

Finding neverland

**En kvalitativ studie om hvordan personer med psykiske lidelser opplever det
å være med på kortfilmproduksjon i en gruppe**

Stig Erlend Midtgård

Juni 2010

Masteroppgave i helse- og sosialfag med fokus på brukerperspektivet

Institutt for helsefag



Universitetet
i Stavanger

UNIVERSITETET I STAVANGER

**MASTERGRADSSTUDIUM I
HELSE- OG SOSIALFAG MED FOKUS PÅ BRUKERPERSPEKTIV**

MASTEROPPGAVE

SEMESTER: Vår 2010

FORFATTER: Stig Erlend Midtgård

VEILEDER: Cand. Polit. Kristin Humerfelt

TITTEL PÅ MASTEROPPGAVE:

Norsk: Finding neverland – En kvalitativ studie om hvordan personer med psykiske lidelser opplever det å være med på kortfilmproduksjon i en gruppe

English: Finding neverland – A qualitative study of how people with mental illness experience to participate in short film making in a group

EMNEORD/STIKKORD:

Norsk: Kortfilmproduksjon, recovery, salutogenesen, positiv psykologi, empowerment, relasjoner

English: Short film making, recovery, salutogenesis, positive psychology, empowerment, relationships

SIDETALL:68

STAVANGER 22.02-2010 Stig E. Midtgård
DATO/ÅR

FORORD

Å skrive en masteroppgave er balansekunst. Du skal balansere på en strak line fra start til mål. Heldigvis er det noen som hjelper til med å holde balansen og som er sikkerhetsnettet hvis du holder på å falle ned. Jeg vil spesielt takke min veileder Kristin Humerfelt ved Universitetet i Stavanger som har vært en viktig støttespiller og sparringspartner i hele prosessen, alle i Dynamitt Filmteam som har bidratt med mange verdifulle erfaringer, Bjarne Johansen, som har vært med i gjennomføringen av intervjuene, Stavanger kommune som har gitt meg anledning til å ta et masterstudium i helse og sosialfag med fokus på brukerperspektivet og sist men ikke minst min nærmeste familie: Karen Anne, Ferdinand og Oliver som har holdt ut etter mange langer kvelder og netter med oppgaveskriving. Jeg vil ellers takke familie, venner, kollegaer og medstudenter for verdifulle tilbakemeldinger og innspill.

Stig Erlend Midtgård

Stavanger, våren 2010

INNHALDSFORTEGNELSE

1 INNLEDNING	1
1.1 Hensikt med studien	2
1.2 Problemstilling	2
1.2.1 Begrepsavklaring	3
1.2.2 Avgrensninger	4
1.2.3 Forskningsspørsmål	5
1.3 Bakgrunnsteori	6
1.3.1 Forskningsresultater om kultur og helse	6
1.3.2 Litteratursøk	7
1.3.3 Oppbygning av oppgaven	8
2 TEORETISK RAMMEVERK	9
2.1 Psykisk helsearbeid	9
2.1.1 Psykiske lidelser	9
2.1.2 Fra institusjon til deltakelse i samfunnet	9
2.1.3 Sårbarhet-stress-modellen	10
2.1.4 Mestringstillit	11
2.1.5 Selvfølelse og selvtillit	11
2.1.6 Stigma	11
2.2 Helsefremmende arbeid og mestring	12
2.2.1 Recovery	12
2.2.2 Mestringsteorien salutogenesen	13
2.2.3 Positiv psykologi	15
2.3 Empowerment	18
2.3.1 Helsepolitiske føringer knyttet til empowerment	19
2.3.2 Empowerment og film	20
2.4 Relasjoner og samarbeid	20
2.5 Kulturaktiviteter og psykisk helse	21
2.6 Filmproduksjon	23
2.6.1 Historikk	23
2.6.2 Film som kunst	23
2.6.3 Kortfilm	24
2.6.4 Roller foran og bak kamera	24
2.6.5 Dynamitt Filmteam	26
3 METODE	27
3.1 Begrunnelse for valg av metode	27
3.2 Vitenskapelig forankring	29
3.3 Forforståelse	30

3.4	Forskningsdesign	32
3.4.1	Temaguide.....	32
3.4.2	Utvalg.....	32
3.4.3	Gjennomføring av intervjuer.....	33
3.5	Analyse av data.....	34
3.6	Kvalitetskriterier i studien	35
3.6.1	Gyldighet.....	35
3.6.2	Troverdighet / pålitelighet.....	36
3.6.3	Refleksivitet	37
3.7	Forskningsetiske vurderinger.....	38
4	RESULTAT, TOLKNING OG DRØFTING	40
4.1	Helsefremmende arbeid og mestring.....	40
4.1.1	Nysgjerrighet og spenning	41
4.1.2	Håp og drømmer	42
4.1.3	Å få tilbake troen på seg selv.....	45
4.1.4	Lykke- og flowopplevelser	48
4.1.5	Håndtering av stress under kortfilmproduksjon.....	49
4.1.6	Oppsummering av helsefremmende arbeid og mestring.....	53
4.2	Empowerment.....	53
4.2.1	Opplevelser om medvirkning.....	53
4.2.2	Fra institusjon til deltakelse i samfunnet.....	56
4.2.3	Oppsummering opplevelser av empowerment.....	57
4.3	Relasjoner og teamarbeid	58
4.3.1	Samspill og teamarbeid.....	58
4.3.2	Likeverdige relasjoner.....	60
4.3.3	Roller foran og bak kamera.....	62
4.3.1	Oppsummering opplevelser om relasjoner og teamarbeid.....	63
4.4	Studiens kvalitet.....	64
4.4.1	Studiens gyldighet.....	64
4.4.2	Studiens troverdighet / pålitelighet	65
5	KONKLUSJON	66
5.1	Studiens implikasjoner for forskning og praksis	67
	LITTERATURLISTE	69

FIGURER OG VEDLEGG

Figur 1: Sårbarhet-stress-modellen

Vedlegg 1: Litteratursøk

Vedlegg 2: Oversikt signaturstyrker i positiv psykologi

Vedlegg 3: Temaguide

Vedlegg 4: Informasjonsskriv og samtykkeskjema

Vedlegg 5: Godkjenning fra Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste (NSD)

Vedlegg 6: Svar fra regional etisk komité (REK)

ABSTRAKT

Flere studier har vist at det er en sammenheng mellom deltakelse i kulturaktiviteter, helse og mestring. Hensikten med denne studien var å få en forståelse av hvordan personer med psykiske lidelser opplever det å være med på kortfilmproduksjon i en gruppe. For å få denne forståelsen, ble kvalitativ metode med fokusgruppeintervju bestående av 4 intervjupersoner og individuelle intervjuer med 2 intervjupersoner benyttet. Det ble undersøkt hvordan opplevelsene hos deltakerne i en filmgruppe for personer med psykiske lidelser kan knyttes opp mot teori om *mestring*, *empowerment* og *relasjoner*. Som teoretisk grunnlag for mestring ble *recovery*, *salutogenesen* og *positiv psykologi* benyttet. Funn fra studien viste at kortfilmproduksjon for personer med psykiske lidelser skapte spenning og nysgjerrighet og bidro til at deltakerne opplevde å få hevet sin livskvalitet ved av at de fikk tilbake troen på seg selv. Dette fordi deltakelse i kortfilmproduksjon ga økt selvfølelse, anerkjennelse og deltakerne ble verdsatt som noe annet enn bruker eller pasient. Deltakelse i kortfilmproduksjon ga også brukerne opplevelser av lykke i form av glede og begeistring.

Nøkkelord: kortfilmproduksjon, recovery, salutogenesen, positiv psykologi, empowerment og relasjoner

1 INNLEDNING

Flere studier viser at det er sammenheng mellom deltakelse i kulturaktiviteter, mestring og helse (Lindström, 2006; Naper, 2006; Grape et al., 2004; Romsland, 2003; Konlaan et al., 2000). I 2008 var Stavanger europeisk kulturhovedstad. I kjølvannet av kulturbyåret ble det etablert et Dynamittprosjekt med ulike kulturaktiviteter for personer med psykiske lidelser. En av disse kulturaktivitetene var kortfilmproduksjon med Dynamitt Filmteam. Denne kvalitative studien omhandler hvilke opplevelser brukerne hadde ved å delta i Dynamitt Filmteam med hensyn til mestring, empowerment og relasjoner.

Ifølge rapporten *Psykiske lidelser i Norge: Et folkehelseperspektiv* vil omtrent halvparten av den norske befolkningen rammes av en psykisk lidelse i løpet av livet, og cirka en tredjedel vil ha en psykisk lidelse hvert år (Folkehelseinstituttet, 2009). Dersom alle som har en psykisk lidelse skal få best mulig hjelp, er det viktig å løfte frem en debatt og refleksjon omkring faglige tilnærminger.

Behandlings- og tjenestetilbudet til personer med psykiske lidelser er i endring. Flere mener at vi er i ferd med å få et paradigmeskifte innen psykisk helsearbeid, hvor psykiatrisk behandling i form av medikamenter, samtaler og institusjonsbehandling så langt har vært rådende. Nå er det et økende fokus på dialog og etablering av gode relasjoner mellom fagpersoner og personer med psykiske lidelser (Bøe & Thomassen, 2007; Thorgaard & Haga, 2006). Begrepet psykisk helsearbeid i seg selv innebærer en utvidelse av perspektiver. Organiseringen og innholdet i psykisk helsearbeid skal omfatte alle hjelpetiltak for å bedre menneskers psykiske helse (Karlsson, 2004, s. 2). Kortfilmproduksjon for personer med psykiske lidelser, kan således være en del av psykisk helsearbeid og paradigmeskiftet denne faglige tilnærmingen representerer.

I de helsepolitiske føringene i *Om opptrappingsplanen for psykisk helse 1999–2006* (St.prp. nr. 63 (1997–1998, s.3)) kommer det klart og tydelig frem at brukermedvirkning skal ivaretas i det kommunale psykiske helsearbeidet. Verdigrunnlaget i opptrappingsplanen for psykisk helse har blant annet følgende som overordnede prinsipper:

- pasienten først – brukernes behov skal avgjøre hvilket tilbud som skal gis, ut fra et helhetlig menneskesyn

- mest mulig normalt liv – velferd, økt livskvalitet og deltakelse i samfunnslivet gjennom uavhengighet, selvstendighet og evne til å mestre eget liv

Videre kommer vektlegging av mestring til uttrykk gjennom *Samhandlingsreformen* (St.meld. nr. 47 (2008–2009)), hvor det står at kommunene må fokusere mer på lærings- og mestringstilbud i form av blant annet kurstilbud og selvhjelpsgrupper for å møte fremtidens helseutfordringer. I *Veileder for psykisk helsearbeid voksne* (Sosial- og helsedirektoratet 2005, s. 25–26) står det at personer med psykiske lidelser bør ha tilgang til mestringsopplevelser gjennom sosialt fellesskap og meningsfylte aktiviteter.

1.1 Hensikt med studien

Hensikten med studien er å få en forståelse av hvordan personer med psykiske lidelser opplever det å være med på en kortfilmproduksjon i gruppe. Det finnes mange ulike tjenestetilbud for personer med psykiske lidelser i kommunene. Flere av tjenestetilbudene har veldokumentert forskning i ryggen, mens andre er etablert på bakgrunn av ildsjeler eller kremmerånd. Det kan da fort bli til at økonomiske rammer og ”synsing” blir avgjørende for om tjenestetilbudene har livets rett eller ikke. Derfor blir det viktig å forske på nyetablerte tjenestetilbud som kortfilmproduksjon, for å se om de representerer viktige tilnæringsformer til personer med psykiske lidelser og deres livskvalitet.

1.2 Problemstilling

Problemstillingen i masteroppgaven er eksplorerende og har fokus på subjektive opplevelser ved deltakelse i en kortfilmproduksjon. Det tar lang tid å lage film, og i denne lange prosessen er det sannsynlig at det skjer en eller annen form for påvirkning hos den enkelte deltaker i filmgruppen. I denne studien er det forsøkt å ta del i de opplevelsene som kommer frem i en slik prosess, ved hjelp av følgende problemstilling:

Hvordan opplever personer med psykiske lidelser det å være med på kortfilmproduksjon i en gruppe?

1.2.1 Begrepsavklaring

Fagperson: De personene som er ansatt og lønnet i tilknytning til Dynamitt Filmteam, enten det er som gruppeleder med filmbakgrunn eller ansatte med en helse- eller sosialfaglig utdanning eller personer som blir benevnt som terapeut, psykolog osv. i originaltekst, blir i oppgaven omtalt som fagpersoner. Fagperson blir konsekvent benevnt med pronomenet *han*, ettersom de fleste av fagpersonene i Dynamitt Filmteam er menn.

Bruker: De personene med psykiske lidelser som er deltakere i Dynamitt Filmteam eller blir benevnt som klient eller pasient i originaltekst, blir i oppgaven omtalt som brukere. Bruker blir konsekvent benevnt med pronomenet *han*, ettersom de fleste av brukerne i Dynamitt Filmteam er menn.

Mestring: Lazarus og Folkman (1984, s.141, egen oversettelse) definerer *mestring* som:

[...] kontinuerlig endring i kognitiv og atferdsmessig håndtering av konkrete ytre og/eller indre utfordringer som anses å tære på eller overskride personens ressurser.

Målet med mestring er å oppnå bedre livskvalitet. Mæland (2005, s. 27) beskriver livskvalitet som tilfredshet med livet og opplevd lykke eller glede over livet i sin helhet eller over gitte livsområder.

Empowerment: I denne oppgaven brukes empowerment-begrepet i sin opprinnelige form, hvor hensikten er å gi støtte til undertrykte og stigmatiserte grupper, slik som personer med psykiske lidelser, til å oppleve mestring. Derfor benyttes den amerikanske sosiologen Barbara Solomons (1976, s. 6, egen oversettelse) definisjon fra boken *Black empowerment*:

Empowerment er en prosess der personer som tilhører en stigmatisert sosial gruppe, får hjelp i tilværelsen til å utvikle og styrke evnen til å utøve mellommenneskelig innflytelse og dermed kunne innta verdsatte sosiale roller.

Relasjoner: Kan forstås som stedet for det etiske, stedet for det terapeutiske og stedet hvor det som virker og skaper endring, får liv (Bøe & Thomassen, 2007, s. 182).

1.2.2 Avgrensninger

På sitt beste er film både kunst og lidenskap. Noen filmer skaper så sterke følelsesmessige reaksjoner at de setter varige spor i oss. I filmen *Finding neverland* (Forster, 2004) skaper forfatteren J.M. Barrie en av verdens mest magiske og fantasifulle historier – nemlig historien om *Peter Pan*. Peter Pan tar oss med til eventyrøya *neverland*, eller aldriland på norsk, hvor det finnes alver, indianere, sjørøvere, ville dyr og en tikkende krokodille. Aldriland er en øy som eksisterer i alle barns drømmer, tanker og leker, og det er der de spennende opplevelsene finnes. I denne oppgaven representerer neverland fantasiens og mulighetenes land, derav tittelen på oppgaven (Barrie, 2007).

Det er ingen kriterier om type og alvorlighetsgrad av psykisk lidelse for hvem som kan delta i Dynamitt Filmteam. Filmgruppen er et lavterskeltilbud for personer med psykiske lidelser i Stavanger og nærliggende kommuner som er brukere av tjenestetilbud i kommunene som bofellesskap, aktivitetssentre og individuelle tjenester, eller som er pasienter i Helse Stavanger.

Innenfor psykisk helsearbeid er teori om alt fra institusjon til deltakelse i samfunnet, sårbarhet-stress-modellen, mestringstillit, selvfølelse, selvtillit og stigma valgt som litteratur for å beskrive hva som er viktig for å bedre den psykiske helsen til personer med psykiske lidelser. Denne litteraturen støtter også opp under teori om helsefremmende arbeid og mestring, empowerment samt relasjoner og samarbeid.

I Norge brukes begrepet brukermedvirkning ofte som et synonym for empowerment. Oversatt til engelsk blir brukermedvirkning *user involvement*, og dette er et begrep som gir svært få treff ved litteratursøk. *User* har også en negativ referanse, da ordet *user* blir forbundet med rusmisbrukere i USA. Det er noen små nøyansforskjeller mellom brukermedvirkning og empowerment, hvor empowerment inneholder en politisk dimensjon, noe brukermedvirkning ikke gjør (Askheim & Starrin, 2007). I tillegg er empowerment mer offensivt begrep som fokuserer på makt og innflytelse, hvor de undertrykte eller brukerne kjemper for gjennomslag for sine rettigheter, verdier og interesser, mens brukermedvirkning i større grad skjer på fagpersoners premisser. I denne studien benyttes derfor empowerment-begrepet fremfor brukermedvirkning, selv om brukermedvirkning også blir omtalt i studien fordi begrepet ofte blir brukt i norsk lovverk og helsepolitiske føringer. Eriksson og Lindström (2005) mener at

empowerment er mer et prinsipp enn en teori og er avhengig av en teoretisk forankring som for eksempel mestringsteorien salutogenesen for å virke best mulig. Jeg støtter meg til dette synspunktet.

Når det gjelder teori om helsefremmende arbeid og mestring, har jeg valgt å bruke *recovery*, *salutogenesen* og *positiv psykologi*. Kortfilmproduksjon for personer med psykiske lidelser blir i denne studien ikke definert som behandling, men som et velværetilbud. Teori om mestring som fokuserer på hva brukeren selv kan gjøre for å forbedre sin livskvalitet gjennom meningsfull aktivitet, er derfor valgt som teoretisk rammeverk for mestring. Mens positiv psykologi handler om hva som er det gode liv, og hvordan det kan oppnås, handler *recovery* og salutogenesen mer om det å komme seg eller helbredelse fra psykiske lidelser (Andersen, 2006). Teori om relasjoner og samarbeid er også med i teoridelen for å belyse hvilken kraft de gode, virksomme relasjonene mellom brukere og fagpersoner kan ha styrkingen av brukernes livskvalitet og bedringsprosess.

1.2.3 Forskningsspørsmål

Til å støtte opp om problemstillingen har jeg følgende forskningsspørsmål:

Forskningsspørsmål 1

Hvilke opplevelser har brukerne i Dynamitt Filmteam med hensyn til mestring under arbeidet med kortfilmproduksjon?

I forskningsspørsmål 1 vil jeg forsøke å finne ut om brukerne har mestringsopplevelser knyttet til sin deltakelse i kortfilmproduksjon med hensyn til livskvalitet, lykke, mening og helse. Mestring ses da i forhold til aktuell teori innen helsefremmende arbeid og mestring som *recovery*, salutogenesen og positiv psykologi.

Forskningsspørsmål 2

Hvilke opplevelser har brukerne i Dynamitt Filmteam med hensyn til empowerment under arbeidet med kortfilmproduksjon?

I forskningsspørsmål 2 vil jeg forsøke å finne om brukerne opplever empowerment under arbeidet med kortfilmproduksjon med hensyn til det å få bidra med egne kunnskaper og ferdigheter, samt det å ha ansvar, makt, innflytelse og selvbestemmelse.

Forskningsspørsmål 3

Hvilken betydning har relasjoner mellom fagpersoner og brukere under arbeidet med kortfilmproduksjon?

I forskningsspørsmål 3 vil jeg forsøke å finne ut hvilken betydning relasjonene mellom fagpersoner og brukere har hatt under arbeidet med kortfilmproduksjon med hensyn til samspill, fordeling av roller og oppgaver, samt hjelp og støtte i Dynamitt Filmteam.

1.3 Bakgrunnsteori

1.3.1 Forskningsresultater om kultur og helse

Hva kan tidligere forskning fortelle oss om sammenhengen mellom deltakelse i kulturaktiviteter, mestring og helse? På bakgrunn av litteratursøk (vedlegg 1) har jeg funnet få studier av kulturaktiviteter og helse og enda færre spesifikt av kulturaktiviteter og psykisk helse. Ingen studier er funnet spesifikt om kortfilmproduksjon med personer med psykiske lidelser. På bakgrunn av funn fra mitt litteratursøk viser noen få studier sammenheng mellom deltakelse i enkelte kulturaktiviteter og helse. Disse har overføringsverdi for denne studien og omtales nedenfor:

Studien *Sjung, sjung för livet! En studie av körsång som pedagogisk verksamhet och av deltagarnas upplevelse av hälsa och livskvalitet* viser at det er en sammenheng mellom korsang, helse og livskvalitet. Studien viser blant annet at mennesker som synger i kor, er mer bevisst på egne ressurser, at korsang er meningsskapende, skaper et godt fellesskap og opplevelse av en ny identitet som korsanger (Lindström, 2006).

Den kvantitative norske studien *Det har styrket meg, og gjort meg helere. Betydningen av kunst, kultur og estetikk for psykisk helse og utbyttet av oppholdet i institusjon* viser til positive resultater for betydningen av kunst og kultur under behandling ved institusjonen Modum Bad. Med kunst, kultur og estetikk i denne studien menes bevisst tenkning i planlegging og utforming av institusjonen Modum Bad, innkjøp av original kunst i ulike former, konserter og kulturarrangement (Naper, 2006).

Den kvalitative studien *Mennesker med psykiske lidelser i kulturtiltak* baserer seg på en ideologi om at kulturtiltak skal gi deltakerne meningsfulle opplevelser som gjør at de kan se seg selv i nytt lys. Konklusjonen i denne studien er at denne ideologien virker fordi deltakerne får en subjektiv kunsterfaring og kulturopplevelse som gir dem glede og skaper refleksjon, og de deltar i et fellesskap som har betydning for dem. Kulturtiltakene som studien omfattet, var musikklyttegruppe, malekurs, keramikkurs, lesegruppe, kunstgruppe, kulturkafé, kinobesøk og lørdagsturer til et bestemt opplevelsesmål (Romsland, 2003).

Studien *Does singing promote well-being?: An empirical study of professional and amateur singers during a singing lesson* viser at det å ta sangtimer ser ut til fremme mer velbefinnende og gi mindre sinnsbevegelse hos amatører enn profesjonelle. Funn fra semistrukturerte intervju viste at de profesjonelle var mer oppgaveorientert og fokuserte på sangteknikk, vokalredskapet og kropp under sangtimen. Amatørene brukte sangtimene som en form for selvrealisering og selvhevdelse på en måte som tar bort følelsesmessige spenninger (Grape, Sandgren, Hansson, Ericson & Theorell, 2003).

I Studien *Visiting the cinema, concerts, museums or art exhibitions as determinant of survival: A swedish fourteen-year cohort follow-up* (Konlaan, Bygren & Johansson, 2000), ble en gruppe på 10 609 personer, 5 634 menn og 5 245 kvinner, i alderen 25–74 fulgt i en periode på 14 år. Konklusjonen i studien er at det er sammenheng mellom deltakelse på kulturarrangementer og dødelighet. Dødeligheten varierte på bakgrunn av hvilken av kulturarrangementvariablene som ble benyttet. Størst effekt med hensyn til dødelighet hadde det å gå på kino, konsert, kunstutstilling eller museum. Det å gå på teater, kulturtilbud i kirke og sportsarrangementer hadde ingen påviselig effekt på dødelighet. Det er ulikheter i dødelighet blant menn og kvinner, men denne ulikheten viste seg ikke i deltakelse på kulturarrangementer. Når det gjelder dødelighet og deltakelse på kulturaktiviteter, ble det i tillegg til kjønn også tatt hensyn til alder, inntekt, utdanningsnivå, langvarig sykdom, røyking og mosjon.

1.3.2 Litteratursøk

For å finne litteratur til oppgaven har jeg brukt ulike fagdatabaser og søkeord enten hver for seg eller i kombinasjoner (vedlegg 1). En del litteratur som brukes i oppgaven, er funnet ved

hjelp av litteraturlister i artikler og fagbøker. Her vil jeg spesielt trekke frem artikkelsamlingen *Kultur former framtida: Hvordan og hvorfor kultur virker* (Kulturforbundet, 2007), *Storeulvsyndromet: jakten på lykken i overflodsamfunnet* (Eriksen, 2008) og *Salutogenese–hva er det?* (Tellnes, 2007). Litteratur er også funnet via anbefalinger av forskere som har blitt kontaktet per mail eller gjennom samtale.

1.3.3 Oppbygging av oppgaven

I kapittel 1 finnes hensikt med studien, problemstilling og bakgrunnsteori. Under kapittel 2 er det teori om psykiske helsearbeid, helsefremmende arbeid og mestring, empowerment, relasjoner og teamarbeid samt kulturaktiviteter og psykisk helse. I kapittel 3 redegjør jeg for bakgrunn for valg av metode, vitenskapelig forankring, forforståelse, analyse og kvalitetsvariabler i studien. I kapittel 4 presenteres empiri som tolkes og drøftes i lys av aktuell teori om kortfilmproduksjon, helsefremmende arbeid og mestring, empowerment og relasjoner og teamarbeid. I dette kapittelet drøftes også kvalitetsvariablene i studien. Oppgaven avsluttes med kapittel 5 hvor konklusjon og implikasjoner for forskning og praksis belyses.

2 TEORETISK RAMMEVERK

I dette kapittelet gis først en innføring i aktuelle begreper innen psykisk helsearbeid, deretter gis det en innføring om ulike teorier innenfor helsefremmende arbeid, mestring, empowerment og relasjonsarbeid, og til slutt følger en del om kulturaktiviteter og psykisk helse.

2.1 Psykisk helsearbeid

I Psykisk helsearbeid er det en gjennomgang av aktuell litteratur knyttet til psykisk helse og gruppedeltakelse i kortfilmproduksjon. Litteraturen vil omfatte beskrivelse av psykiske lidelser, perspektiver på psykiske lidelser, mestringstillit, selvfølelse, selvtillit og stigma.

2.1.1 Psykiske lidelser

Haugsgjerd, Karlsson, Løkke og Jensen (2009, s. 16) definerer psykisk lidelse på følgende måte:

De psykiske lidelsene gir seg til kjenne ved avvikende adferd, ved tankegang, følelsesuttrykk eller måter å snakke på som er vanskelige å forstå, eller som på annen måte gjør at individet havner utenfor fellesskapet med sine omgivelser.

Cullberg (2005) mener at psykosebegrepet er et fenomenologisk-psykologisk begrep, og at det ikke finnes noen spesifikk biologisk definert term som dekker begrepet. Det som på folkemunne kalles å være gal, innebærer at personen har vrangforestillinger, hallusinasjoner og atferdsavvik.

2.1.2 Fra institusjon til deltakelse i samfunnet

På 1960- og 70-tallet vokste det frem en sterk motstand mot den tradisjonelle medisinske psykiatrien og dens organisering hvor personer med psykiske lidelser ble plassert på asyler – ofte mot sin vilje. Det antiinstitusjonelle perspektivet, fokus på menneskerettigheter med

bekjempelse av tvangsbruk, frihetsberøvelse og utelukkning fra nærmiljøet samt utbygging av nye, desentraliserte behandlingstilbud stod sentralt innenfor disse motstandskreftene, som gjerne blir kalt for *antipsykiatri* eller *demokratisk psykiatri* (Skårderud, 1984).

Den kanadiske professor i antropologi og sosiologi Erving Goffman (1973) brukte begrepet *totalinstitusjon* om de store psykiatriske institusjonene som var både et sted å bo og et sted å arbeide. I totalinstitusjonene var det et stort antall mennesker i en lignende situasjon som levde et innestengt og formelt administrert liv sammen over lengre tid, avskåret fra samfunnet utenfor. Goffman mente at de finnes både synlige og usynlige murer som holder personer med psykiske lidelser avskåret fra samfunnet og hindrer dem i å delta i samfunnet som likeverdige borgere. Dette mente han stod i skarp motsetning til den grunnleggende sosiale ordningen i det moderne samfunnet hvor individet sover, slapper av og arbeider på ulike steder med ulike mennesker uten å følge en overgripende rasjonell plan (Goffman, 1973, s. 14–15).

2.1.3 Sårbarhet-stress-modellen

På 1970-tallet utviklet den amerikanske psykiateren Joseph Zubin den såkalte *sårbarhet-stress-modellen*, som forener ulike perspektiver og vitenskapssyn på utvikling av psykiske lidelser (Zubin & Spring, 1977). Modellen ble senere videreutviklet av Liberman (1992) innenfor sosial ferdighetstrening. Modellen tar utgangspunkt i at alle mennesker har ulik grad av sårbarhet for utvikling av psykiske lidelser. Sårbarhetsfaktorene for utvikling av psykose er biologiske i form av genetiske faktorer og tidlige neuronale utviklingsforstyrrelser og psykologiske faktorer knyttet til tidlige traumer og oppvekstproblemer. For å unngå gjennombrudd av psykisk lidelse eller tilbakefall er det viktig at personer med høy sårbarhet for utvikling av psykiske lidelser utvikler kompetanse i form av beskyttelsesfaktorer for å mestre stress på best mulig måte (Cullberg, 2005). Beskyttelsesfaktorer som det å ha et støttende miljø blir omtalt i den svenske rapporten *Hälsa på lika villkor – nationella mål för folkhälsan (2000)*, hvor det står at et viktig mål for folkehelsen er å ha et støttende sosialt miljø for individet. Her vektlegges:

Att känna delaktighet, ha möjlighet att påverka sitt liv och ha en känsla av sammanhang är faktorer som gör människor mindre sårbara. En viktig uppgift är att främja stödande miljöer i lokalsamhället och ge människor möjlighet till delaktighet i förenings-, bildnings- och kulturverksamhet.

I figur 1 vises hvordan *opplevelse av sammenheng* (jamfør salutogenesen av Antonovsky) kommer under beskyttelsesfaktorer i sårbarhet-stress-modellen (figur 1).

2.1.4 Mestringstillit

Albert Banduras begrep *self efficacy*, eller mestringstillit på norsk, sier noe om betydningen av en persons tro på egen mestringsevne. Opplevd mestringstillit er en vurdering av en persons evne til å organisere og utføre gitte typer handlinger (Bandura, 1997). Den norske studien *Education, sense of mastery and mental health* (Dalgard, Mykletun, Rognerud, Johansen & Zahl, 2007) konkluderer med at lav utdannelse er en viktig risikofaktor for utvikling av psykiske lidelser. Ifølge studien bidrar liten tro på egen mestringsevne sterkt til psykiske problemer blant de med lite skolegang. Konklusjonen sier videre at skolene må fokusere på empowerment og mestring samt ha fleksible løsninger med teoretisk og praktisk læring for å kunne hjelpe disse personene.

2.1.5 Selvfølelse og selvtillit

Den danske familieterapeuten Jesper Juul mener personer med psykiske lidelser er spesielt utsatt for lav selvfølelse fordi selvfølelsen brytes raskt ned når man blir avhengig av andres hjelp. Selvfølelse hører hjemme i den eksistensielle dimensjonen, mens selvtillit hører hjemme i den pedagogiske. Mens selvfølelse handler om anerkjennelse, er selvtillit en målestokk for hva jeg kan, hva jeg er flink til, og hva jeg kan prestere. Juul hevder videre at dersom fagpersoner kun er opptatt av å fjerne symptomer på psykisk lidelse, vil dette føre til at brukeren får økt skyldfølelse fremfor økt selvfølelse (Nilsen, 2003).

2.1.6 Stigma

Rüsch, Angermeyer og Corrigan (2005) mener at personer med psykiske lidelser må kjempe mot et dobbelt problem. Først skal de mestre symptomer av den psykiske lidelsen som kan

føre til vanskeligheter med å jobbe, leve uavhengig eller oppnå en tilfredsstillende livskvalitet. I tillegg møter de fordommer og uvitenhet i samfunnet om psykiske lidelser i form av stigma som gjør at det blir enda vanskeligere å mestre livet.

2.2 Helsefremmende arbeid og mestring

I løpet av de siste 30–40 årene har det vokst frem nye faglige tilnærminger med større fokus på helsefremmende arbeid og på brukerperspektivet med nyttiggjøring av den erfaringsbaserte brukerkunnskapen. Eksempler på disse nye faglige tilnærmingene er recovery, salutogenesen og positiv psykologi. Sentralt i alle disse tilnæringsmetodene er hjelp til mestring av egen livssituasjon gjennom en betydelig egeninnsats. Formålet med tilnærmingene er å bedre brukernes livskvalitet.

2.2.1 Recovery

Et begrep som er nært beslektet med mestring og det å komme seg fra alvorlige psykiske lidelser, er det engelske ordet *recovery*. På norsk oversettes ordet til bedring eller tilfriskning. Anthony (1993 s. 14, egen oversettelse) beskriver recovery som:

En dypt personlig, unik prosess som innebærer endring i holdninger, verdier, følelser, mål, ferdigheter og/eller roller. Det handler om å leve et tilfredsstillende, rikt liv preget av håp, til tross for de begrensningene som lidelsen medfører.

Recovery er altså en unik, personlig prosess som involverer hele mennesket og relasjoner til omverdenen (Jensen, 2004). Topor (2006, s. 18–19) mener at recovery, eller bedring, skiller seg fra medisinsk behandling og rehabilitering på tre avgjørende måter: 1) *individets egeninnsats*, 2) fokus på *hele mennesket*, og 3) *makt*. Bedring skjer som følge av det arbeid som individet gjør selv, oftest med hjelp fra andre, og det innebærer at man anerkjenner betydningen av aktiv og avgjørende medvirkning fra personen som har en psykisk lidelse. Bedringsprosessen handler om å se hele individet i sammenheng. For mange personer med psykiske lidelser handler det om å finne seg selv og det å bli herre over ulike funksjoner. Makt handler om å ta styring over eget liv med hensyn til hvordan man vil leve det, og

hvordan man kan utforme livet slik man ønsker å leve det. Makt handler også om at symptomene må erobres.

2.2.2 Mestringsteorien salutogenesen

Begrepet salutogenesen er en sammensetning av det latinske ordet *salus* (helse, sunnhet) og det greske ordet *genesis* (opprinnelse, tilblivelse) og handler om hva som skaper grunnlag for god helse (Westlund & Sjöberg, 2004).

Den israelske professor i medisinsk sosiologi Aaron Antonovsky (1923–1994) kom frem til sin mestringsteori om *salutogenesen* på 1970-tallet. Gjennom egen forskning fant han ut at cirka 29 prosent av jødiske kvinner som hadde overlevd konsentrasjonsleire i andre verdenskrig, kriger og andre store omveltninger i livet, likevel hadde god fysisk og psykisk helse. På bakgrunn av disse funnene ønsket han å finne ut hvilke iboende mestringsmekanismer som gjør at mennesker på tross av at de blir utsatt for store stressbelastninger, klarer å bevare god helse. Salutogenesen var en kritikk og motvekt til patogenesen, som var, og fortsatt er, rådende innenfor helseforskning. Patogenese vil si faktorer som fører til sykdom, og kan for eksempel være forurenset luft, alkohol, tobakk, bakterier og virus. Medisin som fagdisiplin har sterkt fokus på patogene faktorer. Salutogenesen fokuserer derimot på faktorer som fremmer helse, selv om vi utsettes for patogene faktorer. Antonovsky mener at helse befinner seg på en akse mellom absolutt sykdom (eng. *dis-ease*) og fullstendig sunnhet (*ease*). Helse blir en ressurs som kan bygges opp eller brytes ned gjennom livsløpet, som til en viss grad beror på medfødte egenskaper og individets livsbetingelser (Antonovsky, 1979; Antonovsky, 2000).

I boka *Antonovsky inte Maslow* filosoferer og problematiserer forfatterne Westlund og Sjöberg rundt hvilken rolle Maslows behovspyramide har innenfor eldreomsorgen i Sverige. I en tid med ressursknapphet og tøffe prioriteringer innenfor stramme økonomiske rammer vil de grunnleggende behovene ofte være det som får mest oppmerksomhet skriver de. Samtidig blir behov for selvrealisering, fellesskap, verdsetting og til og med trygghet prioritert bort. Dette mener de står i kontrast til salutogenesen, hvor det som er meningsfullt, vektlegges; det å ha et liv som er verdt å leve – ikke bare overleve (Westlund & Sjöberg, 2004).

Generelle motstandsressurser: En *mestringsstrategi* er en overordnet handlingsplan for

hvordan en kan overkomme stressorer. En tradisjonell måte å kategorisere mestringsstrategier på er *fight-flight-freeze*-triaden, men dersom vi ønsker å identifisere mestringsstrategier som er effektive *generelle motstandsressurser (GMR)*, er en slik klassifisering villedende. Antonovsky mener at enhver mestringsstrategi må inneholde variablene *fornuft fleksibilitet* og *oversikt*. Jo høyere en mestringsstrategi måler på disse variablene, desto mer effektive GMR (Antonovsky 1979, s. 112–113). Generelle motstandsressurser definerer Antonovsky (1979, s. 99, egen oversettelse) på følgende måte:

Fordi utfordringene man møter, er så ulike og for en stor del så uforutsigbare, er det svært viktig å utvikle en grundigere forståelse av hvilke generelle motstandsressurser som kan brukes i møte med alle utfordringer.

GMR er biologiske, materielle og psykososiale faktorer som for eksempel penger, kunnskap, erfaring, selvtillit, sosial støtte, kultur, intelligens, tradisjoner og ideologier. Dersom man har slike ressurser tilgjengelig, er det større sannsynlighet for at man klarer å håndtere utfordringer i livet på en slik måte at det skaper livsopplevelser preget av sammenheng. Viktigere enn GMR i seg selv er evnen til å bruke dem, noe som uttrykkes gjennom *sense of coherence*, eller *opplevelse av sammenheng (OAS)* på norsk (Koelen & Lindström, 2005).

Opplevelse av sammenheng: OAS betyr at det enkelte individ opplever tilværelsen som forståelig, håndterlig og meningsfull. Med forståelighet menes at stimuli man konfronteres med enten i det indre eller ytre miljø, oppleves som kognitivt forståelige, som ordnet, sammenhengende, strukturert og tydelig informasjon. Med håndterbarhet menes at de ressurser som står til ens rådighet, er tilstrekkelige til å klare de krav en blir stilt overfor. Med meningsfullhet menes utfordringer som det er verdt å engasjere seg i, utfordringer som oppleves som en sterk motivasjonsfaktor.

Antonovsky mener det er en sammenheng mellom OAS, sosial klasse og samfunnsmessige og historiske forhold. Han mener at det er en teoretisk kobling mellom helse og generelle motstandsressurser som sosial støtte og sterk jeg-identitet (Antonovsky, 2000). Etter å ha gjennomgått 458 vitenskapelige internasjonale studier og 13 doktorgradsavhandlinger fant Monica Eriksson en sterk sammenheng mellom OAS og opplevd god helse, særlig i forhold til psykisk helse (Eriksson, 2007).

2.2.3 Positiv psykologi

Denne retningen innenfor psykologien kom på slutten av 1990 tallet og var en reaksjon mot den tradisjonelle psykologien, som i stor grad har vært opptatt av psykisk sykdom. Den amerikanske psykologen Martin E.P. Seligman (2007) mener at det sterke fokuset på å lindre de tilstandene som gjør livet forferdelig, har medført at styrkingen av det som gjør livet verdt å leve, har blitt nedprioritert. Den positive psykologien er opptatt av positive, subjektive opplevelser som håp, optimisme, flyt og lykke (Brudal, 2006).

Peterson og Seligman (2004) kom frem til at det finnes seks dyder som verdsettes på tvers av alle de store religionene og kulturtradisjonene. Disse er:

- visdom og kunnskap
- mot
- kjærlighet og medmenneskelighet
- rettferdighet
- måtelighet
- åndelighet og transcendens

Det finnes forskjellige veier for å nå de ulike dydene, og disse veiene kalles signaturstyrker. Det er 24 signaturstyrker (vedlegg 2) som alle mennesker i større eller mindre grad er i besittelse av. Til forskjell fra talenter, som er medfødte og ikke-moralske, er signaturstyrkene moralske egenskaper (Seligman, 2007).

De signaturstyrkene som er spesielt aktuelle i denne studien, er:

- nysgjerrighet
- tapperhet og vågemot
- rettskaffenhet og likebehandling
- håp, optimisme og fremtidsorientering

Med *nysgjerrighet* menes åpenhet for opplevelser og en fleksibel holdning til det som ikke passer inn i forutfattede holdninger. Nysgjerrige personer søker aktivt etter nye og ukjente ting med et åpent sinn.

Tapperhet og vågemot handler om å ikke vike tilbake for fare, utfordring, smerte eller vanskeligheter. Den tapre er i stand til å koble fryktens følelsesmessige komponenter fra de adferdsmessige, slik at han eller hun klarer å motstå tilbøyeligheten til å flykte.

Med *rettskaffenhet og likebehandling* menes at en ikke lar seg styre av følelser og personlige fordommer, men gir alle en sjanse og behandler alle like tilfeller likt. Handlingene dine styres av moralske prinsipper, og du tar andres velferd og rettigheter like alvorlig som dine egne.

Håp, optimisme og fremtidsorientering utgjør en familie av styrker som representerer en positiv holdning til fremtiden. Når man forventer at positive begivenheter vil inntreffe, og at disse forventningene vil oppfylles om man gjør en helhjertet innsats, vil det støtte humøret her og nå og fremme en målrettet tilværelse (Seligman, 2007).

Lykke og flow: Mennesket søker fremfor noe annet lykke, hevdet Aristoteles for over 2 300 år siden. Mye har skjedd siden den gang, og den ungarske psykologen Mihaly Csikszentmihalyi (2005) hevder at mennesker i dag forventer at god helse, skjønnhet, penger og makt, skal gjøre dem lykkelige. I så måte har menneskene overhodet ikke gjort noen fremskritt siden Aristoteles' tid i forhold til læren om hvordan man når den velsignede tilstand av lykke, hevder Csikszentmihalyi. Csikszentmihalyi undersøkte hvordan folk hadde det når de hadde det best, og hvorfor, og stilte dette spørsmålet til blant annet kunstnere, idrettsfolk, musikere og kirurger. Han kom da frem til begrepet *flow*, som er en tilstand hvor folk er så engasjert i en aktivitet at alt annet synes uten betydning. Vivoll Straume (2004) beskriver følgende punkter for hva som er viktig for å få flyt:

- balanse mellom utfordring og ferdighet
- handlingsrettet oppmerksomhet
- klart definerte mål for aktiviteten
- uforbeholden støtte og tilbakemeldinger fra omgivelsene

Csikszentmihalyi (2005, s. 10) sier at ”lykken er en tilstand som skal forbedres, dyrkes og forsvares av hvert enkelt menneske”. Han sier videre at mennesker som lærer å styre indre opplevelser, også vil være i stand til å styre kvaliteten i sitt eget liv. Å medvirke til å bli herre over egne handlinger og egen skjebne vil skape begeistring og glede, mener han. Følelsene begeistring og glede kaller han optimalopplevelser. Optimalopplevelser forekommer vanligvis

i forbindelse med aktiviteter som er målrettede og belagt med regler, som krever investering av psykisk energi, og som ikke kan klares uten egnede ferdigheter, ifølge Csikszentmihalyi.

Innenfor positiv psykologi mener Dweck (2007) at måten du betrakter deg selv på, har dyptgripende innflytelse på hvordan du lever. Personer som er mentalt innstilt på å ta en risiko og prøve noe nytt, møte utfordringene og arbeide videre med dem, har større sjanse for å oppleve vekst og suksess, mener hun. Hun skriver også at hvis du ser på evner og intelligens som noe du kan utvikle, så er dette nøkkelen til vekst og suksess.

Positiv psykologi og film: Niemiec og Wedding (2008) beskriver fire kriterier for at en film skal være en positiv psykologi-film. Disse er:

- 1) et balansert portrett av en karakter som viser minst én av de 24 signaturstyrkene Peterson og Seligman har kategorisert (2004) (vedlegg 2)
- 2) fremstilling av en hindring, kamp eller konflikt som karakteren møter mens han/hun når signaturstyrken(e)
- 3) et karakterportrett som illustrerer hvordan man kan overvinne hindringer og/eller bygge og opprettholde signaturstyrken(e)
- 4) en tone eller stemning i filmen som er inspirerende og oppløftende

Eksempler på filmer innenfor retning positiv psykologi, er *Gjøkeredet* (Forman, 1975), *Forrest Gump* (Zemeckis, 1994) og *Nuevo cinema Paradiso* (Tornatore, 1988). Hovedpersonen i *Gjøkeredet*, Randle Patrick McMurphy (Jack Nicholson), har signaturstyrken *livsglede*, mens *Forrest Gump* (Tom Hanks) har signaturstyrken *nysgjerrighet*, slik det blant annet fremkommer av følgende replikk:

Forrest Gump:

Mama always said “life is like a box of chocolates. You never know what you’re gonna get”.

Nuevo cinema Paradiso viser *livsglede* til sitt publikum ved å beskrive vennskapet mellom den unge gutten Toto og den eldre kinomaskinisten Alfredo, som begge elsker filmer. Filmen viser også *kjærlighet* i form av vennskap og lojalitet mellom de to (Niemiec & Wedding, 2008).

2.3 Empowerment

Humerfelt (2005, s. 19) mener at brukermedvirkning handler om at brukere av offentlige tjenester får *virke med* i forhold til *noen*; være en aktiv part i en relasjon. Humerfelt skriver videre at brukermedvirkning ikke kan påberope seg det samme ideologiske og politiske fundament som empowerment, men at brukermedvirkning er nødvendig i empowerment-prosessen for å nå målene på individ, gruppe- og samfunnsnivå. Empowerment-begrepet er et mangfoldig begrep med mange ulike definisjoner som blir brukt av mange ulike aktører på ulike nivå. Humerfelt mener at medvirkning også handler om selvbestemmelse og kontroll over både beslutninger og prosess.

Empowerment forutsetter et positivt syn på mennesket som et aktivt og handlende individ. Empowerment handler om å motarbeide krefter som holder folk nede, og å gi dem mer makt, kontroll og styring over eget liv. Tenker man på empowerment som terapeutisk posisjon, er målet å styrke enkeltindividets personlige ressurser og sette personen i stand til å fjerne blokkeringer (Askheim & Starrin, 2007). I sin bok *De undertryktes pedagogikk*, skriver den brasilianske pedagogen Paulo Freire at undertrykte mennesker kan frigjøre seg og bli subjekter i eget liv gjennom bevisstgjøring og aktiv handling. I Freires pedagogikk er målet verdighet, slik at en kan bli et fullverdig menneske. For å nå dette målet kreves det selvstendighet, ansvar, dialog, refleksjon og kommunikasjon (Freire, 1999).

Empowerment blir i Verdens helseorganisasjons *Ottawa Charteret om helsefremmende arbeid* (1986) beskrevet som kjernen i prosessen for å oppnå bedre helse. Optimal helse nås gjennom å være i stand til å identifisere og virkeliggjøre sine forhåpninger, tilfredsstille sine behov, og endre eller mestre sitt miljø.

Fagpersonene må også være etisk bevisste for å unngå unødvendig paternalisme. I artikkelen *Når omsorg bliver til omklamring* spør Brian Kjærulff (2007) hva som får velmenende, velutdannede og vitende mennesker til å frata andre mennesker autonomien og retten til å leve livet på egne premisser. Svaret på det mener han er at fagpersonene har angst for å gi fra seg makt, for å miste status, faglighet eller eksistensberettigelse, og ikke minst for å bli beskyldt for omsorgssvikt.

Rappaport (1985) bruker uttrykket sosial og kulturell *iatrogenesis* for å beskrive fagpersoners

tilnærminger som gjør at brukeren kan bli enda dårligere psykisk enn han var i utgangspunktet, før behandlingen eller terapien startet, på grunn av økt stress og avhengighet. Dette vil kunne skje fordi brukeren ikke har kontroll over seg selv. Hovedgrunnen til dette mener Rappaport er at fagpersoner i vår kultur innehar en funksjon som eksperter på helbredelse av sykdom, mens brukerne anses for å være fullt og helt avhengige av denne eksperthjelpen for å bli friske. For å unngå dette må det skapes et nytt språk med symboler som kommuniserer den mektige endringskraften som vi finner inne i oss selv, hos signifikante andre og i samfunnet vårt. Dette mektige språket er empowerment, ifølge Rappaport.

2.3.1 Helsepolitiske føringer knyttet til empowerment

Innen fagfeltet psykisk helse er brukermedvirkning satt på dagsorden med St.meld. nr. 25 (1996–1997) *Åpenhet og helhet, om psykiske lidelser og tjenestetilbudet* og St.prp. nr. 63 (1997–1998) *Om opptrappingsplanen for psykisk helse*. St.meld. nr. 25 (1996–1997) peker på at brukermedvirkning er et overordnet mål for helse- og sosialtjenestene, og at dette også gjelder tjenestene innen psykisk helse.

I St.prp. nr. 63 (1997–1998), 4.1.1 Medvirkning fra brukere og pårørende, står det at:

Planen prioriterer brukerrettede tiltak med utgangspunkt i respekt for den enkelte og et mål om at brukermedvirkning skal bidra til tjenestenes kvalitet. Brukermedvirkning skjer på ulike nivå. Brukerne skal ha mulighet til å utøve innflytelse over sin egen behandlingssituasjon og delta på et mer overordnet nivå ved utformingen av tjenestetilbudene.

I *FNs konvensjon om rettighetene til mennesker med nedsatt funksjonsevne* (2006) står det i artikkel 1 at hensikten med konvensjonen er å fremme, beskytte og sikre fullverdige menneskerettigheter for mennesker med nedsatt funksjonsevne. Med mennesker med nedsatt funksjonsevne menes blant annet mennesker med psykiske lidelser som på grunn av ulike barrierer blir hindret fullverdig og effektiv deltakelse i samfunnet på lik linje med andre. I artikkel 3 står det blant annet at konvensjonen skal sikre respekt for den enkeltes iboende verdighet, autonomi inkludert frihet til å ta egne valg og uavhengighet, ikke-diskriminering og like muligheter. I *diskriminerings- og tilgjengelighetsloven* står det at:

Lovens formål er å fremme likestilling og likeverd, sikre like muligheter og rettigheter til samfunnsdeltakelse for alle, uavhengig av funksjonsevne, og hindre diskriminering på grunn av nedsatt funksjonsevne. Loven skal bidra til nedbygging av samfunnsskapt funksjonshemmende barrierer og hindre at nye skapes.

2.3.2 Empowerment og film

Det har lenge eksistert såkalte *independent films*, eller *lavbudsjettfilmer*, som på tross av svært begrensede midler til både produksjon og distribusjon likevel har mulighet til å nå ut til publikum. Dette takket være visninger på filmklubber og forskjellige filmfestivaler, for eksempel Sundance-festivalen i USA, eller at større produksjonsselskaper markedsfører og utgir filmene fordi de holder høy kvalitet. Mange legger også ut egenproduserte videoer på nettstedet www.youtube.com, som er verdens fremste nettsted når det gjelder online-video. På nettstedet *YouTube – Broadcast Yourself* (2009) kan man både se videoer og dele videoer med andre brukere av nettstedet.

2.4 Relasjoner og teamarbeid

De erfaringene vi har fra tidligere relasjoner, helt fra vi ble født, utgjør vår relasjonelle kompetanse. Denne kompetansen er lagret i hukommelsen, og den utøves automatisk og ubevisst når vi relaterer oss til andre. Personer med psykiske lidelser har ofte med seg negative, problematiske relasjoner som kompetanse (Opjordsmoen & Vaglum, 2008).

Den amerikanske humanistiske psykologen Carl Rogers utarbeidet på 1950-tallet en teknikk han kalte *client centered approach*. I en slik *brukerfokuset tilnærming* (egen oversettelse) er relasjonen mellom fagperson og bruker mye viktigere enn metoden eller teknikken som blir benyttet (Rogers, 1957). Senere forskning understøtter dette, og en undersøkelse av Lambert (2003) viser at den terapeutiske relasjonen mellom fagperson og bruker (for eksempel empati, varme, aksept og oppmuntring til å ta sjanser) står for 30 prosent av brukerens bedring, mens forhold utenom terapien (for eksempel egostyrke og sosial støtte) står for 40 prosent, placebo 15 prosent og den terapeutiske teknikken bare 15 prosent.

Topor (2006) skriver at noen kjennetegn ved virksomme relasjoner er at fagpersonen gjør noe utover det brukeren forventer, at han gjør noe for brukeren som han ikke gjør for alle de andre brukerne. Fagpersonen tar seg tid og bruker av sine krefter og ressurser til å hjelpe brukeren uten at han hadde trengt å gjøre det. Fagpersonen ser noe hos brukeren som tiltaler ham, og som brukeren ikke trodde han var i besittelse av. Brukeren blir sett, hørt, respektert og akseptert som individ. Og fagpersonens rolle kommer først og fremst til syne gjennom hans handlinger, mens ordene har en mer underordnet funksjon og støtter opp om handlingene.

Hensikten med å organisere Dynamitt Filmteam som en gruppeaktivitet med en gruppeleder er at gruppedeltakerne da vil kunne fungere som en ressurs for hverandre. Konopka (1972) mener at formålet med gruppearbeid er å forbedre individets sosiale fungeringsevne gjennom meningsfylte gruppeopplevelser. Man betrakter det enkelte gruppemedlem ikke bare som en unik person, men også som en del av en mer kompleks sosial organisme som heter ”gruppen” (Heap, 2005).

2.5 Kulturaktiviteter og psykisk helse

I *Kulturloftet* (St.prp. nr. 1 (2008–2009)) står det at et av de overordnede målene for kulturpolitikken i Norge er:

Å legge til rette for at alle kan få tilgang til et bredt spekter av ulike kunst- og kulturtilbud av kunstnerisk og faglig kvalitet.

Det offentliges ansvar for kulturaktiviteter for personer med psykiske lidelser er hjemlet i *Kulturloven*. Formålet med denne loven er:

Å fastleggja offentlege styresmakters ansvar for å fremja og leggja til rette for eit breitt spekter av kulturverksemd, slik at alle kan få høve til å delta i kulturaktivitetar og oppleve eit mangfald av kulturuttrykk.

Med kulturverksemd i kulturlova menes blant annet å skape, produsere, utøve, formidle og distribuere kunst- og andre kulturuttrykk samt å delta i kulturaktivitet.

Festervoll (2001, s. 29) mener at det er blitt gjort mye i senere år for å fjerne de fysiske

hindrene for at folk skal kunne delta i kulturtilbud og aktiviteter, men at de psykiske hindrene er vanskeligere å komme til livs, for de handler om holdninger og handlinger. Derfor mener hun at det må legges mer til rette for at de mange tusen nordmenn som trenger hjelp på grunn av psykiske lidelser, også får ta del i kulturaktiviteter og -tiltak. Dette fordi kultur er et virkemiddel i helsesatsingen som skaper utvikling hos den enkelte og samfunnet gjennom egenaktivitet, opplevelser og sosialt samvær, mener hun.

I NOU 2001:22 *Fra bruker til borger* står det at personer med ulike funksjonshemninger deltar betydelig mindre i kulturaktiviteter enn personer som ikke har funksjonshemninger. Det vises her til en undersøkelse av SINTEF som viste at henholdsvis 71 prosent, 77 prosent og 73 prosent av funksjonshemmede aldri gikk på kino, kunstutstillinger eller museum i 1995, mot 39 prosent, 61 prosent og 55 prosent av de uten funksjonshemninger (Hem, Natvig Aas & Piene, 1997). Dette har sammenheng med manglende tilgjengelighet og tilrettelegging, økonomi og transport, står det i NOU 2001:22. På bakgrunn av både nordiske og internasjonale studier hevder Topor (2008, s. 69) at dårlig økonomi fører til alvorlige psykiske problemer ved at fattigdom skaper stress og hindrer individet i å ta del i samfunnets tilbud, deriblant fritids- og kulturaktiviteter.

Ifølge veilederen *Psykisk helsearbeid for voksne i kommunene* (Sosial- og helsedepartementet, 2006) skal sosiale møteplasser gi deltakerne en følelse av trygghet, fellesskap, støtte og tilhørighet og gi muligheter for vekst og utvikling. Samhandlingen mellom brukere og fagpersoner bør være basert på gjensidighet og likeverd. Aktivitetstilbudene som blir etablert på de kommunale aktivitetssentrene, bør romme ulike ønsker og interesser og samtidig ta høyde for ulikhet i kjønn, alder og funksjonsevne. Aktivitetssentre har ofte flest kvinnelige brukere, og det er derfor viktig å utvikle tilbudene slik at de oppleves meningsfulle også for ungdom og menn. Kommunene bør tilstrebe mest mulig fleksible åpningstider.

Lemvik (2006, s. 88) mener at aktivitetssentre for personer med psykiske lidelser både må være et sted å være og et sted å lære. Aktivitetssentrene må være en arena som styrker ferdigheter både på praktiske og mellommenneskelige områder, slik at brukerne kan delta i samfunnet i verdsatte roller.

2.6 Filmproduksjon

I *Kulturpolitikk frem mot 2014* (St.meld. nr. 48 (2002–2003)) står det at vurdert etter publikumstall for kino, video og fjernsyn kan filmen hevdes å være det viktigste kulturuttrykket i vår tid. I Stavanger har det blitt produsert flere spillefilmer i tillegg til en rekke kort- og dokumentarfilmer det siste tiåret. Stavangerbølgen er blitt et begrep i film-Norge som assosieres med å tørre å rendyrke det lokale særpreget. I Stavanger kommunes handlingsplan for film 2006–2009 står det at kommunen ønsker å bidra til en lokal og bærekraftig filmproduksjon hvor et mål er at lokale filmskapere skal ha mulighet for å livnære seg i regionen. Visjonen i handlingsplanen er at:

Stavangerregionen skal bli en attraktiv og nyskapende region innen produksjon og formidling av film, både nasjonalt og internasjonalt. (Stavanger kommune, 2005)

2.6.1 Historikk

Film har en forholdsvis kort historie sammenlignet med andre kunstformer som billedkunst, teater, skjønnlitteratur og musikk. Det begynte med at de franske brødrene Auguste og Louis Lumière ved hjelp av sin *kinematograf* hadde den første offentlige filmfremvisning i 1895, i Paris. Fra å være fotografisk, i svart/hvitt og stum i starten, har film i dag utviklet seg til en digital, global milliardindustri. Utviklingen går altså fra ren, uklippet dokumentarfilm til amerikansk western og stumfilmepoken med Charlie Chaplin i spissen, via animasjonsfilmer fra Walt Disney, til filmer med lyd, farger, effekter og ikke minst filmstjerner (Bergan, 2007; Cousins, 2005).

2.6.2 Film som kunst

Film er en av de mest tilgjengelige kunstformer som finnes. I film som medium er det nærmest bare fantasien som setter grenser for hva som er mulig. Den anerkjente filmskaperen David Lynch (2007, s. 25) uttrykker det på følgende måte:

[...] noen er poeter og kan uttrykke seg så vakkert med ord. Men film er et eget språk.

Og man kan få sagt så mye med dette fordi man har rytme og rekkefølge. Man har dialog. Man har musikk. Man har lydeffekter. Man har så mange verktøy. Og man kan uttrykke følelser og tanker som ikke kan fremstilles på noen annen måte.

Filmer har sammenlignbare, gjenkjennelige mønster når det gjelder tema, periode, miljø, handling, symbolbruk og hvilken type rollefigurer som skildres. Med utgangspunkt i disse mønstrene deles filmer inn i ulike sjangre som action, eventyr, animasjonsfilm, komedie, drama, dokumentar, gangster, skrekk, musikal, thriller, krig og science fiction (Bergan, 2007). Film befinner seg i spenningsfeltet mellom liv og fiksjon og kan forføre, forvandle og forlede oss. Filmen skaper gjenkjennelse og erkjennelse og fungerer som et kart i jakten på identitet, retning og sammenheng i tilværelsen. Film gir også innsikt i samfunnets ønsker, ideer og idealer. Filmfortellingen har på mange måter overtatt funksjonene til den klassiske myten, som var å gi en felles grunn for å forstå og tolke tilværelsen. Filmen er vår tids viktigste myteformidler og viderefører og nytolker grunnleggende temaer, symboler og forestillinger om den menneskelige eksistens som har preget vår kultur i årtusener (Hoff, 2002, s. 9–10).

2.6.3 Kortfilm

Kortfilm er film som er kortere enn den vanlige spillefilmen, ofte med spilletid kortere enn 30 minutter. Dette mediet er ofte brukt av nye filmskapere som vil utvikle kunnskapene sine. Kortfilmer viser i liten målestokk hele omfanget av produksjon, manusarbeid og stilistiske ferdigheter. Kortfilmen er nærmest poetisk i stilen fordi den krever netthendt karakteroppbygging, en komprimert fortellende stil, og noe friskt og fokusert å si. Kortfilmer som er velspilt, interessant filmet og stramt redigert, kan være en god reklame for hva filmskaperen vil kunne få til med en større produksjon (Rabiger, 2008).

2.6.4 Roller foran og bak kamera

For å lage en kortfilm er det mange oppgaver og roller som må fordeles. Ofte blir det mye fokus på skuespillerne og deres prestasjoner, men det er mye tid- og ressurskrevende arbeid både før og etter selve filmingen. Første fase er idéutvikling og manusarbeid. Når man har funnet en idé for hva filmen skal handle om, starter prosessen med å utarbeide et manus. Filmmanuset inneholder detaljerte sceneanvisninger og en forberedt dialog (Jacobsen, 2007).

I neste fase, førproduksjon, starter alt forarbeidet til selve filminnspillingen: location scouting, casting og økonomisk planlegging. Location scouting vil si å finne alle steder hvor de ulike scenene i filmen skal spilles inn. Casting handler om audition for skuespillere til de ulike rollene og om å få tak i de statistene som trengs. Når det gjelder økonomisk planlegging, må det lages et budsjett for hele filmen og eventuelt søkes om økonomisk støtte fra ulike filmfond, legater og så videre. Under førproduksjonen blir også sentrale roller bak kamera fordelt:

- **Regissør:** Har ansvar for utformingen av skuespill, sett og arrangementer og samarbeider med fotograf om bildevalg og lydsetting.
- **Innspillingsleder:** Utfører regissørens ønsker om arrangementer på settet. Har ansvar for skuespillere og statister.
- **Produksjonsassistent/script:** Er regissørens sekretær og holder oversikt over opptakene.
- **Rekvisitør:** Skaffer alt fra knappenåler til ville bjørner.
- **Sminkør:** Tar seg av hår og sminke
- **Fotograf:** Har ansvar for bildedekningen av fortellingen og for lyssetting.
- **Lysmester:** Samarbeider med fotografen om lyssettingen og kontrollerer effekter og praktisk gjennomføring.
- **Lydmaster:** Sørger for nødvendig lyddekning av fortellingen.
- **Klipper/redigerer:** Skaper fortellingen ut fra hva som er tatt av bilder og lyd, i samarbeid med regissør.

(Jacobsen, 2007, s. 198)

Weston (1996) mener det er viktig at skuespilleren bruker sitt eget liv og sine egne erfaringer for å få til en original, spesifikk og følelsesmessig troverdig rolletolkning. Et godt samarbeid preget av gjensidig trygghet og tillit mellom regissør og skuespillere er også en forutsetning for å kunne lage en kvalitetsmessig bra film, skriver hun. Weston peker på noen forutsetninger som bør være til stede for å få til god kommunikasjon mellom regissøren og skuespillerne. Regissøren bør blant annet si noe til hver skuespiller både før og etter opptak. Tilbakemeldingene fra regissøren til skuespillerne bør være ærlige og ha et positivt innhold, samtidig som holdningen er at det er lov å feile. Det bør også gis rom for skuespillernes spontanitet og kreativitet.

2.6.5 Dynamitt Filmteam

I august 2007 ble det etablert en filmgruppe kalt Dynamitt Filmteam som en del av Dynamittprosjektet i Stavanger. Dynamitt var et samarbeidsprosjekt mellom Stavanger kommune, Fontenehuset, Mental Helse, Røde Kors, psykiatrisk klinikk ved Stavanger Universitetssjukehus og Stavanger 2008 og hadde som hensikt å gi personer med psykiske lidelser en mulighet til å delta og arbeide kulturelt sammen med profesjonelle veiledere og slippe fokus på sykdom (Stavanger kommune, 2008). Selv om Dynamittprosjektet er avsluttet, er Dynamitt Filmteam videreført av Stavanger kommune ved aktivitetssenteret Kulturaktiviteten som en del av kulturettnettverket for personer med psykiske lidelser. Filmgruppen består av personer med psykiske lidelser, en gruppeleder med erfaring fra filmproduksjon og fagpersoner fra avdeling psykisk helse Hinna med helse- eller sosialfaglig bakgrunn som har truffes en gang i uken, fredager fra kl 12.00–15.00. Ifølge kommunedelplan for kunst og kultur, *Kulturbyen Stavanger 2010–2017*, er hensikten med kulturettnettverkene for grupper med spesielle tilretteleggingsbehov blant annet å stimulere virksomhetene til å arbeide systematisk med kulturaktiviteter hvor informasjon, økonomi, kompetansebygging og utvikling av nettverk er de virkemidlene som blir tatt i bruk (Stavanger kommune, 2009).

Dynamitt Filmteam produserte sin første kortfilm *Rust* (Dynamitt Filmteam, 2008), som hadde premiere på Kino1 i Stavanger i anledning Dynamittfestivalen i mai 2008. Kortfilmen, som har fått betegnelsen sjarmerende grøsser, ble også tatt ut til programmet for visning på Stavanger Kortfilmfestival i september samme år. Da Dynamitt Filmteam laget sin første kortfilm, ble det lånt kamera-, lyd- og lysutstyr, og det ble derfor en hektisk innspillingsperiode på 14 dager. Selve filmteamet bestod av cirka 15 personer, og omtrent halvparten av disse var brukere og den andre halvparten fagpersoner.

I forkant av produksjonen av den andre kortfilmen til Dynamitt Filmteam, mockumentaren *Når musene danser...* (Dynamitt Filmteam, 2009), ble det kjøpt inn profesjonelt kamera-, lyd- og lysutstyr, samtidig som flere av fagpersonene gikk ut av filmteamet. Også denne kortfilmen ble tatt ut til programmet i Stavanger Kortfilmfestival og vist under festivalen i oktober 2009. Deltakere i Dynamitt Filmteam har også vært delaktige som frivillige under Stavanger Kortfilmfestival, som blir arrangert av gruppeleder for Dynamitt Filmteam.

3 METODE

Metode er verktøy til å samle inn informasjon hvor man på en systematisk måte undersøker virkeligheten. I denne studien var bakgrunnen for bruk av metode et ønske om å gjøre oppdagelser i den menneskeskapte verden. Metoder forbedrer og skjerper vår oppdagelsesevne slik at vi kan se årsaker bak hendelser og meninger bak handlinger (Halvorsen, 2007). Ifølge Szent-Györgyi (1980) vil naturvitenskapelig forskning kunne jevne ut motsigelser og gjøre ting enkle, logiske og sammenhengende. Med en slik forståelse av forskning vil kvalitativ forskning kunne hevdes å være usammenhengende, ulogisk og usammenhengende. Den kvalitative forskeren vil da stå overfor en utfordring som krever besluttsomhet, innsikt, logikk, hell, kreativitet og hardt arbeid for å finne frem til et resultat som fremstår som en sammenhengende helhet (Morse, 1994, s. 1).

Hvilken vitenskapelige tilnærming var så best egnet til å gi svar på problemstillingen i denne studien? Kvale (1997, s. 21) skriver at ”gjennom konversasjon lærer vi andre og kjenne – vi lærer om deres erfaringer, følelser og håp, og om den verden de lever i”. Ettersom denne studien har fokus på deltakernes opplevelser med kortfilmproduksjon i en filmgruppe, ble en kvalitativ vitenskapelig tilnærming valgt. Innenfor kvalitativ vitenskapelig tilnærming var individuelle intervjuer, fokusgruppeintervjuer og deltakende observasjon aktuelle metoder. Kvale og Brinkmann (2009) deler det kvalitative forskningsintervju inn i de syv stadiene tematisering, planlegging, intervjuing, transkribering, analysering, verifisering og rapportering. Denne studien følger samme inndeling.

3.1 Begrunnelse for valg av metode

Deltakende observasjon kan blant annet brukes i undersøkelser hvor forskningslederen er fullstendig deltaker. Observasjonsbegrepet omfatter alle våre sanser, det vil si det man ser, hører, lukter, smaker, osv. (Kruuse, 2007). Denne metoden er hensiktsmessig å bruke dersom man har en hypotese, dersom man ved hjelp av observasjoner kan få et realistisk bilde av en atferd eller et handlingsforløp, eller at man vil besvare spesifikke spørsmål (Irwin & Bushnell, 1980). I denne studien er det ingen hypotese, og det er vanskelig å observere bestemt atferd eller handlingsforløp, ettersom filmgruppen er samlet i kort tid om gangen og ofte inndelt i

mindre grupper etter ulike funksjoner. Problemstillingen er også åpen når det gjelder deltakernes opplevelser knyttet til filmproduksjon. Deltakende observasjon ble derfor vurdert som lite hensiktsmessig av de aktuelle metodene i denne studien og ble ikke valgt, mens fokusgruppeintervju og individuelle intervju ble valgt etter begrunnelsen som følger nedenfor.

Fokusgruppeintervju og individuelle intervjuer ble valgt som metoder i denne studien. Opprinnelig var tanken å ha et fokusgruppeintervju med alle intervjupersonene, men fordi to av intervjupersonene ikke hadde anledning til å delta i fokusgruppeintervjuet ble også individuelle intervjuer valgt som metode. Fordeler med bruk av fokusgruppeintervju fremfor individuelle intervjuer er blant annet at fokusgruppeintervjuet gir tilgang til gruppebetydninger, -prosesser og -normer. Fokusgruppeintervju gir tilgang til bredere informasjon fordi intervjuformen er preget av at deltakerne stimulerer hverandre, og at det er rom for mer spontanitet. Fokusgruppeintervjuer er også tidsbesparende sammenliknet med individuelle intervjuer med samme antall intervjupersoner. Bakgrunnen for å bruke ordet fokus er at intervjuet begrenser seg til et begrenset antall tema, og at det er hensiktsmessig å bruke fokusgruppeintervju som metode når man vet forholdsvis lite om det fenomenet som skal undersøkes på forhånd (Stewart, Shamdasani & Rook, 2007). Det er den sosiale interaksjonen mellom deltakerne i fokusgruppeintervjuet som er kilden til data, ved at en sammenligner hverandres erfaringer og forståelse i gruppeprosessene og kan komme med spørsmål og kommentarer til hverandres uttalelser og kommentere underveis (Morgan, 1997, s. 15). Ulemper med bruk av fokusgruppeintervjuer er at det er mindre egnet til å produsere data om individers livsverden. På grunn av sosial kontroll kan man i et fokusgruppeintervju også få mange beretninger om sosialt ”korrekte” forståelser og handlinger og sosialt ”ukorrekte” forståelser og handlinger. Konformitet og polarisering kan legge en demper på variasjoner i deltakernes uttrykk for forståelse og erfaringer (Halkier, 2002).

Det å lage kortfilm er teamarbeid, og det å få et innblikk i gruppeprosessene i Dynamitt Filmteam var av vesentlig betydning for valg av metode. Som nevnt tidligere i oppgaven, finnes det få sammenlignbare studier av kulturaktiviteter som kortfilmproduksjon og psykisk helse. Det er få andre steder i Norge hvor man har et organisert aktivitetstilbud som kortfilmproduksjon for personer med psykiske lidelser. På samme måte som fokusgruppeintervjuer blir brukt i markedsundersøkelser for å få en pekepinn på om et nytt produkt har livets rett eller ei, kan fokusgruppeintervjuer brukes for å gi en pekepinn på hvilken betydning kortfilmproduksjon har for personer med psykiske lidelser. Datamaterialet

fra fokusgruppeintervjuene vil dermed kunne gi en pekepinn på om kortfilmproduksjon er en kulturaktivitet som skaper opplevelser av økt mestring og bedret livskvalitet hos de involverte eller ikke. Etter en samlet vurdering ble bruk av fokusgruppeintervju vurdert som den metoden som er best egnet til å gi svar på problemstillingen i denne studien.

Fordeler med individuelle intervjuer er at de er godt egnet til å produsere data om individers livsverden. Det foreligger heller ikke noen form for konformitetspress under gjennomføring av individuelle intervjuer, slik som ved fokusgruppeintervjuer. Svarene fra intervjupersonene i de individuelle intervjuene vil da gjerne være mer åpne og personlige enn det som er tilfellet ved fokusgruppeintervjuer. Ulempene ved individuelle intervjuer er at de ikke gir tilgang til gruppe- betydninger, prosesser og normer, og at de ikke inneholder like mye spontanitet og stimulering av hverandre blant deltakerne som det fokusgruppeintervjuene gjør. En interessant problemstilling i studien var om svarene fra intervjupersonene i fokusgruppeintervjuet og fra intervjupersonene i de individuelle intervjuene var ulike, og i så fall på hvilken måte.

Både fokusgruppeintervjuet og de individuelle intervjuene ble gjennomført som halvstrukturerte intervjuer. Denne formen ble valgt fordi det var flere temaer som skulle dekkes, og det var på forhånd utarbeidet forslag til spørsmål, samtidig som det var åpent for forandringer både i rekkefølge og spørsmålsform (Kvale, 1997).

3.2 Vitenskapelig forankring

Metodedelen i denne oppgaven er inspirert av de filosofiske tankeretningene *fenomenologi*, *hermeneutikk* og *sosialkonstruktivisme*. Fenomenologi fordi kvalitativ vitenskapelig tilnærming blir brukt til å forklare menneskelig erfaring, og hermeneutikk fordi studien søker å få forståelse for et meningsfullt fenomen som kortfilmproduksjon for personer med psykiske lidelser (Gilje & Grimen, 1993). Ifølge Malterud (2003) er målet med kvalitativ vitenskapelig tilnærming å utforske meningsinnholdet i sosiale fenomener, slik det oppleves for de involverte. Videre hevder Malterud at den kvalitative forskningstradisjon støtter seg til teorier fra postmodernisme og sosialkonstruktivisme, der forskeren anses som en aktiv deltaker i en kunnskapsutvikling. Denne studien støtter seg til disse synspunktene.

Sosialkonstruktivistene Berger og Luckmann (1971, s. 84) antar at kunnskap om den sosiale virkeligheten kontinuerlig produserer denne virkeligheten. Sosialkonstruktivisme antar at virkeligheten er skapt av individene i fellesskap. Poenget med å kalle det *sosial* konstruksjon er å stille den i motsetning til en individualistisk konstruksjon, mener Hacking (2004). Virkeligheten er en sosial konstruksjon fordi språkets definisjoner av fenomener skjer i språkets praktiske anvendelse (Guba & Lincoln, 1994, s. 109–110). Dette betyr at den kunnskap og forståelse som produseres om hvordan personer med psykiske lidelser opplever det å være med på kortfilmproduksjon i gruppe, blant annet vil være avhengig av tid, sted og situasjon og den kulturen som er gjeldende innenfor den aktuelle tid, sted eller situasjon (Madsbu, 2004).

Induktiv tilnærming brukes i tilfeller hvor problemstillingen ikke springer ut fra presise oppfatninger om et fenomen uttrykt i form av en teori, men ut fra mer eller mindre tilfeldige og enkeltstående iakttagelser. Induktiv tilnærming kan benyttes som utgangspunkt når man arbeider innenfor et nytt og lite utforsket felt, slik som kortfilmproduksjon for personer med psykiske lidelser (Halvorsen, 2007, s. 73). Halvorsen mener dette står i motsetning den *deduktive, logiske tenkemåten* som Carl Popper representerer, hvor teorier er utgangspunkt for empiriske observasjoner. Popper mente at menneskelig erkjennelse aldri er endelig og absolutt sikker, og for å nærme oss sannheten må vi eliminere feilaktige teorier ved hjelp av *falsifiseringsprinsippet* (Gilje & Grimen, 1993). Denne studien har ikke til hensikt å teste ut om det er en sikker sammenheng mellom deltakelse i kortfilmproduksjon og ulike teorier om mestring, empowerment og relasjoner, men heller se fenomenet kortfilmproduksjon for personer med psykiske lidelser innenfor en sosialkonstruktivistisk ramme. Denne studien har derfor ikke en deduktiv, men en induktiv tilnærming.

3.3 Forforståelse

Den bagasjen vi bringer med oss inn i forskningsprosjektet før prosjektet starter, i form av erfaringer, hypoteser, faglig perspektiv og den teoretiske referanserammen, er vår forforståelse (Malterud, 2003).

Jeg er utdannet sykepleier med videreutdanning i tverrfaglig psykososialt arbeid og har arbeidserfaring fra akuttpsykiatri, kunnskapsbasert familiearbeid og kommunalt psykisk helsearbeid. Som nåværende masterstudent i helse- og sosialfag med fokus på brukerperspektivet har jeg fått mer kunnskap om og inspirasjon til å jobbe med fagområder som empowerment, menneskerettigheter, helsefremmende arbeid og mestring.

Da jeg jobbet i Helse Stavanger, opplevde jeg etter hvert et nokså ensidig fokus på medisinsk psykiatrisk behandling. I Stavanger kommune var det større rom for å tenke nytt og annerledes og å jobbe mer tverrfaglig. Det at Stavanger kommune ga mer rom for å tenke nytt og annerledes, gjorde at det kunne startes opp nye tiltak og prosjekter blant annet innenfor empowerment, kulturaktiviteter og trening. Derfor er denne studien inspirert av eksistensialisme innenfor humanistisk psykologi. I eksistensialismen er frihet, ansvar og valgets betydning for den enkeltes liv sentrale tema. Disse ideene var helt sentrale i kritikken av psykiatrien i begynnelsen av 1970-årene og fikk stor innflytelse på omstruktureringen av psykisk helsevern. Menneskesynet i eksistensialismen går ut på at alle mennesker til syvende og sist står på samme linje og deler de samme vilkår, uavhengig av om man er medarbeider eller bruker (Haugsgjerd et al., 2009).

Stavanger kommune har etablert samarbeid med fagpersoner og brukere i andre kommuner, med brukerorganisasjoner og med aktivitetssentre og botilbud i Århus og København i Danmark. Samarbeid med disse aktørene har vært en stor inspirasjonskilde for meg og har bidratt til å endre mine verdier og holdninger til ivaretagelse av brukerperspektivet i den faglige tilnærmingen til personer med psykiske lidelser.

Ved at jeg har fått anledning til å bruke mine interesser innenfor musikk, film og litteratur aktivt i jobbsammenheng, har jeg fått personlig erfaring med bruk av kulturaktiviteter for personer med psykiske lidelser.

Å forske på samfunnet innebærer at forskningen ikke er verdinøytral. Forskerens verdier virker inn på store deler av forskningsprosessen, og spesielt gjelder dette hvilke empiriske spørsmål forskeren forsøker å besvare blant alle dem som kunne vært valgt (Halvorsen, 2007). Verdier som respekt, likeverd lekenhet og humor er grunnleggende i denne studien. Respekt og likeverdighet fordi empowerment-tenkning er et grunnleggende prinsipp i teoridelen og i den faglige tilnærmingen til brukerne, mens lekenhet og humor er

grunnleggende verdier i kulturaktiviteter og mestring.

3.4 Forskningsdesign

Som tidligere nevnt i oppgaven har denne studien en eksplorerende problemstilling og dermed også et eksplorerende forskningsdesign. Eksplorerende forskningsdesign benyttes i denne studien fordi det foreligger lite forskning omkring kulturaktiviteter og psykisk helse og ingen spesifikt om kortfilmproduksjon og psykisk helse jamfør litteratursøk. Eksplorerende forskningsdesign brukes altså når vi vet lite om det som skal undersøkes på forhånd, og/eller dersom problemet er uklart.

3.4.1 Temaguide

Et fokusgruppeintervju begrenser seg til noen få tema. I denne studien ses kortfilmproduksjon i lys av disse temaene:

- helsefremmende arbeid og mestring
- empowerment
- relasjoner og teamarbeid

En semistrukturert temaguide ble benyttet under fokusgruppeintervjuet og de individuelle intervjuene (vedlegg 3). Når en gjennomfører et semistrukturert individuelt intervju eller fokusgruppeintervju, nærmer en seg hverdagssamtalen i form, men samtalen har et formål og innebærer en særlig tilgang og teknikk. Det fokuseres på bestemte emner, og temaguiden inneholder åpne spørsmål ut fra intervjupersonenes livsverden uten å bruke et lukket spørreskjema (Kvale & Brinkmann, 2009).

3.4.2 Utvalg

Utvalget i denne studien bestod av personer med psykiske lidelser som har vært med i Dynamitt Filmteam i hele kortfilmproduksjonsprosessen fra idé til manusutvikling, førproduksjon, filming og etterproduksjon. Når det gjelder psykisk lidelse, var det ingen krav

om at man måtte ha bestemte psykiatriske diagnoser for å være deltaker i Dynamitt Filmteam. Inklusjonskriteriene var da som følger:

- Intervjupersonene måtte ha vært med i hele filmproduksjonsprosessen.
- Intervjupersonene måtte ha en psykisk lidelse, men ingen bestemte psykiatriske diagnoser.

Dynamitt Filmteam er et lavterskeltilbud for personer med psykiske lidelser som er brukere av helsetjenester i kommunen eller pasienter i spesialisthelsetjenesten. Seks personer som tilfredsstilte inklusjonskriteriene, var et strategisk utvalg med potensial til å belyse problemstillingen (Malterud, 2003). Av disse seks personene deltok fire på fokusgruppeintervjuet og to personer på individuelle intervjuer.

3.4.3 Gjennomføring av intervjuer

Utvalget til fokusgruppeintervjuet og de individuelle intervjuene fikk utdelt et informasjonsskriv og samtykkeskjema i forbindelse med studien. I tillegg ble det gitt et informasjonsskriv fra Universitetet i Stavanger til prosjektleder i Dynamittprosjektet.

Av ulike årsaker lyktes det ikke å samle alle de seks intervjupersonene til fokusgruppeintervju samtidig. Derfor ble det gjennomført individuelle intervjuer ved bruk av den samme temaguiden med de to som ikke hadde anledning til å stille til fokusgruppeintervjuet. Fokusgruppeintervjuet hadde en varighet på cirka 1 time og 15 minutter, mens de individuelle intervjuene hadde en varighet på cirka 30 minutter. Det ble benyttet digital båndopptaker under gjennomføringen av intervjuene. For å sikre at kommunikasjonen under intervjuene ble best mulig, og at vesentlig informasjon ikke gikk tapt, ble intervjuene gjennomført med to intervjuere. En av intervjuerne hadde hovedansvar for å lede intervjuene, og én skrev ned notater.

De første spørsmålene i temaguiden var introduksjonsspørsmål og var enkle, grunnleggende spørsmål som alle kunne svare greit på. Hensikten med å begynne intervjuene slik var å skape trygghet og tillit mellom intervjuer og intervjupersoner. Deretter fulgte spørsmål innenfor temaene mestring, empowerment og relasjoner knyttet til kortfilmproduksjon.

3.5 Analyse av data

Analysen av dataene som ble samlet inn til studien, er inspirert av kvalitativ innholdsanalyse etter Graneheim og Lundman (2004), Giorgis fenomenologiske analysemodell (1985) og hermeneutiske prinsipper. Hermeneutikk er læren om fortolkning av tekster hvor det søkes mening og oppmerksomhet om de spørsmål som stilles. Fortolkerens forhåndsviten om tekstens emne vektlegges. Det var derfor viktig å være bevisst på egne fordommer. Ifølge Gadamer er fordommer, enten de er positive eller negative, ugrunnete slutninger som gjøres forut for den endelige prøvingen av alle relevante moment. Et vitenskapelig ideal i hermeneutikken er at en tekst skal overleveres så fordomsfritt og fornuftig som mulig (Gadamer, 2001). Dette hermeneutiske prinsippet ble vektlagt i analysen av data i denne studien.

Innenfor kvalitativ innholdsanalyse bruker Graneheim og Lundman (2004) begrepene meningsenhet, kondensert meningsenhet, kode, underkategori og kategori til å strukturere fokusgruppeintervjuet og de individuelle intervjuene. At denne studien har en induktiv tilnærming, innebærer en forutsetningsløs analyse hvor personer i målgruppen forteller om sine opplevelser. I dette tilfellet er det personer med psykiske lidelser som forteller om sine opplevelser knyttet til kortfilmproduksjon i en gruppe.

Amadeo Giorgis prinsipper for fenomenologisk analyse består av disse fire trinnene:

1. Se helheten.
2. Dele inn meningsenheter innenfor et fagperspektiv, og sette fokus på det fenomenet som skal undersøkes.
3. Omdanne intervjupersonenes dagligtale til faguttrykk med fokus på det fenomenet som blir undersøkt.
4. Syntese av meningsenheter.

(Giorgi 1985:10–19, min oversettelse)

I analysen av data hørte jeg først gjennom hele fokusgruppeintervjuet og de individuelle intervjuene og leste den transkriberte teksten i sin helhet, før jeg delte dem inn i

meningsenheter. Intervjupersonene dagligtale om deltakelse i kortfilmproduksjon ble så sett i lys av aktuell teori og faguttrykk om mestring, empowerment og relasjoner. Til slutt forsøkte jeg å se de store linjene og trakk endelige konklusjoner på grunnlag av intervjumaterialet.

3.6 Kvalitetskriterier i studien

De tradisjonelle kvalitetskriteriene validitet og reliabilitet som er utviklet innenfor kvantitativ forskning, passer ikke så godt innenfor kvalitativ forskning fordi man ofte ikke har bestemt seg på forhånd for hva man skal måle (Widerberg, 2001). I boka *Naturalistic inquiry* tok Lincoln og Guba (1985, s. 43) til orde for et vitenskapelig paradigmeskifte hvor de positivistiske kvalitetskriteriene erstattes med kvalitetskriteriene troverdighet, pålitelighet, overførbarhet og bekreftbarhet innenfor kvalitativ forskning. Innen kvalitativ metode kan begrepet gyldighet benyttes fremfor positivistisk validering siden denne inneholder en bredere tolkning. I denne studien vil gyldighet si i hvilken grad observasjonene faktisk reflekterer de fenomenene eller variablene som vi ønsker å vite noe om. Fog (2004, s. 182) bruker kvalitetskriteriene pålitelighet og gyldighet, herunder ekstern validitet i form av overførbarhet, i kvalitative studier. Denne avgrensningen er også valgt i denne studien. Et mål i kvalitative undersøkelser er å unngå feilkilder under hele prosjektets gang, og resultatene i undersøkelsen må derfor være både troverdige og bekreftbare (Thagaard, 2009).

3.6.1 Gyldighet

Valid kunnskap innbefatter det filosofiske spørsmålet "Hva er sannhet?" (Kvale, 1997). Kvale og Brinkmann (2009, s. 273) deler sannhetskriteriene innenfor filosofien inn etter *korrespondens*, *koherens* og *pragmatisk nytte*. Korrespondenskriteriet dreier seg om hvorvidt et kunnskapsutsagn stemmer overens med den objektive verden, mens koherenskriteriet henviser til kunnskapsutsagnets konsistens og indre logikk. Kriteriet pragmatisk nytte relaterer et kunnskapsutsagns sannhet til dets praktiske konsekvenser. I og med at dette er en kvalitativ studie med vitenskapelig forankring i sosialkonstruktivismen, er det ikke grunnlag for å si at kunnskapsutsagn stemmer overens med den objektive verden. Koherens vil ikke ha betydning for å kunne vurdere studiens gyldighet, ettersom bruk av induktiv metode ikke er

logisk gyldig. Den pragmatiske nytte er heller ikke gyldig, ettersom induktiv metode ikke er falsifiserbar.

Kjørup (2001) mener at innenfor *sosialkonstruksjonisme* finnes det ikke en objektiv sannhet (antirealisme), og alle subjektive sannheter er like sanne (relativisme), mens innenfor *sosialkonstruktivisme* brukes begrepet *common sense knowledge* som en fellesbetegnelse for all kunnskap som beskriver de hverdagsrealiteter som individer tar for gitt som sannheter (Berger & Luckmann, 1971). Som eksempler på *common sense knowledge* oppgir Hacking (2004) verden, atomer, lukten av kaffe og isbjørner på sydpolen. Innenfor sosialkonstruktivisme erkjenner man derfor at det finnes både objektive sannheter (realisme) uttrykt som *common sense knowledge* og sosialt konstruerte sannheter som er avhengig av tid, sted, situasjon og den aktuelle kultur innenfor disse rammene. Og selv om ulike mennesker til ulike tider og på ulike steder opplever verden som sann på sitt vis, er prosessen frem til denne forståelsen den samme (Madsbu, 2004). Dette betyr at hadde en tilsvarende undersøkelse blitt gjennomført i en annen tid, på et annet sted eller i en annen situasjon knyttet til kortfilmproduksjon for personer med psykiske lidelser, ville svarene gjerne blitt helt annerledes.

Malterud (2003) mener at studiens gyldighet også må vurderes ut fra overførbarhet, eller ekstern validitet. Med overførbarhet menes i hvilke sammenhenger funn i en studie kan gjøres gjeldende ut over den kontekst der den har blitt kartlagt. Ut fra kravet om ekstern validitet vil funnene fra denne studien om kortfilmproduksjon for personer med psykiske lidelser vurderes i lys av om de har overførbarhet til andre sammenlignbare kulturaktiviteter for personer med psykiske lidelser som for eksempel billedkunst, teater, skjønnlitteratur eller musikk.

3.6.2 Troverdighet/pålitelighet

Patton (2002) mener at en undersøkelses troverdighet er avhengig av innsamlings- og analyseteknikker, forskerens bakgrunn i form av utdanning, erfaring, status, personlige trekk og måten vedkommende presenterer seg selv og materialet på, induktiv dataanalyse og en holistisk tankegang. Når det gjelder denne forskerens bakgrunn, vises det til kapittel 3.3 Forforståelse. Ifølge Fog (2004) er pålitelighet en forutsetning for en studies gyldighet.

Påliteligheten gjelder det som skjer mellom intervjuer og intervjupersoner med henblikk på hvordan intervjueren fungerer som instrument, og hvordan undersøkelsen blir gjennomført i form av avlytting av bånd, gjenopplevelse i dagbok og selvrefleksjon. I kvalitativ metode i form av fokusgruppeintervju og individuelle intervjuer vil altså forskeren være det viktigste instrumentet i hele undersøkelsesprosessen.

3.6.3 Refleksivitet

Kvale og Brinkmann (2009, s. 88) stiller noen spørsmål om hvordan forskerens rolle kan påvirke studien. Dette går blant annet på hvordan forskeren sikrer kvalitetskrav og ivaretar studiens uavhengighet, hvordan forskeren kan unngå eller motvirke påvirkning fra sponsorer, og hvordan forskeren kan unngå eller motvirke overidentifisering med sine intervjupersoner og dermed forhindre at det kritiske perspektivet går tapt. Den norske filosofen Hans Skjervheim, som er en kjent kritiker av positivismen, mener at det vitenskapelige ideal om at forskeren skal innta en objektiv holdning, vil være umulig innenfor samfunnsvitenskap fordi en ikke kan se bort fra menneskets frie vilje og evne til selvrefleksjon (Skjervheim, 1974).

Jeg er ansatt i Stavanger kommune, som har bidratt med størstedelen av finansieringen til Dynamittprosjektet og driften av Dynamitt Filmteam. Det er derfor viktig å løfte opp at det ikke foreligger noe grunnleggende motiv fra verken min eller min arbeidsgivers side om positive forskningsfunn for å rettferdiggjøre eller sikre videre drift av filmgruppen. Samtidig er det ikke til å unngå at både jeg som forsker og Stavanger kommune har et håp om positive forskningsresultater som kan gi god omtale og markedsføring av Dynamitt Filmteam. Således vil min rolle som forsker i denne studien aldri kunne bli nøytral.

Fog (2004) mener intervjueren i det kvalitative forskningsintervju er sitt eget instrument og bruker seg selv. Intervjupersonene som var med i fokusgruppeintervjuet, kjente meg fra før, siden jeg har vært med i Dynamitt Filmteam selv, under utarbeidelse av manus, som produksjons- og lysassistent under selve filmingen og gjennom en mindre birolle i en av filmene. Dette kan ha virket inn på svarene de ga. Samtidig tror jeg at mitt kjennskap til gruppen kan ha bidratt til økt åpenhet på grunn av tilliten vi hadde til hverandre og de relasjonene som var etablert.

3.7 Forskningsetiske vurderinger

I forskning som omhandler mennesker, er det viktig å forholde seg til noen grunnleggende etiske prinsipper som *konfidensialitet*, *informert samtykke* og *ivaretagelse av forskningssubjektets integritet* (www.etikkom.no, 2009). I Helsinki-deklarasjonen, som inneholder grunnleggende etiske prinsipper for forskning på mennesker innen medisin og helse, står det i artikkel 6 at ”in medical research involving human subjects, the well-being of the individual research subject must take precedence over all other interests” (World Medical Association Declaration of Helsinki, 2008). Jeg støtter meg til disse etiske prinsippene i denne studien.

I studien ble det innhentet informert skriftlig samtykke fra alle i utvalget som var med i fokusgruppeintervjuene. Samtykket ble gjort i skriftlig form i eget samtykkeerklæringsskjema. Det ble utarbeidet et informasjonsskriv med eget samtykkeerklæringsskjema (vedlegg 4) til alle intervjupersonene hvor det stod om anonymisering og at opplysninger ikke kan spores tilbake til intervjupersonene. Det ble informert om at intervjupersonene har mulighet for å trekke seg når som helst, og at de har rett til å kreve innsyn, retting og sletting av opplysninger. Intervjumaterialet i form av lydfiler og transkribert tekst fra fokusgruppeintervjuet og de individuelle intervjuene ble oppbevart i innelåst arkiv ved Universitetet i Stavanger. Videre at fokusgruppeintervjuene ble tatt opp med lydopptaker, og at lydfilene ble slettet innen datoen for når oppgaven ble innlevert.

Dynamitt Filmteam er en forholdsvis liten gruppe med mellom 12 og 15 personer hvorav over halvparten er personer med psykiske lidelser. Det har blitt laget to kortfilmer, og flere av deltakerne i filmgruppen har hatt roller både foran og bak kamera, noe som opplyses på filmens rulletekst og omslag. De vil derfor kunne være indirekte identifiserbare. For å forsøke å skjule indirekte identifiserbarhet har intervjupersonene fått fiktive navn, slik at utsagn ikke kan spores direkte tilbake til intervjupersonene. I forskningsprosjekter hvor personer kan identifiseres direkte eller indirekte, og/eller hvor man har med brukere av offentlige tjenester, må det søkes godkjenning hos Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste AS (NSD). Denne studien er godkjent av NSD (vedlegg 5).

Regional etisk komité (REK) vurderer studier som kan ha inngripende virkning på deltakerne. Når det gjelder denne studien, valgte REK å definere kortfilmproduksjon for personer med

psykiske lidelser som et velværetilbud og som ikke-terapeutisk og konkluderte med at studien kunne gjennomføres uten godkjenning fra REK (vedlegg 6).

4 RESULTAT, TOLKNING OG DRØFTING

I dette kapittelet vil empiri fra et fokusgruppeintervju med fire intervjupersoner og individuelle intervjuer med to intervjupersoner presenteres, tolkes og drøftes ut fra aktuell teori om:

- helsefremmende arbeid og mestring
- empowerment
- relasjoner og teamarbeid

Noen ganger var det vanskelig å kategorisere funn fra intervjuer fordi mestring, empowerment og relasjoner som fenomener gjensidig påvirker hverandre i et komplekst samspill. Dette kommer blant annet til uttrykk hos Ericsson og Lindström (2005), som skriver at empowerment er mer et prinsipp enn en teori og er avhengig av en teoretisk forankring som for eksempel mestringsteorien salutogenese for å virke best mulig.

Problemstillingen i oppgaven var ”Hvordan opplever personer med psykiske lidelser det å være med på kortfilmproduksjon i en gruppe?”. Sentralt i denne problemstillingen er den subjektive opplevelsen hos den enkelte intervjuperson fra Dynamitt Filmteam av det å delta i kortfilmproduksjon. Videre skal følgende forskningsspørsmål besvares i dette kapittelet:

- Hvilke opplevelser har brukerne i Dynamitt Filmteam med hensyn til mestring under arbeidet med kortfilmproduksjon?
- Hvilke opplevelser har brukerne i Dynamitt Filmteam med hensyn til empowerment under arbeidet med kortfilmproduksjon?
- Hvilken betydning har relasjoner mellom fagpersoner og brukere under arbeidet med kortfilmproduksjon?

Intervjupersonenes svar på forskningsspørsmålene blir presentert, tolket og drøftet under 4.1 Helsefremmende arbeid og mestring, 4.2 Empowerment og 4.3 Relasjoner og teamarbeid.

4.1 Helsefremmende arbeid og mestring

"In the future, everyone will be world-famous for 15 minutes." (Andy Warhol, 1968)

4.1.1 Nysgjerrighet og spenning

Hva var utgangspunktet hos den enkelte intervjuperson for at de ble med i Dynamitt Filmteam? Hva var det som gjorde at de ble interessert? Det var trolig like mange årsaker til hvorfor intervjupersonene ble med i Dynamitt Filmteam, som det var intervjupersoner. Årsakene til og motivasjonen for at intervjupersonene ble med, kunne forhåpentligvis si noe om hvilke forutsetninger og hvilke forventninger intervjupersonene hadde før de ble med i filmgruppen.

Flere hadde hatt stor interesse for film allerede flere år før de ble med i Dynamitt Filmteam, særlig det å se filmer og tv-serier. Geir fortalte om sin interesse for film før han ble med i Dynamitt Filmteam, og sin nysgjerrighet på å lære mer om film:

Geir:

[...] så er jeg veldig interessert i film. Jeg er glad i å se film og kunne tenkt meg å prøve å få frem noen av mine egne ideer i filmen og lære om hvordan filmer blir laget.

De aller fleste har et forhold til film kan publikumstall for kino, video og fjernsyn bekrefte (Kultur- og kirke departementet, 2003). At film har blitt det viktigste kulturuttrykket i vår tid, har trolig sammenheng med at film befinner seg i spenningsfeltet mellom liv og fiksjon. Hoff (2002) mener at film skaper gjenkjennelse og erkjennelse og fungerer som et kart i jakten på identitet, retning og sammenheng i tilværelsen. Film gir også innsikt i samfunnets ønsker, ideer og idealer.

Interessen for og nysgjerrigheten på det å lage film knyttet seg også til det som skjer bak kulissene, og det å prøve seg som skuespiller:

Petter:

Jeg syntes det virket spennende på grunn av det å lage litt underholdning og litt show og få litt viten om hvordan det er inne i kulissene, alt som er rundt det, pluss det å stå foran kamera. Det var humoren og spenningen med det som gjorde at jeg ble med.

For Trond var motivasjonen for deltakelse i kortfilmproduksjon å bruke egen skuespillerprestasjon som et springbrett for en videre karriere som filmstjerne og kjendis i Hollywood:

Trond:

[...] ble med for å komme på filmlerret. Ville komme i rampelyset, komme til Hollywood

om noen år. Bli kjendis.

Filmstjerner og kjendiser i Hollywood er noe som har preget filmverdenen i mange år. Utviklingen i senere år har gått i retning av at filmer som produseres har større vekt på lyd, farger, effekter og ikke minst filmstjerner (Bergan, 2007; Cousins, 2005).

For Kari var motivasjonen for deltakelse i Dynamitt Filmteam rett og slett det å gjøre noe annerledes:

Kari:

[...] jeg ville prøve noe helt nytt!

Den nysgjerrigheten og spenningen knyttet til det å prøve noe nytt som kortfilmproduksjon som flere av intervjupersonene uttrykte, kan knyttes opp mot mestringsteorien salutogenese og positiv psykologi. Antonovsky (2000) beskriver *meningsfullhet* som utfordringer det er verdt å engasjere seg i, og utfordringer som oppleves som en sterk motivasjonsfaktor. Når intervjupersonene allerede før de har begynt med å lage kortfilm i Dynamitt Filmteam, har en positiv forventning i form av spenning og nysgjerrighet, sier det noe om at de har lyst til å engasjere seg i denne aktiviteten. Med *nysgjerrighet og interesse for omverdenen* menes innenfor positiv psykologi åpenhet for opplevelse og en fleksibel holdning til det som ikke passer inn i forutfattede holdninger. Nysgjerrige personer søker aktivt etter nye og ukjente ting med et åpent sinn (Seligman, 2007).

Hvilke opplevelser hadde intervjupersonene fra Dynamitt Filmteam med hensyn til mestring etter å ha deltatt i en eller flere kortfilmproduksjoner? Alle intervjupersonene fortalte om gode opplevelser etter å ha vært med i hele kortfilmproduksjonsprosessen med idé-/manusutvikling, førproduksjon, filming og etterproduksjon (Jacobsen, 2007). Opplevelsene av mestring blir beskrevet under kapitlene 4.1.2 Håp og drømmer, 4.1.3 Å få tilbake troen på seg selv, 4.1.4 Lykke- og flowopplevelser og 4.1.5 Håndtering av stress under kortfilmproduksjon.

4.1.2 Håp og drømmer

På folkemunne sies det at de aller fleste har eller har hatt en drøm om å bli stjerne, enten det

er som artist eller skuespiller. At personer med psykiske lidelser i Dynamitt Filmteam har de samme drømmene, kom tydelig til uttrykk gjennom ønsket om å se seg selv som skuespiller på det store filmlerretet. Ved å være skuespillere i kortfilmene *Rust* (Dynamitt Filmteam, 2008) og *Når musene danser...* (Dynamitt Filmteam, 2009) har flere av deltakerne i Dynamitt Filmteam hatt anledning til å bli vist på det store filmlerretet på kino. Når det gjelder drømmen om å bli filmskuespiller og å se seg selv på film, svarte intervjupersonene blant annet følgende:

Ole:

[...] *det var spennende å se kamerater og meg selv på lerretet på kino ...*

[...] *plutselig blir du ropt ned i Sal 5 på strak linje med rød løper nedover*

[...] *når jeg var liten, så hadde jeg en drøm om å bli filmstjerne og rockestjerne, og nå er jeg begge deler.*

Petter:

Det er spesielt å se seg selv på lerret på Stavanger kino med publikum i salen. Det er noe for seg selv. Akkurat den delen av det er show og litt humor.

Hvorfor er det så viktig for intervjupersonene som har vært skuespillere i kortfilmene, å komme på det store filmlerretet? Slik jeg tolket svarene fra intervjupersonene, handlet dette om anerkjennelse; det å bli sett opp til, bli beundret og det å føle seg vellykket på bakgrunn av egen rolleprestasjon i en film. Den danske familieterapeuten Jesper Juul mener at personer med psykiske lidelser er spesielt utsatt for lav selvfølelse fordi selvfølelsen brytes raskt ned når man blir avhengig av andres hjelp. Selvfølelse hører hjemme i den eksistensielle dimensjonen og handler om anerkjennelse, hevder han (Nilsen, 2003). Svarene fra intervjupersonene ble tolket i retning av at de opplevde en lengsel etter å få anerkjennelse for noe annet enn å være bruker eller pasient. Rüsç et al. (2005) mener at det er mye fordommer og uvitenhet i samfunnet om psykiske lidelser i form av stigma som gjør at det enda vanskeligere å mestre livet. Derfor kan rollen som bruker eller pasient oppleves som et stempel som det kan være vanskelig å bli kvitt.

Ifølge mestringsteorien salutogenesen vil *håndterbarhet* si at de ressurser som står til ens rådighet, er tilstrekkelige til å klare de krav en blir stilt overfor (Antonovsky, 2000). Innenfor positiv psykologi vil personer som er mentalt innstilt på å ta en risiko og prøve noe nytt, møte utfordringene og arbeide videre med dem, ha større sjanse for å oppleve vekst og suksess, mener Dweck (2007). Ved å være skuespiller i en kortfilm som blir vist på kino, tok brukerne

en risiko og en sjanse på å prøve noe nytt.

Weston (1996) mener det er viktig at skuespilleren bruker sitt eget liv og sine egne erfaringer for å få til en original, spesifikk og følelsesmessig troverdig rolletolkning. Skuespillere i en film som blir vist til andre, blottstiller da sin sårbarhet i form av å kunne få både positive og negative tilbakemeldinger på egen rolleprestasjon. Det kreves derfor *tapperhet og vågemot* for å tørre å være skuespiller foran kamera og å bli vist på film etterpå. Seligman (2007) mener at tapperhet og vågemot handler om å ikke vike tilbake for fare, utfordring, smerte eller vanskeligheter. Den tapre er i stand til å koble fryktens følelsesmessige komponenter fra de adferdsmessige, slik at han eller hun klarer å motstå tilbøyeligheten til å flykte. Dette illustreres godt med følgende utsagn:

Petter:

Jeg har veldig lett for å få angst og bli redd, og derfor så er det viktig for meg å trene på filmopptak, for det gir meg et push.

[...] jeg klarer å stå mer frem foran forsamlinger nå for eksempel. Tåler å bli filmet og bli tatt bilder av.

Weston (1996) mener at trygghet og tillit mellom regissøren og skuespillerne skapes ved at tilbakemeldingene fra regissøren til skuespillerne er ærlige og har et positivt innhold, samtidig som holdningen er at det er lov å feile. Også at det gis rom for skuespillernes spontanitet og kreativitet. Trygghet og støtte innad i Dynamitt Filmteam slik at en våger å stå frem, samt det å få positive tilbakemeldinger, vil da være vesentlig for om skuespilleren ønsker å fortsette og videreutvikle seg som skuespiller.

Å være skuespiller i en kortfilm kan også bidra til å mestre angst, noe Ole opplevde:

Ole:

[...] det er noe du vet selv etterpå, at hvis du konsentrerer deg 100 prosent, så takler du angst, frykt og engstelighet, og når du øver deg opp, så vet du at det finnes muligheter.

En tradisjonell måte å kategorisere mestringsstrategier på er *fight-flight-freeze*-triaden, mens Antonovsky (2000) mener at enhver mestringsstrategi må inneholde variablene fornuft, fleksibilitet og oversikt. I stedet for å slåss, flykte eller fryse kan utsagnet fra Ole tolkes i retning av han brukte en annen type mestringsstrategi hvor han fikk oversikt og så muligheter.

4.1.3 Å få tilbake troen på seg selv

Flere av intervjupersonene fortalte at det å være med å lage kortfilm har hatt betydning for livskvaliteten i form av bedre tro på seg selv, sterkere selvtillit og et mer positivt syn på tilværelsen.

Kari:

Føler jeg har utfordret meg selv, jeg har gjort noe som jeg aldri ville trodd jeg skulle gjøre. Jeg synes det har vært veldig lærerikt. Bare det å være med å lage film er mestring i seg selv.

Jeg tør å dumme meg ut. Det har jeg ikke turt på ti år, sikkert. Det er en seier bare det. [...] dette kunne ikke søsteren min gjort, og hun er helt frisk.

Ole:

Du får gode tilbakemeldinger. [...] før du vet ordet av det, så blir vi gjerne kjente og, vet du. Det blir sånn at folk ser opp til oss til slutt. Her kommer helten, han er i den filmen, liksom. Det er jo damer inni dette her. Her kommer han liksom. Du har helt roen.

Geir:

Det har gjort at jeg har fått bedre humør sånn på det generelle. Jeg har hatt noe å gå til, har følt at jeg har hatt et visst ansvar, fått gjort noe positivt ut av de dagene jeg har vært med på det. Jeg har jo depressive symptomer til tider, og de har lettet ganske kraftig i forbindelse med de fredagene vi har møtt opp og jobbet. Det er vel det at jeg har noe positivt å gjøre på, noe å henge fingrene i og ikke bare sitte og tenke på negative ting.

Mæland (2005, s. 27) beskriver livskvalitet som tilfredshet med livet og opplevd lykke eller glede over livet i sin helhet eller over gitte livsområder (opplevd lykke blir omtalt i kapittel 4.1.4 Lykke- og flowopplevelser). Ut fra svarene til intervjupersonene var det tydelig at deltakelse i kortfilmproduksjon har hatt betydning for deres livskvalitet og det å få troen tilbake på seg selv. Dynamitt Filmteam driver ikke noen form for filmterapi, og dette forskningsprosjektet blir beskrevet som et velværetilbud. Hvis vi kan snakke om recovery eller bedringsprosesser, peker svarene fra intervjupersonene i retning av at kortfilmproduksjon med Dynamitt Filmteam bidrar til å heve intervjupersonenes livskvalitet og bedringsprosess. Anthony (1993, s. 14, egen oversettelse) beskriver recovery slik:

En dypt personlig, unik prosess som innebærer endring i holdninger, verdier, følelser, mål, ferdigheter og/eller roller. Det handler om å leve et tilfredsstillende, rikt liv preget av håp, til tross for de begrensningene som lidelsen medfører.

Bedring skjer som følge av det arbeidet som individet gjør selv, oftest med hjelp fra andre. For mange personer med psykiske lidelser handler det om å finne seg selv og det å bli herre over ulike funksjoner (Topor, 2006). Seligman (2007) mener at håp, optimisme og fremtidsorientering utgjør en familie av styrker som representerer en positiv holdning til fremtiden. Når man forventer at positive begivenheter vil inntreffe, og at disse forventningene vil oppfylles om man gjør en helhjertet innsats, vil det støtte humøret her og nå og fremme en målrettet tilværelse. Denne positive holdningen til fremtiden ble godt uttrykt i følgende utsagn:

Geir:

Når jeg begynte med filmgruppen, så hadde jeg ikke så mye tanker om hvordan fremtiden skulle bli i det hele tatt, verken på filmfronten eller andre fronter, ikke noe særlig håp eller drømmer, bare ta det som det kommer. I ettertid så har jeg tenkt at det kanskje kunne vært kjekt å jobbe med film på heltid. For eksempel med redigering eller kanskje begynt å studere, gått på Noroff Instituttet (privat filmskole i Stavanger). Det har gjort at jeg er mer fremtidsrettet enn jeg har vært tidligere. At jeg tenker mer fremover, har mer planer.

Utsagnet passer godt til Stavanger kommunes handlingsplan for film 2006–2009, hvor det står at kommunen ønsker å bidra til en lokal og bærekraftig filmproduksjon hvor lokale filmskaperne skal ha mulighet for å livnære seg i regionen. Geir kan ved hjelp av sin deltakelse i kortfilmproduksjon med Dynamitt Filmteam få den erfaringen og kunnskapen som er nødvendig for å ta steget videre til å studere film på filmskole og kanskje på et senere tidspunkt livnære seg som filmskaper, slik Stavanger kommunes handlingsplan legger opp til. For å få dette til er det nødvendig med tettere samarbeidsbånd mellom Dynamitt Filmteam og det profesjonelle filmmiljøet i Stavanger.

Kortfilmproduksjon kan ha betydning for selvtilliten, noe Petter uttalte på følgende måte:

Petter:

Jeg må si at når vi begynte med dette her, så tenkte jeg at jeg må bygge opp selvtilliten min, og jeg tenkte at her må jeg bare være tøff med meg selv og prøve på en god måte og bare gå rett på og trene meg opp og bygge meg opp til de tingene jeg skulle gjøre i Dynamitt Filmteam.

Jeg synes da videre at den treningen vi har gjort, og det vi har gjort frem til filmopptak og under filmopptak med Rust og videre med Når musene danser..., den treningen jeg har fått og alt det vi har gjort, det tar jeg med meg hele veien videre. Jeg tar det med i kofferten og bygger på det jeg har lært og de tingene jeg har opplevd i bakgrunnen når jeg tar neste skritt frem.

Juul (Nilsen, 2003) mener at selvtillit hører hjemme i den pedagogiske tradisjonen og er en målestokk for hva jeg kan, hva jeg er flink til, og hva jeg kan prestere. Antonovsky beskriver selvtillit som en del av de generelle motstandsressursene (GMR). GMR er biologiske, materielle og psykososiale faktorer som for eksempel penger, kunnskap, erfaring, selvtillit, sosial støtte, kultur, intelligens, tradisjoner og ideologier. Dersom man har slike ressurser tilgjengelig, er det større sannsynlighet for at man klarer å håndtere utfordringer i livet på en slik måte at det skaper livsopplevelser preget av sammenheng.

I den norske studien *Education, sense of mastery and mental health* (Dalgard et al., 2007) står det at liten tro på egen mestringsevne ser ut til å bidra sterkt til psykiske problemer blant de med lite skolegang. Konklusjonen sier videre at skolene må fokusere på empowerment og mestring samt ha fleksible løsninger med teoretisk og praktisk læring for å kunne hjelpe disse personene. Funnene fra denne studien kan bidra til større forståelse for hvorfor praktisk læring som kortfilmproduksjon er viktig for å øke mestringstilliten hos personer med psykiske lidelser slik at de kan få bedre tro på seg selv. Ifølge Bandura (1997) handler mestringstillit om å kunne vurdere ens egen evne til å organisere og utføre gitte typer handlinger. Kan kortfilmproduksjon bidra til å øke deltakernes mestringstillit? Kari uttalte følgende om dette:

Kari:

Jeg har masse venner fra skolen som har mobbet meg, og nå når jeg er med i dette her. [...] det er så fantastisk, de skulle visst hva jeg gjør nå. Da får jeg vist at jeg har klart noe som de ikke har.

Flere personer som har opplevd mobbing og stigmatisering under skolegang, vil trolig være blant de som har lav mestringstillit og utvikler psykiske lidelser, slik undersøkelsen av Dalgard et al. (2007) viser. Uttalelsen fra Kari kan tolkes i retning av at det går an å overvinne lav tro på egen mestringsevne. I Karis uttalelse sa hun noe om at hun følte hun tok hevn over de som hadde mobbet henne på skolen, med å få til noe som de ikke har klart. Kari fikk dermed vist, gjennom sin innsats som skuespiller, at hun klarte å organisere seg selv og utføre de handlinger som kreves av en skuespiller i en kortfilm, samtidig som hun ikke lot tidligere negative opplevelser i form av mobbing få styre hennes vurdering og oppfatning av egen mestringstillit.

Karis utsagn kan også knyttes opp mot empowerment (Solomon, 1976, s. 6, egen oversettelse)

Empowerment er en prosess der personer som tilhører en stigmatisert sosial gruppe, får hjelp i tilværelsen til å utvikle og styrke evnen til å utøve mellommenneskelig innflytelse og dermed kunne innta verdsatte sosiale roller.

Betydningen av deltakelse i kortfilmproduksjon kan i Karis tilfelle tolkes i retning av at hun fikk styrket sin evne til mellommenneskelig innflytelse og dermed kunne innta en verdsatt sosial rolle som skuespiller i Dynamitt Filmteam.

4.1.4 Lykke- og flowopplevelser

Flow er en tilstand hvor folk er så engasjert i en aktivitet at alt annet synes uten betydning (Csikszentmihalyi, 2005).

Ole:

Før du vet ordet av det når vi har brukt mange dager på å lage film, så ser du filmen og blir helt opphengt liksom. I en stor sal. Mye folk som er der og du blir med og plutselig tenker du oj saligkatten jeg er på film liksom og før du vet ordet av det så er filmen ferdig.

Csikszentmihalyi (2005, s. 10) skriver at lykken er en tilstand som må forbedres, dyrkes og forsvares av hvert enkelt menneske”. Han skriver videre at mennesker som lærer å styre indre opplevelser, også vil være i stand til å styre livskvaliteten. Å medvirke til å bli herre over egne handlinger og egen skjebne vil skape begeistring og glede, mener han. Følelsene begeistring og glede kaller han optimalopplevelser. Optimalopplevelser forekommer vanligvis i forbindelse med aktiviteter som er målrettede og regelstyrte som krever investering av psykisk energi, og som ikke kan klares uten passende ferdigheter, ifølge Csikszentmihalyi. Vivoll Straume (2004) mener at for å oppnå flyt er det viktig at det er balanse mellom utfordring og ferdighet, handlingsrettet oppmerksomhet, klart definerte mål for aktiviteten og uforbeholden støtte og tilbakemeldinger fra omgivelsene.

Dynamitt Filmteam har stilt høye krav og forventninger til brukerne, særlig under filminnspilling med intensiv jobbing store deler av døgnet i en periode på 14 dager i forbindelse med *Rust* (Dynamitt Filmteam, 2008). Å ha en gruppeleder som har erfaring og nettverk i filmbransjen har nok også gjort sitt til at det har vært klart definerte mål for aktiviteten, og at gruppeleder, fagpersoner ved Hinna hjemmebaserte tjenester, men også

brukerne selv har gitt hverandre støtte og tilbakemeldinger. Kortfilmproduksjon er en målrettet aktivitet som skal resultere i å skape en kortfilm. For å få det til må alle i Dynamitt Filmteam investere psykisk energi, og opplæring og veiledning skal gi deltakerne ferdigheter som gjør at de kan mestre roller både foran og bak kamera. Kortfilmproduksjon må derfor sies å være en aktivitet som kan skape optimalopplevelser for brukerne.

Når det gjelder opplevd lykke i form av glede og begeistring, svarte intervjupersonene blant annet følgende:

Ole:

Det var kjempeartig.

Petter:

Jo altså jeg synes det har vært kjempebra. Jeg trives veldig godt med det.

Kari:

Det gikk ikke opp for meg med en gang når jeg fikk rollen. Jeg ringte hjem og var kjempeglad.

Trond:

Det har vært positivt å være med å lage film. Noe å være stolt over.

Geir:

[...] det har vært mye mer positivt enn jeg trodde det skulle bli.

Svarene fra intervjupersonene kan tolkes i retning av at flere hadde optimalopplevelser i form av glede og begeistring under kortfilmproduksjon med Dynamitt Filmteam. Dersom intervjupersonene hadde optimalopplevelser som følge av deltakelse i kortfilmproduksjon i en gruppe, har dette trolig hatt betydning for den enkeltes livskvalitet. Dette kan også forklare hvorfor deltakelsen i Dynamitt Filmteam blant intervjupersonene har vært så stabil over tid.

4.1.5 Håndtering av stress under kortfilmproduksjon

For å unngå tilbakefall eller forverring av symptomer hos personer med psykiske lidelser er det viktig med kompetanse i form av beskyttelsesfaktorer for å mestre stress på best mulig måte (Cullberg, 2005). Å kjenne delaktighet, ha mulighet til å påvirke sitt liv og ha en følelse av sammenheng er faktorer som gjør personer mindre sårbare, ifølge rapporten *Hälsa på lika villkor – nationella mål för folkhälsan (2000)*. I denne rapporten står det også at en viktig

oppgave er å fremme støttende miljøer i lokalsamfunnet som gir mulighet til å delta i kulturvirksomhet som for eksempel kortfilmproduksjon.

En av intervjupersonene som til tider var plaget med hallusinasjoner, sa at det å være med i kortfilmproduksjon også kunne fungere som en virkelighetsflukt for henne, fordi film var en annen virkelighet:

Kari:

Hvis det er noe jeg gruer meg veldig til, så selv om jeg er der og hører hva folk sier, så er jeg en helt annen plass. Jeg er liksom ikke helt til stede. Hvis noen spør meg om noe, vet jeg hva jeg skal svare. Det er jo ikke virkelighet, så derfor gjør det ikke noe hvis jeg dummer meg ut.

Det var her tydelig at Kari opplevde et trygt miljø i Dynamitt Filmteam hvor hun kunne være seg selv sammen med andre i en lignende situasjon, og at det kunne fungere som en beskyttelsesfaktor for henne. Videre fortalte hun om måten hun opplevde at fagpersonene i filmgruppen var støttende overfor henne:

Kari:

Av og til så har jeg hatt det sånn at nå må jeg bare gå hjem fordi jeg er trøtt og sliten. Alle vet hva vi klarer og ikke klarer. Vi blir møtt med forståelse. "Bare gå hjem og slapp av, så snakkes vi neste gang".

Den enkelte deltaker i Dynamitt Filmteam må ta i bruk *mestringsstrategier* som en overordnet handlingsplan for hvordan han eller hun skal overkomme stressorer. Antonovsky mener at enhver mestringsstrategi må inneholde variablene *fornuft, fleksibilitet* og *oversikt*. Jo høyere en mestringsstrategi er på disse variablene, desto mer effektive GMR (Antonovsky, 1979, s. 112–113). Viktigere enn GMR i seg selv er evnen til å bruke dem, noe som uttrykkes gjennom *opplevelse av sammenheng (OAS)* (Koelen & Lindström, 2005).

Da den første filmen *Rust* ble laget, eide ikke Dynamitt Filmteam sitt eget kamera-, lyd- og lysutstyr, og det ble leid utstyr i 14 dager i forbindelse med innspilling. Dette medførte at det ble nokså intenst med filming mange timer i døgnet og til alle døgnets tider. Det ble da stilt helt andre krav til brukerne enn det som er vanlig i forbindelse med aktivitetstilbud innen psykisk helse i Stavanger kommune. Dette kan ha gitt utslag i form av fornuftighet, fleksibilitet og oversiktighet som mestringsstrategier blant deltakerne i Dynamitt Filmteam. Det at det var en del flere fagpersoner som var med under produksjonen av *Rust*, gjorde nok

sitt til at filmingen var planlagt bedre i forkant med en klar rolle- og ansvarsfordeling. Med flere personer tilgjengelig var det også flere som kunne påta seg ulike roller, særlig bak kamera (Dynamitt Filmteam, 2008).

Ole:

Det var mer arbeid med den første filmen, egentlig. Når jeg tenker på Rust- filmen, så måtte vi ta tak i hensikten med å lage film. Det var seks timer filming, seks timer fri, filming om nettene og kvelder, reiste rundt. Det er noe som er litt krevende. Da må en klare å slappe av på dagene, ikke sant? At vi ikke blir sånn helseløse

Da produksjonen av *Når musene danser...* startet, hadde Dynamitt Filmteam gått til anskaffelse av alt nødvendig filmutstyr og slapp derfor å leie inn dette. Tilgang til profesjonell hjelp og støtte fra både personer i filmbransjen og fagpersoner i avdeling psykisk helse Hinna var dårligere under produksjonen av *Når musene danser...* enn under produksjonen av *Rust*. Et resultat av færre personer i støtteapparatet kan ha vært uklar ansvars- og rollefordeling og dermed dårlig planlegging. Intervjupersonene sa klart og tydelig at de ønsket at fagpersonene skulle ha ansvar for det som skjer bak kamera, særlig det å ordne med det praktiske som planlegging og organisering av innspilling (Dynamitt Filmteam 2008; Dynamitt Filmteam, 2009).

Petter:

Jeg synes vi må være mye mer folk bak kamera altså, "behind the scenes"-miljøet. Alle de praktiske tingene rundt som må ordnes rundt det. Vi var jo mange flere folk når vi lagde Rust. Det var jo mye mer folk bak kamera, og ting fungerte mye bedre for oss.

Arne sa noe om hva som ikke fungerte under innspillingen av *Når musene danser...*, og sammenlignet med innspillingen av *Rust*:

Arne:

På den siste filmen var alt negativt. Ingenting stemte. Alt var bare tull og tøys. For eksempel så hadde vi avtale om å komme en plass å filme, og når vi kom der, så var det ingen som visste noe som helst, og han som hadde fikset det, han var heller ikke til stede, så dermed så måtte vi bare gå igjen. Altså fantastisk planlegging. Og det skjedde mer enn en gang. Men den filmen vi lagde tidligere, Rust, der var det mye mer positivt. Da gikk alt på skinner, utrolig nok. Jeg liker når alt går på skinner og alt er tilrettelagt og du slipper å få den trøttende, negative innvirkningen så drastisk. For min del så likte jeg det mye bedre.

Arne sa at det var dårlig planlegging under produksjonen av *Når musene danser...*, og at det ved flere anledninger ikke gikk helt etter planen. Dette førte sannsynligvis til at fleksibiliteten

og oversiktligheten hos Arne ble mindre, særlig når den dårlige planleggingen ga utslag i flere uheldige episoder i forbindelse med filming. Mestringsstrategien til Arne i forbindelse med produksjonen av *Når musene danser...* fungerte derfor sannsynligvis dårlig totalt sett, noe som kan ha hatt virket negativt inn på hans psykiske helsetilstand. Geir opplevde også utfordringer under produksjonen av *Når musene danser...* i form av at det ble gjort endringer underveis som gjorde at innspillingen ble annerledes enn det som var planlagt. Geir tilla imidlertid ikke dette noen negative opplevelser, slik Arne gjorde (Dynamitt Filmteam, 2008; Dynamitt Filmteam, 2009).

Geir:

Jeg føler faktisk at vi var mer forberedt når vi lagde den første filmen enn den andre. Vi hadde mer profesjonell hjelp på en måte, så jeg følte at den gikk litt glattere enn Når musene danser..., for der ble det mye endring og ting som ikke gikk etter planen. Det ble annerledes enn det vi hadde planlagt.

Når filminnspillingen er over, starter etterproduksjon med redigering/klipping av filmen (Jacobsen, 2007). For Dynamitt Filmteam, som leverte begge sine kortfilmer for opptak til programmet ved Stavanger kortfilmfestival, medførte dette en nokså kort deadline før filmene måtte være ferdig redigert. De som klippet/redigerte, jobbet under tidspress, noe som kan ha medført en stressbelastning for de involverte:

Geir:

Det har vært litt stressende i en periode i forbindelse med redigering og sånn. Det har gått ganske greit fordi jeg har vært gira på å få det til.

Etter en periode med hektisk aktivitet kan det bli en utfordring i form av venting og inaktivitet når det blir en lengre pause frem til oppstart med neste kortfilmproduksjon.

Geir:

Når vi ikke er aktive, blir det mye venting, føler jeg. Det er jo greit med en liten pause, spesielt etter rushet som er på slutten. Nå var ikke jeg med og redigerte den siste filmen noe særlig, så jeg hadde pause etter innspillingen, så jeg føler at det er noe som mangler. Skulle gjerne hatt noe og gjort på den perioden, og det er kjekkere når filmgruppen er aktiv enn når den er i pausemodus.

OAS betyr at det enkelte individ opplever tilværelsen som forståelig, håndterlig og meningsfull. Med *forståelighet* menes at stimuli man konfronteres med enten i det indre eller ytre miljø, oppleves som kognitivt forståelige, som ordnet, sammenhengende, strukturert og tydelig informasjon. Med *håndterbarhet* menes at de ressursene som står til ens rådighet, er

tilstrekkelige til å klare de krav en blir stilt overfor. Med *meningsfullhet* menes utfordringer som det er verdt å engasjere seg i, utfordringer som oppleves som en sterk motivasjonsfaktor.

Når det blir en lengre pause i filmgruppen, kan dette føre til at intervjupersonene blir konfrontert med mindre stimuli, noe som igjen kan gi utslag i at tilværelsen oppleves som mindre forståelig, og i at man ikke får brukt de ressursene som står til ens rådighet. I en inaktiv ventetilværelse vil en gjerne også oppleve liten mening fordi det er få utfordringer som det er verdt å engasjere seg i.

4.1.6 Oppsummering opplevelser av helsefremmende arbeid og mestring

Flere av intervjupersonene fortalte at de var nysgjerrige og spente på det å prøve noe nytt som kortfilmproduksjon. Etter å ha gjennomført enten én eller to kortfilmproduksjoner svarte intervjupersonene at det å se seg selv på filmlerretet ga økt selvfølelse, anerkjennelse og verdi som noe annet enn å "bare" være bruker eller pasient. Intervjupersonene fortalte at deltakelse i kortfilmproduksjon bidro til økt livskvalitet fordi de fikk tilbake troen på seg selv, økt selvtillit og et mer positivt syn på tilværelsen. Intervjupersonene svarte også at deltakelse i kortfilmproduksjon ga opplevelser av lykke i form av glede og begeistring. Mestring av stress på grunn av trygghet i miljøet i Dynamitt Filmteam ble beskrevet som viktig. En av intervjupersonene hadde negative opplevelser og stress under den siste kortfilmproduksjonen på grunn av etter hans syn dårlig planlegging og for få fagpersoner i støttefunksjoner.

4.2 Empowerment

"May the force be with you!" (*Star Wars Episode IV: A New Hope*, 1977).

4.2.1 Opplevelser om medvirkning

Empowerment handler om å motarbeide krefter som holder folk nede, og få mer makt, kontroll og styring over eget liv. Tenker man på empowerment som terapeutisk posisjon, er målet å styrke enkeltindividets personlige ressurser og sette dem i stand til å fjerne blokkeringer (Askheim & Starrin, 2007). Den brasilianske pedagogen Paulo Freire mente at

undertrykte mennesker kan frigjøre seg og bli subjekter i eget liv gjennom bevisstgjøring og aktiv handling. I Freires pedagogikk er målet verdighet slik at en kan bli et fullverdig menneske. For å nå dette målet kreves selvstendighet, ansvar, dialog, refleksjon og kommunikasjon (Freire, 1999).

Empowerment blir i WHO's *Ottawa Charteret om helsefremmende arbeid* som kjernen i prosessen for å oppnå bedre helse. Optimal helse nås gjennom å være i stand til å identifisere og virkeliggjøre sine forhåpninger, tilfredsstille sine behov, og endre eller mestre sitt miljø (WHO 1986). Hvordan opplever så intervjupersonene at de har fått medvirket gjennom sine roller enten foran eller bak kamera under innspilling?

Petter:

Ja jeg vil si absolutt ja. Som skuespiller med den statusen jeg hadde i filmen, så vil jeg i hvert fall si at jeg var med og bidro. Som skuespillere bygde jo vi videre på det som manuset inneholdt. Manuset var jo greit og viste på sin egen måte hvordan vi skulle lage film senere. Vi var jo med som team og påvirket. Dybde, detaljer, kroppsspråk kunne jeg som skuespiller påvirke i forhold til manus.

Med bakgrunn i Freires frigjøringspedagogikk kan man si at Petter fikk et selvstendig ansvar for å tolke sin rollekarakter i filmen hvor han kunne påvirke dybde, detaljer og kroppsspråk. Weston (1996) mener at regissøren bør gi skuespillerne rom for å vise spontanitet og kreativitet. Dette viser at det ikke alltid er nødvendig å følge manus til punkt og prikke, men at veien til en viss grad blir til mens man går.

Kari:

Jeg har prøvd å ikke ha så mye innflytelse, det er nok med å ha en rolle og huske det. Ikke kan jeg så mye heller. Jo lenger du er med i en sånn gruppe, jo mer lærer du, så kan du komme mer med ideer. Men jeg har ligget litt lavt, jeg blir med på det som er.

Kari ga uttrykk for at hun ble gitt mulighet for innflytelse, men at hun valgte å bruke denne innflytelsen i liten grad. Humerfelt (2005) mener at medvirkning også handler om selvbestemmelse og kontroll. I Karis tilfelle kan medvirkning tolkes i retning av at hun valgte å reservere seg mot å involvere seg for mye i starten av sin deltakelse i Dynamitt Filmteam. Kari var ny i Dynamitt Filmteam da produksjonen av *Når musene danser...* (Dynamitt Filmteam, 2009) startet, og ga uttrykk for at hun ikke kunne så mye om film og derfor var ydmyk og gjorde stort sett det hun ble bedt om. Samtidig ga hun uttrykk for at hun kunne komme med ideer etter at hun hadde lært mer. Dette viser at hun sannsynligvis var usikker i starten og gjerne ikke hadde så stor tro på seg selv, men at noen av disse blokkeringene

forsvant underveis, og hun ble mer og mer trygg i filmgruppen. Med tanke på neste kortfilmproduksjon uttalte hun:

Kari:

Jeg har lyst på en litt større rolle som gir meg mer utfordring. Når jeg er så god som jeg er nå, så vil jeg utfordre meg mer, gjøre rollen mer om til min egen og ikke bare bli instruert.

Geir opplevde at han hadde stor innflytelse under hele kortfilmproduksjonsprosessen. Han var delaktig i flere roller bak kamera som i seg selv kan gi stor innflytelse i i prosessen med å skape en ny film:

Geir:

Nå har jo jeg vært med på omtrent alle deler av produksjonen, sånn at jeg har jo vært med og skrevet manuset, og der fikk jeg jo komme med ideer og mine synspunkter på ting som ble skrevet ned i manus. Jeg har også redigert film, spesielt Rust-filmen da, og der fikk jeg jo gjøre det jeg ville, og det var egentlig ingen som kunne stoppe meg. Så jeg har jo fått bidratt, og under den andre filmen var jeg regissør, og da fikk jeg komme med mine synspunkter og gjøre det jeg ville gjøre. Det jeg følte var riktig.

Arne, som var kameramann, hadde en helt annen opplevelse av medvirkning og innflytelse enn det Geir hadde:

Arne:

Det var ingen innflytelse. Når manuset var ferdig, så filmet jeg det som manuset sa. Når jeg var yngre, var jeg fæl med å eksperimentere i forhold til ulike vinkler, lys, hastighet og you name it, men her er det bare en ting... bang, klask, ferdig med det. Hvis vi hadde gjennomført storyboard, så hadde vi fått bedre oversikt over vinkling, scener og så videre som man kunne best ta i bruk. Siden det ikke er med i produksjonslinjene i det hele tatt, så vet vi ingenting. Bare tar det første og det beste.

At to personer i samme filmgruppe hadde to så vidt forskjellige opplevelser av medvirkning, er underlig. Skyldes det rollene i filmteamet disse to personene har hatt, eller har fagpersonene i Dynamitt Filmteam forskjellsbehandlet dem? Arne, som hadde den dårlige opplevelsen av lite medvirkning, var kameramann med et avansert, profesjonelt videokamera. Det tar tid å bli kjent med et kamera, og hvis han ikke fikk tilstrekkelig tid og anledning til å sette seg inn i funksjoner og øve seg, kan dette ha ført til en dårlig opplevelse under filminnspilling. Dersom opplevelsen av empowerment er lite til stede, vil sosial og kulturell *iatrogenesis* kunne oppstå. Under iatrogeneis vil fagpersoner kunne ha en tilnærming som gjør at brukeren blir enda dårligere psykisk, enn han var i utgangspunktet, før behandlingen eller terapien startet. Dette kan skje som følge av økt opplevelse av stress og avhengighet fordi

brukerne opplever å ikke ha kontroll over seg selv (Rappaport, 1985). Grunnen til at fagpersoner inntar en slik holdning, kan være at de har angst for å gi fra seg makt, for å miste status, faglighet eller eksistensberettigelse, og ikke minst for å bli beskyldt for omsorgssvikt, mener Kjærulf (2007).

4.2.2 Fra institusjon til deltakelse i samfunnet

Flere av intervjupersonene i Dynamitt Filmteam fortalte at de hadde deltatt som frivillige i Stavanger Kortfilmfestival, hvor også *Rust* og *Når musene danser...* har blitt tatt ut og vist på programmet i henholdsvis september 2008 og oktober 2009, samt i andre prosjekter utover Dynamitt Filmteam. Hun som er gruppeleder for Dynamitt Filmteam, er også ansvarlig for Stavanger Kortfilmfestival, slik at det å delta som frivillig under arrangementen av denne festivalen ikke ble en så stor overgang for deltakerne i filmgruppen (Dynamitt Filmteam, 2008; Dynamitt Filmteam, 2009).

Geir

Jeg har jo fått bli med på planlegging og gjennomføringen av Stavanger Kortfilmfestival, så jeg har jo og blitt med på filming utover filmgruppen. Det har vært kjekt å gjøre noe annet. Fått hjulpet til på andre prosjekter. Det har gått som det har gått, jeg har fått gjort det jeg ville, og lært en del om hva film innebærer.

Goffman (1973) beskrev de store psykiatriske institusjonene som totalinstitusjoner, det vil si at de var både et sted å bo og et sted å arbeide. I totalinstitusjonene var det et stort antall mennesker i en lignende situasjon som levde et innestengt og formelt styrt liv sammen over lengre tid, avskåret fra samfunnet utenfor med både synlige og usynlige murer. Ifølge en undersøkelse fra SINTEF (Hem et al., 1997) deltar personer med ulike former for funksjonshemninger i mye mindre grad i kulturaktiviteter som å gå på kino, kunstutstillinger eller museum enn resten av befolkningen. I studien *Visiting the cinema, concerts, museums or art exhibitions as determinant of survival: A swedish fourteen-year cohort follow-up* (Konlaan mfl., 2000) var konklusjonen at det er sammenheng mellom deltakelse på kulturarrangementer og dødelighet. Størst effekt med hensyn til dødelighet hadde nettopp det å gå på kino, kunstutstilling eller museum samt det å gå på konserter. NOU 2001:22 *Fra bruker til borger* fremhever at manglende tilgjengelighet og økonomi er årsaker til at personer med ulike former for funksjonshemninger i mindre grad deltar i kulturaktiviteter. Topor (2008) skriver at særlig dårlig økonomi øker stress og hindrer individet å delta i kultur- og

fritidsaktiviteter. Således vil det å være med i Dynamitt Filmteam kunne stimulere til økt deltakelse i kulturaktiviteter, både gjennom egen kortfilmproduksjon og ved at deltakerne i Dynamitt Filmteam er med som frivillige under arrangementen av Stavanger Kortfilmfestival og kommer i kontakt med resten av filmmiljøet i Stavanger.

Flere av deltakerne i Dynamitt Filmteam bor i bofellesskap for personer med psykiske lidelser og bruker aktivitetssenteret Kulturaktiviteten, blant annet til å være med i Dynamitt Filmteam. Det er derfor sannsynlig at de i stor grad både har et bosted og deltar i aktiviteter som bare er for personer med psykiske lidelser, og at de i liten grad benytter seg av kultur- og fritidstilbud som er åpne for alle. Lemvik (2006, s. 88) mener at aktivitetssentre for personer med psykiske lidelser både må være et sted å være og et sted å lære. Aktivitetssentrene må være en arena som styrker ferdigheter både på praktiske og mellommenneskelige områder, slik at brukerne kan delta i samfunnet i verdsatte roller.

Det at Dynamitt Filmteams (2008; 2009) filmer *Rust* og *Når musene danser...* ble tatt ut og vist på Stavanger Kortfilmfestival, i tillegg til at flere av deltakerne deltok som frivillige under festivalen, vil kunne føre til en rolleendring for den enkelte. Det vil da kunne skje en endring fra å "bare" være bruker av psykiske helsetjenester i Stavanger kommune og/eller pasient i Helse Stavanger, til å være festivaldeltaker eller frivillig i Stavanger Kortfilmfestival. Da kan man i møte med andre festivaldeltakere presentere seg som skuespiller, regissør og så videre, og ikke som bruker, noe Frank fortalte om:

Frank:

[...] kan fortelle at du har vært med i en film, at du har hatt en rolle i en film.

I Haugsgjerds (Haugsgjerd et al., 2009) definisjon av psykiske lidelser står det at på grunn av den avvikende adferden som den psykiske lidelsen medfører, havner individet utenfor fellesskapet. Kortfilmproduksjon kan derfor bidra til at personer med psykiske lidelser kommer innenfor fellesskapet igjen, slik jeg ser det.

4.2.3 Oppsummering opplevelser av empowerment

Intervjupersonene hadde ulike opplevelser av empowerment. Flere av skuespillerne opplevde at de hadde påvirkning og innflytelse ved at de kunne utforme og tolke sin rollekarakter på sin

egen måte, men at ikke alle valgte å benytte seg av denne muligheten. En av intervjupersonene som deltok både i utvikling av manus og redigering av kortfilmene, fortalte om stor innflytelse og makt. Han opplevde at innspillene hans ble verdsatt, og at han under redigering hadde all makt og i prinsippet kunne gjøre alt som han ville. En annen av intervjupersonene, som var kameramann, opplevde at han hadde liten innflytelse, og at han måtte gjøre det han ble bedt om.

4.3 Relasjoner og teamarbeid

”... I think this is the beginning of a beautiful friendship” (Casablanca, 1942)

Topor (2006) mener at i virksomme relasjoner vil fagpersonen se noe hos brukeren som tiltaler ham, og som brukeren ikke trodde han var i besittelse av. Brukeren blir sett, hørt, respektert og akseptert som individ.

Kari:

[...] noen har hatt troen på meg, selv om jeg ikke har hatt så stor rolle. Det gikk ikke opp for meg med en gang når jeg fikk rollen. Jeg ringte hjem og var kjempeglad.

Her fortalte Kari om én eller flere fagpersoner som hadde tro på henne som skuespiller, og at hun fikk en rolle i en kortfilm. Dette gjorde sterkt inntrykk på henne og ga henne en følelse av mestring. Utsagnet støtter også opp om Lamberts studie (Lambert, 2003), som viser at den terapeutiske relasjonen mellom fagperson og bruker, for eksempel empati, varme, aksept og oppmuntring til å ta sjanser, står for 30 prosent av brukerens bedring.

4.3.1 Samspill og teamarbeid

Når det gjelder hvordan samspill og teamarbeid har fungert i Dynamitt Filmteam, svarte intervjupersonene blant annet følgende:

Petter:

Jeg synes det har fungert veldig bra. I begge filmene så har det fungert veldig bra, men det hadde vært kjekkere med mer folk på den siste filmen.

Arne

Det har kanskje vært den største forandringen. At jeg får komme meg ut, får gjort noe, blir kjent med andre folk. Hvis det ikke hadde vært for det, så hadde jeg vært hjemme, isolert.

For meg handler det om nettverk. Det menneskelige nettverket altså, ikke det tekniske.

Hensikten med å organisere Dynamitt Filmteam som en gruppeaktivitet med en gruppeleder kan være at gruppedeltakerne vil kunne fungere som en ressurs for hverandre. Konopka (1972) mener at formålet med gruppearbeid er å forbedre individets sosiale fungeringsevne gjennom meningsfylte gruppeopplevelser.

Kari:

Jeg synes alle går så godt sammen. Det er ingen krangling om roller. Det er en kjekk gruppe. Hvis du på en måte er stressa og sånt, så forstår alle det, for de har det sånn, de og. Og nå kan jeg spør om ting om og om igjen uten at det er flaut. Men hvis jeg hadde vært sammen med andre, så ville de sikkert tenkt at jeg var rar, "se til å følg med nå", liksom. Vi har forståelse for hverandre. Lettere å dumme seg ut. Vi sitter ikke og ler av hverandre.

Ole:

Vi som er her inne, vi er virkelig teamet. Hvis verden får vite hvem vi er.

I Studien *Sjung, sjung för livet! En studie av körsång som pedagogisk verksamhet och av deltagarnas upplevelse av hälsa och livskvalitet* står det at å være med i et sangkor skaper et godt fellesskap og opplevelse av en ny identitet som korsanger (Lindström, 2006). Svarene fra flere av intervjupersonene i Dynamitt Filmteam kan tolkes i retning av at også det å være med i et filmteam skaper et godt fellesskap og en opplevelse av en ny identitet som medlem av et filmteam, enten det er som skuespiller eller filmskaper.

Å jobbe så tett i et team som Dynamitt Filmteam gjør, kan by på enkelte utfordringer, noe Geir beskriver på følgende måte:

Geir

Når det er mange personer som kommer sammen og skal lage et produkt, så er det klart at det vil bli litt tvister, men for meg er det for så vidt ganske ok. Jeg takler det. Jeg er klar over at det er mange kokker som skal jobbe, og da blir det mer søl.

Uenighet vil som regel alltid oppstå i et team, spørsmålet er hvordan uenigheter og eventuelt konflikter løses:

Geir

Jeg synes det er veldig velkomment at folk har meninger, sånn at det ikke er mitt tunnelsyn som styrer, men at jeg får innspill om hvordan andre også mener det skal være. Jeg synes det er ganske positivt.

Samspeilet og samarbeidet i filmgruppen må sies å ha fungert bra, ut fra intervjupersonenes tilbakemeldinger. Alle intervjupersonene i Dynamitt Filmteam hadde veldig positive forventninger før prosessen med å lage film startet (se 4.1.1 Nysgjerrighet og spenning). Jeg tror at hvis en har en positiv innstilling om at en vil tilstrebe et godt samarbeid, er det mye bedre forutsetninger for å kunne lykkes. Lambert (2003) skriver at forhold utenom terapien (for eksempel egostyrke og sosial støtte) står for 40 prosent av faktorene som gir bedring fra psykiske lidelser. Det handler da om å løfte hverandre opp: slik Petter sier:

Petter:

Vi tar tak i det beste og løfter hverandre opp.

4.3.2 Likeverdige relasjoner

Seligman (2007) mener at *rettskaffenhet og likebehandling* handler om å ikke la seg styre av følelser og personlige fordommer, men gi alle en sjanse og behandle alle like tilfeller likt. Handlingene dine er styrt av moralske prinsipper, og du tar andres velferd og rettigheter like alvorlig som dine egne.

Geir:

De som har vært ansatt, og de som er brukere, det har liksom ikke vært klare linjer i forhold til hvem som er hvem, fordi vi har vært ganske likestilte egentlig. Det kan være både positivt og negativt. Positivt ved at du da føler deg mer som en vanlig person, at du ikke får den stigmatiseringen at du er bruker, og negativt med at da har du ingen som kontrollerer og styrer deg, da står du fritt... så det er jo egentlig litt positivt det og. Det har vel vært mest positivt egentlig.

I denne studien brukes begrepene *fagperson* og *bruker*, og det setter gjerne et kunstig skille som er med på å opprettholde stereotype oppfatninger og fordommer om hvilke roller fagperson og bruker representerer. Geirs utsagn vitner om at fagpersonene og brukerne i Dynamitt Filmteam er likestilte, og at alle er deltakere i Dynamitt Filmteam. I verdigrunnlaget til opptrappingsplanen for psykisk helse heter det at en skal tilstrebe:

[...] mest mulig normalt liv – velferd, økt livskvalitet og deltakelse i samfunnslivet gjennom uavhengighet, selvstendighet og evne til å mestre eget liv.

(Sosial- og helsedepartementet, 1997)

Dette ble godt illustrert av følgende utsagn:

Arne

Relasjonen er normal uansett.

Topor (2006) skriver at kjennetegn ved virksomme relasjoner er at er at fagpersonen gjør noe utover det brukeren forventer, at han gjør noe for brukeren som han ikke gjør for alle de andre brukerne.

Ole:

Det var seks timer filming, seks timer fri, filming om nettene og kvelder, reiste rundt ...

Da den første kortfilmen *Rust* (Dynamitt Filmteam, 2008) ble laget, leide Dynamitt Filmteam kamera-, lyd- og lysutstyr over en kort periode, og det ble derfor intensiv filming i noen dager. Med filming til alle døgnets tider sier det seg selv at dette ikke hadde vært mulig å få til dersom fagpersonene i Dynamitt Filmteam skulle forholdt seg til sin vanlige arbeidstid. Fagpersonene gjorde da noe utover det brukerne i Dynamitt Filmteam forventet, og som de vanligvis ikke gjorde for brukerne de jobbet med.

Det å være i en filmgruppe som Dynamitt Filmteam, hvor alle brukerne har en psykisk lidelse, kan gi trygghet fordi man vet at de andre er i en tilsvarende situasjon, og man slipper å føle at man er annerledes. Således er det ikke bare fagpersoner og brukere som kan ha en relasjon hvor begge parter er likestilte, men også brukerne seg imellom. Det kan bidra til å skape trygghet i gruppen, slik at deltakerne tør å dumme seg ut.

Kari:

Når du blir med i en sånn gruppe, så blir vi godt kjent etter hvert, og du blir ikke flau lengre av å komme med forslag.

[...] i en filmgruppe med andre som har sine psykiske problemer, kan du være deg selv og ikke ta deg selv så høytidelig. Vi står litt likt, og hvis noen gjør noe som er litt flaut, så er det ingen som tar deg for det, liksom.

Andre av intervjupersonene sa også noe om hvor viktig trygghet var i filmgruppen:

Ole:

[...] og da var det trygge omgivelser, og jeg ble plassert inn i en gruppe og klarte å diskutere på et godt nivå, og vi stilte opp for hverandre.

I veilederen *Psykisk helsearbeid for voksne i kommunene* (Sosial- og helsedepartementet, 2006) står det at det er viktig at det etableres sosiale møteplasser som skal gi deltakerne en følelse av trygghet, fellesskap, støtte og tilhørighet samt gi muligheter for vekst og utvikling. Dette stemmer veldig godt overens med de opplevelsene flere av intervjupersonene har av sosial støtte og trygghet innad i Dynamitt Filmteam. Et godt samarbeid preget av gjensidig trygghet og tillit mellom regissør og skuespillere er også en forutsetning for å kunne lage en kvalitetsmessig bra film, mener Weston (1996).

4.3.3 Roller foran og bak kamera

Utgangspunktet for intervjupersonene var ulikt med hensyn til hvilke oppgaver eller roller de var mest interessert i. Det er forskjell på om man vil være skuespiller foran kamera, eller om man vil jobbe med manus, som produksjonsleder, produksjonsassistent/script, regissør, fotograf, lydmann eller lysmann bak kamera. Noen få hadde oppgaver og roller både foran og bak kamera. Av de som ble intervjuet, var det fire som har vært skuespillere i kortfilmene, én som har vært fotograf, og én som har jobbet med manus og som regissør, lydmann, lysmann og klipper/redigerer. I tillegg har intervjupersonene også ivaretatt andre oppgaver som catering, produksjonsassistent/script og små biroller (Jacobsen, 2007). Fire av intervjupersonene har vært med på både *Rust* og *Når musene danser...*, mens de to andre ble med i Dynamitt Filmteam i forbindelse med *Når musene danser...*

Flere av intervjupersonene uttalte at deltakelse i Dynamitt Filmteam har ført til at de har blitt veldig interessert i film, og enda mer interessert enn de var i utgangspunktet. Det handler blant annet om å legge merke til detaljer når man ser på filmer eller tv-serier:

Geir

Jeg har i ettertid blitt veldig observant på ting i filmer og tenker på hva de har gjort for å komme frem til akkurat disse effektene og diverse.

[...] jeg har fått lært mye, og det har endret mitt syn på film for all fremtid, egentlig.

Noen har tatt et skritt videre og brukt den kunnskapen og erfaringen de har fått ved å være med i Dynamitt Filmteam, til å lage noe på egen hånd:

Geir

Jeg har laget en liten film selv som jeg har lagt ut på youtube.

Mange legger også ut egenproduserte videoer på nettstedet www.youtube.com, som er verdens fremste nettsted for online-video. På www.youtube.com kan man både se videoer og dele videoer med andre brukere av nettstedet (www.youtube.com/t/about). Her kan man blant annet legge ut egenproduserte kortfilmer. Kortfilm er det mediet som ofte blir brukt av nye filmskaperne som vil utvikle sine kunnskaper. Kortfilmer viser i liten målestokk hele omfanget av produksjon, manusarbeid og stilistiske ferdigheter. Kortfilmer som er velspilt, interessant filmet og stramt redigert, kan være en god reklame for hva filmskaperen vil kunne få til med en større produksjon (Rabiger, 2008).

I tillegg til det å være opptatt av det rent tekniske ved å lage filmer er det også viktig å få et innblikk i hva ulike filmer prøver å formidle til oss:

Kari:

[...] når jeg har sett på filmer og serier og sett om de er sinte eller leie, hvilke uttrykk de har og hvordan de er, [...] jeg har tenkt selv at jeg var med i film.

Niemiec og Wedding (2008) beskriver hva som kjennetegner en positiv psykologi-film. Den har et balansert portrett av en karakter som viser minst én av Petersons og Seligmans 24 signaturstyrker en fremstilling av en hindring, kamp eller konflikt som karakteren møter mens han eller hun håndterer signaturstyrken(e), et karakterportrett som illustrerer hvordan overkomme hindringer og/eller bygge og opprettholde signaturstyrken(e), og en tone eller stemning som er inspirerende og oppløftende. Positiv psykologi hjelper oss til å skjønne hvorfor en film gjør sterkt inntrykk på oss, og hvilke følelser som settes i sving av handlingen og karakterene i filmen.

4.3.4 Oppsummering opplevelser om relasjoner og teamarbeid

Det var bred enighet blant intervjupersonene om at samspillet og teamarbeidet i Dynamitt Filmteam hadde fungert godt. Flere av intervjupersonene fremhever betydningen av likeverdige relasjoner mellom fagpersoner og brukere, hvor alle til syvende og sist er deltakere i Dynamitt Filmteam. Det å ha trygghet i filmgruppen hvor en treffer andre i noenlunde samme situasjon, gjorde at flere av intervjupersonene turde å dumme seg ut, og at

de ikke tok seg selv for høytidelig. Til slutt sa flere intervjupersoner at deltakelse i Dynamitt Filmteam har ført til økt interesse for film og filmproduksjon.

4.4 Studiens kvalitet

I dette avsnittet om studiens kvalitet reflekteres det over studiens gyldighet og troverdighet/pålitelighet.

4.4.1 Studiens gyldighet

Innenfor sosialkonstruktivismen erkjenner man at det finnes sosialt konstruerte sannheter som er avhengig av tid, sted, situasjon og den aktuelle kultur innenfor disse rammene. Dette betyr at hadde en tilsvarende undersøkelse blitt gjennomført i en annen tid, på et annet sted eller i en annen situasjon knyttet til kortfilmproduksjon for personer med psykiske lidelser, ville svarene gjerne blitt helt annerledes. Sannheten fra et sosialkonstruktivistisk ståsted vil blant annet avhenge av hvilke personer som deltar i en filmgruppe bestående av både fagpersoner og brukere, hvilken erfaring og kompetanse de tar med seg inn i gruppen, og hvilke ressurser som er tilgjengelige både i form av materielt utstyr og menneskelig kompetanse (Madsbu, 2004).

Malterud (2003) mener at studiens gyldighet også må vurderes ut fra overførbarhet, eller ekstern validitet. Med overførbarhet menes i hvilke sammenhenger funn i en studie kan gjøres gjeldende ut over den kontekst der den har blitt kartlagt. Når det gjelder ekstern validitet, vil funnene fra denne studien om kortfilmproduksjon for personer med psykiske lidelser vurderes ut fra om de kan overføres til andre sammenlignbare kulturaktiviteter for personer med psykiske lidelser som for eksempel billedkunst, teater, skjønnlitteratur eller musikk. Kan man på bakgrunn av funn fra denne studien si at alle former for kulturaktiviteter for personer med psykiske lidelser i prinsippet er psykisk helsearbeid? Her er svaret definitivt nei. Med tanke på overførbarhet tror jeg det er viktig at andre kulturaktiviteter må være organisert i en gruppe over tid på tilsvarende måte som Dynamitt Filmteam, med både personer med psykiske lidelser og fagpersoner, for å ha høy overføringsverdi. Dersom man klarer å etablere den

tryggheten og den relasjonelle kompetansen mellom personer med psykiske lidelser og fagpersoner som flere av intervjuerpersonene i Dynamitt Filmteam uttrykker, er det sannsynlig at tilsvarende gode opplevelser også vil kunne oppstå i andre kulturelle uttrykksformer.

4.4.2 Studiens troverdighet/pålitelighet

Patton (2002) mener at en undersøkelses troverdighet er avhengig av innsamlings- og analyseteknikker, forskerens bakgrunn i form av utdanning, erfaring, status, personlige trekk og måten vedkommende presenterer seg selv og materialet på, induktiv dataanalyse og en holistisk tankegang. Påliteligheten gjelder det som skjer mellom intervjuer og intervjupersoner med henblikk på hvordan intervjueren fungerer som instrument, og hvordan undersøkelsen blir gjennomført i form av avlytting av bånd, gjenopplevelse i dagbok og selvrefleksjon. Det at det ikke ble gjennomført et fokusgruppeintervju med seks intervjupersoner, men i stedet et fokusgruppeintervju med fire personer og individuelle intervjuer med to intervjupersoner, gjorde at svarene sannsynligvis ble noe annerledes. Fokusgruppeintervjuets form egnet seg nok bedre til å fange opp felles opplevelser blant intervjupersonene i Dynamitt Filmteam, mens intervjupersonene i de individuelle intervjuene gjerne turde å være mer personlige ved å dele sine innerste tanker og opplevelser.

Det vitenskapelige ideal i hermeneutikken om at en tekst skal overleveres så fordomsfritt og fornuftig som mulig, ble vektlagt i analysen av data (Gadamer, 2001). Det å være mest mulig tro mot intervjupersonenes utsagn bidrar til å styrke denne studiens troverdighet og pålitelighet. Studiens troverdighet og pålitelighet må også ses i lys av forskerens forforståelse.

5 KONKLUSJON

Et bilde sier mer enn tusen ord, sies det. En film består av mangfoldige tusen bilder. Ord blir fattige og utilstrekkelige for å beskrive filmer – filmer må oppleves. I boka *Peter Pan* av J.M. Barrie (1997) og i filmen *Finding neverland* (Forster, 2004), som omhandler samme historie, representerer Neverland fantasiens og mulighetenes land – et sted der drømmer bor og gror. Når man lager film, vet man aldri eksakt på forhånd hvordan det kommer til å bli til slutt, det er bare fantasien og til en viss grad også økonomien som avgjør hva man kan få til. Slik den anerkjente filmskaperen David Lynch (2007, s. 25) uttrykker det, kan film uttrykke følelser og tanker som ikke kan fremstilles på noen annen måte. Film er en kunstart som har alle muligheter i seg.

Funn fra denne studien viste at kortfilmproduksjon for personer med psykiske lidelser skapte spenning og nysgjerrighet og bidro til å heve deltakernes livskvalitet ved av at de fikk tilbake troen på seg selv. Dette fordi deltakelse i kortfilmproduksjon ga økt selvfølelse og anerkjennelse og gjorde at deltakerne ble verdsatt som noe annet enn å ”bare” være bruker eller pasient. Deltakelse i kortfilmproduksjon ga også deltakerne opplevelser av lykke i form av glede og begeistring.

Muligheten for innflytelse på manus, rollekarakterer og redigering ble fremhevet som betydningsfullt av intervjupersonene. En av intervjupersonene opplevde liten innflytelse under filminnspilling, og det er viktig at Dynamitt Filmteam tar denne tilbakemeldingen om manglende medvirkning alvorlig i evalueringen av kortfilmproduksjonen. Dynamitt Filmteam kan da se på hva som kan gjøres for å forbedre dette, slik at opplevelsene av medvirkning blir best mulig for alle under neste filminnspilling.

Et miljø preget av trygghet og likeverdige relasjoner mellom fagpersoner og brukere ble også verdsatt av flere intervjupersoner. Funnene i denne studien samsvarer også godt med andre studier innen kultur og helse, hvor nettopp kulturens betydning for økt livskvalitet fremheves (Lindström, 2006; Naper, 2006; Grape et al., 2003; Romsland, 2003). Funn fra studien viser også at deltakelse i kortfilmproduksjon bidrar til å etablere et godt fellesskap, og at intervjupersonene etablerer en identitet eller verdsatt rolle som medlem av Dynamitt Filmteam.

5.1 Studiens implikasjoner for forskning og praksis

Det brukes store summer hvert år både lokalt og nasjonalt på ulike kulturaktiviteter. For folk flest er disse kulturaktivitetene godt tilgjengelige, mens mange personer med psykiske lidelser har ulike barrierer som gjør at de ikke klarer å nyttiggjøre seg disse kulturaktivitetene på samme måte. Og det er sannsynlig at personer med psykiske lidelser er blant dem som har størst nytteverdi av kulturaktiviteter med hensyn til bedre helse og mestring. Økt deltakelse i kulturaktiviteter blant personer med psykiske lidelser vil kreve at kommuner og andre offentlige aktører sørger for bedre tilgjengelighet og tilrettelegging, økonomi og transport, slik det står om i NOU 2001:22. Ifølge lovverk og helsepolitiske føringer som *diskriminering- og tilgjengelighetsloven* og *FNs konvensjon om rettighetene til mennesker med nedsatt funksjonsevne* (2006) har personer med psykiske lidelser krav på tilrettelegging for deltakelse i kulturaktiviteter. Samtidig forplikter *kulturlova* offentlige virksomheter til å tilrettelegge for brukernes deltakelse i kulturaktiviteter. I *Kulturløftet* (St.prp. nr. 1 (2008–2009)) står det også klart og tydelig at alle skal få tilgang til et vidt spekter av ulike kunst- og kulturtilbud av god kvalitet. Et godt samarbeid mellom psykiske helsetjenester og kulturavdelingen i en kommune tror jeg er helt nødvendig for å synliggjøre og bygge ned de barrierene som gjør at personer med psykiske lidelser ikke klarer å nyttiggjøre seg kulturaktiviteter på lik linje med resten av befolkningen.

Enkeltpersoner blant intervjupersonene i denne studien forteller at deltakelse i kortfilmproduksjon kan bidra til å dempe depressive symptomer, at det kan være en virkelighetsflukt i en psykotisk episode, og at det styrker selvtilliten, mens flesteparten fortalte om økt selvfølelse og opplevelse av lykke. Den store oppfølgingsstudien *Visiting the cinema, concerts, museums or art exhibitions as determinant of survival: A Swedish fourteen-year cohort follow-up* (Konlaan et al., 2000) viste at enkelte kulturaktiviteter gir bedre helse i forhold til lavere dødelighetstall. Studien tok utgangspunkt i kulturaktiviteter hvor man var tilskuer eller publikum. Det ville således vært interessant med mer forskning på kulturaktiviteter med aktivt utøvende kunstnere i lys av mestring av depresjon og psykose samt kulturaktivitetenes innvirkning på selvtillit, selvfølelse og lykke.

I beskrivelsen av min forforståelse skrev jeg at jeg opplevde et nokså ensidig fokus på medisinsk psykiatrisk behandling da jeg jobbet i spesialisthelsetjenesten. Samtidig snakkes

det om et paradigmeskifte med et økende fokus på dialog og etablering av gode relasjoner mellom fagpersoner og personer med psykiske lidelser (Bøe & Thomassen, 2007; Thorgaard & Haga, 2006). Jeg håper at denne studien kan bidra til et sterkere fokus på andre tilnærminger til personer med psykiske lidelser enn den tradisjonelle medisinsk-psykiatriske som har rådet i mange år. Denne studien har vist at kulturaktiviteter som kortfilmproduksjon virker positivt inn på helse og mestring for personer med psykiske lidelser. Salutogenese, positiv psykologi, recovery, empowerment og relasjoner er alle viktige elementer i morgensdagens tjenester innen psykisk helse, viser denne studien.

Store summer brukes til behandlings- og tjenestetilbud innen psykisk helse. Det er grunn til å stille spørsmål ved hvordan disse pengene brukes. Kan penger til kulturaktiviteter innen psykisk helse erstatte eller gis i tillegg til tradisjonell behandling i mye større grad enn i dag? Jeg tror at fagpersoner må tørre å se bort fra sine profesjoner og se behandlings- og tjenestetilbudet i lys av brukernes ønsker og behov.

Med mer forskning på betydningen av alternative behandlings- eller velværetilbud for personer med psykiske lidelser, for eksempel kortfilmproduksjon, tror jeg at vi kan klare å bære frem noen stemmer som ofte ikke når frem verken til politikere eller ansvarlige ledere innen kultur og psykisk helse i kommuner og i spesialisthelsetjenesten. Klarer vi det, tror jeg at vi kan se lyst på fremtiden med tanke på kulturaktiviteter for personer med psykiske lidelser.

Å realisere håp og drømmer gjennom meningsfulle aktiviteter er viktig for oss alle, enten vi har psykiske lidelser eller ikke. Derfor vil jeg avslutte oppgaven med teksten til *Somewhere over the rainbow* (Arlen & Harburg, 1939) fra filmen *Wizard of Oz* (Fleming, 1939).

Somewhere over the rainbow

Somewhere over the rainbow

Way up high

There's a land that I heard of

Once in a lullaby

Somewhere over the rainbow

Skies are blue

And the dreams that you dare to dream

Really do come true

Litteraturliste

- Andersen, F.Ø. (2006). *Flow og fordybelse: virkelystens og det gode livs psykologi*. København: Hans Reitzel Forlag.
- Anthony, W.A. (1993). Recovery from mental illness: The guiding vision of the mental health service system in the 1990's. *Psychosocial Rehabilitation Journal*, 16(4), 11–23.
- Antonovsky, A. (1979). *Health, stress, and coping*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Antonovsky, A. (2000). *Helbredets mysterium: at tåle stress og forbli rask*. København: Hans Reitzel Forlag.
- Askheim, O.P. & Starrin, B. (red.). (2007). *Empowerment: i teori og praksis*. Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: the exercise of control*. New York: Freeman.
- Barrie, J.M. (2007). *Peter Pan*. Oslo: J.M. Stenersens Forlag.
- Bergan, R. (2007). *Film*. Oslo: Damm.
- Berger, P.L. & Luckmann, T. (1971). *The social construction of reality: a treatise in the sociology of knowledge*. Harmondsworth: Penguin.
- Brudal, L.F. (2006). *Positiv psykologi: empati, flyt, kvinne og mann, humor*. Bergen: Fagbokforlaget.
- Bøe, T.D. & Thomassen, A. (2007). *Fra psykiatri til psykisk helsearbeid: om etikk, relasjoner og nettverk*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Cousins, M. (2005). *Filmens historie*. København: Nyt Nordisk Forlag Arnold Busck.
- Csikszentmihalyi, M. (2005). *Flow: optimalopplevelsens psykologi*. København: Dansk psykologisk Forlag.
- Cullberg, J. (2005). *Psykosser: et integrert perspektiv*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Dalgard, O.S., Mykletun, A., Rognerud, M., Johansen, R. & Zahl, P.H. (2007). Education, sense of mastery and mental health: results from a nation wide health monitoring study in Norway. *BMC Psychiatry*, 7:20.
- Diskriminerings- og tilgjengelighetsloven. *Lov om forbud mot diskriminering på grunn av nedsatt funksjonsevne* m.v. 20. juni 2008 nr. 42.
- Dynamitt Filmteam (2008). *Rust* [Film]. Norge: Dynamitt Filmteam.
- Dynamitt Filmteam (2009). *Når musene danser...* [Film]. Norge: Dynamitt Filmteam.

- Eriksen, T.H. (2008). *Storeulvsyndromet: jakten på lykken i overflodsamfunnet*. Oslo: Aschehoug
- Eriksson, M. & Lindström, B. (2005). The reliability and validity of Antonovskys Sense of Coherence Scale. *J Epidemiol Community Health*, 59, 460–466.
- Eriksson, M. (2007). *Unravelling the mystery of salutogenesis: The evidence base of the salutogenic research as measured by Antonovsky's Sense of Coherence Scale*. Åbo: Åbo Akademi.
- Festervoll, Å.V. (2001). *Kultur og helse: i samspill for det gode liv*. Oslo: Kommuneforlaget.
- FN (2006). *Konvensjon om rettighetene til mennesker med nedsatt funksjonsevne*. Geneva: FN.
- Fog, J. (2004). *Med samtalen som utgangspunkt: det kvalitative forskningsinterview*. København: Akademisk Forlag.
- Folkehelseinstituttet (2009). *Psykiske lidelser i Norge: Et folkehelseperspektiv*. Oslo: Folkehelseinstituttet.
- Forman, M. (1975). *Gjokeredet* [Film]. USA: Fantasy Films.
- Forskningsetiske komiteer (2009). Hentet fra <www.etikkom.no>
- Forster, M. (2004). *Finding neverland* [film]. USA/UK: Miramax Films.
- Freire, P. (1999). *De undertrykte pedagogikk*. Oslo: Ad Notam Gyldendal.
- Gadamer, H.G. (2001). Språk og forståelse. I Lægreid, S. & Torgeir Skorgen, T. (red.), *Hermeneutisk lesebok* (s. 147–162). Oslo: Spartacus.
- Gilje, N. & Grimen, H. (1993). *Samfunnsvitenskapenes forutsetninger: innføring i samfunnsvitenskapenes vitenskapsfilosofi*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Giorgi, A. (1985). *Phenomenology and psychological research: essays*. Pittsburgh, PA: Duquesne University Press.
- Goffman, E. (1983). *Totala institutioner: fyra essayer om anstaltslivets sociala villkor*. Stockholm: Rabén & Sjögren.
- Grape, C., M. Sandgren, Hansson, L.O., Ericson, M. & Theorell, T. (2003). Does singing promote well-being?: An empirical study of professional and amateur singers during a singing lesson. *Integrative physiological and behavioral science*, 38(1), 65–74.
- Guba, E.G. & Lincoln, Y.S. (1994). Competing paradigms in qualitative research. I Denzin, N.K & Lincoln, Y.S. (red.), *Handbook of qualitative research* (s. 105–117). London: Sage Publications.
- Hacking, I. (2000). *Social konstruktion av vad?*. Stockholm: Thales.

- Halkier, B. (2002). *Fokusgrupper*. Frederiksberg: Samfundslitteratur & Roskilde Universitetsforlag.
- Halvorsen, K. (2008). *Å forske på samfunnet: en innføring i samfunnsvitenskapelig metode*. Oslo: Cappelen Akademisk Forlag.
- Haugsgjerd, S., Jensen, P., Karlsson, B. & Løkke, J.A. (2009). *Perspektiver på psykisk lidelse: å forstå, beskrive og behandle*. Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Heap, K. (2005). *Gruppet metode for sosial- og helsearbeidere*. Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Irwin, D.M. & Bushnell, M.M. (1980). *Observational strategies for child studies*. New York: Holt, Rinehart and Winston.
- Hem, K.G., Aas, H.N. & Piene, H. (1997). *Utvikling av funksjonshemmedes levekår fra 1987–1995: Analyse av fire undersøkelser fra Statistisk sentralbyrå*. Trondheim: SINTEF Unimed.
- Hoff, A. & Bringsværd, T.Å. (2002). *Mitt liv som film*. Oslo: Tiden.
- Humerfelt, K. (2005). Begrepene brukermedvirkning og brukerperspektiv: honnørord med lavt presisjonsnivå. I Willumsen, E. (red.), *Brukernes medvirkning!: kvalitet og legitimitet i velferdstjenesten* (s. 15–33). Oslo: Universitetsforlaget.
- Jacobsen, F. (2007). *Videologi. Håndbok i video- og filmproduksjon*. Oslo: Amalie forlag.
- Jensen, P. (red.) (2004). *Recovery på dansk: at overvinde psykosociale handicap*. Århus: Systime Academic.
- Karlsson, B. (2004). Strålende!!!. *Tidsskrift for psykisk helsearbeid*, 1, 2–3.
- Kjærulff, B. (2007). *Når omsorg bliver til omklamring*. Hentet fra: <<http://botilbuddetkragelund.dk/idd13.asp>>
- Kjørup, S. (2001). Den ubegrundede skepsis: en kritisk diskussion af socialkonstruksjonens filosofiske grunnlag. *Sosiologi i dag*, 2, 5–22.
- Koelen, M.A. & Lindström, B. (2005). Making healthy choices easy choices: the role of empowerment. *European Journal of Clinical Nutrition*, 59, Suppl. 1, 510–516.
- Konlaan, B.B., L.O. Bygren mfl. (2000). Visiting the cinema, concerts, museums or art exhibitions as determinant of survival: a Swedish fourteen-year cohort follow-up. *Scandinavian journal of public health*, 28 (3), 174–178.
- Konopka, G. (1972). *Social group work: a helping process*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Kruise, E. (2007). *Kvantitative forskningsmetoder: i psykologi og tilgrænsende fag*. København: Dansk psykologisk Forlag.

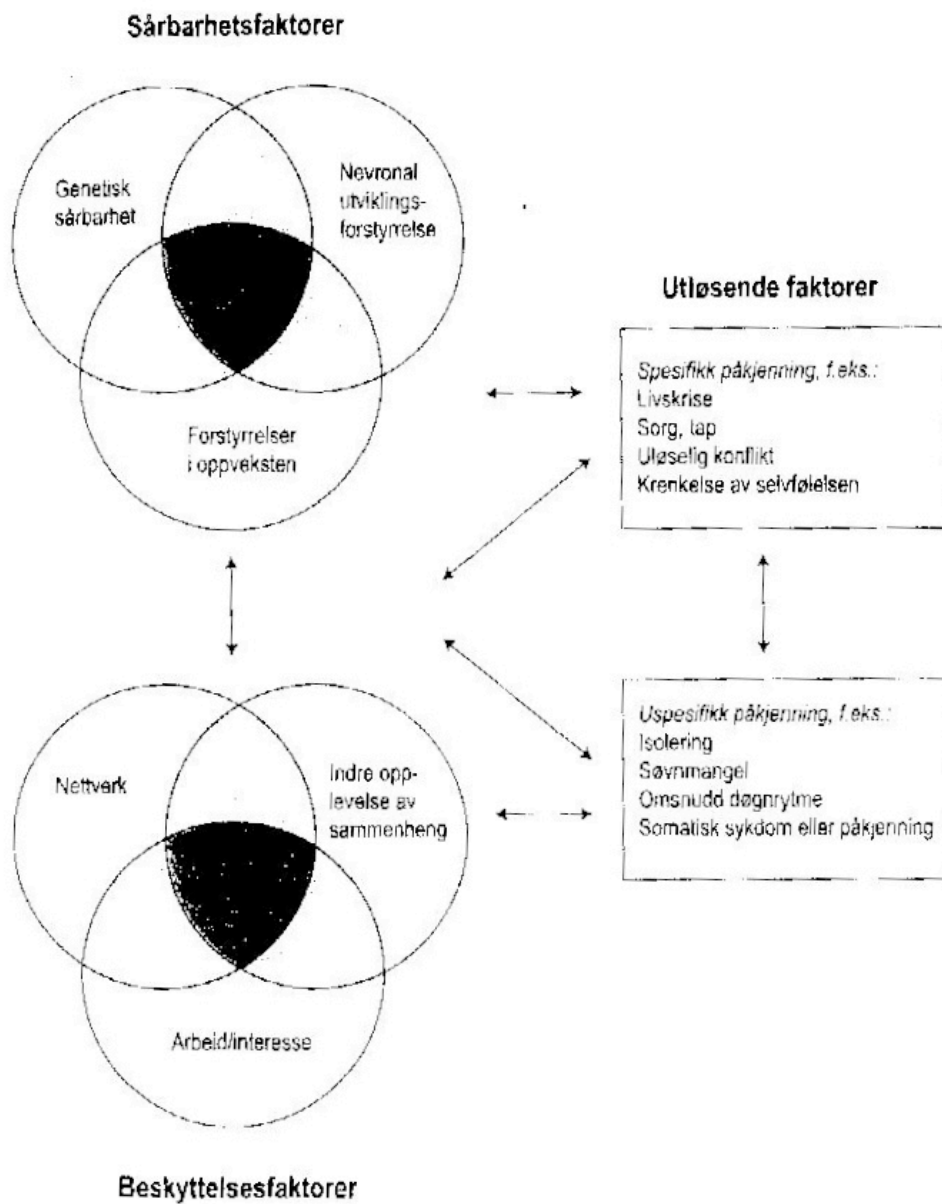
- Kulturforbundet (2007). *Kultur former framtida: Hvordan og hvorfor kultur virker*. Oslo: Andrimne Forlag og Kommunikasjonshus AS.
- Kulturlova. *Lov om offentlege styresmakters ansvar for kulturverksemd* m.v. 29. juni 2007, nr. 89.
- Kvale, S. (1997). *Det kvalitative forskningsintervju*. Oslo: Ad Notam Gyldendal.
- Kvale, S. & Brinkmann, S. (2009). *Det kvalitative forskningsintervju*. Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Lambert, M.J. (2003). Psychotherapy Outcome Research: Implications for Integrative and Eclectic Therapists. I Norcross, J.C & Goldfried, M.R. (red.), *Handbook of Psychotherapy Integration* (s. 94–129). Cary, NC: Oxford University Press.
- Lazarus, R.S. & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York: Springer Publ. Co.
- Lemvik, B. (2006). *Å skape gode livsvilkår: psykisk helsearbeid i kommunen*. Oslo: Kommuneforlaget.
- Lieberman, R.P. (1992). *Handbook of psychiatric rehabilitation*. New York: Macmillan.
- Lincoln, Y.S. & Guba, E.G. (1985). *Naturalistic inquiry*. Beverly Hills, CA: Sage Publications.
- Lindström, D. (2006). *Sjung, sjung för livet!: en studie av körsång som pedagogisk verksamhet och av deltagarnas upplevelse av hälsa och livskvalitet*. Luleå: Luleå tekniska universitet/Musik och medier/Musikhögskolan.
- Lundman, B.G. & Hällgren, U. (2008). Kvalitativ innehållsanalys. I Granskär, M. & Nielsen, B.H. (red.), *Tillämpad kvalitativ forskning inom hälso- och sjukvård* (s. 159–172). Lund: Studentlitteratur.
- Lynch, D. (2007). *Catching the big fish: Meditasjon, bevissthet og kreativitet*. Oslo: Lille Måne.
- Madsbu, J.P. (2004). *Realisme og relativisme innenfor sosial konstruktivisme*. Høgskolen i Hedmark, Notat 9.
- Malterud, K. (2003). *Kvalitative metoder i medisinsk forskning: en innføring*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Morgan, D.L. (1997). *Focus groups as qualitative research*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Morse, J.M. (1994). *Critical issues in qualitative research methods*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Mæland, J.G. (2005). *Forebyggende helsearbeid: i teori og praksis*. Oslo: Universitetsforlaget.

- Naper, Ø. (2006). Det har styrket meg, og gjort meg helere. Betydningen av kunst, kultur og estetikk for psykisk helse og utbyttet av oppholdet i institusjon. *Tidsskrift for psykisk helsearbeid*, 2, 130–141.
- Niemiec, R.M. & Wedding, D. (2008). *Positive Psychology at the Movies: Using Films to Build Virtues and Character Strengths*. Cambridge: Hogrefe & Huber Publishers.
- Nilsen, L. (2003, 18. desember). Selvfølelse som immunforsvar. *Dagens medisin*. Hentet fra: <<http://www.dagensmedisin.no>>
- NOU 2001:22. *Fra bruker til borger: En strategi for nedbygging av funksjonshemmende barrierer*. Oslo: Sosial- og helsedepartementet.
- Opjordsmoen, S. & Vaglum, P. (Red). (2008). *Oss imellom: om relasjonenes betydning for mental helse*. Stavanger: Hertervig Akademisk.
- Rabiger, M. (2008). *Directing: Film Techniques and Aesthetics*. Leicester: Focal Press.
- Rappaport, J. (1985). The Power of Empowerment Language. *Social Policy*, 16, 15–21.
- Rogers, C. (1957). The Necessary and Sufficient Conditions of Therapeutic Personality Change. *Journal of Consulting Psychology*, 2, 95–103.
- Romsland, G.I. (2003). *Mennesker med psykiske lidelser i kulturtiltak*. Hovedfagsoppgave i kultur. Høgskolen i Telemark, avdeling for allmenne fag.
- Rüsch, N., Angermeyer, M.C. & Corrigan, P.W. (2005). Mental illness stigma: Concepts, consequences, and initiatives to reduce stigma. *European Psychiatry* 20, 529–539.
- Patton, M.G. (2002). *Qualitative research & evaluation methods*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Peterson, C. & Seligman, M.E.P. (2004). *Character strengths and virtues: a handbook and classification*. Hentet fra Ebrary.
- Seligman, M.E.P. (2007). *Ekte lykke: Positiv psykologi i praksis*. Oslo: Kaleidoskopet.
- Skjervheim, H. (1974). *Objektivismen – og studiet av mennesket*. Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Skårderud, F. (1984). *Farvel til institusjonen*. Oslo: Gyldendal.
- Solomon, B. (1976). *Black Empowerment: Social work in oppressed communities*. New York: Columbia University Press.
- Sosial- og helsedirektoratet (2005). *Psykisk helsearbeid for voksne i kommunene*. Oslo: Sosial- og helsedirektoratet.
- SOU 2000:91. *Hälsa på lika villkor – nationella mål för folkhälsan*. Stockholm: Socialdepartementet.

- St.prp. nr. 63 (1997–1998). *Om opptrappingsplanen for psykisk helse 1999–2006*. Oslo: Sosial- og helsedepartementet.
- St.prp. nr. 1 (2008–2009). *Kulturløftet*. Oslo: Kirke- og undervisningsdepartementet.
- St.meld. nr. 25 (1996–1997). *Åpenhet og helhet: om psykiske lidelser og tjenestetilbudet*. Oslo: Sosial- og helsedepartementet.
- St.meld. nr. 48 (2002–2003). *Kulturpolitikk frem mot 2014*. Oslo: Kultur- og kirke departementet.
- St.meld. nr. 47 (2008–2009). *Samhandlingsreformen*. Oslo: Helse- og omsorgsdepartementet.
- Stavanger kommune (2005). *Handlingsplan for film 2006–2009*. Stavanger: Stavanger kommune.
- Stavanger kommune (2008). *Dynamitt Prosjektrapport*. Stavanger: Stavanger kommune.
- Stavanger kommune (2009). *Kommunedelplan for kunst og kultur: Kulturbyen Stavanger 2010–2017*. Stavanger: Stavanger kommune.
- Stewart, D.W, Shamdasani, P.N & Rook, D.W (2007). *Focus groups: Theory and Practice*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Straume, L.V. (2004). *Flow as a resource: a contribution to organizational psychology*. Trondheim: Tapir Akademisk Forlag.
- Szent-Györgyi, A. (1980). Dionysians and Apollonians. I Key, R.D (red), *The relationship of verbal and non-verbal communication* (s. 317–318). New York: Mouton.
- Tellnes, G. (2007). Salutogenese–hva er det? *Michael*, 4, 144–149.
- Thagaard, T. (2009). *Systematikk og innlevelse: en innføring i kvalitativ metode*. Bergen: Fagbokforlaget.
- Thorgaard, L. & Haga, E. (2006). *Gode relationsbehandlere og god miljøterapi: Relationsbehandling i psykiatrien, bind I*. Stavanger: Hertervig Forlag.
- Topor, A. (2006). *Hva hjelper?: veier til bedring fra alvorlige psykiske problemer*. Oslo: Kommuneforlaget.
- Topor, A. (2008). Är pengar terapeutiska? Ekonomins följder för den psykiska (o-)hälsan. *Impuls*, 2, 68–75.
- Tornatore, G. (1988). *Nuovo cinema Paradiso* [Film]. Italia/Frankrike: Cristaldifilm.
- Westlund, P. & Sjöberg, A. (2005). *Antonovsky inte Maslow: för en salutogen omsorg och vård*. Solna: Fortbildningsförlaget.

- Weston, J. (1996). *Casting Actors: Creating Memorable Performances for Film and Television*. Los Angeles, CA: Michael Wiese Productions.
- WHO (1986). *The Ottawa Charter for Health Promotion*. Ottawa: WHO.
- Widerberg, K. (2001). *Historien om et kvalitativt forskningsprosjekt: en alternativ lærebok*. Oslo: Universitetsforlaget.
- World Medical Association (2008). *World Medical Association Declaration of Helsinki*. Helsinki: World Medical Association.
- YouTube – Broadcast Yourself (2009). Hentet fra <<http://www.youtube.com/t/about>>
- Zemeckis, R. (1994). *Forrest Gump* [Film]. USA: Paramount Pictures.
- Zubin J. & Spring B. (1977). Vulnerability: a new view of schizophrenia. *Journal of Abnormal Psychology* 2, 103–124.

Figur 1: Sårbarhet-stress-modellen (Cullberg, 2005).



Figur 8.1 Utløsende faktorer interagerer på en kompleks måte med sårbarhetsfaktorer og med individets og omgivelsenes beskyttelsesfaktorer

Vedlegg 1: Databasesøk

Det er søkt på følgende databaser:

ASK2
Bibsys mime
Academic Search Elite
Idun
PsycINFO
Cinahl
Medline

Følgende søkeord er brukt enten hver for seg eller i relevante kombinasjoner på både engelsk og norsk:

Antonovsky
Brukermedvirkning
Empowerment
Film
Grupper
Helsefremmende arbeid
Kultur
Kulturaktiviteter
Kunst
Livskvalitet
Mening
Mestring
Musikk
Positiv psykologi
Psykisk helse
Recovery
Relasjoner
Salutogenesen
Teamwork

Vedlegg 2: Oversikt 24 signaturstyrker i positiv psykologi

- For å oppnå **visdom og kunnskap** kreves 1) nysgjerrighet, 2) kjærighet til kunnskap, 3) fordomsfrihet, 4) oppfinnsomhet 5) sosial intelligens og 6) perspektiv
- For å oppnå **mot** kreves 7) tapperhet, 8) utholdenhet og 9) integritet.
- For å oppnå **kjærighet og medmenneskelighet** kreves 10) vennlighet og 11) kjærighet.
- For å oppnå **rettferdighet** kreves 12) lojalitet, 13) rettskaffenhet og likebehandling og 14) lederegenskaper.
- For å oppnå **måtelighet** kreves 15) selvregulering, 16) varsomhet og 17) ydmykhet.
- For å oppnå **åndelighet og transcendens** kreves 18) sans for skjønnhet og dyktighet, 19) takknemlighet, 20) håp, 21) åndelighet, 22) tilgivelse, 23) lekenhet og humor og 24) livsglede (Seligman, 2007).

Vedlegg 3: Temaguide



Intro

- **Kan dere fortelle litt om bakgrunnen for deres deltakelse i Dynamitt Filmteam?**
 - Hva var det som gjorde at dere ble interessert?
 - Hvor lenge har dere vært med?

Mestring

- **Hvordan opplever dere det å være med på å lage kortfilm?**
 - Positive / negative opplevelser
 - Følelser knyttet opp mot deltakelse i kortfilmproduksjon
- **Hvilken betydning har det hatt for dere å være med å lage film i en gruppe?**
 - Lykke / trivsel / flow
 - Mening
 - Mestring
- **Har livene deres endret seg på noen måte på grunn av deltakelse i kortfilmproduksjon?**
 - Med hensyn til helse / bedringsprosesser
 - Med hensyn til livskvalitet

Empowerment

- **Hvordan har dere fått bidratt med deres kunnskaper og ferdigheter i kortfilmproduksjonen?**
- **Opplever dere å ha blitt styrket etter å ha vært med på kortfilmproduksjon? Evt på hvilken måte?**
- **Har dere hatt innflytelse og makt i forhold til kortfilmproduksjonen? Evt hvordan?**
- **Har fagpersonene i filmgruppen gitt dere ansvar og myndighet i kortfilmproduksjonsprosessen? Evt hvordan?**

Relasjoner

- **Kan dere fortelle om hvordan samspillet i filmgruppen har fungert?**
- **Hvilke oppgaver / roller har dere hatt i forhold til laging av kortfilm?**
 - o Manus, skuespill, regi, kamera, lyd, lys, redigering, produksjon med mer
- **Hvordan har deltakerne i filmgruppen støttet og hjulpet hverandre?**
 - o Be deltakerne fortelle og bruke konkrete eksempler
- **Hvordan har relasjonene mellom fagpersonell og brukere i filmgruppen vært?**

Vedlegg 4: Informasjonsskriv med samtykkeskjema

Forespørsel om å delta i fokusgruppeintervju i forbindelse med masteroppgave



Prosjektets formål

Jeg er masterstudent i Helse- og sosialfag med fokus på brukerperspektivet ved Universitet i Stavanger. Tema for masteroppgaven er [kortfilmproduksjon](#) og [psykisk helse](#) og problemstillingen er:

Hvordan opplever personer med psykiske lidelser det å være med på kortfilmproduksjon i en gruppe?

For å finne ut av dette, ønsker jeg å intervju inntil seks personer i et fokusgruppe-intervju. Disse personene må ha vært med i hele filmproduksjonsprosessen fra ide, manusutvikling, førproduksjon, filming og etterproduksjon. Varigheten av fokusgruppeintervjuene er inntil 1,5 timer og vil foregå onsdag 21.oktober 18.00-kl 19.30 ved Kulturaktiviteten. Det vil bli servert pizza og brus etter fokusgruppeintervjuene.

Spørsmålene vil dreie seg om hvordan den enkelte opplever det å ha vært med på å lage kortfilm, hvordan den enkelte har fått bidratt med sine kunnskaper og ferdigheter og om han eller hun opplevde å ha hatt innflytelse i selve kortfilmproduksjonsprosessen.

Deltakelse og etisk vurdering

Det er helt frivillig å være med i fokusgruppeintervjuet og du har mulighet til å trekke deg når som helst underveis, uten å måtte begrunne dette nærmere. Dersom du ikke ønsker å delta i studien eller senere ønsker å trekke deg, vil ikke dette ha noen betydning for ditt forhold til Dynamitt Filmteam. Dersom du trekker deg vil alle innsamlede data om deg bli anonymisert.

Det vil bli gjort lydopptak av intervjuet. Opplysningene vil bli behandlet konfidensielt, og ingen enkeltpersoner vil kunne kjenne deg igjen i den ferdige oppgaven. Opplysningene anonymiseres og opptakene slettes når oppgaven er ferdig, innen juni 2010. Prosjektleder, Stig Erlend Midtgård og veileder, Kristin Humerfelt har tilgang til personopplysninger og lydopptak fra intervjuene og disse er underlagt taushetsplikt.

Studien er godkjent av Personvernombudet for forskning, Norsk samfunnsvitenskaplig datatjeneste A/S (NSD).

Spørsmål

Hvis det er noe du lurer på kan du ringe meg på telefon 47 88 40 22 eller sende en epost til stigmatgaard@hotmail.com. Du kan også kontakte min veileder Kristin Humerfelt, ved Universitet i Stavanger, Det samfunnsvitenskaplige fakultet, Institutt for helsefag på telefon 51 83 42 83.

Med vennlig hilsen

Stig Erlend Midtgård

Samtykkeerklæring

Jeg har mottatt informasjon om studien ”*kortfilmproduksjon og psykisk helse*” og ønsker å stille på fokusgruppeintervju. Jeg har lest informasjonsskrivet. Jeg vet at deltakelse i prosjektet er frivillig, at jeg kan trekke meg når som helst og at alle opplysningene om meg vil bli behandlet konfidensielt, forsvarlig oppbevart og anonymisert. Ved spørsmål kan jeg kontakte Stig Erlend Midtgård

Telefon: 478 84 022

E-post: stigmatgaard@hotmail.com

Signatur..... Telefonnummer:.....



Kristin Humerfelt
Institutt for helsefag
Universitetet i Stavanger
Ullandhaug
4036 STAVANGER

Vår dato: 26.01.2009

Vår ref: 20503 / 2 / IB

Deres dato:

Deres ref:

TILRÅDING AV BEHANDLING AV PERSONOPPLYSNINGER

Vi viser til melding om behandling av personopplysninger, mottatt 19.11.2008. All nødvendig informasjon om prosjektet forelå i sin helhet 08.01.2009. Meldingen gjelder prosjektet:

20503	<i>Finding neverland- Om filmproduksjon, empowerment og mestring</i>
Behandlingsansvarlig	Universitetet i Stavanger, ved institusjonens overste leder
Daglig ansvarlig	Kristin Humerfelt
Student	Stig Erlend Midtgård

Personvernombudet har vurdert prosjektet, og finner at behandlingen av personopplysninger vil være regulert av § 7-27 i personopplysningsforskriften. Personvernombudet tilrår at prosjektet gjennomføres.

Personvernombudets tilråding forutsetter at prosjektet gjennomføres i tråd med opplysningene gitt i meldeskjemaet, korrespondanse med ombudet, eventuelle kommentarer samt personopplysningsloven/-helseregisterloven med forskrifter. Behandlingen av personopplysninger kan settes i gang.

Det gjøres oppmerksom på at det skal gis ny melding dersom behandlingen endres i forhold til de opplysninger som ligger til grunn for personvernombudets vurdering. Endringsmeldinger gis via et eget skjema, http://www.nsd.uib.no/personvern/forsk_stud/skjema.html. Det skal også gis melding etter tre år dersom prosjektet fortsatt pågår. Meldinger skal skje skriftlig til ombudet.

Personvernombudet har lagt ut opplysninger om prosjektet i en offentlig database, <http://www.nsd.uib.no/personvern/prosjektoversikt.jsp>.

Personvernombudet vil ved prosjektets avslutning, 15.12.2009, rette en henvendelse angående status for behandlingen av personopplysninger.

Vennlig hilsen


Bjørn Henriksen


Inga Brautaset

Kontaktperson: Inga Brautaset tlf: 55 58 26 35
Vedlegg: Prosjektvurdering
Kopi: Stig Erlend Midtgård, Glassbegerveien 151, 4032 STAVANGER



Personvernombudet finner at behandlingen av personopplysninger kan finne sted med hjemmel i personopplysningsloven §§ 8 første ledd og 9 a) (samtykke).

Utvalget består av 8 personer med psykiske lidelser som har vært med i filmgruppen Dynamitt Filmteam.

Prosjektleder, som selv har jobbet i filmgruppen, oppretter førstegangskontakt med utvalget.

Det innhentes samtykke på grunnlag av skriftlig informasjon om prosjektet. Informasjonsskrivet som forelå 08.01.2009 finnes tilfredsstillende, forutsatt at følgende endringer foretas:

- det bør tilføyes at det vil bli gjort lydopptak av intervjuet
- det kan gjerne presiseres hvem som har tilgang til personopplysninger og lydopptak (kun prosjektleder, ev. også veileder), og at disse er underlagt taushetsplikt
- i avsnittet om frivillighet kan det gjerne presiseres at det ikke vil ha noen betydning for de forespurtes forhold til Dynamitt Filmteam dersom de ikke vil delta i studien eller senere ønsker å trekke seg

Ombudet ber om å få tilsendt endelig versjon av informasjonsskrivet før dette distribueres til utvalget.

Data innhentes gjennom gruppeintervju som tas opp på lydfil. Det registreres opplysninger om informantenes erfaringer og følelser i forbindelse med deltagelse i filmteamet, knyttet til filmproduksjon, empowerment og mestring.

Det registreres ingen direkte personopplysninger i datamaterialet, men det tas høyde for at enkeltpersoner vil kunne være indirekte identifiserbare, blant annet ut fra beskrivelser av hvilken rolle de har hatt i filmteamet (informantene har deltatt i produksjonen av en kortfilm, og navnene deres fremgår av filmens rulletekst og omslag). Informantene anonymiseres i publikasjon.

Ombudet tar høyde for at det kan registreres sensitive personopplysninger om helseforhold, jf. personopplysningsloven § 2, pkt. 8 c).

Prosjektslutt er angitt til 15.12.2009. Datamaterialet skal da anonymiseres. For at datamaterialet skal være anonymt må lydopptak slettes, og direkte og indirekte personidentifiserende opplysninger slettes eller omkodes/grovkategoriseres, slik at ingen enkeltpersoner kan kjennes igjen.

Prosjektleder opplyser at prosjektet er meldt til Regional komité for medisinsk forskningsetikk (REK). Ombudet ber om å få tilsendt kopi av godkjenningen fra REK når denne foreligger.



UNIVERSITETET I BERGEN

Regional komité for medisinsk og helsefaglig forskningsetikk, Vest-Norge (REK Vest)

Kristin Humerfelt
Institutt for helsefag
Det samfunnsvitenskaplige fakultet
Universitetet i Stavanger
4036 Stavanger

Deres ref	Vår ref	Dato
	2009/307-CAG	02.02.2009

Ad. prosjekt: Finding neverland. Om filmproduksjon, empowerment og mestring
(018.09).

Det vises til din søknad om godkjenning av forskningsprosjekt, datert 30.12.08.

Komiteen behandlet søknaden i møtet den 22.01.09.

Prosjektet handler om deltakernes opplevelser ved å delta i en filmgruppe, som er et lavterskeltilbud for personer med psykiske lidelser. Det er uklart for komiteen om filmgruppen er et terapeutisk tilbud eller et velværetilbud. Komiteen legger til grunn at det er snakk om et velværetilbud ettersom prosjektet presenteres som ikke-terapeutisk i søknaden.

REK Vest anser prosjektet som lite inngripende for deltakerne og betrakter helseopplysningene som vil inngå i undersøkelsen for å være av marginal betydning for forsøkspersonene. Komiteen definerer derfor søknaden for å være utenfor mandat.

Vedtak:

Søknaden avvises da det ligger utenfor komiteens mandat. Prosjektet kan således gjennomføres uten godkjenning fra REK.

Vennlig hilsen


Jon Lekven
leder


Camilla Gjerstad
førstekonsulent

De regionale komiteene for medisinsk og helsefaglig forskningsetikk foretar sin forskningsetiske vurdering med hjemmel i Forskningsetikklovens § 4. Saker vedrørende forskningsbiobanker behandles i samsvar med Biobankloven. Saksbehandlingen følger Forvaltningsloven.

Postadresse	rek-vest@uib.no	Regional komité for medisinsk og helsefaglig forskningsetikk, Vest-Norge	Besøksadresse
Postboks 7804	www.etikkom.no/REK		Haukeland Universitetssykehus
5020 Bergen	Org no. 874 789 542	Telefon 55 97 84 97 / 98 / 99	

side 1 av 1