blir stående og kikke mot bokhyllen. Den rekker helt opp til taket, og jeg legger hodet bakover for å få bedre oversikt. Fire ganger åtte hyller med bøker. Ikke et eneste hull. Jeg lurer på om Finn her lest alle. Det har han sikkert. Jeg lar blikket gli fra tittel til tittel, og føler at jeg blir stadig bedre kjent med Finn for hver av dem. Jeg ser etter noe jeg har hørt om eller lest. Eller bare noe jeg kan bla i (2012, s. 19).

Utdraget over er hentet fra den første skildringen av Finns venterom. Det er den fullstappede bokhyllen som fanger Linnéas interesse, og hun får med utgangspunkt i den mulighet til å danne seg et bedre bilde av hvem Finn er. Hun kan trekke en konklusjon om at Finn er godt belest, da han kan ha lest alle bøkene hun står og ser på. Videre føler hun at titlene gir henne mulighet til å bli bedre kjent med han, da han mest sannsynlig har plukket de ut og plassert dem der selv. Hun prøver også å finne frem til titler de har til felles, eller muligens noe nytt som fanger hennes interesse. I påvente av en ny time hos Finn hvor hun igjen må tilbringe noe tid på venterommet hans er det maleriene på veggen hun legger merke til:

[...] samtlige utvilsomt malt av samme person. Skjeve skapninger i skrekkelige farger – som jeg antar skal forestille mennesker. Alle med munn på vidt gap, som om de roper, og alle med påskriften «Til Finn» nederst i venstre hjørne. Finn har sikkert slått vedkommende vennskapelig på skulderen og sagt «disse var fine, tusen takk». Og enda han egentlig bare ville brenne bildene straks pasienten hadde gått, følte han nok et press til å henge dem opp. Til alle hans nye pasienters lidelse» (2012, s. 26).

Kunsten er objektivt stygg, men reflekterer ikke Finns smak. Finn er snill, på grensen til for snill i den grad han har takket, rost og støttet denne kunstneren som åpenbart må være en av hans pasienter. At han har motstått fristelsen til å brenne de viser den store selvkontrollen hans, mens presset utenfra som han gir opp til trekker han nærmere hennes og andre dødeliges nivå, og viser kraften av sosiale regler alle er bundet av. Den siste bemerkningen om at Finns valg påvirker hans andre pasienter på en negativ måte gir også rom for at han muligens ikke er *så* fantastisk snill likevel, men muligens litt utspekulert.

4.2.2 Den terapeutiske kontrakt

Kontrakten mellom en pasient og en terapeut anerkjenner at det fins en maktasymmetri mellom partene, at det finnes klare grenser og en forventning om en profesjonalitet. Selv om det forventes mer av den sterkere parten, terapeuten, enn den mer sårbare, pasienten, så kan begge parter være skyld i å bryte den terapeutiske kontrakten. Brytes denne kontrakten mellom Linnéa og Finn noen gang? En måte kontrakten mellom partene kan regnes for å ha blitt brutt på, er «hvis terapien fortsetter i det uendelige og pasienten blir avhengig av hjelp og støtte» (Flor & Kennair, 2019, s. 47).

I fare for å finne ut hvor gammel du er, har jeg med hånden på hjertet aldri googlet deg. Jeg er livredd for å oppdage at du kanskje skal pensjonere deg, det ville i mitt tilfelle ha vært det samme som å etterspørre sin egen dødsdato. For vi knytter oss jo noe innmari til psykiateren vår – det merker du sikkert – at vi nesten blir som besatt, du er vår konge og mentor. Og når du først har tatt oss inn i varmen, tror vi helt oppriktig at vi ikke klarer oss uten deg. Jeg vet det høres sprøtt ut, men slik jeg ser det nå, tror jeg ikke at jeg kommer til å bli klar for at du avslutter forholdet vårt på veldig, veldig lenge (2014, s. 59).

I tekstutdraget over her uttrykker Linnéa frykt for dagen Finn velger å gå av med pensjon, som da også muligens blir datoen for når deres relasjon må avsluttes, og den dagen kan hun likeså godt dø. Det sterke båndet Linnéa føler på som pasienten til psykiateren Finn kan forstås som ganske ekstremt dersom leseren tolker teksten bokstavelig. Men med ordvalg som «konge» og «mentor» kan det på en annen side

indikere at dette skal forstås mer i retning av overdrivelse og humor. Makten til å avslutte forholdet mellom dem, enten det blir ved en pensjon eller en avgjørelse som tas, så legger Linnéa det i hendene til Finn. Det er med andre ord terapeuten som her både sitter på makten, men også ansvaret for forholdet.

For selv om jeg er ærlig og åpen overfor deg, og forteller deg tanker jeg ikke visste at jeg hadde, så kunne jeg aldri ha fått meg til å kommentere uvanene dine. For de er jo private. Det er som når jeg (en sjelden gang) går forbi huset ditt og peker på det til Sondre, og sier at «der bor Finn og der er Finn sine hester» - jeg hadde jo aldri gått og ringt på for å si hei. For huset ditt er privat [...] (2014, s. 63).

I terapirommet er det forventet at det er pasienten som skal være den sårbare parten, som deler av sitt indre med en profesjonell og kvalifisert terapeut, som da ikke forventes å dele noe lignende. Første del av tekstutdraget viser til at rollene i terapirommet blir overholdt og forstått av pasienten Linnéa. Det uttrykkes også forståelse for grenser i hvor man møter hverandre, basert på rollene de spiller overfor hverandre. Det er klart at hun vet hvor grensen går, og at å ta kontakt her ville vært et overtramp, nesten på lik linje dersom det motsatte hadde vært tilfellet, altså om Finn skulle vurdert å ringe på hjemme hos sin pasient Linnéa. Det som derimot kanskje er mer på, og muligens over, grensen er at hun har denne private informasjonen om adressen til sin psykiater, og at hun noen ganger går forbi der.

4.2.3 Den terapeutiske alliansen

Noe som er grunnleggende for at terapirelasjonen skal være god, er at den terapeutiske alliansen er solid. I alliansen er det viktig at pasienten kjenner på tillit til terapeuten ved at de er tilgjengelige, at de tåler pasienten og pasientens vansker, samt at pasienten tror på at terapeuten har evner som vil være til hjelp, at de sammen har en felles forståelse for hva som skal til i det videre arbeidet, samt at pasienten føler seg likt og velkommen. Linnéa føler på en stor tillitt til Finns evner, men kanskje de noen ganger blir overvurdert? Og finnes det eksempler som viser at den terapeutiske alliansen dem imellom ikke alltid gir positiv

Et tydelig eksempel på en situasjon hvor Finn får vist sin dyktighet, og samtidig bygger tillit hos Linnéa, kan man finne i et glimt inn i terapirommet, hvor mulig endring i atferd luftes som mulighet:

Finn spurte om vi skulle utfordre rammene mine. Om jeg ikke skulle prøve å spise andre ting, kanskje endre rutinene, slik at måltidene ikke behøvde å være forbundet med klokkeslett.

- Nei, svarte jeg.

- Nei vel, sa han.

Jeg smilte.

- Synes du det var dumt at jeg ga meg så fort? At jeg ikke presset deg mer? spurte han tilbake.

- Nei, jeg er glad for det. Jeg ble veldig redd, for jeg hadde ikke greid det (2012, s. 27).

Som en kontrast til Linnéas erfaringer med press og tvang fra tidligere behandlinger, ser vi her en annen tilnærming til problemene. Finn vil også prøve å skape en endring, men virker å lese og dermed tilpasse seg henne bedre. I stedet for å sette opp et urealistisk mål som pasienten på daværende tidspunkt ikke hadde klart å nå uansett, og et nederlag ville vært uunngåelig, så presenteres heller denne ideen. Et fysisk tiltak blir foreslått, men mer som en invitasjon for å reflektere over hennes tanker rundt det og gir et svar på hvorvidt man bør gå videre med det, eller si seg fornøyd med tankefrøet som er blitt plantet. I situasjonen blir det klart at det er rom for tålmodighet, og denne positive erfaringen med Finns metoder legger nok grunnlaget for hvordan hun kommer til å vurdere hans evner etter dette.

«Jeg er fornuftig, sier han, samtidig som han med temmelig stor sikkerhet vet – enda bedre enn jeg selv – at jeg er i ferd med å skli ut med vilje» (2012, s. 65). Ordene Finn ytrer og hva Linnéa mener han vet, virker å ikke stemme overens. Finns tanker har vi ikke tilgjengelig, men reaksjonen hans på Linnéas betroelse om tilbakefall senere i romanen kan indikere at han ikke er like allvitende som hun tenker. Kanskje hun overvurderer evnene hans? Han skuffer igjen når han under en time hadde klart å spurt; «Hvorfor og hvordan det begynte? Hvorfor spør han om det? Vet ikke han – av alle – at ingen vet hvorfor og hvordan slike ødeleggelser begynner» (2012, s. 81).

Utthevelsen *av alle* gjør det synlig at Finn vanligvis er noe utenom det vanlige. Han måler ikke opp til den superterapeuten han skal være, og det er skuffende.

Av og til håper jeg at jeg heller kan være syk helt til jeg dør av det, slik at du aldri kan friskmelde og forlate meg. Derfor hender det at jeg stikker kjepper i mine egne hjul, så det utsetter progresjonen vår [...] Selv om jeg så gjerne vil glede deg med å bli bedre også. Derfor kompenserer jeg med andre ting [...] Sånn at jeg bare rekker å snakke et par minutter om det til slutt. Til tross for at jeg vet at du leser meg som en åpen bok, at du skjønner hva jeg prøver på, at du vet hvordan jeg tenker (2014, s. 56-57).

Også i dette teksteksempelet ser vi hvordan Linnéa tenker, eller ønsker, at Finns evner er på grensen til det overnaturlige, og at han er utstyrt med et slags røntgensyn. Men hvis det virkelig hadde vært tilfellet, hvorfor hadde han ikke reagert med å stoppe denne utsettelsen og sabotasjen Linnéa innrømmer å drive med? Terapeuten ønsker jo tross alt at pasienten hans til slutt skal bli frisk. Vi kan med dette si at samarbeidet mot å få Linnéa frisk og rask igjen ikke alltid er like produktivt, både fordi pasienten selv unnlater å gå i det vanskelige, men kanskje også fordi terapeuten ser ut til å tillate dette valget, helt uten protest eller diskusjon.

4.3 Linnéas far

4.3.1 Forholdet til faren

Faren til Linnéa er nesten helt fraværende i *Evig søndag* (2012), men i *Kjære* (2014) dukker han mer opp og får til og med et eget brev fra Linnéa. Hvordan er relasjonen mellom far og datter?

Allerede i selvmordsbrevet fra 2011 dukker faren opp i teksten, hvor hun blant annet ønsker at mottakerne av brevet ikke skal være sure på henne, og avslutter med «Jeg elsker dere. Deg også, pappa» (2014, s. 11). Linnéa elsker altså faren sin, noe som kanskje kan være overraskende, da de ikke virker å ha et nært forhold. Før det ekte brevet til faren nevnes han igjen, denne gangen i sammenheng med at hun føler seg mislykket med skriveprosjektet sitt, og heller vil la de spiseforstyrrede tankene få løpe fritt. «[...] tenker jeg på meg selv og kroppen min. Og litt på pappa. Jeg har begynt på et brev til ham, men jeg vet liksom ikke hva jeg skal si. Tenk om han blir

lei seg. Det har jeg ikke noe lyst til. Jeg har mye heller lyst til bare å være tynn» (2014, s. 85). Budskapet i det påbegynte brevet til faren kan komme til å opprøre han, og det er det siste Linnéa påstår at hun vil, til tross for at det er hun som dikterer hva brevet skal inneholde. Kanskje er det ingen annen vei utenom sårede følelser?

I brevet til faren blir det klart at det virkelig ikke var noen vei uten å nevne de sårede følelsene, til Linnéa. Hun sliter med å kjenne på en tilhørighet hos han, og de har sjeldent kontakt. Sist han ringte var i anledning en bursdag, for mange år siden. I søken på å finne noe de har til felles kommer hun på at når hun ikke ringer vennene sine selv om hun har lovet, så bekleklager hun til dem og så «skylder jeg på at jeg har det etter deg» (2014, s. 93). Her fortelles det om en far glemmer å ringe Linnéa når han lover det.

En lang stund trodde jeg det var min feil alene, at det var jeg som burde ha tatt initiativet. Men med årene har jeg innsett at man som datter ikke har ansvar for at pappa ringer for å spørre hvordan datteren hans har det. Selv om han synes det er jævlig (2014, s. 93).

Om det er personen pappa syns det er jævlig å ta kontakt med sin datter, eller om dette er et ord fortelleren velger å bruke for å som et virkemiddel i fremstillingen er ikke godt å si, kanskje det er litt av begge. På mange måter beskrives forholdet deres som et mellom fremmede, med bakgrunn i at Linnéa virker å føle på et press om å fremstå på en bestemt, og at personlige gode nyheter ikke deles, slik som nyheten om å bli være med i en avis eller å få seg sin første kjæreste. Dette er rake motsetningen til forholdet hun har til både moren og psykiateren Finn, som hun betror alt til av både stort og smått.

Det kommer ikke eksplisitt frem at han ikke bryr seg om Linnéa, men når han var ferdig med å lese om henne «[...] brettet du bare sammen avisen og la den under stuebordet. Som om du akkurat hadde lest ferdig dagens programoversikt på TV, eller en dårlig kronikk om noe du egentlig ikke brydde deg om», han fortsatte som om ingenting nevneverdig hadde skjedd, og «[j]eg ble så lei meg at jeg gikk på

toalettet og kastet opp» (2014, s. 95). Sammenligningen med TV-programsoversikt og en dårlig kronikk, noe kjedelig han ikke bryr seg om, virker å være det som treffer Linnéa. Han sårer henne ved å ikke anerkjenne at noe i det hele tatt har skjedd. Likevel vil Linnéa, når hun kommer i en posisjon hvor det er hun som kan såre, skåne han og vise han omtanke «i tilfelle du blir lei deg» (2014, s. 96). Kanskje er det Linnéa som tar avstand fra sin faren, som vil være det motsatte av slik hun opplever han. I brevet sier hun rett ut at «Det virker i det hele tatt som om du har glemt at jeg eksisterer. Jeg tror du vet det også. Jeg beklager, pappa» (2014, s. 96). Glemmer han henne med vilje?

4.3.2 Finn vs. far

I tekstene finnes det noen felles trekk i fremstillingen av forholdet Linnéa har til sin far og til psykiater Finn. Men selv om det går an å sammenligne deler av disse forholdene, så er de også helt forskjellige, ikke bare i den forstand at den ene er Linneas forelder, biologiske opphav, mens den andre er en kjøpt og betalt for terapeut som har som mål å hjelpe henne ut av sykdom.

Det har gått nesten to uker siden forrige time fordi Finn har vært på vinterferie. Forrige time hadde Linnéa fortalt han alt, at hun hadde sklidd ut og begynt å gå ned i vekt igjen, og selv om hun hadde lovet å skjerpe seg hadde hun allerede da visst at det var for sent. Slik som ved første timen hos Finn hadde hun nå ringt på utenfor bygget, uten at Finn hadde svart eller åpnet opp, og hun ble igjen nødt til å snike seg inn etter en annen person som åpnet døren inn i bygget.

Det er helt stille på den andre siden av døren, og Finn kan umulig være der. Jeg blir urolig og enda mer stresset av tanken på at han kanskje har glemt meg. Jeg titter ned i boken min, men greier ikke konsentrere meg, jeg er bekymret for at han ikke skal dukke opp. Jeg hører det slå i hans ytterdør, og kun få sekunder senere står han avslappet i min døråpning og smiler vennlig. Jeg er stum av fascinasjon, og i et kort øyeblikk gremmes jeg over at jeg i det hele tatt kunne komme på ideen om at han kunne ha glemt meg (2012, s. 188).

Sist gang hun så han var da hun hadde innrømmet at forverringen hadde begynt, og at hun var på vei inn i spiseforstyrrelsens verden igjen. Opplevelsen av uro, stress og

bekymring over at Finn muligens kan ha glemt avtalen han hadde med henne kan være en naturlig reaksjon med tanke på alt som nå står mye klarere på spill i livet til Linnéa. Men på den andre siden så er denne frykten på mange måter feilplassert hos Finn, da han aldri har glemt henne, selv om han nesten ikke har vært tidlig ute til møtene deres heller. Følelsene må komme fra noe annet, kanskje hører til de en annen relasjon Linnéa har i livet sitt som ligner.

«Jeg tenker fremdeles utelukkende på meg selv og sånn. Det har du kanskje lagt merke til. At jeg aldri tar kontakt. Eller kanskje du ikke har lagt merke til det, du har det sikkert travelt» (2014, s. 91). Forholdet Linnéa har til sin far er, som vi har sett, ganske anstrengt og komplisert. I tekstutdraget fremstiller Linnéa seg som relativt selvopptatt, og at denne selvopptattheten er noe som har vart en stund. «Og sånn» kan være en referanse til spiseforstyrrelsens syklige opptatthet av mat og kropp. Jeg-fortelleren henvender seg til Linnéas far, og virker å lure på om han har lagt merke til at hun fremdeles ikke er frisk, eller at hun ikke tar kontakt med han. Eller så kan det hende han er for opptatt med seg selv, han også, og ikke vet det engang. «Du har det sikkert travelt» sikter til Linnéas far, mens «han er veldig travelt» er en beskrivelse av Finn som vi tidligere har sett på. Å ha det travelt er noe de har til felles, som igjen sikter til at de har liten tid, og liten tid kan føre til at ting blir glemt. Redselen for å bli glemt av Finn er muligens forankret i følelsen av å på mange måter faktisk ha blitt glemt av sin egen far.

Man kan påstå at Linnéa liker å leke med tanken på at Finn kunne, eller burde, vært faren hennes, og han sidestilles en del ganger i teksten med nettopp Linnéas ekte far eller en ønsket farsfigur. Etter Linnéas første bokutgivelse var hun trygg på og var stolt av at blant annet «du [Finn] var entusiastisk» (2014, s. 55). Hva hennes egen far følte på blir ikke uttrykt, men både Finn og far kom på lanseringsfesten:

Jeg følte at nesten alle som kom, var glad i meg [...] Men aller mest pris satt jeg på at du var der. Kanskje pappa også, ettersom han fløy ens ærend fra Kristiansund for å få med seg en time av festen, før han måtte fly tilbake. Han hadde ikke trengt det. Jeg vet ikke om verken du eller pappa er glad i meg, men det at dere var der, holder i massevis (2014, s. 55).

Her kommer det frem at hun satte mest pris på at psykiateren hennes kom, til tross for at hennes egen far hadde kommet med fly ene og alene for å komme på festen til sin datter. Samtidig kan det diskuteres hvor raust det var av far å dra den lange veien for kun seksti minutters festligheter, før han måtte dra igjen. Men uavhengig av det så sidestilles far og Finn igjen, denne gangen på spørsmålet om de er glad i Linnéa eller ikke. At en psykiater er glad i en pasient på samme måte som en far er glad i sin datter, kan nok utfordre den profesjonelle kontrakten som må opprettholdes i terapirommet. At en datter ikke vet hvorvidt hennes far er glad i henne eller ikke, er mer sørgmodig, og gjør det kanskje mindre rart med Linnéas utsagn litt senere i romanen: «Takk for at du hører på meg, Finn. Jeg kommer egentlig ikke på noen jeg liker bedre enn deg, og av og til skulle jeg ønske du var faren min» (2014, s. 68). Linnéa verdsetter relasjonen til Finn så høyt at hun kunne tenkt seg han som far, med en underliggende utbytting av den hun allerede har fått.

4.4 Kritikken

Finn mottar stort sett kun gode ord fra vår hovedperson Linnéa Myhre. På tross av dette lurte jeg på om det likevel finnes noen form for kritikk av terapibehandlingen eller psykiateren selv.

Fra det vi til nå har sett, kan det virke som at resepten på antidepressivene mer er ment som en distraksjon fra hennes dårlige uvane, enn en vesentlig del av Finns plan for å få henne frisk. Noe som kan oppfattes å støtte oppunder denne tolkningsretningen er hans reaksjon når hun innrømmer å ha sluttet å ta antidepressivene;

-Jeg har sluttet å ta medisinene mine, sier jeg og kikker ned til siden. [...]

-Ja vel, sier han og smiler.

-Jeg vet ikke hvorfor, jeg bare glemte det noen dager, og så sluttet jeg helt. Jeg ville bare ikke. Kanskje jeg vil meg selv vondt, jeg vet ikke. Jeg vil bare ikke være en av disse andre, jeg blir så glad og tilfreds av medisinen, og ikke minst sosial. Og det bekymrer meg. Jeg vil ikke være glad og sosial. Finn nikker (s. 143-144).

«Finn ble ikke sint» (s. 144) konstaterer hun etter timen. Det er på mange måter en stor lettelse, da hun forventet at han skulle ha en negativ reaksjon på det. Men i stedet var han rolig, smilte og nikkete, og i det hele en klar kontrast til den ventede reaksjonen hun var redd for. Eller var hun redd for det? Håpet hun kanskje på en sterk reaksjon fra Finn? Innrømmelsen starter i en unnskyldende tone, men går raskt over på mer urovekkende utsagn om at hun ikke liker bedringen hun føler på, og vil seg selv vondt. Det kan virke som at hun ønsker å framprovosere en ønsket reaksjon hos psykiateren, men Finn skuffer henne. Reaksjonene hans er muligens en bevisst strategi i terapibehandlingen.

Før en time hos Finn vurderer hun om hun skal fortelle at hun akter å bli syk igjen, men gremmes ved tanken på at han muligens vil komme til å begynne kontrollveie henne, slik de gjorde på sykehuset. Men dette slår hun raskt fra seg, ved å minne seg selv på at; «Jeg ser ikke akkurat sulten ut» (2012, s. 81). At han ikke oppdager noe på dette tidspunktet er kanskje ikke kritikkverdig, men når hun kun er skarve to kilo unna forrige tvangsinneleggelsesvekt, allerede har innrømmet noe i nærheten av denne sannheten til han, og enda reagerer han ikke slik hun slik hun forventer og muligens ønsker.

Ved flere anledninger kommer det bemerkninger som kan tolkes som kritikk av samtaleterapien hos Finn. En av de de mest tydelige og gjentakende bemerkningene er de som sikter til at de under terapien, etter Linnéas oppfatning av samtalene, ikke ser ut til å snakke om noen ting, i alle fall ingenting av virkelig betydning. Etter en tilfeldig time hos Finn er hun «[...] på vei hjem fra Finn, hvor vi for øvrig ikke snakket om noe [...]» (s. 52). Dette er en uheldig utvikling, men hvem har skylden og hvorfor skjer dette? Svaret på disse spørsmålene ligger nok i dette utdraget, om man hadde spurt pasienten selv, den psyke Linnéa; «I dag får han greie seg med å føre en monolog, tenker jeg. Jeg har ikke noe å bidra med. Jeg har sjelden noe å bidra med» (s. 117). Å skylde på pasienten, at vedkommende ikke klarer å nyttiggjøre seg terapien, er ikke noe nytt (Hartmann, 2013, s. 32) og det er tydelig at Linnéa sitter med dette inntrykket. Men er det riktig å legge ansvaret på pasienten i slike tilfeller?

Han har mye å gjøre, den mannen, men hovedårsaken til at vi sees sjeldnere nå enn før, er mest sannsynlig at vi ikke har noe å snakke om lenger. De siste gangene har jeg fortalt ham overflødig informasjon om fuglen min, bøker jeg har lest, om Internett – ja, til og med bygningsarbeidet som foregår utenfor vinduet har vi snakket om. Jeg bruker opp tiden hans, og vi er fullstendig klar over det begge to. Jeg antar at han ser rett gjennom meg, og at han gjennomskuer at jeg prater meg vekk for å unngå å snakke om det vi egentlig burde ha snakket om. (2012, s. 64).

Selv om Linnéa mener at årsaken til at hun ser psykiateren sin mindre nå enn før er fordi de ikke har noe å snakke om, fordi hun ikke er villig til å selv gå inn på det de egentlig burde pratet sammen om. Tiden forsvinner til kjedelige, trivielle samtaleemner, ifølge Linnéa. Her kan vi tolke tekstutdraget som en liten kritikk mot Finn i terapirommet, at han bare lar henne prate i vei, uten å legge føringer i samtalen slik at de kommer seg på rett spor igjen. Det er han som besitter rollen som profesjonell og kunnskapsrik terapeut, mens Linnéa selv bare er en sinnsforvirret pasient, som muligens på daværende tidspunkt stiller seg litt ambivalent til målet om å bli frisk. Jeg-fortelleren mener at Finn kan «se rett gjennom» Linnéa, og han er dermed fullt klar over at hun bevisst unngår å prate om det de begge vet at de burde bruke tiden sammen for å prate om. I denne fremstillingen kan leseren tolke det som at Finn er klar over hva som skjer, og samtidig så velger han bevisst å ikke gjøre noe med det.

4.5 De andre

4.5.1 Linnéas mor

Linnéas mor er en av de viktigste personene i hennes liv. Hun utgjør Linnéas trygge havn, støtteapparatet rundt datteren. Den omsorgsfulle moren er villig til å ofre sin hverdag for at Linnéa skal ha det bra, altså en klar kontrast til Linnéas far på mange måter. Før Finn kom inn i bildet, var det moren Linnéa betrodde seg til. Dette kommer fram i selvmordsbrevet, til moren: Alt annet vet du. Jeg har alltid kunnet fortelle deg alt, og du har alltid støttet meg. Jeg vet at du ikke synes det, men du er den beste mammaen jeg kunne ha hatt» (2014, s. 11).

4.5.2 Linnéa selv

I begge romanene kommer det frem at Linnéa ofte sammenligner seg med psykiateren sin Finn. På mange måter er han en rollemodell i hennes liv, som hun ser opp til og ønsker å glede. Men hun er på sin side også stolt over å ha en så dyktig og ikke minst kunnskapsrik terapeut som sin behandler.

«Du har sikkert et logisk og rettferdig svar på dette. Herregud, det må være deilig å ha svaret på alt, Finn. Skulle ønske jeg også hadde det, men jeg har nesten ikke svaret på noe som helst» (2014, s. 59). I dette teksteksempelet kommer det tydelig frem at hun er imponert over hans evne til «å ha svaret på alt», som naturligvis må tolkes som en liten overdrivelse, da ingen har svaret på alt. Videre viser eksempelet at hun ønsker å være lik han på dette området, men at hun vet at hun ikke strekker til på slikt.

4.5.3 De andre behandlerne

Når det kommer til de ulike behandlerne, eller terapeutene, Linnéa møter på i tekstene, så er det ingen som slår hennes «konge og mentor» Finn (2104, s. 61). Han ser ut til å ha dannet en viss standard som Linnéa ikke er villing til å vike fra.

Forsøket på å danne en ny terapeutisk relasjon til den kvinnelige terapeuten i Molde kan sies å ha kollapset allerede før den fikk startet: «Jeg på min side følte meg hånet, behandlet som et barn og latterliggjort. Men jeg tok imot giroen og noterte tidspunktet for vår neste time [...]» (Myhre, 2014, s. 22). Linnéa var ikke villig til å gi opp etter første møte, men følelsene hun satt igjen med er en sterk kontrast til hvordan vi har sett at Finn fikk henne til å føle seg i en lignende sammenheng. Og rett nok ble hun ikke særlig nyttet til denne terapeuten: «Jeg baksnakket deg mye på fritiden. Fortalte alle hvor ubrukelig du var som terapeut, og hvor sterkt jeg savnet timene hos Finn i Oslo. [...] I mine øyne var du en ond heks» (s. 23). Her blir Finns navn nevnt eksplisitt, og brukes som sammenligningsgrunnlaget til Linnéa i hennes vurdering og konklusjon.

Jeg har derimot aldri vært så sikker på en avgjørelse som den dagen jeg sa at jeg ikke orket mer. At jeg heller ville bruke 40 år på å bli frisk hos Finn, enn å bruke ett år på å se deg feile og mislykkes. Eller gjøre med tjukk og ulykkelig (s. 24).

Relasjonen med Finn vurderes i tekstutdraget til å ha vært så god at hun ser verdien av å heller bruke en absurd mengde tid, nesten et helt liv, på å prøve og bli frisk med hans metoder, enn å utholde ett sekund til med denne terapeuten og hennes tilnærming. Her må jeg trekke frem at Linnéa nok fremdeles kjenner på en ambivalens til å bli frisk, i alle fall kroppslig som vi har sett på tidligere, og hos Finn har ikke løsningen blitt presentert som en gradvis vektøkning ved å følge en satt kurve. Hos Finn, og med hans terapibehandling, har Linnéa enda til gode å oppleve tilfriskningseffekt. Men det kan hende dette må bli et utholdenhetsprosjekt, og da kan nok motivasjonen muligens vare lenger og forbli høyere hos Finn som hun føler en god tilknytning til.

4.5.4 Kjæresten Sondre

I romanen *Kjære* (2014) har Linnéa endelig klart det hun lenge fryktet ikke skulle bli noe av i hennes liv, nemlig at hun skulle få seg en å dele livet med, et forhold med en partner som klarer å holde ut med henne. Og i romanens siste brev erklærer hun sin takknemlighet for alt kjæresten til nå har gjort med henne og lært henne. Den tydeligste kjærlighetserklæringen er når hun erklærer at hun verdsetter forholdet med han høyere enn maten, som i så mange år har utgjort Linnéas viktigste forhold til da.

Jeg har veldig mye igjen å lære ennå, men jeg synes du har fått til en god del på kort tid. Av og til tenker jeg at det er Finn som har sendt deg, og at du får betalt for å være sammen med meg. Jeg tror jeg kunne ha betalt for å være sammen med deg. For jeg trenger deg (2014, s. 156).

Finn utgjør et annet forhold Linnéa verdsetter å ha i livet sitt. Og av tekstutdraget kan man tolke det at det nettopp er Finn som er den som har funnet og bragt Sondre inn i livet til Linnéa, passer fint med rollen han har i livet hennes, som en hvis

oppdrag det er å bedre hennes psykiske helse. Og det er jo nettopp det Linnéa berømmer Sondre for å være en stor del av, at hennes vanskelige tankemønstre sakte, men sikkert slipper opp når hun er sammen med han. Han er dette noe, eller dette noen, ved Linnéas livet som har begynt å bety mer. Et kjøpt og betalt forhold er noe hun allerede har med Finn, som vi tidligere har sett at betyr utrolig mye for Linnéa, så at det nevenes at han «får betalt» og at hun «kunne ha betalt» for forholdet kan tolkes dit til at dette er minst like bra som dette andre forholdet. Før var hun mest redd for maten, mens «[...] nå er jeg mest redd for å miste deg. Du er min nye avhengighet. Det kan jeg leve med» (2014, s. 156).

4.6 Oppsummering

For å svare på hvordan terapirelasjonen mellom Finn og Linnéa har blitt fremstilt i romanene *Evig søndag* (2012) og *Kjære* (2014) har jeg i analysen først sett på forholdet til Finn spesifikt, da hvordan det begynte, deretter hvordan den terapeutiske kontrakten og den terapeutiske alliansen har blitt til og ser ut mellom Finn i rollen som den kunnskapsgivende og profesjonelle terapeuten og Linnéa i rollen som den sårbare og sinnsforvirrede pasienten. Deretter har jeg tatt for meg forholdet Linnéa har til sin far for å se om dette er noe som påvirker hvordan deler av hennes relasjon med Finn er, og jeg kom frem til at det må det kunne sies å ha. Til nå hadde vi nesten utelukkende sett at Finn har gjort mye riktig for å skape en god relasjon med Linnéa, ifølge henne selv. Men selv om det tilsynelatende ikke var stort Linnéa hadde av klager, så vil jeg si at jeg kom frem til at hun på en måte, da via tekstlige signaler og andre narrative virkemidler, faktisk har kritikk å komme med, som går ut på ting han virker å la være å gjøre. Til slutt tok jeg kort for meg de andre personene i tekstene som kunne tilføye noe mer om relasjonen mellom Finn og Linnéa. Først tok jeg for meg Linnéas mor, som på mange måter tidligere fungerte i rollen som Linnéas nærmeste fortrolige før hun møtte Finn. Deretter så jeg til Linnéa selv, og fant at hun både var stolt av terapeuten sin, men også så han som en slags rollemodell. De andre behandlerne ble spesielt eksempelet med terapeuten i Molde brukt for å lage sammenligningsgrunnlaget til Finn. Og avslutningsvis måtte

vi se på Linnéas nye kjæreste Sondre, som blir tilskrevet en større påvirkningskraft i bedringsprosjektet til Linnéa og Finn enn det de to klarte sammen.

5 Oppsummering og avslutning

I denne oppgaven har jeg tatt for meg Linnéa Myhres to første romaner *Evig søndag* (2012) og *Kjære* (2014). Innledningsvis presenterte jeg oppgaven og prosjektet, før jeg kort tok for meg Linnéa Myhre, hennes forfatterskap og tidligere forskning på dette forfatterskapet. Videre så jeg kort på sjangerdiskusjonen disse verkene har vært utgangspunkt for. Som teoretisk grunnlag har jeg brukt begreper fra narrativ teori og teori om terapi når jeg videre i analysen har nærlest romanene med utgangspunkt i følgende problemstilling:

Hvordan blir terapien og terapirelasjonen mellom Finn og Linnéa fremstilt i Linnéa Myhres romaner *Evig søndag* (2012) og *Kjære* (2014)?

Analysedelen valgte jeg å dele opp i to deler, hvor jeg først tok for meg terapien og deretter terapirelasjonen mellom psykiateren Finn og romanenes hovedperson Linnéa.

I analysen med fokus på terapiens fremstilling i romanene fant jeg at ønsket om behandling kom fra hovedpersonen selv, at problemene hun søkte hjelp for var depresjoner og spiseforstyrrelsen anoreksi. Behandlingen ble utført som samtaleterapi mellom Linnéa og Finn, men ble også supplert med antidepressive medisiner. Terapi med for ensidig fokus på somatisk forbedring ble kritisert i tekstene. En definisjon på hva frisk innebærer er vanskelig å komme med når det er snakk om psykiske lidelser. Jeg tok også for meg ambivalensen Linnéa hadde til det å skulle bli gjort frisk. Deretter tok jeg for meg terapibehandlingen Linnéa fikk hos Finn, hvor resultatet endte med at hun ikke opplevde bedring og måtte reise hjem til moren sin igjen, men hvor hun samtidig så ut til å ikke legge skylden på hverken Finn eller hans tilnærminger. Frafall er en vanlig utfordring i terapibehandlinger, og til slutt det faktum at man kanskje aldri blir helt frisk, og dermed må lære å leve med det på et vis.

I analysedelen hvor jeg så på terapirelasjonen med Finn via den første tiden, den terapeutiske kontrakten og den terapeutiske alliansen ble til. Deretter så jeg relasjonen til Finn i lys av Linnéas far. Så på den skjulte kritikken Linnéa kom med

til Finn. ha. Til slutt tok jeg kort for meg de andre personene i tekstene som kunne tilføye noe mer om relasjonen mellom Finn og Linnéa, moren til Linnéa, Linnéa selv, de andre behandlerne og kjæresten Sondre.

Litteraturliste

- Arukwe, A. (09.05.2012). <https://p3.no/la-linnea-leve-er-prisnominert/>
- Asplin, Peder Tore Fossheim: *Når influencere blir forfattere*. Masteravhandling, UiO Vår 2021.
- Eriksen, D. (23.10.2014). – *Jeg må snart skrive om noen andre*. Hentet 15.02.2022: <https://www.nrk.no/kultur/linnea-myhre - -jeg-ma-snart-skrive-om-noen-andre-1.12002899>
- Flor, Jørgen Akre og Leif Edward Ottesen Kennair: *Skadelige samtaler – myten om bivirkningsfri terapi*. Tiden Norske Forlag, 2019.
- Hartmann, Ellen (RED) (2013). *God psykoterapi – et integrativt perspektiv*. Pax Forlag A/S, Oslo.
- Helmich Pedersen, Frode: *Virkelighetslitteraturen og den norske debatten om den. Norsk litterær årbok*. Oslo: Samlaget 2017.
- Helt Haarder, Jon: Performativ biografisme. En hovedstrømning i det senmoderne skandinaviske litteratur*
- Hjelmeland, Maria: *Meg, Meg Selv Og Jeg*. Masteravhandling, NTNU Høst 2016.
- Isaksen, Kristine: *Bokanmeldelse Linnéa Myhres debutroman: «Sårbar & besserwisser»*. VG.no, 15.08.2012. Hentet 10.juli 2022 fra <https://www.vg.no/rampelys/bok/i/3yVAd/bokanmeldelse-linnea-myhres-debutbok-saarbar-besserwisser>
- Lothe, Jakob: *Fiksjon og film – Narrativ teori og analyse*. Universitetsforlaget, 1994/2003 (2. utgave).
- Myhre, Linnea: *Evig søndag*. Tiden Norske Forlag, 2012.
- Myhre, Linnéa: *Hver gang du forlater meg*. Roman, Tiden Norsk Forlag, 2016.
- Myhre, Linnéa: *Kjære*. Roman, Tiden Norsk Forlag, 2014.

- Myhre, Linnéa: *Meg, Meg, Meg*. Roman, Tiden Norsk Forlag, 2019.
- Nilsen, Martine Josefine: *Uten min mor har eg ingen*. Masteravhandling. UiT Vår 2016.
- Norheim, Marta: - *Sterk tilstandsrapport*. NRK.no, 16.08.2012. Hentet 17.mars 2022 fra <https://www.nrk.no/kultur/evig-sondag-1.8283725>
- Nymoén Nilsen, Mari: *Bokanmeldelse: Linnéa Myhre: «Kjære»*. VG.no, 23.10.2014. Hentet 10.juli 2022 fra <https://www.vg.no/rampelys/bok/i/dXGkJ/bokanmeldelse-linnea-myhre-kjaere>
- Olsen, Pål Gerhard: *Linnéa Myhre har lite å melde denne gangen*. Aftenposten.no, 08.11.2014. Hentet 10.juli 2022 fra <https://www.aftenposten.no/kultur/i/ddQbJ/linnea-myhre-har-lite-aa-melde-denne-gangen>
- Psykiskhelse.no: *Tabuprisen*, oppdatert 28.09.2021. Hentet 17.mars 2022 fra <https://www.psykiskhelse.no/nyheter/tabuprisen>
- Sandvik, H. (2015). *Forførraren*. I Bergens Tidende: <https://www.bt.no/btmeninger/kommentar/i/5LE5m/forfoeraren>
- Skre, Ingunn B.: *terapi*. SNL oppdatert 8.11.2021. Hentet 10.mai 2023 fra <https://sml.snl.no/terapi>
- Skårderud, Finn: *Sterk/Svak – håndbok for spiseforstyrrelser*. 2000.
- Stava Sandve, Gerd Elin: *Kjære meg, meg selv og jeg*. Dagsavisen.no, 25.10.2014. Hentet 10.juli 2022 fra <https://www.dagsavisen.no/kultur/boker/2014/10/25/kjaere-meg-meg-selv-og-jeg/>

Talseth, Thomas: *Sinna-Linnéa avslutter bloggen med bok*. VG oppdatert 19.02.2016. Hentet 10.juli 2022 fra <https://www.vg.no/rampelys/bok/i/vMyoB/sinna-linnea-avslutter-bloggen-med-bok>

Vågene, Siri: «*Kan du bekrefte at dette er deg?*». Masteravhandling, UiB Vår 2020.

Wold, Kjersti & Uverud, Gunn-Marit: *Helsefremmende skriving*. Gyldendal Akademisk, 2018.

Aaslestad, Petter: *Narratologi – En innføring i anvendt fortelle teori*. Landslaget for norskundervisning og Cappelen Akademisk Forlag as, Oslo 1999.

Sammendrag

Masteroppgave i nordisk litteratur

Institutt for lingvistiske, litterære og estetiske studium

Universitetet i Bergen VÅREN 2023

Student: Birgitte Solhaug Bøckmann

Veileder: Frode Helmich Pedersen

Tittel: «Snakk med noen som kan hjelpe deg»

Undertittel: En analyse av terapien og terapirelasjonen i Linnéa Myhres *Evig søndag* (2012) og *Kjære* (2014)

I denne masteravhandlingen ...

Abstract

MA thesis in Nordic Literature

Department of Linguistic, Literary and Aesthetic Studies

University of Bergen, May 2023

Student: Birgitte Solhaug Bøckmann

Tutor: Frode Helmich Pedersen

Title: „Snakk med noen som kan hjelpe deg”

Subtitle: An analysis of the therapy and the therapy relationship in *Evig Søndag* (2012) og *Kjære* (2015)

In this MA thesis I analyze the novels *Evig søndag* and *Kjære* by Linnéa Myhre.

Profesjonsrelevans

Den nye læreplanen i norsk NOR01-06 ble innført fra høsten 2020. Med læreplanen kom det tre nye tverrfaglige emner som har som målsetning å bedre ruste elevene til å ta del i samfunnet. Det tverrfaglige emne «Folkehelse og livsmestring» bringer med seg et økt fokus på psykisk helse inn i norskfaget:

I norsk handler det tverrfaglige temaet folkehelse og livsmestring om å utvikle elevenes evne til å uttrykke seg skriftlig og muntlig. Dette gir elevene grunnlag for å kunne gi uttrykk for egne følelser, tanker og erfaringer, noe som er viktig for å håndtere relasjoner og delta i et sosialt fellesskap. Lesing av skjønnlitteratur og sakprosa kan både bekrefte og utfordre elevenes selvbylde og dermed bidra til deres identitetsutvikling og livsmestring (NOR01-06).

Relevante kompetansemål denne masteroppgaven legger seg opp mot for ungdomstrinnet og videregående er som følger:

Kompetansemål etter 10.trinn

- sammenligne og tolke romaner, noveller, lyrikk og andre tekster ut fra historisk kontekst og egen samtid
- utforske og reflektere over hvordan tekster framstiller unges livssituasjon

Kompetansemål etter vg3 studieforberedende utdanningsprogram

- analysere og tolke romaner, noveller, drama, lyrikk og sakprosa på bokmål og nynorsk fra 1850 til i dag og reflektere over tekstene i lys av den kulturhistoriske konteksten og egen samtid
- utforske og reflektere over hvordan tekster fra den realistiske og den modernistiske tradisjonen framstiller menneske, natur og samfunn
- skrive litterære tolkninger og sammenligninger

Med denne oppgaven har jeg sett på hvordan tekster fra egen samtid kan være med på å rette et søkelys på ulike temaer som kan være vanskelig å snakke om. Tekstene har utfordret til refleksjon og tolkning av tekster på nynorsk og bokmål, noe som speiler en litterær tendens i samtiden. Jeg vil argumentere for at denne måten å produsere tekst på er med på å gjøre det enklere for elevene å relatere til både innhold og språk. Samtidig viser denne oppgaven til en mediekultur som elevene trolig er særs aktive i selv i dagens samfunn. Lignende tekster øker da bevisstheten rundt hvordan sosiale media ikke bare påvirker hver enkelt, men også er med på å legge til rette for utvikling og utfordring av litterære sjangre.