

Når dokumentaristen bruker seg selv i et kroppslig eksperiment



Universitetet
i Stavanger

Hanne Høyland

MDOMAS

Master i dokumentarproduksjon

Institutt for medie-, kultur-, og samfunnsfag

Universitetet i Stavanger

Vår 2015

1	Innledning	3
1.1	Problemstilling	5
1.2	Struktur	5
2	Teori	6
2.1	Begrep	6
2.2	Historie	7
2.2.1	Filmskaperen blir personlig	8
2.2.2	Kroppen som eksperiment	10
2.3	Teoretikere om sjangeren	12
2.4	Bill Nichols sine moduser	14
2.5	Oppsummering	16
3	Metodekapittel	17
3.1	Filmanalyse	17
3.2	Utvalg	19
3.3	Beskrivelse av utvalget	20
3.3.1	Prosjekt perfekt (2014), Ida Fladen, dokumentarserie	21
3.3.2	I want to look like that guy (2009), Stuart MacDonald, dokumentarfilm	22
3.4	Kategori	22
3.5	Bill Nichols	23
3.6	Narrative modeller	24
3.7	Svakheter og reliabilitet	26
4	Filmanalyse	28
4.1	Introduksjon til filmanalyse	28
4.2	Virkemidler i "Prosjekt perfekt"	28
4.2.1	Videodagbok	28
4.2.2	Voice-over	30
4.2.3	Intervju	31
4.2.4	Tekst	32
4.2.5	Musikk	34
4.3	"Prosjekt perfekt" sett i lys av Nichols sine moduser	36
4.3.1	Deltakende modus	36
4.3.2	Ekspositorisk modus	37
4.3.3	Refleksiv og Performativ modus:	37
4.4	"Prosjekt perfekt" i narrative modeller	38
4.5	Virkemidler i "I want to look like that guy"	40
4.5.1	Videodagbok	40
4.5.2	Voice-over	41
4.5.3	Intervju	42
4.5.4	Tekst	43
4.5.5	Musikk	46
4.5.6	Stillbilledokumentasjon	47
4.6	"I want to look like that guy" sett i lys av Nichols sine moduser	48
4.6.1	Deltakende modus	48
4.6.2	Ekspositorisk modus	49
4.6.3	Performativ modus:	49
4.7	"I want to look like that guy" i narrative modeller	50
5	Drøfting	53
5.1	Innledning drøfting	53
5.2	Sammenlignet kategorisering	53
5.2.1	Videodagboka	54
5.2.2	Voice-over	54

5.2.3	Intervju.....	55
5.2.4	Tekst.....	55
5.2.5	Musikk.....	56
5.2.6	Stillbilledokumentasjon.....	56
5.3	Sett i lys av Nichols sine moduser.....	57
5.4	Sett i lys av narrative modeller.....	58
5.5	Oppsummerende tanker.....	59
6	Oppsummering og konklusjon.....	61

1 Innledning

Dokumentarfilmer hvor dokumentaristen bruker seg selv som hovedperson er en sjanger som har vært under stor utvikling i nyere tid. Samtidig har flere dokumentarer hatt et tydelig personlig uttrykk siden 1990-tallet. Denne utviklingen har skjedd i Norge, parallelt med en internasjonal utvikling. I Norge kalles denne sjangeren for "den personlige dokumentaren" av regissør og filmviter Nina F. Grünfeld. Det som kjennetegner denne sjangeren er at filmskaperen benytter egne historier og erfaringer i valg av handling og tema (Bastiansen, Aam, 2014).

Et tidlig eksempel på denne formen for dokumentar er den amerikanske filmen "Nobodys Business" (1996), som er laget av Alan Berliner. Han skildrer sitt kompliserte forhold til sin far, som ikke ønsker å snakke om fortiden. I kjølvannet av denne dokumentarfilmen har det dukket opp en rekke slike filmer, der dokumentaristen konfronterer sine foreldre med ulike personlige problemstillinger. Den norske dokumentaren "Alt om min far" (2002) av Even Benestad er et eksempel på dette. I hans film konfronterer han farens valg om å leve åpent med sin transesksuelle legning, og hva det har kostet for familien hans. Mens et nyere eksempel er den norske filmen "Min mors hemmelighet" (2009) av Ellen-Astrid Lundby. Dokumentaren skildrer hennes mors historie, der hun på grunn av karrieremessige årsaker har fornektet sin samiske bakgrunn (Bastiansen, Aam, 2014).

I tillegg har det også kommet til flere type dokumentarer, der dokumentaristen gjør seg selv til hovedperson. Et klassisk eksempel på dette er den norske dokumentaren "Kroppen min" (2002), som handler om filmskaper Margreth Olins kropp og dens historie. Videre har vi de norske dokumentarfilmene "Gunnar goes comfortable"(2003) og "Gunnar goes God" (2010), som er filmskaper Gunnar Hall Jensens historie om seg selv, som tar for seg lykke, identitet og middelklasseverdier.

En annen filmskaper som må nevnes i denne sammenheng er amerikanske Michael Moore, som lager politisk personlig dokumentarer. Hans filmer er som regel samfunnskritiske med et tydelig personlig tilsnitt. Gjennombruddsfilmen hans var "Roger & Me" fra 1989, hvor han undersøker årsaken for den økonomisk vanskelige bakgrunnen til hjembyen hans Flint (Bastiansen, Aam, 2014). Siden har han produsert en rekke samfunnskritiske dokumentarer, der hans subjektive meninger kommer

ettertrykkelig frem. "Bowling for Columbine" (2002) og "Fahrenheit 9/11"(2004) er to eksempler på dette.

En populær innfallsvinkel til den personlige dokumentaren er når filmskaperen bruker seg selv i et kroppslig eksperiment. Fra begynnelsen på 2000-tallet og frem til i dag finnes det mangfoldige dokumentarer der det gjøres kroppslige eksperiment i den ene og den andre retningen. Noen velger å la kroppen forfalle, som Kristopher Schau gjorde i dokumentarserien "Forfall" (2001). Her var hensikten å se hvor mye han kunne få kroppen sin til å forfalle på en uke (NRK, 2001). Samme ide som forfall finner vi igjen i "Super Size me" (2004) fra USA, hvor dokumentaristen Morgan Spurlock lever på McDonalds-mat i en måned. Andre velger derimot å gå motsatt vei, og lager filmer der kroppen eksperimenteres med i en positiv retning. Eksempler på dette er den australske dokumentaren "Fat sick & nearly dead" (2010), hvor filmskaper Joe Cross dokumenterer sin reise fra syk og overvektig til å gjøre en helomvending i kosthold og livsstil. Et annet eksempel er "I Want to Look Like That Guy" (2009), hvor filmskaper Stuart MacDonald trer inn i fitnesslivet for å finne ut hvor mye det koster å se ut som en bodybuilder.

"I Want to Look Like That Guy" leder oss inn på mitt personlige prosjekt, som minner om MacDonalds film. En ekstrem nysgjerrighet på kropp og trening lokket meg inn i fitnesslivet, da masterstudentene ved Dokumentarproduksjon fikk muligheten til å lage hver sin dokumentarfilm som masteroppgave. På bare seks måneder skulle jeg dokumentere prosessen fra å være en helt vanlig jente, til å stå på scenene under Sandefjord Open, som deltaker i en bikinifitnesskonkurranse. Kort fortalt er dette en fitnessgren innen kroppsbygging som har blitt svært populær blant unge jenter, siden sin ankomst i 2011 (NKF, 2015). Dokumentarprosjektet heter "Muscle Me" og jeg er hovedperson i egen film. Dette har gjort meg interessert i dokumentaristen som bruker seg selv som hovedperson i egen film. Dermed ønsker jeg at den skriftlige delen og produksjonen skal komplementere hverandre, slik at jeg kan sette det teoretisk analytiske opp mot det praktiske.

Teoretikeren Bill Nichols kaller den personlige dokumentaren for den deltakende modus, og beskriver den i stor grad på samme måte som våre norske teoretikere (Nichols, 2010). For å spisse oppgaven vil jeg spesifikt se på dokumentarfilmer der dokumentaristen bruker den deltakende modusen, samtidig som

de bruker seg selv i et kroppslig eksperiment. I tillegg ønsker jeg å se på forskjeller mellom Norge og USA.

1.1 Problemstilling

Dette leder oss til problemstillingen som denne masteroppgaven skal svare på.

Hva kjennetegner den personlige dokumentaren hvor dokumentaristen bruker seg selv i et kroppslig eksperiment, slik det kommer til uttrykk i den amerikanske dokumentarfilmen "I want to look like that guy" og den norske livsstilserien "Prosjekt perfekt"? Er det forskjeller mellom norsk og amerikansk dokumentar innen sjangeren?

I tillegg vil jeg ta for meg tre forskningsspørsmål som skal fungere som et hjelpemiddel for å ordentlig svar på problemstillingen.

Jeg har valgt å utdype problemstillingen min ved å stille tre forskningsspørsmål.

- *Hvilke virkemidler går igjen i dokumentarfilmen og dokumentarserien der dokumentaristen bruker seg selv i et kroppslig eksperiment?*
- *Hva skiller TV-produksjon fra dokumentarfilm produsert for kino og dvd?*
- *Hvor plasseres dokumentarfilmen og dokumentarserien, sett i lys av Bill Nichols sine moduser?*

1.2 Struktur

Oppgavens struktur består først av et teorikapittel der det blir redegjort for historie og ulike begrep. Deretter presenteres det hvilken metode som skal brukes for å svare på problemstillingen i et metodekapittel. Videre analyseres filmene ved bruk av metode i et eget analysekapittel. Funnene drøftes deretter i et eget drøftingskapittel, før oppgaven avsluttes med en oppsummering og konklusjon.

Dette er mitt bidrag til et område det er forsket lite på.

2 Teori

Dette kapittelet inneholder en kort oversikt over selfiedokumentarens historie. I tillegg vil det bli redegjort for ulike begrep, som senere skal knyttes opp mot en filmanalyse.

2.1 Begrep

For å oppnå en felles oppfatning av det som omtales, er det behov for å definere noen begrep som brukes i denne oppgaven.

Dokumentarist: Noen vil kanskje forbinde denne rollen med regissør. I veldig mange tilfeller er det også riktig, men i denne sammenheng omtales hovedpersonene i filmene som dokumentarister. Det er fordi de deler sine personlige reiser, ved selv å dokumentere dem. Årsaken til at jeg ønsker å definere det på denne måten er at dokumentarserien, som brukes i analysen, "Prosjekt perfekt" er regissert av Jørn Berge Larsen, og hovedperson Ida Fladen omtales som programleder. Men jeg ser på Ida Fladen som dokumentarist i denne sammenheng.

Selfie: Et bilde man tar av seg selv. Det er vanlig at slike bilder blir tatt med smarttelefon eller et webkamera, deretter er det vanlig at bildet blir lastet opp til sosiale medier. Sistnevnte er ikke et krav.

Selfie-generasjon: Dagens unge. I hovedsak dagens ungdom og dagens unge voksne. Generasjonen som eksponerer seg på sosiale medier, og som gjerne har et større eksponeringsbehov, sammenlignet med før i tiden. De kaster seg gjerne på nye trender på nett, som selfien.

Selfie-dokumentar/personlig dokumentar: Disse ordene har samme betydning, og handler om at dokumentaristen bruker seg selv som hovedperson. Derfor tar vi utgangspunkt i definisjonen til den personlige dokumentaren, som er som følger:

"Et audiovisuelt verk der filmskaperen benytter egne faktiske historier og erfaringer i valg av handling og tema, og der filmskaperens tilstedeværelse gjør seg gjeldene i lyd og bilde." (Bastiansen, Aam, 2014:16)

Kroppslig eksperiment: Når dokumentaristen bruker kroppen sin til et eksperiment, for å se hvordan kroppen reagerer på å bli utsatt for ulik påvirkning. Det kan både være helsebringende eller helseskadelig. Hovedpoenget er at kroppen blir utsatt for nye impulser, samtidig som effekten av dette dokumenteres. Gjerne i form av en ekstrem diett, eller en ekstrem livsstil.

2.2 Historie

Begrepet dokumentar var det briten John Grierson som fant på etter at han anmeldte filmen ”Moana – A Romance of the Golden Age” (1926), en dokumentar av Robert Flaherty, i avisen New York Sun (Brinch, Iversen 2006:13). Grierson er også mannen som står bak de berømte ordene, og en av de første definisjonene av hva en dokumentar er; ”The creative treatment of actuality”, en kreativ behandling av virkeligheten (Brinch, Iversen 2006:13). I mer moderne tid er andre teoretikere, som Bill Nichols, kritiske til den forenklede definisjonene til Grierson, men Nichols innrømmer selv at det er vanskelig å definere en dokumentar. Hans forsøk er noe mer avansert:

”Documentary film speaks about situations and events involving real people (social actors) who present themselves to us as themselves in stories that convey a plausible proposal about, or perspective on, the lives, situations, and events portrayed. The distinct point of view of the filmmaker shapes this story into a way of seeing the historical world directly rather than into a fictional allegory” (Nichols, 2010:14)

Dokumentarfilmen har siden begynnelsen utviklet seg i mange retninger, og flere teoretikere har valgt å gi de ulike sjangerne navn. Den norske filmregissøren og filmviteren Nina F. Grünfeld kaller en av sjangerne for den ”Personlige dokumentaren”(Grünfeld, 2014). Mens den amerikanske filmviteren Bill Nichols kaller den for den ”deltakende dokumentaren” (Sørenssen, 2007).

Selfiedokumentaren har blitt stadig mer populær, og har blomstret fra 2000-tallet og frem til i dag. Det ser vi på antallet filmer som har kommet i senere tid. Men før vi tar for oss nåtidens personlige dokumentar må vi se på dens begynnelse.

At filmskaperen bruker seg selv i sin dokumentarfilm finner vi med jevne mellomrom i historiens løp. Et tidlig eksempel på dette er den franske ”Krønike om

en sommer” (1961). Her var filmskaperne Jean Rouch og sosiologen Edgar Morin med på å skape en ny radikal metode for etnografisk filming, ved at de ønsket å stå frem som filmskaperne i sin egen film. Filmen åpner blant annet med en diskusjon mellom filmskaperne om selve filmprosjektet (Sørenssen, 2007:230). Fortsatt var det ikke filmskaperens personlige historie som var viktig, men etter hvert ble også dette mer vanlig.

Michael Moores politisk personlige dokumentarfilmer er eksempler på dette. Hans filmer er som regel samfunnskritiske med et tydelig personlig tilsnitt. Gjennombruddsfilmen hans var ”Roger & Me” (1989), hvor han undersøker bakgrunnen for den økonomisk vanskelige situasjonen til hjembyen hans Flint i Michigan (Bastiansen, Aam, 2014). Et forfall som skjedde etter at General Motors valgte å omstrukturere virksomheten sin og flyttet store deler av driften ut av USA til Mexico. Med sin politiske agenda går Moore i strupen på eieren av General Motors, for å konfrontere ham med all elendigheten han indirekte har forårsaket. Dokumentaren omtales som en av de siste tiårenes største filmsuksesser innen dokumentarfilm. Noe som kan tyde på at den subjektive personlige dokumentaren har en egen evne til å skape interesse og engasjement (Sørenssen, 2007:272). I senere tid har Moore fortsatt med flere politiske dokumentarer i samme sjanger. Ofte med utgangspunkt i seg selv. Eksempler på dette er ”Bowling for Columbine” (2002) og ”Fahrenheit 9/11” (2004), for å nevne noen.

2.2.1 Filmskaperen blir personlig

Et annet tidlig eksempel på denne sjangeren er den amerikanske filmen ”Nobodys Business” (1996), som er laget av Alan Berliner. Han skildrer sitt kompliserte forhold til sin far, som ikke ønsker å snakke om fortiden. I kjølvannet av denne dokumentarfilmen har det dukket opp en rekke slike filmer, der dokumentaristen konfronterer sine foreldre med ulike personlige problemstillinger. Den norske dokumentaren ”Alt om min far” (2002) av Even Benestad er et eksempel på dette. ”Den døende doktoren” (2008) av filmskaper og filmviter Nina F. Grünfeld er et annet eksempel. Til slutt har vi ”Min mors hemmelighet” (2009) av Ellen-Astrid Lundby (Bastiansen, Aam, 2014).

På 2000-tallet ble det også vanlig at dokumentaristen brukte seg selv som hovedperson i den personlige dokumentaren. Da var det gjerne ikke en personlige

skildring knyttet til et familiemedlem eller en politisk agenda som var drivkraften, men dokumentaristens eget privatliv og jakten på lykke og kjærlighet kunne blant annet bli emnet for filmen. På fjernsyn utforsker dokumentarfilmen flere subjektive og refleksive uttrykk. Her er det flere innfallsvinkler som gjelder. Alt fra den skeptisk grublende, til den selvopptatte og ”jålete”. Det er oftere vanlig å skildre helt vanlige menneskers hverdags- og privatliv. Et annet element som har blitt mer og mer betydningsfullt er at dokumentarene skal være underholdningsorienterte (Brinch, Iversen, 2006:280). I denne tidsperioden må vi også ta i betraktning at moderne videoteknologi gjør det lettere å lage film. Det har bidratt til at det produseres store mengder film (Grünfeld, 2014).

Samtidig vokser selfie-generasjonen frem. I 2013 ble ordet selfie kåret til årets nyord av Oxford Dictionaries (Matre, Estensen, 2013). Ifølge ordboken betyr en selfie dette: ”*A photograph that one has taken of oneself, typically one taken with a smartphone or webcam and shared via social media.*” (Oxford Dictionaries, 2015) Ordet hadde allerede da eksistert i over ti år, men da bruken av det gikk opp med 17.000 prosent i 2013 var de ikke i tvil om at dette var årets nyord. Selv om ordet er engelsk er det også i utstrakt bruk i Norge, særlig blant norsk ungdom. Forsker på sosiale medier, Cecilie Schou Andreassen, mener selfie handler om refleksjon, identitet og anerkjennelse. Behov for selvkontroll står også sentralt. Ved bruken av selfies får folk muligheten til å presentere seg slik de ønsker å være, ved hjelp av retusjering og sletting. (Matre, Estensen, 2013).

Folk blir stadig mer vant med å dele ting med omverdenen på sosiale medier som Facebook, Twitter, Instagram, egne blogger eller hjemmesider. Det som tidligere har vært en lukket offentlighet, forbeholdt venner og familie, blir nå noe som man deler med mange flere (Bondebjerg, 2013). Dagens ungdom er født inn i et mindre tabubelagt samfunn, på samme tid som de mestrer de digitale verktøyene. Denne kombinasjonen vil utvilsomt skape nye personlige dokumentarsjangre, ifølge filmviter Nina F. Grünfeld.

Dette eksponeringsbehovet av selvet finnes det flere eksempler på fra det siste tiåret. Et konkret eksempel på en film der dokumentaristen som bruker seg selv som hovedperson er ”Kroppen min” (2002), som handler om filmskaper Margreth Olin kropp. Filmviter Sara Brinch skriver at Olin inviterer seeren inn i sine personlige

refleksjoner rundt egen kropp, som en kommentar til et skjønnhetstyranni filmskaperen mener forårsaker at kvinner holder hverandre nede. Olin mener at kvinner gjør sine vurderinger basert på andre kvinners utseende, i stedet for å bry seg om hvem man er som person. "Kroppen min" er produsert for å skape et tankemønster hos kvinner som møter andre kvinner, og er ikke for å sette filmskaperen selv i sentrum (Brinch, Iversen 2006:266).

Et annet eksempel er de norske dokumentarfilmene "Gunnar goes comfortable"(2003) og "Gunnar goes God" (2010), som er filmskaper Gunnar Hall Jensens historie om seg selv. Filmene tar for seg lykke, identitet og middelklasseverdier. Det er spesielt "Gunnar goes comfortable" som har fått oppmerksomhet. Her tar han publikum med på en poetisk reise, hvor målet er å finne seg selv. Gunnar er en rabagast som hverken finner ut av seg selv, eller verden. Alt preller av ham. Fart, spenning og damer, ingenting gir mening. Så drar han til India hvor han oppsøker Osho-bevegelsens hovedkvarter. Heller ikke dette greier å gi mening til den rastløse filmskaperen, som til slutt drar hjem til Norge og skaffer seg et A4 familieliv (Hovdellen, 2015). "Gunnar goes God" er oppfølgeren til "Gunnar goes comfortable". Denne gangen tar Jensen et oppgjør med sitt eget middelklasseliv (Norsk filmografi, 2012).

2.2.2 Kroppen som eksperiment

En populær variant av den personlige dokumentaren er når filmskaperen bruker seg selv i et kroppslig eksperiment. Gjerne for å belyse et samfunnskritisk tema knyttet opp mot helse og kropp. Det finnes etter hvert mangfoldige dokumentarer der det gjøres kroppslige eksperiment på ulike måter. Det som kjennetegner sjangeren er at dokumentaristen bruker kroppen sin i et eksperiment som skal være helsefrembringende eller helseskadelig. Hensikten er gjerne å få folk til å forstå konsekvensene av hva de utsetter kroppen sin for.

Noen velger å la kroppen forfalle, som Kristopher Schau gjorde i dokumentarserien, som også omtales som en reality serie for TV, "Forfall" (2001). Her var hensikten å se hvor mye han kunne få kroppen sin til å forfalle på en uke. Han levde en uke i et utstillingsvindu i Karl Johans gate i Oslo, hvor han kun hadde tilgang på usunn mat. Han fikk ikke mulighet til å vaske seg eller forlate utstillingsvinduet. TV-serien var også interaktiv og hadde mange banebrytende elementer ved seg.

Publikum kunne blant annet gå inn på www.nrk.no/forfall og streame direkte fra utstillingsvinduet. Dette var en av de første seriene som tilbød live stream på nett i Norge. I tillegg kunne publikum være med å stemme på hva Schau skulle bli utsatt for i løpet av oppholdet i glassburet (NRK, 2001). Dette er med på å understreke hvor viktig det subjektive og underholdningsorienterte etter hvert blir i norsk reality. Samtidig er det også en milepæl som tyder på at ny digital videoteknologi er med på å utvikle nye konsepter innen virkelighetsbasert underholdning (Brinch, Iversen 2006:280).

Ikke mange år etter kom den amerikanske dokumentaristen Morgan Spurlock ut med ”Super Size Me” (2004), som er en kinodokumentar som minner om ”Forfall”. I filmen bruker Spurlock sin egen kropp som demonstrasjon for å vise hva som skjer med den når han kun lever på McDonalds-mat i en måned. Dette eksperimentet gir et bilde av hvordan den amerikanske fastfood-industrien påvirker helsen til en hel nasjon (satt på spissen). Dokumentarfilmen viste seg også å tale til publikum, og ble en publikumssuksess. Den spilte inn nærmere 20 millioner dollar. Med et budsjett på 300 000 dollar er det ganske imponerende (Sørenssen, 2007:312).

Det finnes også filmskapere som velger å bruke kroppen til positive eksperimenter. Et eksempel på det er den australske dokumentaren ”Fat sick & nearly dead” (2010), hvor filmskaper Joe Cross dokumenterer sin reise fra syk og overvektig til å gjøre en helomvending i kosthold og livsstil ved å starte med juicing. Det er en diett hvor han kun drikker hjemmelaget juice. I 60 dager går han på en juicekur som forvandler livet hans, til det bedre (Cross, 2010).

Et annet eksempel i samme sjanger er ”I Want to Look Like That Guy” (2009), hvor filmskaper Stuart MacDonald trer inn i fitnesslivet for å finne ut hvor mye det koster å se ut som en bodybuilder. I tillegg har vi norske Ida Fladen som bestemmer seg for å følge alle livsstilsråd hun kommer over i en tre måneders periode. Dette gjør hun for å se om hun blir lykkeligere av det. Det viser seg derimot at hun blir mindre lykkelig av å følge alle rådene (NRK, 2013). Serien ble en suksess for NRK, og programmet fikk i 2014 prisen for årets nyskaping under Gullruten. Fladen har selv uttalt til media at hun tror serien vant prisen på grunn av at de fant en ny måte å se på livsstilindustrien på (Knudsen, 2014).

2.3 Teoretikere om sjangeren

Foreløpig er det ikke mange teoretikere som har behandlet den personlige dokumentaren der dokumentaristen bruker seg selv i et kroppslig eksperiment som et avgrenset fenomen. Teoretikerne forholder seg til den personlige dokumentaren i sin helhet, selv om den kan ha mange undersjangere. Det har trolig sammenheng med dokumentarens kontinuerlige utvikling. Det dukker stadig opp nye varianter av dokumentarfilmer. Det leder oss til ”De hybride sjangerne”.

Tine Fischer, som er direktør for CPH:DOX i København har sett på det hun kaller ny tendenser innen internasjonal dokumentarfilm. Disse presenterte hun under Eurodok på Norsk filminstitutt i 2011. Hun har laget tre sjangere som hun kaller ”De hybride sjangerne”. Den første kaller hun ”Consumer criticism/activism”. Den handler om forbrukeraktivisme. Sjangeren har slått godt an, spesielt i USA. Den andre kaller hun ”Western self-critique”. En sjanger som er nært beslektet med aktivistfilmene, men som fokuserer på globale spørsmål i større grad. Den tredje sjangeren kaller hun ”Hybrid cinema”. Det er filmer som befinner seg i sjangeren fiksjon og ikke-fiksjon. Fischer mener selv det er vanskelig å definere de hybride sjangerne, fordi det meste er mulig innen sjangerne. (Grünfeld, 2014:23). Årsaken til at jeg nevner disse tre sjangerne er at mye av dette innholdet også kan rettes mot den personlige dokumentaren. Dokumentaristene bruker ofte seg selv for å belyse samfunnsaktuelle tema. Dette kan passe inn i både den hybride sjangeren ”Consumer criticism/activism” og ”Western self-critique”.

Ifølge filmviter Nina F. Grünfeld er det både fordeler og ulemper med at dokumentaristen bruker seg selv. Hun mener den største fordelen er nærheten til råmateriale, altså filmskaperen selv. Dessuten er det enkelt, fordi dokumentaristen da er tilgjengelig for opptak når det måtte passe vedkommende. Det vil også være fordelaktig i klippeprosessen, for om det mangler en scene er det lettere å spille den inn i etterkant med en hovedperson som er tilgjengelig. En annen fordel er at man slipper unna spørsmål og usikkerhet rundt det å utlevere et annet menneske. Dermed forsvinner gjerne moralske kvaler knyttet til det å bruke et annet menneskes liv, noe som kan være en stor lettelse ifølge filmviteren (Grünfeld, 2014:25-26). Et personlig utgangspunkt vil også være fordelaktig for å kunne oppnå identifikasjon og

emosjonalitet hos publikum, noe som de fleste vil gi en opplevelse av kvalitet (Grünfeld, 2014:33).

Ulempene ved sjangeren er blant annet at det kan være tungt å bruke seg selv, mener Grünfeld . Dette bør filmskaperen være innstilt om på forhånd. En annen utfordring kan være kunsten å opprettholde en nødvendig avstand til materialet. For selv om man bruker seg selv, skal en kunne se på materialet sitt med en analytisk og kritisk tilnærming, slik at resultatet blir en film som er relevant for andre (Grünfeld 2014:25).

Kritikere av sjangeren hevder at filmskaperen står i veien for filmen. Dette forsvarer Grünfeld ved å hevde at det viktigste er hvordan filmskaperen presenterer innholdet sitt. Et utydelig, eller overdreven bruk av seg selv kan altså være ødeleggende, mener hun. Det er også viktig at filmskaperen klarer å gjøre sin deltakelse relevant i filmen (Grünfeld, 2014:33).

Professor i film- og medievitenskap, Ib Bondebjerg, kaller sjangeren for den autobiografiske dokumentaren. Han mener den bør inneholde en sterk dramatisk og nærgående historie om regissøren selv og hans/hennes familie. Dermed utelukker han mange filmer som er laget i sjangeren, som ikke trer nok inn på det personlige planet. Han mener selfie-generasjonen har skapt et behov hos unge mennesker til å dokumentere seg selv og eget liv. ”Jeg tenker, altså er jeg”, sa filosofen Rene Descartes, men i dag fristes man til å si: ”Jeg er på, jeg kan sees, ergo eksisterer jeg” (Bondebjerg, 2013:1). Mellom linjene kan det tolkes som at mange lager filmer det strengt tatt ikke er behov for, på grunn av et oppmerksomhetsbehov, som igjen er med på å skape og forme sjangeren.

Førsteamanuensis i filmvitenskap, Sara Brinch, mener at du sjeldent finner en mer engasjert filmskaper enn de som lager film om sitt eget liv. Hun mener at tematikken og problemstillingen gjerne ikke er ment for å vise generelle forhold, så er det ofte det de representerer likevel. Dermed oppfattes det slik av publikum, som klarer å ta innholdet til seg, og se sitt eget liv i forhold til det (Brinch, Iversen 2006:37)

Den kjente amerikanske teoretikeren Bill Nichols deler dokumentarfilm inn i fem moduser, der den deltakende modusen er mest relevant i denne sammenheng.

Mer om Nichols sine moduser kan dere lese under neste avsnitt. Han mener fordelene med den deltakende modusen er at filmskaperens samhandling med andre objekt i filmen gror inn i mønstre av samhandling og konfrontasjon. Det som da skjer foran kamera blir en naturlig indeksikal interaksjon mellom filmskaper og subjektet (Nichols, 2010:179).

At filmskaperen deltar i filmen har også sine fordeler ifølge Nichols. En av dem er at filmskaperen selv får mulighet til å formidle hvordan han/hun opplever gitte situasjoner, og publikum får muligheten til å se hvordan filmskaperen takler ulike situasjoner. I tillegg mener han at filmskaperens tilstedeværelse og perspektiv ofte bidrar positivt til filmens helhetsinntrykk. At en del av de klassiske forventningene publikum har til dokumentarsjangeren brytes ned, og filmskaperen blir en sosial aktør, som hvem som helst andre (Nichols, 2010:181).

En intervjuemethode som har høstet kritikk er den Nichols kaller ”ambush interview”, eller angrepsintervjuet. Denne teknikken er blant annet Michael Moore kjent for. En metode hvor den deltakende filmskaperen går hardt ut mot intervjuobjektet, med en klar subjektiv agenda, gjerne for å ”ta” intervjuobjektet. Her er Nichols klar på at de etiske skillelinjene kan diskuteres. På en annen side beskytter han også metoden ved å hevde at intervjuobjektet som regel får som de har fortjent (Nichols, 2010:182.183). Samtidig mener han at intervjuet er det vanligste virkemiddelet mellom filmskaper og subjekt i den deltakende modusen. Han påpeker at dette er den mest distinkte form for samhandling. Et intervju kan ha mange funksjoner, og kan foregå nærmest som en samtale, mens andre intervjusettinger er mer klare og følger et strengere rammeverk. Filmskaperne bruker intervjuet for å bringe ulike tråder sammen til en enkel fortelling, og supplerer med bilder og lyd som støtter innholdet i det (Nichols, 2010:188-189).

2.4 Bill Nichols sine moduser

Bill Nichols deler dokumentarfilmen inn i flere ulike kategorier som kan sees på som ulike sjangere innen dokumentarfilm, også kalt ulike moduser. De seks modusene kalles ekspositorisk, poetisk, observerende, deltakende, refleksiv og performativ (Nichols, 2010:210) . Den personlige dokumentaren passer ofte best inn i den deltakende og ekspositoriske modusen. Det er der jeg hovedsakelig vil plassere

analysens filmer ”I want to look like that guy” og ”Prosjekte perfekt”. Men modusene er ikke gjensidig utelukkende, derfor gjennomgår jeg de fire jeg mener er mest relevante.

Deltakende modus: I denne modusen samhandler filmskaperen med de sosiale aktører i filmen. For å forklare det på en enkel måte beskriver han det slik ”I speak with them for us (me and you)” (Nichols, 2010:180). Filmskaperen bruker seg selv som eksempel og objekt, for eksempelvis å belyse et samfunnskritisk tema. Ved å bruke seg selv gjør de seg bedre forstått av allmennheten. Det er også vanlig at dokumentaristen går inn med en allmenn holdning og skepsis. Filmskaperen formidler det han/hun opplever i feltet, slik at seeren får en følelse av hvordan filmskaperen opplever en gitt situasjon. Dette blir gjerne formidlet som en biografi, autobiografi, historie, essay, tilståelse eller i dagbokform (også kalt confession cam eller videodagbok). I noen tilfeller kan deltakelsen bli på et personlig nivå, og det blir filmskaperens engasjement som sammen med ulike hendelser, fanger seerens oppmerksomhet. Det er her selfiedokumentaren kommer inn. Den er preget av at dokumentaristen tar direkte kontakt med publikum, gjerne via videodagbok. En ofte brukt metode under denne modusen er intervjuet med filmskaperen og subjektet som kommuniserer sammen (Nichols, 2010).

Ekspositorisk modus: Ifølge Nichols er denne modusen den de aller fleste assosierer med dokumentarfilm. Det som kjennetegner sjangeren er at den snakker direkte til seeren med voice-over. Dette er ofte en allvitende og autoritær voice-over som argumenterer direkte med avanserte perspektiv. Denne formen for dokumentar vektlegger verbal kommunikasjon, noe som fører til at filmens bilder ofte bare får en støttende rolle. Bildenes oppgave blir ofte å illustrere, belyse, provosere eller de brukes som et motstykke til hva som blir sagt (Nichols, 2010: 167-171). I personlige dokumentarfilmer er det vanlig at filmskaperen henvender seg til seeren med voice-over. Dermed havner svært mange dokumentarfilmer inn under modusen.

Refleksiv Modus: Hensikten til filmskaperen i den refleksive modusen er å skape en forhandling mellom filmskaper og seer. I stedet for at filmskaperen lager en film der seeren blir introdusert til hans engasjement med de sosiale aktørene i filmen, blir filmskaperens engasjement vendt mot seeren. Det er ikke bare den historiske verden som blir presentert, men filmskaperen prøver også å formidle problemene som

oppstår ved å fortelle om den historiske verden. Det handler om å få folk til å reflektere. (Nichols, 2010: 194-198). Dermed kan en personlig dokumentar passe inn i denne modusen, om den får publikum til å reflektere på denne måten.

Performativ modus: I denne modusen er det filmskaperens subjektive engasjement til karakteren i filmen som står sterkt. Her dras gjerne en persons historie frem for å demonstrere en større samfunnsmessig betydning. Erfaring, minner, følelsesmessig involvering, spørsmål om verdien av tro, forpliktelse og prinsipp settes sammen i en forståelse av de aspektene verden ofte ser på som dokumentar – det institusjonelle rammeverket. (Nichols, 2010: 199-203). Hva er vel ikke mer subjektivt enn den personlige deltakende dokumentaristen? Også her kan den personlige dokumentaren passe inn, om innholdet er riktig.

2.5 Oppsummering

Som dere nå har fått beskrevet er det dokumentarens innhold som avgjør hvilken modus den passer inn i, og ofte kan en film passe inn i mer enn en modus. Nichols plasserer for eksempel den personlige dokumentaren ”Super size me” i både den ekspositoriske og den performative modusen (Nichols, 2010:152). Modusene vil være et viktig verktøy for meg videre i analysen.

3 Metodekapittel

Dette kapittelet tar for seg metodebruk og valg av data. Først presenteres en kort innledning som består av innføring i problemstilling og forskningsspørsmål. Dette leder videre til en beskrivelse av valg av metode. Deretter kommer en presentasjon bak grunnlaget for valg av utvalg. Videre kommer det en kort innføring i de ulike kategoriene som kommer til å bli brukt i analysen. Til slutt blir det drøftet fordeler og ulemper med forskningsdesignet i form av validitet og reliabilitet.

Denne oppgaven vil ta utgangspunkt i en kvalitativ metode i form av en filmanalyse. Den kvalitative metoden er basert på erfaringsmateriale som det ikke er hensiktsmessig å tallfeste, i motsetning til den kvantitative metoden som tallfester data. Ved kvalitativ metode er innholdet ofte mye rikere og mer variert, og det er det som blir viktig i denne oppgaven. (Østbye, Helland, Knapskog, Larsen, Moe, 2013:22).

Filmanalysen skal benyttes for å få svar på følgende problemstilling:

Hva kjennetegner den personlige dokumentaren hvor dokumentaristen bruker seg selv i et kroppslig eksperiment, slik det kommer til uttrykk i den amerikanske dokumentarfilmen "I want to look like that guy" og den norske livsstilserien "Prosjekt perfekt"? Er det forskjeller mellom norsk og amerikansk dokumentar innen sjangeren?

Etterfulgt av tre forskningsspørsmål jeg har valgt å bruke for å utdype problemstillingen.

- *Hvilke virkemidler går igjen i dokumentarfilmen og dokumentarserien der dokumentaristen bruker seg selv i et kroppslig eksperiment?*
- *Hva skiller TV-produksjon fra dokumentarfilm produsert for kino og dvd?*
- *Hvor plasseres dokumentarfilmen og dokumentarserien, sett i lys av Bill Nichols sine moduser?*

3.1 Filmanalyse

For å svare på problemstilling og forskningsspørsmål har jeg valgt å ta i bruk en tematisk filmanalyse. Denne formen for analyse tar for seg hva en spesifikk film sier om et eller flere tema (Bakøy, Moseng, 2008:107). Filmene som skal analyseres i

denne sammenheng har felles tematisk innhold, og det blir viktig å se disse i sammenheng.

Den tematiske filmanalysen er i seg selv et omstridt tema i filmvitenskapen ref. Ingrid Rommetveit og Anne-Lise With. Ifølge dem blir slike analyser ofte anklaget for å være vage og generelle fortolkninger av filmer. Det argumenteres blant annet med at analysene tillegger filmen mening som ikke kan belegges i filmen i seg selv, og det fokuseres ofte på store og generelle temaer. Ifølge Rommetveit og With stammer slike påstander fra dårlig utførte analyser og ikke den tematiske filmanalysen i seg selv (Bakøy, Moseng 2008). Denne formen for analyse kan også defineres som en tekstanalytisk fremgangsmetode som tar for seg det innholdsmessige aspektet i dokumentaren (Østbye, Helland, Knapskog, Larsen, Moe, 2013).

Når en tekstanalyse skal utføres må vi ha et forhåndsbestemt formål. I denne sammenheng er formålet å svare på problemstillingen, og i den anledning er det innholdet og det uttryksmessige som skal undersøkes. Det kan beskrives på følgende måte.

1. *Uttryksmessige* aspekter, som bruk av lyd i fjernsynet allment, eller i situasjonskomedien spesielt, forholdet mellom tekst og bilde på framsiden av aviser; bruk av bilder som retorisk virkemiddel i reklame; visuelle og grafiske virkemidler (grensesnitt) i et nettbasert rollespill.
2. *Innholdsmessige* forhold av mange slag, for eksempel hvordan dataspill framstiller kvinner og menn; hvordan læreren framstilles i komedier fra Hollywood; hvordan politikk framstilles i moderne populærjournalistikk (Østbye, Helland, Knapskog, Larsen, Moe, 2013, s 65-66).

Oversatt til film kan det første punktet sammenlignes med bruk av virkemidler i filmene som analyseres. Det andre punktet tar for seg innholdet i filmen, og til sammen kan disse to punktene være med å svare på alle forskningsspørsmålene som er satt opp. I punkt 3.4 vil jeg gå nærmere gjennom hvilke uttryks- og innholdsmessige aspekter jeg konkret vil bruke i min analyse.

3.2 Utvalg

”Første fase i arbeidet med kildene består i å finne fram til og velge ut hvilke kilder vi vil bruke for å studere en sak” (Østbye, Helland, Knapskog, Larsen, Moe, 2007:43).

For å få svar på problemstillingen og forskningsspørsmålene har jeg plukket ut et utvalg av relevante filmer som jeg har tatt for meg i en filmanalyse. Målet var å få best mulig oversikt over sjangeren, slik at jeg kunne velge ut det materialet som best kan belyse problemstillingen (Østbye, Helland, Knapskog, Larsen, Moe, 2007:43). Oversikten ble laget med utgangspunkt i noen viktige kriterier. Det aller viktigste var at dokumentaristen bruker seg selv i et eksperiment. I tillegg spurte jeg spesifikt etter filmer der dokumentaristen bruker seg selv i kroppslige eksperiment, uten at dette var et krav. Nasjonalitet og hvilken type eksperiment ble derfor ikke tatt hensyn til. Med en ferdig utarbeidet oversikt skaffet jeg meg et helhetlig bilde av hvilke filmer som finnes innen sjangeren.

Historikerne ser det som et ideal at alle kilder som finnes på området skal gjennomgås før utvalget blir gjort, men dette kan være umulig å oppfylle i praksis (Østbye, Helland, Knapskog, Larsen, Moe, 2007:43). Det stemmer i mitt tilfelle. Det vil være en umulig oppgave å få oversikt over alle personlige dokumentarer der dokumentaristen bruker seg selv i et eksperiment. Det finnes ”et hav” av mindre kjente filmer på alle slags språk. Jeg vil aldri klare å få en total oversikt over alt som er produsert. For å avgrense søket har jeg valgt å legge hovedvekt på skandinaviske og engelsktalende filmer. Søket er ikke snevret like mye inn som problemstillingen. Dermed er det en del filmer som faller fra på listen. Søket er begrenset til dokumentaristen som bruker seg selv i et eksperiment. For å skaffe meg en oversikt over aktuelle filmer har jeg vært i kontakt med Stavanger bibliotek, Universitetsbiblioteket i Stavanger, Ulike forelesere ved UiS og en professor ved NTNU. Jeg er dermed ganske sikker på at oversikten jeg har kommet frem til er grundig og representativ for feltet jeg arbeider med. Oversikten ligger vedlagt.

Videre fortsatte prosessen til det faktiske utvalget, som består av dokumentarfilmen ”I want to look like that guy” og dokumentarserien ”Prosjekt perfekt”. Ingrid Rommetveit, som er redaktør i Z Film Quaterly og Anne-Lise With, som er førstelektorstipendiat på Høgskolen i Lillehammer, mener at å beskrive og analysere en film først gir mening hvis det er et formål med aktiviteten (Bakøy,

Moseng 2008:107). I mitt tilfelle ble dette klart da jeg jobbet med den generelle oversikten. Da oppdaget jeg at det var en del likhetstrekk mellom Norge og USA. Det har blant annet blitt gjort mange liknende eksperimenter på egen kropp i både Norge og USA. Det gjorde det interessant og relevant å sammenlikne om nasjonalitet er utfallsmessige årsaker til hvordan en dokumentarfilm blir. Et annet interessant aspekt med utvalget er å sammenlikne en TV-serie mot en lengre film laget for kino og dvd. Også her kan det være interessant å se om det er merkbare forskjeller mellom produksjonene.

Den viktigste og mest avgjørende faktoren til det endelige utvalget er at det har samme tema som min masterproduksjon. Som jeg nevnte i innledningen har jeg laget en dokumentarfilm der jeg gjør eksperimenter på egen kropp. Da blir utvalget, med likt tema, sammenlignbart med min film. I ”I want to look like that guy” gjør filmskaperen nesten det samme som meg. Han trer inn i kroppsbyggermiljøet, mens jeg valgte å bli en del av fitnessmiljøet. I ”Prosjekt perfekt” jaktes drømmekroppen, noe som også er sammenlignbart. Det gjør at jeg kan sette det teoretisk analytiske opp mot det praktiske. På dette grunnlaget tok jeg en endelig avgjørelse for hvorfor jeg ville sammenlikne den norske dokumentarserien og den amerikanske dokumentarfilmen.

Kort oppsummert er grunnlaget basert på følgende faktorer:

- *Forskjeller mellom dokumentar i USA og Norge?*
- *Forskjeller mellom dokumentar på TV og kino?*
- *Tema sammenlignbart med masterproduksjon.*

Dette ville jeg finne ut ved å sammenlikne den amerikanske dokumentarfilmen ”I want to look like that guy” med den norske livsstilserien ”Prosjekt perfekt”, som begge handler om kroppslig forbedring.

3.3 Beskrivelse av utvalget

Dokumentarserien ”Prosjekt perfekt” går over åtte episoder, dermed har jeg gjort et utvalg av de episodene jeg mener er mest relevant for denne analysen. Dermed ble det tre episoder, der den ene tar for seg kosthold, den andre tar for seg trening og den tredje er en konkluderende episode, der prosjektet avsluttes. Til sammen representerer

disse tre episodene omtrent det samme innholdet som "I want to look like that guy". Innholdet blir da sammenliknbart med den amerikanske dokumentarfilmen, noe som er hensiktsmessig ved denne analysen. For det er det at hovedpersonen gjør kroppslige eksperimenter på seg selv som er interessante. Videre kommer en detaljert oversikt over de valgte episodene og filmene.

3.3.1 Prosjekt perfekt (2014), Ida Fladen, dokumentarserie

"Prosjekt perfekt" er en norsk livsstilserie, hvor programleder og hovedperson i serien Ida Fladen, tester hva som skjer når en helt vanlig person prøver alle livsstilsråd hun kommer over i jakten på det perfekte. I løpet av tre måneder skal hun ta mediernes råd bokstavelig- og gjør alt hun kommer over i et forsøk på å bli perfekt.

Serien er delt inn i åtte episoder på cirka 30 minutter hver, hvor Fladen tar for seg ulike tema som knyttes opp mot et perfekt liv i media. Her tar hun for seg kosthold, trening, lykke, utseende, forhold, sosialt liv, hus og hjem, før hun i en siste episode konkluderer: Har hun oppnådd et perfekt liv?

Episode 1: Kosthold

Ida Fladen starter sitt tre måneder lange "Prosjekt perfekt" med å snu opp ned på kostholdet. I denne episoden går hun fra å spise akkurat det hun vil, og det er ikke mat av den sunneste sorten, til å spise grønn supermat. Men før hun starter på det sunne kostholdet, tar hun en kroppsanalyse som viser at det er på tide å gjøre noe med kroppen. Hun tar også en detox juicekur og tarmskylling for å rense kroppen før hun skal endre livsstilen sin. Men å gå fra saftige burgere til pizza med alger viser seg å være i det tøffeste laget for Fladen, som avrunder episoden med å lage sunt godteri.

Episode 2: Trening

Ida Fladen fortsetter jakten på det perfekte liv. I denne episoden skal hun komme i form. Hun sparker sitt nye og spreke liv i gang med å ta en test som måler hennes fysiske alder. Den er ikke noe å skryte av, og for å forbedre den prøver hun både bikramyoga og crossfit. På hjemmebane og jobb legger hun i tillegg inn små treningsøvelser hun skal gjøre i hverdagen. Det viser seg å bli en tøff utfordring å sette i gang med tung militærtrening og yoga i 40 grader når man ikke har trent på sju år. Likevel gir hardkjøret resultater etter kort tid.

Episode 8: Et perfekt liv?

I seriens siste episode får vi vite om medias mange tips gjør livet bedre for programleder Ida Fladen. Det viser seg, tvert imot, at alle livsstilsrådene heller har ført til et mindre lykkelig liv. Det er både stressende og dyrt å leve det perfekte liv. Hun gjennomgår ny kroppsanalyse og tar ny test for fysisk alder. Deretter reflekterer hun over hva hun har lært av prosjektet.

3.3.2 I want to look like that guy (2009), Stuart MacDonald, dokumentarfilm

Hva er det egentlig som kreves for å bli rippet som en bodybuilder? Det var spørsmålet Stuart MacDonald stilte seg før han bestemte seg for å gjennomgå den smertefulle prosessen fra en helt vanlig mann, med litt ekstra på kroppen, til en veltrenet kroppsbygger. Den amerikanske dokumentarfilmen "I want to look like that Guy" følger MacDonald på hans toårige reise mot sceneform. I denne perioden går han fra å ha en kroppsprosent på 30 prosent til seks prosent. Han skildrer prosessen på godt og vondt. Han svetter, trener, spiser, sprekker og reiser seg opp igjen, gråter og står på. Dette er en dokumentar som tar for seg det følelsesmessige aspektet ved å tyne seg selv på denne måten. Hele filmen bygges opp mot en spennende avslutning, hvor MacDonald deltar i en bodybuilderkonkurranse som han vinner.

I tillegg beviser han at kroppsbyggere ikke ser ut som de gjør i reklamer og på scenen i mer enn noen dager av gangen etter en hard diett. Etter konkurransen viser han hvor fort han selv går tilbake til en normal vekt, og hvordan magemusklene forsvinner på bare noen uker.

3.4 Kategori

I det ene forskningsspørsmålet dreier spørsmålet seg om hvilke virkemidler som blir brukt i dokumentarfilmen og dokumentarserien. Jeg kommer til å se på hvordan virkemidlene brukes rent narrativt i filmene. Altså hvordan filmskaperne bruker virkemidlene for å formidle sin historie. Her er en kort oversikt over de ulike kategoriene som kjennetegner sjangeren, som er utgangspunkt for analysen.

Confession cam/Videodagbok: Når dokumentaristen filmer seg selv. Ofte kjennetegnes dette virkemiddelet med at hovedpersonen gir en privat bekjennelse eller tilståelse direkte til kamera. Videodagbøkene er ofte filmet på en amatørmessig

måte, kamerakvaliteten er ofte dårlig i forhold til hva vi er vant med på TV. Det er fordi hovedpersonen opererer kameraet alene, og bruker et ikke-profesjonelt kamera. Man får ofte se at videodagboken blir skrudd på, og opptaket går gjerne inn og ut av fokus. Dette tas bevisst med for å skape autentisitet og markere at den som nå filmer er amatør (King,2005).

Voice-over: Filmens fortellerstemme. I denne sjangeren er det vanlig at dokumentaristen bruker sin egen stemme som fortellerstemme. Dette brukes ofte for å knyte sammen løse tråder i fortellingen og for å skape flyt.

Intervjuet/samtalen: Dokumentaristen intervjuer ulike mennesker de møter på reisen. Disse kan både fremstå som tilfeldige samtaler, men også mer organiserte avtalte intervju.

Musikk: Bruken av musikk kan gjøres på mange måter. Det er vanlig å bruke musikk i dokumentar, enten for å skape spenning, eller for å underbygge følelser. I filmanalyse er det vanlig å kategorisere om musikken er *diegetisk* eller *ikke-diegetisk*. Diegetisk musikk er når musikken kommer fra opptakene, mens ikke-diegetisk musikk er når musikken blir lagt på i etterkant (Larsen,2013).

Stillbilledokumentasjon: Det er vanlig å bruke bilder fra fortiden, eller bilder for å dokumentere en pågående forandring.

Tekst: Begrepet tekst kan romme så mye i dag. Det rommer skrift, tale, film, bilde, og lyd for å nevne noe, men i denne sammenheng snakker jeg om tekst som skrift. Filmen kan få flyt ved hjelp av skrift. Tekst i dokumentar kan også være med å informere hvor vi er, hvem vi møter, opplyse fakta osv.

3.5 Bill Nichols

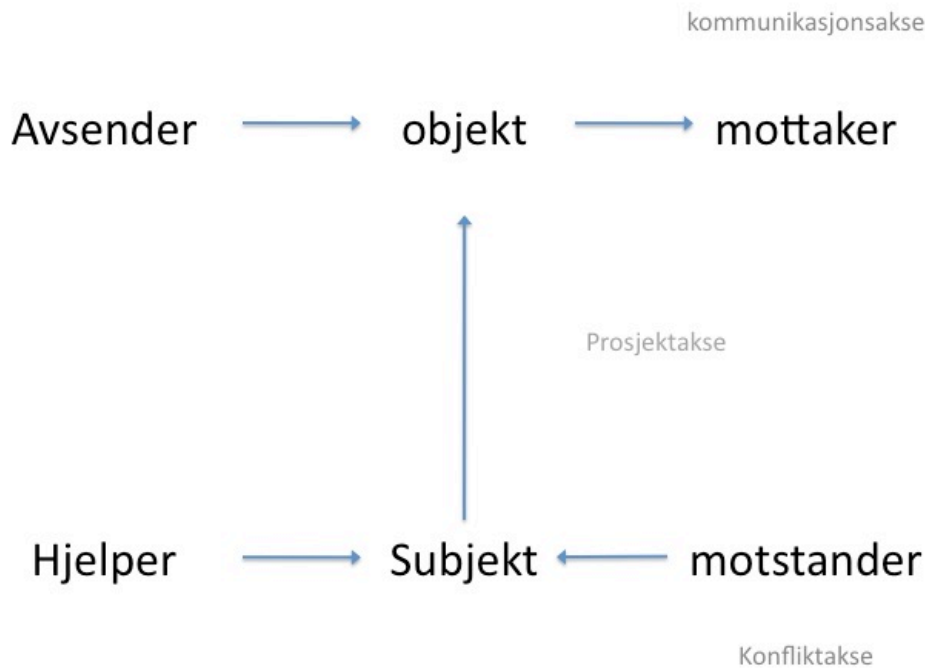
Et annet viktig rammeverk i analysen er Bill Nichols sine teorier. Også disse kommer til å være viktige i kategoriseringen av utvalget for å tydeliggjøre hvor filmene plasseres i dokumentarsjangeren. Nichols deler dokumentarfilm inn i seks moduser. De seks modusene kalles ekspositorisk, poetisk, observerende, deltakende, refleksiv og performativ (Nichols, 2010:210) . En grundig oversikt over disse er beskrevet i teorikapittelet.

Noen vil kanskje ikke se meningen med å kategorisere en dokumentarfilm for noe annet enn nettopp en dokumentar. Men siden det produseres så mange forskjellige dokumentarer, kan disse skilles på lik linje som vil skiller spillefilm i action, komedie, thriller og så videre. Det er for å finspisse diskusjonen innen dokumentarsjangeren Nichols har kommet opp med de seks modusene, som ifølge ham er nødvendig innen dokumentarsjangeren. Han mener modusene skiller den konseptuelle ryggraden i de aller fleste dokumentarfilmer (Nichols, 2010:158). Av denne grunn er det relevant å bruke hans verktøy for å sammenligne ”Prosjekt perfekt” og ”I want to look like that guy”. Mest sannsynlig vil utvalget passe i de samme modusene, på grunn av at de har mange fellestrekk. På en annen side kan en film passe inn i flere moduser, noe som kan føre til nyanser i analysen og sammenlikningen.

3.6 Narrative modeller

For å forbedre forståelsen av filmene som fortelling, har jeg valgt å sette utvalget inn i aktantmodellen. En narrativ modell utviklet av den franske lingvisten og strukturalisten Algirdas J. Greimas. Med denne modellen viser han hvordan ”enhver fortelling består av en oppgave, en interessekonflikt og et fast sett av aktører eller roller” (Bakøy, Moseng, 2008:23). Dette er altså et nyttig verktøy når innholdet skal organiseres.

Det er nødvendig for å vise hvordan fortellingene i utvalget faktisk er bygget opp, ved å plukke dem fra hverandre og se hva fortellingen består av, og diskutere hvilke elementer den bygger på. Ved å peke på de dramaturgiske grepene, kan jeg i neste omgang også se hvilken virkning de har (Bakøy, Moseng, 2008).



Illustrasjon 3-1: Aktantmodellen

En aktantmodell skal leses på følgende måte: Subjektet har et begjær om å oppnå et objekt. Begjæret er subjektets mål og prosjekt. Dette realiseres gjennom en konflikt der subjektet møter på motstandere og hjelpere. Samtidig foregår en kommunikasjonsprosess der objektet overføres fra en giver til en mottaker. Alle rollene kalles aktanter, og kan fylles ut av mennesker (og dyr i eventyr). Samme aktant kan fylle flere roller (Harms Larsen, 2003).

Jeg kommer til å sette dokumentarfilmen og dokumentarserien inn i modellen hver for seg, og deretter diskutere funnene opp mot hverandre. Denne modellen har fått kritikk for å være for skjematisk, men satt sammen med en fortellermodell vil dette bli et viktig dramaturgisk verktøy.

Det leder oss Hollywood-modellen, som skal finne en plass til karakterene i handlingen. Den består av tre akter og er en fortellermodell. Teorien stammer fra Aristoteles (340 f.Kr), og modellen egner seg spesielt godt til narrativ analyse. Den legger vekt på selve handlingsutviklingen som er det viktigste ved historien. Karakterenes egenskaper er avgjørende for valgene de tar. Vår oppfattelse av

karakteren dannes ved handlingsvalgene de tar. Historien blir fortalt i tre akter, der Første akt handler om å igangsette hendelser som definerer hovedpersonenes oppgave. Denne oppgaven er opprinnelsen til hovedkarakterenes prosjekt, som blir handlingen gjennom hele filmen. Løsningen på prosjektet får vi i slutten av filmen, som er siste akt. For å klare prosjektet møter hovedkarakteren hjelpere. De gir drahjelp til at handlingen kan fullføres, en funksjon vi kjenner igjen fra aktantmodellen (Bakøy, Mosen, 2008).

Til sammen vil de to narrative modellene gi oss en oversikt over karakterene i filmen og hvordan fortellingen er bygget opp.

3.7 Svakheter og reliabilitet

Det fleste forskningsdesign vil inneholde både svakheter og fordeler. Spørsmål rundt validitet og reliabilitet blir ofte diskutert. Hvor valid er forskningsdesignet? Altså hvor gyldig, troverdig eller bekreftbart er det? Reliabilitet er hvor pålitelig forskningsdesignet er, i tillegg handler det om kvaliteten i innsamlingen, bearbeidingen og analysen av data. (Østbye, Helland, Knapskog, Larsen, Moe, 2007:25-26) . For høyest mulig troverdighet har jeg ved flere anledninger gått gjennom materialet. Mine observasjoner er gjort ved å spille gjennom materialet i flere omganger til jeg er sikker på at jeg har sett, eller hørt riktig.

Et ønske om høy validitet kommer ofte i konflikt med ønsket om høy reliabilitet. Som regel kan vi si at kvantitativ analyse har sin styrke i å holde høy reliabilitet, mens kvalitativ analyse kan i mange anledninger bringe forskeren nærmere inn mot kjernen av de teoretiske begrepene (Østbye, Helland, Knapskog, Larsen, Moe, 2007:25-26) . Siden denne oppgaven tar utgangspunkt i en kvalitativ fremgangsmetode er det legitimt å forvente en høy definisjonsmessig validitet. Det fordelaktige med dette er at forskningsdesignet gir mulighet for en dypere forståelse av et fenomen. I denne sammenheng ser jeg på dette som en fordel. Ulempen er blant annet at materialet ikke er like generaliserbart.

Da er spørsmålet hvor viktig det egentlig er å generalisere? Altså hvordan sikre mest mulig konkret kunnskap. Generaliserbarhet handler om å knytte et utvalg til en større gruppe, og da er ofte spørsmålet: ”Er de generaliseringene vi gjør på grunnlag av analysen vår pålitelige? Ha vi lov til å gjøre dem?” (Østbye, Helland,

Knapskog, Larsen, Moe, 2007:27). I min analyse vil ikke generaliserbarheten være det viktigste. Det viktigste med filmanalysen blir å gå i dybden på et fenomen. Men det kan likevel sees på som en svakhet at utvalget kun består av en dokumentarfilm og en dokumentarserie.

4 Filmanalyse

I dette kapitlet blir dokumentarserien ”Prosjekt perfekt” og dokumentarfilmen ”I want to look like that guy” satt i ulike kategorier i form av virkemidler. De vil også bli plassert inn i filmteoretikeren Bill Nichols sine moduser, samt plasseres inn i aktant- og hollywood-modellen for en bedre narrativ forståelse av innholdet.

4.1 Introduksjon til filmanalyse

Som beskrevet i metodekapitlet skal jeg gjennomføre en filmanalyse der jeg tar for meg den amerikanske dokumentarfilmen ”I want to look like that guy” og den norske dokumentarserien ”Prosjekt perfekt”. Disse skal settes opp mot hverandre i en filmanalyse. Tematikken i filmene er sammenlignbar, og til felles for begge er at dokumentaristen bruker seg selv i et kroppslig eksperiment.

For å få svar på problemstillingen vil jeg ta for meg filmene hver for seg ved å besvare to av forskningsspørsmålene. Deretter vil funnene sammenliknes og drøftes ved å svare på det siste forskningsspørsmålet.

4.2 Virkemidler i ”Prosjekt perfekt”

Først vil jeg ta for meg den norskproduserte livstilsserien ”Prosjekt Perfekt”.

- *Hvilke virkemidler går igjen i dokumentarfilmen og dokumentarserien der dokumentaristen bruker seg selv i et kroppslig eksperiment?*

Jeg har valgt å ta for meg kategoriene hver for seg for å skape en oversiktlig gjennomgang over hvordan dokumentarist Ida Fladen bruker ulike virkemidler for å skape en narrativ fortelling.

4.2.1 Videodagbok

”Prosjekt perfekt” er preget av mye bruk av den personlige videodagboka. Den er ett av de klassiske kjennetegnene til den personlige dokumentaren (Nichols, 2010).

Allerede i starten av første episode snakker Ida Fladen ut i en personlig tilståelse. Det første seeren møter er hovedpersonen selv som ligger i sin egen seng med et kamera tett oppi et usminket ansikt med bustete hår. Det er morgen og publikum er invitert inn til hennes mest private oppholdssted. Seeren møter en åpen og sårbar hovedperson

som snakker ut om hvor mislykket hun føler seg når en venn har lagt ut bilde av frokosten sin på sosiale medier. I bakgrunnen spiller en sang som setter en melankolsk sang. Den skaper en stemning som forlanger ettertanke. Etter det nære møtet med filmskaperen går handlingen videre til en optimistisk introduksjon av filmskaperen, og den åpne og private stemningen blir kappet av.

Videodagboka åpner filmskaperen hver episode med, mens hun reflekterer rundt episodens tema. I neste episode, som handler om trening, møter vi en avkledd Fladen som ser kritisk på sin egen kropp. Nok en gang viser hun seg fra en sårbar side, og inviterer publikum bokstavelig talt inn på soverommet. Likevel er denne presentasjonen mer optimistisk enn introduksjonen til episode en. Musikken er positiv i starten, noe som skaper en lettere stemning. Hun forteller at hun er sånn passe fornøyd i egen kropp, før hun blir negativ og påpeker at det ikke er slik kjendisene ser ut. Etter tilståelsen settes episoden i gang med en introduksjon som brukes i alle episodene.

Den åttende og siste episoden starter med en videodagbok om hvor sliten hun er. ”Jeg vet ikke om det går”, avslutter hun, før den vanlige introduksjonen overtar. Bruken av confession cam byr på gjentagende møter med filmskaper gjennom alle episodene. Dokumentaristen bruker virkemiddelet til å gi små drypp av hvordan hverdagen fungerer med alle de nye elementene prosjektet tilfører. I den første episoden deler hun tvil, håp og glede etter hvert som hun tester mange ulike kostholdsråd. For meg er det tydelig at hun drar frem kamera for å fortelle hvordan hun har det i det øyeblikket. I løpet av de 30 minuttene en episode varer har seeren deltatt i både oppturer og nedturer.

Det virker ikke som Fladen er ikke redd for å by på seg selv. Hun filmer i mange private situasjoner, gang på gang. Å dele av seg selv på privaten, er også et klassisk kjennetegn for sjangeren (Brinch, Iversen, 2008). Soverommet er allerede nevnt, men hun filmer også på badet når hun står i slåbroken, og mens hun løper rundt i stua fordi hun har fått energi av det nye kostholdet. Det kan tolkes som at filmskaperen ønsker å fremstå som åpen og ærlig ved å by på seg selv. Ærlighet blir også ofte forbundet med åpenhet. Det er kanskje lett å tenke at denne personen er så åpen at alt hun sier er troverdig. På en annen side kan det virke tilgjort at hun deler så mye av seg selv. Hvem hopper rundt i stua på den måten? Eller filmer seg selv i

senga? Uansett hensikt er det tydelig at dette grepet har er en bevisst dramaturgisk hensikt, som er med på å skape en følelsesmessig fremgang i reisen hun tar.

Rent filmteknisk brukes kameraet på en enkel måte, som skaper et inntrykk av at det er en privatperson som filmer, og ikke en profesjonell. Når hovedpersonen bruker kamera virrer hun rundt, beveger det raskt og lar det gå i ufokus. Bildene rister i perioder og utsnittet blir ofte skjevt. Hun filmer også seg selv i speilet flere ganger, slik at det er tydelig at hun bruker et enkelt lite håndholdt kamera som ikke er profesjonelt å regne. Fargene som kommer fra dette kameraet er gråere enn resten av bildematerialet i serien. Det er vanlig at filmskaperne legger på en effekt på videodagboka i etterkant. Jeg har for eksempel gjort det selv for å fremheve og markere bruken av videodagbok. Alle disse faktorene gjør at videodagboka blir gjenkjennelig. Vi som seere forstår forskjell på videodagboka og de andre scenene i filmen. Som det står beskrevet i teorikapittelet er også dette et vanlig kjennetegn ved dette virkemiddelet.

4.2.2 Voice-over

Fladen bruker voice-over i alle episodene. Det som kjennetegner virkemiddelet er at det er filmens fortellerstemme (Nichols,2010), men i denne sammenheng virker det som den har en rent praktisk funksjon. Med det mener jeg at filmskaperen ikke tilføyer historien noe betydningsfullt, men bruker voice-over til å formidle praktisk informasjon. Fortellerstemmen i ”Prosjekt perfekt” er lest av dokumentaristen. Den blir som regel brukt i sceneskifter, for å knytte handlingen sammen, og har alltid en veldig informativ og profesjonell tone. Den brukes kun til å gi seeren viktig informasjon til å henge med videre i handlingen, men den brukes ikke for å gi en personlig tilknytning eller relasjon til hovedpersonen.

Et konkret eksempel på dette er i episode to. Da forteller Fladen hvor mye treningstøy hun har fått opp gjennom tiden, som enda har merkelappen på. Så starter voice-overen.

”Så nå er det på tide å gjøre noe med formen. Det er råd og tips om trening overalt. Hvordan man får den sunneste kroppen, og hvorfor man trener. Sofaslitinga mi må det bli slutt på, for trening fira ganger i uke er visst det som gjelder. Og det første jeg må gjøre, det er å finne ut hvordan formen min er nå.” (NRK,2013)

Den er informativ, og kunne blitt lest av en annen person. Den eneste forskjellen hadde vært at en annen person ikke kunne sagt ”jeg”, noe Fladen gjør mye. Voice-overen inneholder ikke følelser. Den tar seeren videre til det neste som skal skje i episoden. Min tolkning er at hun har gjort et bevisst valg om at videodagboka skal være den private gløtten inn i dokumentaristens liv. Voice-overen er brukt av rent praktiske årsaker for å skape fremgang i historien på enklest måte.

4.2.3 Intervju

Et intervju kan oppleves som iscenesatt, som et klassisk oppsatt intervju, eller det kan oppfattes som en mer naturlig samtale. Sistnevne er fremgangsmåten til Fladen. Hun oppsøker veldig mange plasser for tips og råd til å leve det perfekte liv. Personene hun møter på veien intervjuer hun. Det blir som regel gjort som en samtale, der hun spør dem ut rundt det aktuelle temaet.

Et konkret eksempel er når hun skal prøve Bikramyoga, en form for yoga som gjennomføres i et oppvarmet rom med høy fuktighet. Her møter hun treningsinstruktøren sin Charlotte Anddal Møllen til en samtale før trening. Hun forteller om hensikten med å trene:

- Jeg skjønner ikke hvordan folk klarer å trene i en slik varme?, sier Fladen
- Det spørsmålet har alle første gangen de kommer. Det er varmt og det er fuktig, men ikke mer enn at dette kommer du til å klare kjempesvaret, svarer Møllen.
- Jeg tok en test der man får sin fysiske alder. En av testene var fleksibilitet, og da ble jeg 61 år. Det er kanskje en av de tingene man kan jobbe med her?, spør Fladen.
- Fordi du nå skal gjøre det i varme og fuktighet så får du jobbet opp musklene og senene dine av seg selv, du trenger ikke å gjøre noe for at det skal skje, fordi du kommer dypere inn. Så dine første 20 år i reversering kommer til å gå kjapt, svarer yogalæreren.

Selv om dette fremstår som en samtale, tolker jeg det som et intervju.

Dokumentaristen innleder samtalen med spørsmål og leder samtalen videre med flere spørsmål. Det er ikke dermed sagt at alle samtaler i serien er intervjubaserte. Det er

også mange situasjoner der hun har vanlige samtaler med blant annet kjæreste, familie og venner.

Det virker som det er et bevisst valg av filmskaperen å ikke bruke det klassiske oppsatte intervjuet. Det bryter med den private stilen hun har valgt å bruke. Ved å bruke intervju som en samtale får jeg en mer privat oppfattelse av situasjonene som utspilles.

4.2.4 Tekst

I ”Prosjekt perfekt” brukes animert tekst til flere forskjellige formål.

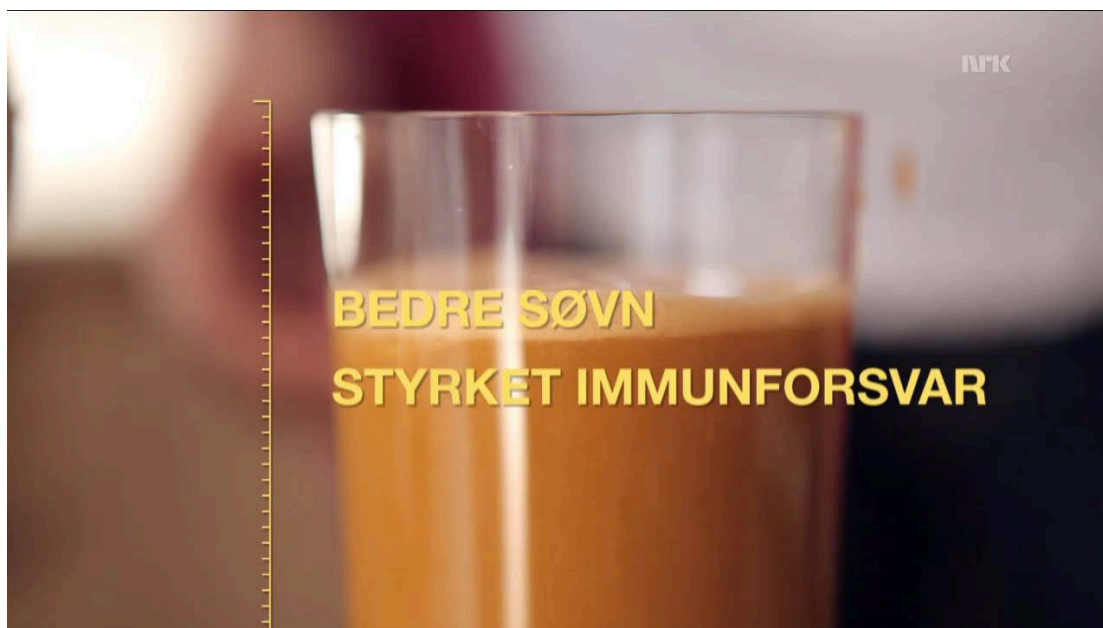
Faktaopplysninger, supring av personer og informasjon deles via en gul tekst som sklir inn i bildet. Personene hun møter underveis supres med navn og tittel. Det er nok fordi hun bare presenterer dem med fornavn i Voice-overen. Derfor har hun et behov for å legge til ekstra faktaopplysninger i form av tekst, som tar mye tid og si, samtidig som de er kjedelige. I tillegg leker hun seg med uttrykket til teksten. Hun bruker alt fra klassisk til en eksperimentell form for supring. Det er illustrert på bilde 4-1 i eksempelet under. Charlotte Andal Møllen presenteres som i en TV i reportajer, mens Mark Gee presenteres på en leken måte mens han trener i et stativ. Det tar oss vekk fra nyhetssjangeren, og gir et tøffere uttrykk enn presentasjonen av Møllen.



Bilde 4-1: Til venstre viser klassiske supring, mens bildet til høyre viser den lekne varianten.

Det brukes tekst når ulike tema skal presenteres i TV-serien. Det popper ofte opp noen nøkkelord mens en ny trend presenteres. Dette gjør Fladen i kombinasjon med en Voice-over. I første episode skal hun for eksempel gå på en detox juicekur. I den anledning forteller hun generelt om hva kuren skal gjøre for henne. Samtidig dukker de mest sentrale nøkkelordene opp over et nærbilde av et glass med juice, som

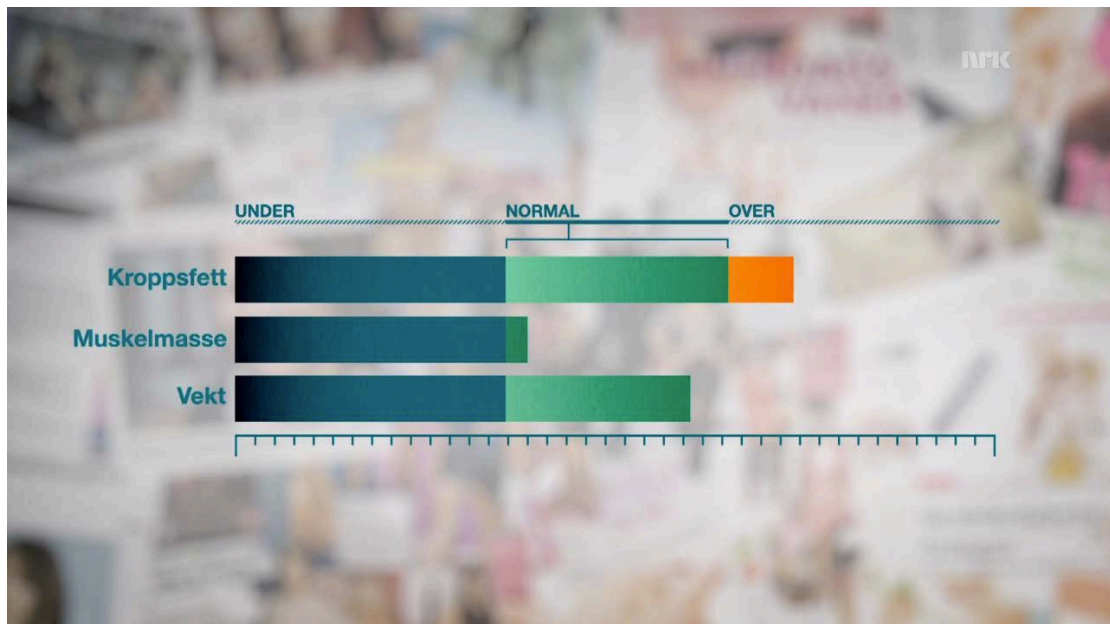
illustrert ser på bildet 4-2.



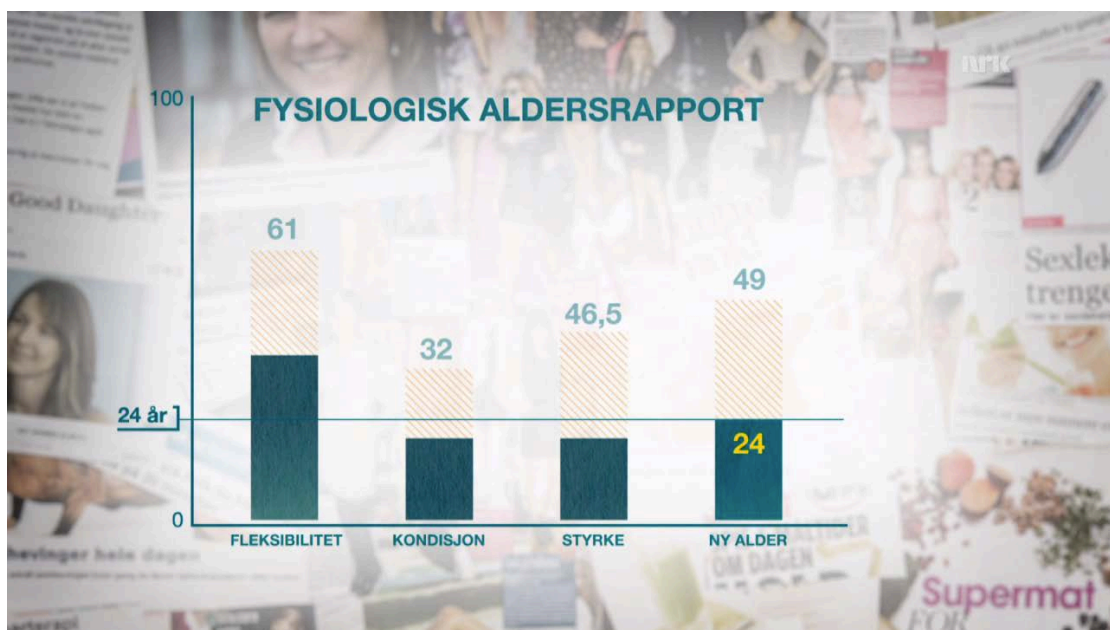
Bilde 4-2: Slik illustrerer Fladen effekten av en detox juicekur.

Hun bruker den samme layouten for å vise hvor mange dager inn i prosjektet hun er til ulike tider. Mest sannsynlig er dette for å la seeren vite hvor hun er i prosessen. Det er relevant i og med at hun skal gjennomføre prosjektet i en tre måneders periode.

Hun bruker også tekst for å vise til resultatene hun har oppnådd under prosjektet. I den første episoden får vi se hvordan hennes fysiske helse er, mens i den siste episoden viser hun til resultatene. Dette presenteres i en graf med søyler som beveger seg fra før til etter resultatet, illustrert i bilde 4-3 og 4-4. Også her kombinerer hun resultatene med en voice-over som gir samme informasjon som hun sier. Dermed poengterer hun resultatene dobbelt. Jeg tror det er gjort fordi det ofte er lettere å se for seg med en graf, i stede for å få ramset opp tall. Da blir tallene ubetydelige, men med en gang seeren får et bilde på resultatene vil det gi en visuell forståelse for hvor mye hovedpersonen faktisk har oppnådd.



Bilde 4-3: Ida Fladens fysiske form etter at hun gjorde en kroppsanalyse i første episode.



Bilde 4-4: Ida Fladens fysiologiske alder illustrert i siste episode når alle resultatene oppsummeres.

4.2.5 Musikk

Det brukes generelt ikke-diegetisk musikk i dokumentarserien. Det vil si at musikken er lagt på i etterkant i redigeringsfasen (Larsen, 2013). Dette er naturlig for å underbygge filmens narrasjon, som kan forsterke spenning i en scene, eller være med på å skape fremdrift (Bakøy, Moseng, 2008).

Jeg har valgt å dele musikken i ”Prosjekt perfekt” inn i tre ulike kategorier for å skape en bedre oversikt over bruken: stemning, kjenningsmelodi og pausemusikk. Jeg tar dem for meg en etter en.

Stemningsmusikk

Hver episode starter med en snutt fra videodagboka til filmskaperen. I bakgrunnen spilles en sang som ikke krever mye plass, men som tydelig er der for å sette en stemning. I første episode har jeg allerede vært inne på at publikum får et personlig møte med hovedpersonen. I bakgrunnen spiller en rolig musikk som har et trist uttrykk. Dette skaper en stemning som både gir rom for medlidenhet, ettertanke og refleksjon. I mine øyne er det ingen tvil om at det er et bevisst musikkvalg som skal få publikum til å føle på stemningen i det personlige rommet de har fått tilgang til.

Det er samspillet mellom musikken og bildene som skaper et konkret følelsesinnhold (Bakøy, Mosen, 2008). Det skjer også videre i serien, og musikken skifter etter stemningen. Det er for eksempel stor forskjell på åpningsscenen i episode en og siste episode. I den avsluttende episoden spilles en optimistisk låt. Her snakker dokumentaristen om hvor sliten hun er. Samtidig poengterer hun at prosjektet er over om en uke. Målstreken har aldri vært nærere, og musikken er med på å understreke det. Den skaper en glad stemning, i motsetning til den melankolske musikken i første episode.

Det brukes mye stemningsmusikk underveis i serien. Når Fladen trener Crossfit er det for eksempel en røff og rocka musikk som ligger i bakgrunnen. Jeg tror musikkvalget er gjort for å understreke råskapen denne treningsmetoden representerer.

Kjenningsmelodi

TV-serien har en introduksjon som er lik i hver episode. Den har samme musikk og bilde hver gang. Dermed blir det kjenningsmelodien til serien, og det er den musikken jeg forbinder med ”Prosjekt perfekt”. Dette er en optimistisk og rytmisk låt som bildene er klippet i rytme til. I mine øyne skaper det en ung og frisk stil. Jeg tror at hovedpoenget med et slikt grep er gjenkjennelsesmomentet.

Pausemusikk

Nesten hver gang hovedpersonen skal ut for å få et nytt livsstilsråd starter introduksjonen med veggen hennes (En vegg med mange råd hun har satt opp i stua si). Denne kommer vi tilbake til hver gang hun skal inn på et nytt tema, og da starter alltid en ny musikk. Deretter er det vanlig at det kommer noen bilder fra bykjernen i Oslo, hvor moderne popmusikk, gjerne med vokal, spilles før handlingen går videre. Jeg får inntrykk av at dette bare er en pause i serien før handlingen fortsetter. Det er kanskje ment for å skape spenning, men for meg blir det mer en urban pause med flotte bilder og upersonlig musikk. Det er gjentakende og kan oppfattes som en gjenkjenningemetode. At publikum etter hvert kjenner stilen og dermed vet at dette symboliserer at noe nytt er i vente.

4.3 ”Prosjekt perfekt” sett i lys av Nichols sine moduser

- *Hvor plasseres dokumentarfilmen og dokumentarserien, sett i lys av Bill Nichols sine moduser?*

Jeg mener ”Prosjekt perfekt” hovedsakelig hører til i den deltakende og den ekspositoriske modusen. I tillegg finnes det små elementer som gjør at det passer inn i den refleksive og den preformative modusen. Jeg kommer nå til å sette dokumentarserien inn i en og en modus, og forklare hvorfor den passer inn der.

4.3.1 Deltakende modus

Det som kjennetegner modusen er at filmskaperen samhandler med aktørene i filmen, og selv er en synlig deltaker (Nichols, 2010). Her er dokumentaristen selv hovedperson. Hun bruker seg selv som testobjekt for et prosjekt som handler om å belyse det enorme presset samfunnet har konstruert om å være perfekt. Mens hun tester ulike livsstilsråd går hun inn med en tydelig skepsis, noe som også kjennetegner denne modusen (Nichols, 2010).

Et eksempel på det er i første episode, da skal Fladen ta tarmskylling. Hun gir tydelig uttrykk for sin skepsis like før hun går inn til behandling. *”Jeg angrer så jævlig. Jeg har mest lyst til å bare sprinte hjem, men jeg har jo sagt at jeg skal gjøre alt, så jeg må jo bare gjennomføre dette”*(NRK,2013). I tillegg viser kroppsspråket hennes at hun er ekstremt skeptisk. Hun går trassig, sukker og puster dypt. Det

signaliserer at hun er ekstremt usikker, og situasjonen gir publikum en følelse av å få være med på opplevelsen.

Et annet tydelig kjennetegn er videodagboka. Sjangeren blir ofte personlig (Nichols, 2010), noe Fladen er. Hun drar med seg sine private tanker inn i videodagbok. I tillegg inviterer hun seeren hjem i stua si, på familiebesøk og på date med samboeren. Slik fanger hun seerens oppmerksomhet med det private, som de kan relatere seg med. Et siste element som gjør at TV-serien passer inn i modusen er at hun benytter seg av intervjuet, eller intervju som samtale (Nichols, 2010).

4.3.2 Ekspositorisk modus

Dette er sjangeren de fleste assosierer med dokumentar, ifølge Nichols. Et av de klassiske kjennetegnene er voice-overen (Nichols, 2010). Fladen bruker voice-over mye. Derfor kan "Prosjekt perfekt" plasseres i sjangeren. Hun bruker den til å informere, og er allmennvitende og informativ i innholdet. Det som også kjennetegner voice-overen i denne modusen er at det argumenteres direkte med avanserte perspektiver (Nichols, 2010). Det gjør ikke Fladen i like stor grad.

I den siste episoden skal hun konkludere om prosjektet har vært vellykket eller ikke. Da kunne hun brukt en avansert voice-over som satte konklusjonen i en større sammenheng. Istedenfor velger dokumentaristen å ta det på et enkelt nivå, hvor hun inviterer til fest. I løpet av festen kommer det frem, via samtaler hun har med venner, at hun føler prosjektet har forbedret livet hennes, men ikke gjort det perfekt. Å løse slutten på denne måten gjør at bildene og situasjonen selv forklarer for henne, i stedet for at hun skal bruke sin egen stemme over bildene. Det er et element som gjør at TV-serien ikke passer hundre prosent inn i denne sjangeren.

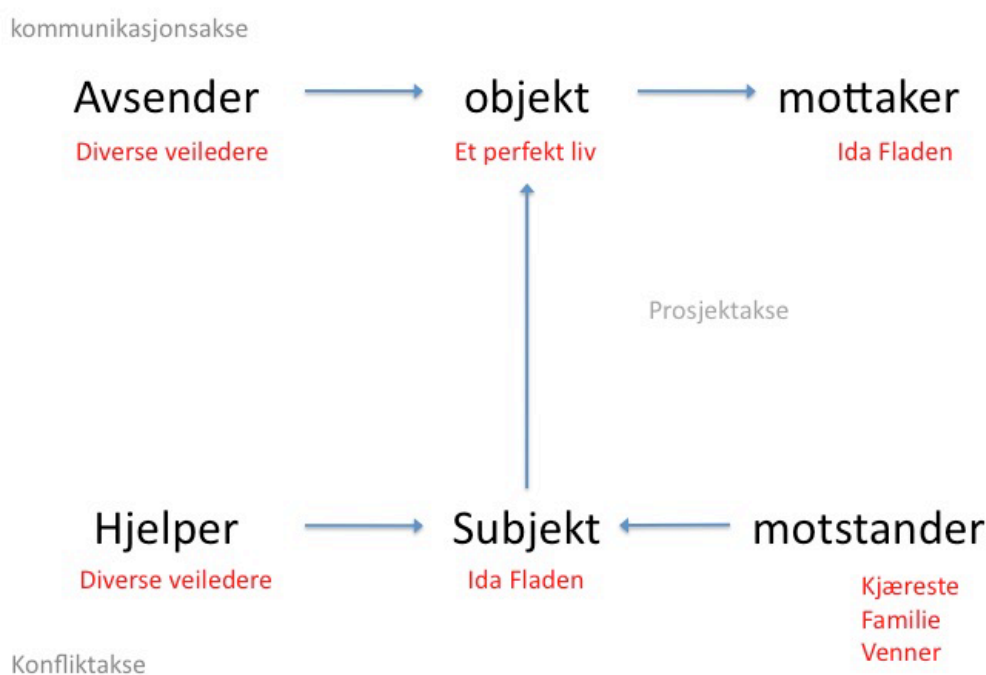
4.3.3 Refleksiv og Performativ modus:

Jeg mener ikke at "Prosjekt perfekt" er en refleksiv eller performativ dokumentarserie, men jeg mener at den har elementer av det i seg. Det som kjennetegner den refleksive modusen er at den skal få seeren til å reflektere (Nichols, 2010), noe jeg tror er hele hensikten med dokumentarserien. Dokumentarserien tar opp et viktig tema som angår mange, samtidig som den viser at livet ikke blir perfekt om du følger alle livsstilsråd du kommer over.

Det er det subjektive engasjementet som gjør at serien også kan passe inn i den performative modusen. Her er kjennetegnet at dokumentaristen demonstrerer et poeng for å få frem en større samfunnsmessig betydning (Nichols, 2010). At Fladen bruker seg selv som eksempel er vel så subjektivt som man kan få det? For å konkludere er det de reflekterende og de subjektive elementene som gjør at disse modusene er relevante å nevne.

4.4 ”Prosjekt perfekt” i narrative modeller

For å forstå den narrative utviklingen i de utvalgte episodene til ”Prosjekt perfekt” har jeg delt fortellingen opp i biter og satt den inn i aktantmodellen.



Illustrasjon 4-1: ”Prosjekt perfekt” satt inn i aktantmodellen.

Det er Ida Fladen selv som er hovedperson, og den som har satt seg et mål – et perfekt liv. Derfor plasseres hun som subjektet i modellen. Subjektet, altså hovedpersonen skal oppnå objektet, som i dette tilfelle er et perfekt liv (Harms Larsen, 2003). For å oppnå dette må hun overvinne mange utfordringer som kommer fra motstanderne i serien. Som hennes motstand har jeg satt opp kjæreste, familie og venner.

Kjæresten gir henne motstand i alle tre episoder. I første episode lager filmskaperen algepizza. Den blir ikke akseptert av ham, og han sier akkurat hva han

mener om pizzaen. Dette får også Fladen til å gi opp. Hun innrømmer at ikke hun heller likte pizzaen. I episode to skal de på date på toppen av Plaza hotell i Oslo. En romantisk tanke i utgangspunktet, men kjæresten vet at Fladen ikke har lov til å ta heis, hun må gå i trapper. Det er en svett og frustrert hovedperson som kommer opp til baren på toppen av Plaza, mens kjæresten hennes ler av hele opplegget. I siste episode topper det seg. Da kommer kameraene på besøk tre måneder etter at prosjektet er fullført, og Fladen forteller at det er slutt mellom henne og kjæresten. Alle eksemplene er med på å illustrer motstanden han gir fortellingen.

Familien hennes gir henne også motstand, men de er ikke like harde mot henne som kjæresten. I den første episoden når Fladen skal legge om kostholdet er det spesielt bestemoren til hovedpersonen som stiller spørsmål med hvorfor hun ikke kan spise maten hennes. *Vennene* er ikke en like synlig faktor i dokumentarserien, men fra utsiden frister de med taco, jentekvelder og fester. Fristelser filmskaperen hele tiden må si nei til.

Aktantmodellen gir også plass til hjelpere, som skal gi subjektet motivasjon til å oppnå målet sitt (Harms Larsen, 2003). Jeg mener hjelperne hennes er alle veilederne hun møter på veien til det perfekte liv. Alt fra treningsinstruktører til kostholdsveiledere. Alle som gir henne råd og veiledning passer inn i tittelen som veileder.

De kan også ses på som avsender i kommunikasjonsaksen, fordi de har oppskriften som kan gi Fladen det perfekte liv. På den samme aksen står filmskaperen oppført som mottaker, fordi det er hun som mottar det perfekte liv, hvis prosjektet blir vellykket.

Karakteren er nå sortert og satt på plass. Det narrative innholdet trenger også en utdypning av hvordan innholdet i ”Prosjekt perfekt” er bygget opp. Til det bruker jeg Hollywood-modellen, ved å sette TV-serien inn i en treakter (Bakøy, Moseng 2008).

Akt 1: Starten av episode 1:

I starten av serien får publikum presentert prosjektet og Fladen starter på reisen sin mot det perfekte liv. Da er karakterens mål satt i gang, og nå må

hovedkarakteren, som er Fladen, gjøre ulike handlinger som gjør at fortellingen til slutt ender i en løsning (Bakøy, Moseng 2008).

Akt 2: Fortsettelsen av episode 1 og episode 2

I midtpartiet fortsetter handlingen å rulle. Hovedkarakteren fyller stadig på med nye livsstilsråd, samtidig som hun møter ulike hinder i hverdagen. Dette kan være alt i fra motstand fra familie, venner og kjæreste som tilbyr fristelser, setter henne på prøve og liknende. Det som kjennetegner denne delen er at oppgaven møter krevende utfordringer, og det kan oppstå uforutsette hinder, som gjør at oppgaven blir vanskeligere å utføre enn først antatt (Bakøy, Moseng 2008).

Akt 3: Episode 3.

Her plasseres handlingens høydepunkt i fortellingen (Bakly, Moseng, 2008) . I ”Prosjekt perfekt” er det store spørsmålet om livet blir perfekt, eller ei? Svaret er både ja og nei. Hun har blant annet forbedret sin fysiske alder, er sprekere og sunnere enn før, men er hun mer lykkelig av den grunn? Nei. Svaret får vi i en konkluderende prat i slutten av serien.

4.5 Virkemidler i ”I want to look like that guy”

Nå skal jeg ta for meg den amerikansk produserte dokumentarfilmen ”I want to look like that guy”.

- *Hvilke virkemidler går igjen i **dokumentarfilmen** og dokumentarserien der dokumentaristen bruker seg selv i et kroppslig eksperiment?*

Jeg har valgt å ta for meg kategoriene hver for seg for å skape en oversiktlig gjennomgang over hvordan dokumentarist Stuart MacDonald bruker ulike virkemidler for å skape en narrativ fortelling. Det vil også være naturlig å sammenlikne hvordan MacDonald gjør det i forhold til Fladen underveis.

4.5.1 Videodagbok

Det er ikke like mye videodagbok i ”I want to look like that guy” som i ”Prosjekt perfekt”. MacDonald bruker det lite i begynnelsen av filmen, og det er ikke før i midten av dokumentaren han begynner å dele i confession cam-stil. Det skjer når han begynner på konkurransediett og livet blir hardt. Det er små element av videodagboka

før dette, men det etableres ikke som et viktig element i starten av filmen. Tilståelsene hans er ikke av den private sorten. De handler som regel om mat og ikke personlige refleksjoner. Et eksempel er når han har spist et måltid på en restaurant mot trenerens vilje, da tilstår han på kamera og innrømmer stor anger og frykt for å ha ødelagt prosjektet. Men det er ikke før han knekker fullstendig sammen i slutten av dietten jeg får følelsen av at han åpner seg til publikum. Da er filmskaperen alene i bilen, han kjører mens tårene triller. Samtidig forteller han at han ikke kan forstå at noen fortsatt liker ham etter så lang tid på diett. I tillegg viser han at han tviler på seg selv ved å si at han ikke vet om han klarer å holde ut frem til konkurransen. At MacDonald er mindre privat tolker jeg som at han har bestemt seg for å lage en film som kun handler om hvor hard veien til å bli bodybuilder er.

Det virker ikke som han har en bevisst tanke rundt videodagboka. Ofte gjør filmskaperne valg om å la den se dårligere ut i kvalitet, og bruke en røffere filmstil, som i ”Prosjekt perfekt”. Det er derimot ikke tydelig i ”I want to look like that guy”, fordi bildene er vanskelige å skille fra resten av filmstilen i filmen. Slik MacDonald ofte gjør en confession cam er å sette kameraet på et stativ, før han snakker direkte inn i kamera. Men noen ganger bruker han det også håndholdt. I mine øyne skaper dette en hjemmelaget stil som gir meg et inntrykk av uprofesjonalitet, og jeg er usikker på om publikum forstår formgrepet.

4.5.2 Voice-over

MacDonald bruker mye voice-over i sin film. I større grad enn Fladen. Det som kjennetegner virkemiddelet er at det er filmens fortellerstemme (Nichols, 2010), noe jeg opplever MacDonald utnytter til det fulle. Dokumentaren starter med voice-over, og stilen beholder han gjennom hele filmen. Bruken hans er så stor at han kan stå i fare for å overbruke virkemiddelet. Det er flere scener utover i filmen hvor han velger å snakke over bildene, i stede for å la situasjonene leve for seg selv. Et eksempel på det er når faren hans kommer for å se ham trene. Under hele besøket snakker dokumentaristen over bildene, i stede for å la publikum høre farens reaksjon. I denne kommentaren sier filmskaperen riktignok at faren ikke ville på film, så for alt jeg vet var dette den eneste måten han kunne formidle denne scenen. Neste eksempel har derimot ingen unnskyldninger, for da bruker han samme metode over bilder der han selv trener. Her er det ingen å ta hensyn til, men i stedet for å la situasjonen leve sier

han *"Working your back is the hardest day in the regiment. So my last day on a 1300 calorie diet was tough"*.

Det positive med måten han bruker virkemiddelet på er at han gjør det til sin personlige stemme. Han bruker det til å opplyse og har generell kommunikasjon med publikum. Hans egne tanker og spørsmål kommer frem. Derfor mener jeg at MacDonalds voice-over er mer personlig en Fladens. Hun blir på den andre siden veldig informativ. En mer negativ side med stemmebruken er at han til tider høres veldig profesjonell ut når han leser. Selv om han deler meninger og tanker, er stemmebruken veldig profesjonell. Det kan medføre at han ikke når helt ut til publikum med stemmen i filmen.

4.5.3 Intervju

Mac Donald bruker flere typer intervju i "I want to look like that guy". Den ene versjonen er det klassiske sit-down intervjuet, mens den andre formen fremstår mer som en uformell samtale. Det som går igjen er at han alltid er delaktig i intervjusituasjonene, om det er det klassiske intervjuet eller intervju som samtale. I starten av filmen vil han lære å kjenne Jeff Willet bedre. Dette er mannen som skal veilede ham gjennom prosjektet. Da kjører han et sit-down intervju, hvor MacDonald stiller spørsmål og Willet svarer. Slik går samtalen:

- So Jeff, how did it all get started? What gets a person to go from ground zero to "I want to be a bodybuilder"?, spør MacDonald.
- There was a local gym at the town called the dungeon. My best friend and I started working out together. And then i realley startet to see results. And I loved how I was feeling....., svarer blant annet Willet.

Deretter tar situasjonene en uventet vri, og dokumentaristen flytter seg bak kameraet og intervjuet fortsetter i en mer uformell tone, som jeg oppfatter som en samtale i intervjuform. Da viser Willet hva han har i kjøleskapet og MacDonald fortsetter med utspørringen sin mens han filmer.

Ved flere anledninger benytter han seg også av intervjuet som samtale, hvor han selv også er på kamera. Det er denne metoden som er mest brukt i denne dokumentarfilmen, til sammenlikning med "Prosjekt perfekt".

Det er vanskelig å si hvorfor filmskaperen har valgt å benytte så mange ulike former for intervjusituasjoner. Det kan hende det ikke er noen spesiell tanke bak det, men det kan også være at dokumentaristen setter pris på variasjonen det gir filmen. For meg oppfattes det som litt tilfeldig og rotete, og jeg har en mistanke om at det ikke er en stor plan bak det.

4.5.4 Tekst

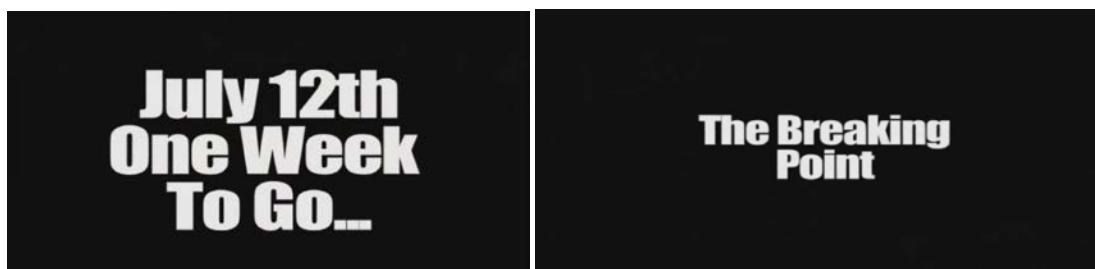
Tekst er mye brukt i "I want to look like that guy". Filmskaperen bruker tekst til mange ulike formål, på samme måte som Fladen gjør i "Prosjekt perfekt". Faktaopplysninger, navn og utvikling i filmen markeres med tekst. Også MacDonald benytter seg av den klassiske supringen, men han gjør ingen ny vri på den. Egentlig kan den oppfattes som overflødig. Han sier deres fulle navn i voice-overen og suprer de han snakker med. Et argument for å gjøre begge deler er at ikke alle hører like godt, dermed kan det være viktig at det også står i tekst. En annen årsak kan være at filmskaperen synes det er nødvendig i presentasjonen av visuelle grunner. Under ser dere hvordan han har valgt å supre karakterene i filmen på bilde 4-5.



Bilde 4-5: Slik supres Jeff Willet i dokumentarfilmen "I want to look like that guy"

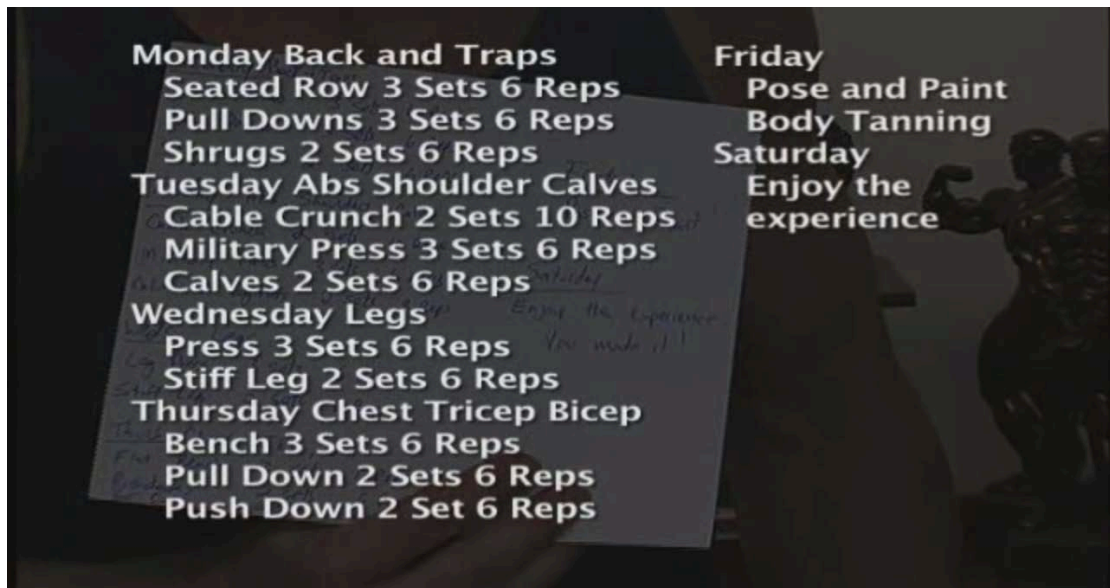
Dokumentaristen bruker også teksten til å markere nye faser og scener i filmen. Veien til å bli kroppsbygger byr på mange milepæler. Han skiller de av ved å la videoen gå i sort, mens hvite animerte bokstaver kommer mot publikum. Noen ganger er det kun for å fortelle hvor han er i dietten, som vi ser på bildet under. Der står det "July 12th one week to go...". Mens andre ganger er det for å understreke viktige hendelser, som like før han begynner å gråte i filmen. Da bruker han samme metode, og skriver "The

breaking point”. Dette kan være et signal til seeren om at det er på tide å følge ekstra godt med. Det kan også være et dramaturgisk grep for å fremheve dramatikken i scenen som kommer.



Bilde 4-6: Slik markerer MacDonald scenene og viktige hendelser fra hverandre.

Filmskaperen bruker også tekst til ren informasjon, som Fladen gjør i sin dokumentarserie. Etter at MacDonald begynner på konkurransedietten må han kutte en viss mengde kalorier i kosten per uke. Dette illustrer han ved å legge ut hele kosten i tekst. Det samme gjør han med treningsregimet sitt, som bilde 4-7 er et eksempel på. Det er ikke godt å si hvorfor han gjør dette, for det ligger ikke lenge nok på skjermen til at publikum får lese alt. Det kan argumenteres med at han ønsker å lære andre hvordan de må trene og spise hvis de skal ta etter ham. På en annen side spesifisere han i begynnelsen av filmen at dette ikke er en oppskrift på hvordan du blir en bodybuilder, men en dokumentar om en manns opplevelse til fitnessscenen. Da står jeg igjen med den tolkningen at han legger ut sine detaljerte planer for å vise hvor lite han faktisk får spise, og hvor mye han må trene. Hver gang dietten hans dukker opp på skjermen har han lagt på en liten animasjon som viser hva han måtte fjerne av kalorier den uken. Dette er en veldig tydelig illustrasjon, men ulempen kan være at denne viktige informasjonen forsvinner i for mye tekst på en gang.



Bilde 4-7: Slik illustrerer MacDonald treningsregimet.

I tillegg legger filmskaperen tekst direkte på bilder for å illustrere forskjeller. Et eksempel på det ser dere på bilde 4-8. Her sammenlikner han seg selv fra en joggetur han hadde i 2007 med 20 prosent kroppsfett med en joggetur han hadde året etter med 6,7 i fettprosent. Dette er et eksempel på direkte informasjon, som også ble benyttet i ”Prosjekt perfekt”, men MacDonald er generelt mer detaljert i sine tekster.



Bilde 4-8: Stuart MacDonald i 2007, sammenlignet med 2008.

4.5.5 Musikk

Som Fladen, bruker MacDonald også mye ikke-diegetisk musikk i sin dokumentar, men han bruker en annen type musikkstil. I stede for å bruke moderne popmusikk med vokal, bruker han musikk uten vokal, ofte med trommer og gitar. Likevel er det stor variasjon i musikkvalgene han bruker, og jeg oppfatter det som at han har valgt musikk ut i fra hvilken stemning han ønsker å skape. I "Prosjekt perfekt" delte jeg musikkbruken opp i tre biter: *stemning, kjenningsmelodi og pausemusikk*. Jeg opplever ikke musikken like oppstykket og kategorisert i dokumentarfilmen, og vil kalle all musikk for stemningsmusikk i "I want to look like that guy".

Stemningsmusikk:

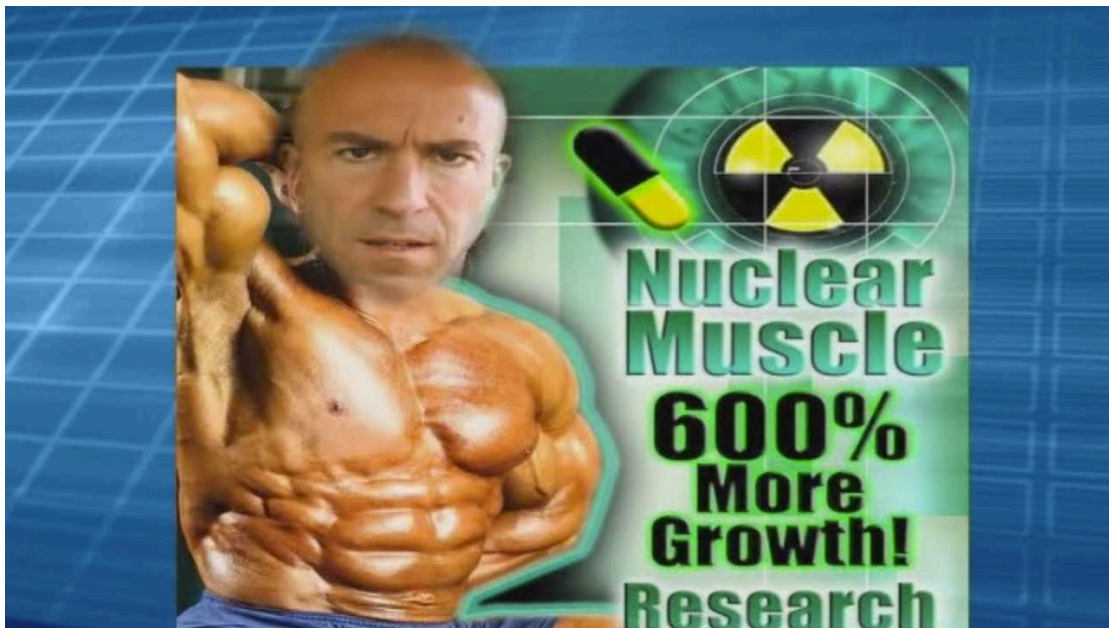
Jeg får inntrykk av at musikkbruken konsekvent er til for å skape en stemning til bildene i filmen. Den spiller på humor, spenning og refleksjon, alt etter hvilken scene som utspiller seg. Et eksempel på humoristisk poengtering med musikk er når familien til hovedpersonen møtes for middag. Da spilles en optimistisk låt med trekkspill, samtidig som situasjonen som utspiller seg er lystig. Filmskaperen går fra skål til skål og tikker av alt han ikke kan spise, mens familien spøker med ham. Da er musikken med på å understreke det morsomme i situasjonen, og skaper en lett stemning.

Et eksempel på hvordan han bruker musikk til å bygge opp spenning er i slutten av filmen når hovedpersonen endelig har kommet til konkurransedagen. Som kroppsbygger deles atletene inn i ulike vektclasser, og MacDonald har hele tida hatt et mål om å være med i den letteste vektclassen, men på konkurransedagen ligger han noen gram over det han skal ligge på. Dermed skaper dette en spenning i filmen. Vil han nå riktig vektclassen, eller vil han havne i bunnen på en tyngre vektclassen og alt han har jobbet for går i vasken? Når han kjører til konkurransen og står i kø på innveinga spilles en dramatisk musikk basert på strykere. Musikken stopper idet han går på vekta. Etter at han har veid seg ser han mot kamera og rister på hodet, med det samme spilles en mørk enkel tone, som poengterer nedturen. Deretter blir det stille, mens filmskaperen jogger rundt på en parkeringsplass for å kvitte seg med de siste grammene, før han skal veie seg på nytt. Etter en lengre pause i musikken benyttes den igjen for å bygge opp spenningen når han går på scenen. Da står det "Finally!!" på skjermen, og en kraftig låt med masse trommer starter. Da får publikum se at

MacDonald er på scenen. Da skrur musikkens volum ned og blir bakgrunnsmusikk til scenen er ferdig. Sceneopptreden kan defineres som filmens høydepunktet. Derfor er det viktig å underbygge dette spenningsmomentet med musikk. Endelig har hovedpersonen nådd målet han har kjempet for i over ett år, og de kraftige trommene skal underbygge dette.

4.5.6 Stillbilledokumentasjon

”I want to look like that guy” er også preget av mye bruk av stillbilledokumentasjon. ”Prosjekt perfekt” bruker ikke dette dramaturgiske grepet i det hele tatt. Dette er et grep filmskaperen bruker jevnt over hele filmen. Han bruker det for å vise reklameplakater av bodybuildere i starten av filmen. Deretter benytter han det til å spille på humor, ved å ha samme plakat med sitt hode redigert inn på en annen manns kropp, som på eksempelbilde 4-9.



Bilde 4-9: MacDonald viser hvordan han ønsker å se ut ved hjelp av stillbilledokumentasjon.

Men hovedsakelig bruker han stillbilder for å dokumentere forvandlingen sin fra start til slutt. Det gjøres ved å sette startbildet før konkurransedietten opp mot bildene han tar underveis, slik at seerne får se utviklingen kroppen hans har. Disse bildene er noe han kommer tilbake til ved flere anledninger, helt til han avslutter med å sammenligne startbildet med sluttresultatet, som dere ser på bilde 4-10.

Det kan være mange årsaker til at han bruker stillbilledokumentasjon. Først og fremst er den en effektiv og økonomisk måte å vise til resultater på. I tillegg er

denne løsningen enkel å gjennomføre for dokumentaristen alene, hvis han bruker stativ og tar bildene med selvutløsning. Det kan ses på som fordelaktig. På en annen side kan det argumenteres for at det er negativt å dra publikum ut av handlingen for å se på stillbilder. Det kan argumenteres for at det ødelegger for kontinuiteten i handlingen, men det kan også virke som et sterkt virkemiddel, når bildene viser så tydelig forandring som dere ser på bilde 4-10.



Bilde 4-10: Stuart Mac Donald bruker stillbilder for å dokumentere formen sin.

4.6 "I want to look like that guy" sett i lys av Nichols sine moduser

- *Hvor plasseres dokumentarfilmen og dokumentarserien, sett i lys av Bill Nichols sine moduser?*

Når jeg sammenlikner utvalget opp mot Bill Nichols sine teorier er det overraskende mange likhetstrekk. Jeg mener "I want to look like that guy", på samme måte som "Prosjekt perfekt", hører til i den deltakende og den ekspositoriske modusen, i tillegg finnes det små elementer som gjør at den passer inn i den preformative modusen. Det er likevel små detaljer som gjør at det er forskjeller som skiller. Jeg kommer nå til å sette dokumentarserien inn i en og en modus, og forklare hvorfor den passer inn der.

4.6.1 Deltakende modus

Her er det filmskaperens tilstedeværelse i filmen som gjør at den kan plasseres i den deltakende modusen (Nichols, 2010). MacDonald bruker seg selv som hovedperson,

og setter seg selv som eksempel, for å belyse et samfunnskritisk tema. Det at filmskaperen bruker seg selv for å bli bedre forstått av allmennheten er et klart kjennetegn på modusen (Nichols, 2010). Dette gjør dokumentaristen klart allerede i starten av filmen. Da bruker han en voice-over som snakker direkte til publikum:

”Have you ever seen a guy in a fitness ad and said: I want to look like that guy. We all have one time or another bought in to the idea, if you take this pill, buy this machine or drink this stuff. You're going to look like that guy in the ad. But ultimately you fail only to try another product with the same result. Up until i started this documentary I had tried all the diets and special workouts and never came close to looking like that guy in the ad...”(MacDonald, 2009).

På denne måten snakker han direkte til publikum, for så å fortsette til seg selv og sin historie, som blir et eksempel på hvordan mange andre også har det.

I tillegg bruker han confession cam og intervjuet som metode, noe som også kjennetegner modusen (Nichols, 2010). Konkrete eksempler på dette er beskrevet tidligere i dette kapittelet.

4.6.2 Ekspositorisk modus

Jeg mener ”I want to look like that guy” passer enda bedre inn i den ekspositoriske modusen enn ”Prosjekt perfekt”, på grunn av måten MacDonald bruker voice-overen på. Et klassisk kjennetegn på denne modusen er at stemmen snakker direkte til seeren (Nichols, 2010). Filmskaperen bruker dette virkemiddelet på en annen måte enn det blir brukt av Fladen, som kun bruker den som et opplysningsverktøy. Han bruker den derimot til et bredere bruksområde, og forteller om følelser, henvender seg direkte til seeren, i tillegg til at han informerer. Det som kjennetegner modusen er at den er allvitende og autoritær, og vektlegger vokalen, slik at bildene blir støttende (Nichols, 2010). Et tydelig eksempel på dette er når dokumentaristen trener på helsestudio. Da sier han i Voice-overen at det er hardt i stedet for å vise det med levende bilder. Da får bildene en støttende funksjon, istedenfor at de får leve for seg selv. Jeg går ikke i detaljert beskrivelse av denne scenen, da dette har vært et tema tidligere i kapittelet.

4.6.3 Performativ modus:

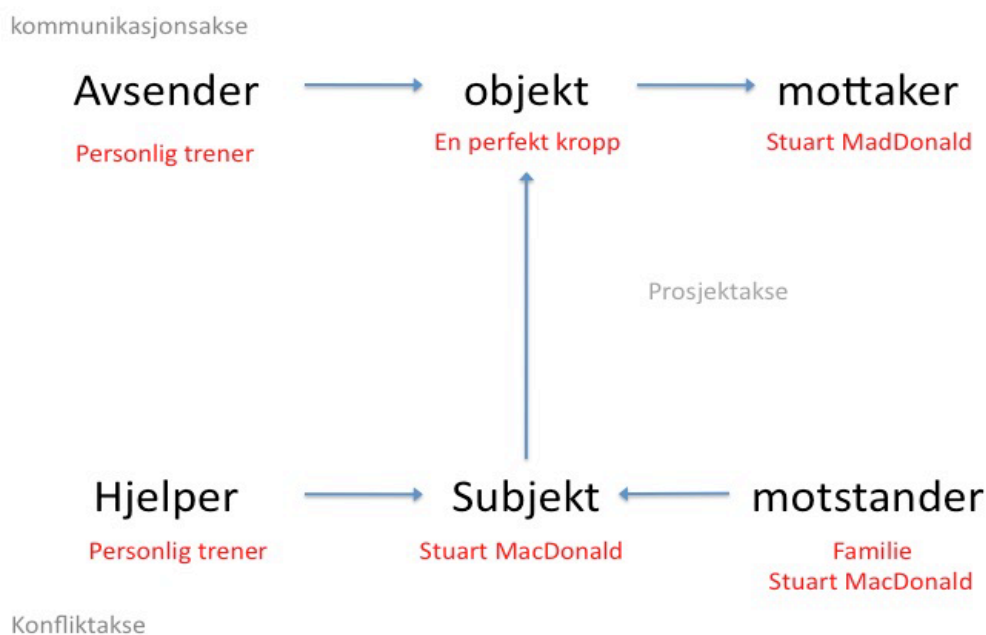
”I want to look like that guy” har også elementer i seg som gjør at den passer inn i den performative modusen. Filmskaperen går inn i rollen med et subjektivt

engasjement, for å vise omverden hvor mye det koster å se ut som en bodybuilder. Forholdet til kropp, trening og kosthold er noe som engasjerer mange, og jeg tror at dokumentaristen går inn for å demonstrere en større samfunnsmessig betydning ved å lage en dokumentar om temaet. Det er dette og det subjektive som kjennetegner denne modusen (Nichols, 2010).

Det som gjør at jeg bare delvis ønsker å plassere filmen inn i denne modusen er at dokumentaristen bruker seg selv, i stedet for å bruke en annen persons historie for å demonstrere en større samfunnsmessig betydning (Nichols, 2010). Dermed blir det ikke fullklaff, men det er mange brikker som passer inn i denne sjangeren.

4.7 "I want to look like that guy" i narrative modeller

For å forstå den narrative utviklingen i "I want to look like that guy" har jeg delt fortellingen opp i biter og satt den inn i aktantmodellen.



Illustrasjon 4-2: "I want to look like that guy" satt inn i aktantmodellen.

Hovedperson Stuart MacDonald har satt seg et mål – å få en perfekt kropp. Det vil si at han kan plasseres som subjektet, og målet hans blir objektet. For å oppnå målet må han ut på en lengre reise hvor han blant annet møter på motstand og hjelpere (Harms, Larsen 2003).

MacDonald mest motstand fra *seg selv*, men hans *mor* gir også uttrykk for at hun synes det han holder på med er galskap når han er i familieselskap hos henne. I tillegg opplever hovedpersonen motstand fra sin egen vilje. Derfor kan det argumenteres for at han selv er sin egen motstander. Han gjør blant annet et kjekseksperiment, der han sprekker fra dietten. Skader plager han også underveis. Det kan virke som han er sin egen verste fiende.

Hans hjelper og avsender er hans personlige veileder og trener, Jeff Willet. Han er motivator i tøffe tider og streng når det trengs. I tillegg er det han som bestemmer hva MacDonald skal spise og trene til enhver tid. Med andre ord, han er sjefen i filmen. Willet har rollen som fører til at hovedpersonen oppnår drømmekroppen. Derfor er også filmskaperen mottakeren i denne historien, fordi det er han som til slutt oppnår målet sitt.

Karakteren er nå sortert og satt på plass, men jeg trenger også en forståelse av hvordan det narrative innholdet i "I want to look like that guy" er bygget opp. Til det bruker jeg Hollywood-modellen, ved å sette filmen inn i en treakter (Bakøy, Moseng 2008).

Akt 1: Innledning og etablering av prosjektet

I starten får publikum presentert hovedkarakteren, som er MacDonald sitt ønske om å se ut som mannen på reklameplakaten. Han har prøvd alt for å bli slik, men har aldri lyktes. Hovedkarakteren bestemmer seg for å oppsøke en lokal bodybuilder og hans gym. Her etablerer han filmen med å be om hjelp til å bli som bodybuilderen. Med det er et viktig forhold og mål satt for historiens rammeverk. Så må hovedkarakteren gjøre ulike handlinger som gjør at reisen til slutt ender i en løsning (Bakøy, Moseng 2008).

Akt 2: Den lange prosessen

Midtpartiet er hvor veien mot målet fortsetter. Hovedkarakteren tar oss med på sine opp- og nedturer. Han sprekker, opplever skader, men kjemper videre. På slutten knekker han sammen og sår tvil hos publikum. Vil han klare det? Det som kjennetegner denne delen er at oppgaven møter krevende utfordringer, og det kan oppstå uforutsette hinder, som gjør at oppgaven blir vanskeligere å utføre enn først antatt (Bakøy, Moseng 2008).

Akt 3: Episode 3.

Her plasseres handlingens høydepunkt i fortellingen (Bakly, Moseng, 2008) . I ”I want to look like that guy” er det når han endelig står på scenen etter over et år med opp og nedturer. Filmskaperen avslutter med klar tale, hvor han påpeker at bodybuildere presser seg ned i en form de ikke kan leve i, derfor lyver reklameplakatene ”alle” ønsker å ta etter.

5 Drøfting

I dette kapittelet vil jeg ta for meg funnene jeg gjorde i analysen ved å drøfte funnene i samme rekkefølge som jeg gjorde i analysen.

5.1 Innledning drøfting

I denne analysen har jeg valgt å se bort fra en del filmiske elementer som gjerne er forventet i en filmanalyse og heller fokusere på virkemidler, slik de er definert i metodekapittelet. Denne avgrensningen er gjort for å spisse oppgaven, slik at jeg jobber konkret opp mot forskningsspørsmålene og problemstillingen.

I analysedelen har jeg tatt for meg to av forskningsspørsmålene. Nå skal jeg drøfte funnene som er gjort i analysen opp mot hverandre for så å svare på det siste forskningsspørsmålet, og til slutt problemstillingen i sin helhet.

Problemstilling

Hva kjennetegner den personlige dokumentaren hvor dokumentaristen bruker seg selv i et kroppslig eksperiment, slik det kommer til uttrykk i den amerikanske dokumentarfilmen "I want to look like that guy" og den norske livsstilserien "Prosjekt perfekt"? Er det forskjeller mellom norsk og amerikansk dokumentar innen sjangeren?

Forskningsspørsmål

- *Hva skiller TV-produksjon fra dokumentarfilm produsert for kino og dvd?*

5.2 Sammenlignet kategorisering

Ved at utvalget er kategorisert et det nå lettere å drøfte forskjellene mellom TV-produksjonen og kinofilmen. Selv om utvalget har mange likhetstrekk er det også elementer som skiller dem fra hverandre. Som vi så i forrige kapittel kan "Prosjekt perfekt" og "I want to look like that guy" plasseres i mange av de samme kategoriene, men dokumentaristene har likevel løst oppgavene på forskjellige måter. Begge bruker videodagbok, voice-over, intervju, tekst og musikk. Innenfor hver kategori har jeg allerede beskrevet hvilke nyanser som likevel skiller dem.

5.2.1 Videodagboka

Videodagboka bruker dokumentaristene på ulike måter. Fladen er mer privat, snakker mer om følelser, og bruker stilen på en riktig måte ifølge teoretikere (Brinch, Iversen, 2006). Til sammenlikning er ikke MacDonald like privat i sine tilståelser som er mer konkrete om prosjektet, samtidig markerer han ikke virkemiddelet på samme måte som Fladen. Dette skillet kan ha sin forklaring i at selfiegenerasjonen enda ikke var like etablert i 2007-2008, da dokumentarfilmen ble spilt inn, sammenlignet med 2013, som er året dokumentarserien ble produsert. 2013 er året da Oxford dictionaries kåret selfie til årets ord (Estensen, 2013), dermed var ikke bruken av selfie like etablert da "I want to look like that guy" var i produksjon. Det kan bety at MacDonald ikke hadde et like bevisst forhold til videodagboka, sammenlignet med Fladen. I tillegg kan alderen spille inn, han er en mann i midten av førtiårene, hun er ung voksen i midten av tyveårene. Det er blant dagens unge selfien har slått størst rot (Estensen, 2013), og Fladen passer best inn i denne beskrivelsen.

5.2.2 Voice-over

I voice-overen er det derimot MacDonald som er mest personlig. Her kommer hans refleksjoner tydeligere frem enn Fladens mer informative voice-over. Det finnes ingen fasit på hvordan dette virkemiddelet skal brukes, men måten det brukes på setter en standard for publikums forventninger til hvordan handlingen skal drives videre. Dokumentaristene har valgt to ulike grep i måten de ønsker å dele av seg selv, og det er en konkret forskjell i sammenlikningen. Fladen er personlig via videodagboken sin, mens MacDonald er mer personlig i bruk av voice-over. Det kan argumenteres med at det er lettere å bruke voice-over, fordi den da kan tilpasses i etterkant av innspillingen. På en annen side kan det være vanskeligere å hente frem de samme følelsene som var i øyeblikket, og det kan bli utfordrende å virke troverdig. Selv om det er mange fordeler med bruk av voice-over, klarer ikke MacDonald å bli like personlig som Fladen, slik jeg ser det. Årsaken kan være fordi han ikke klarer å bli personlig på samme nivå som Fladen. Nå er ikke dette en konkurranse i hvem som er mest personlig, men når man lager en personlig dokumentar er det ventet at man deler av seg selv.

5.2.3 Intervju

I bruken av intervju har begge valgt å bruke samme fremgangsmåte; å bruke intervjuet som en samtale. Selv om MacDonald også tyr til det klassiske intervjuet, er det ikke dette han hovedsakelig bruker. Derfor er dette et virkemiddel som begge har sett nytten av å bruke likt. Jeg tolker dette som den mest naturlige måten å gjennomføre et intervju når man bruker seg selv som hovedperson. Da er det naturlig å sette seg selv inn i situasjonen og skape samhandling med de andre karakterene i filmen.

5.2.4 Tekst

Tekst er også hyppig brukt av begge parter, men her er det igjen store skilnader mellom utførelsen. Noen elementer er like, som bruk av supring av karakterer som deltar i filmene. MacDonald bruker generelt teksten hyppigere og i større mengde enn Fladen. Slik jeg tolker det har teksten et større dramaturgisk grep i filmen, mens TV-serien bruker den som et supplement av visuelle grunner. Måten MacDonald bruker teksten på skaper klare skillelinjer i handlingen, og seeren får bokstavelig talt beskjed om hvilken scene som kommer ved at det eksempelvis står "The breaking point" med store bokstaver på skjermen. Da er det forventet at vi møter en nedbrutt hovedperson. Nå kan det diskuteres om dette i det hele tatt er nødvendig. Hvorfor må dokumentaristen hele tiden poengtere hva som skal skje? Kan ikke publikum få se det med sine egne øyne, og tolke situasjonen som spiller seg ut på skjermen, i stedet for å få handlingen inn med teskje? På en annen side kan denne bruken av tekst fremstå som oversiktlig og konkret for seeren. I noen tilfeller kan det argumenteres for at det blir for mye informasjon i form av tekst. Et eksempel på det er når han deler hele kostholdslista og treningsregimet i tekst på skjermen.

Fladens bruk av tekst kan derimot diskuteres om den i det hele tatt tilfører handlingen noe. Handlingen vil ikke ødelegges, eller miste sin verdi ved at den blir fjernet. På en annen side kan det tolkes som et dramaturgisk grep i den forstand at hun poengterer det viktige med hvert livsstilsråd rent visuelt. Layoutmessig er gjennomføringen gjort på en mer tiltalende måte, mener jeg. Dette kan igjen ha sin sammenheng i at det er noen år mellom filmene, og at teknologien kan ha gitt Fladen noen visuelle fordeler.

5.2.5 Musikk

I musikkbruken er det også skilnader mellom filmen og TV-serien. Jeg tror hovedsakelig årsaken er målgruppen de har rettet seg mot. Det er mer moderne popmusikk og kjente låter i "Prosjekt perfekt" sammenlignet med dokumentarfilmen. I tillegg har jeg gitt TV-serien de tre musikkkategoriene: stemningsmusikk, kjenningsmelodi og pausemusikk. I motsetning til filmen som har en kategori: stemningsmusikk. Her mener jeg det er noen tydelige trekk som skiller TV-serie med dokumentarfilm, selv om begge i hovedsak benytter seg av ikke-diegetisk musikk. Det betyr musikk som er lagt på i etterkant (Larsen, 2013). I en produksjon med flere episoder er det for eksempel vanlig med kjenningsmelodi, men en film er beregnet til å bli sett en gang, vil ikke ha samme effekt av en kjenningsmelodi.

En fellesfaktor er at mye av musikken er valgt for å skape stemning. Dette kan blant annet være med på å underbygge filmens narrasjon, ved å for eksempel forsterke spenningen i en scene (Bakøy, Moseng, 2008). Et klart eksempel på dette er når MacDonald går på scenen i dokumentarfilmen, og musikk basert på trommer bygger opp forventningene til publikum. Et øyeblikk han har jobbet mot i hele filmen, som i mine øyne blir forsterket av musikkvalget.

Med kritiske øyne kan begge dokumentaristene anklages for å bruke for mye musikk. Et argument mot dette vil være at de sjeldent lar en situasjon utfolde seg uten musikk. Kanskje ville noen scener vært sterkere uten musikk? Som for eksempel alle ropene MacDonald får når han står på scenen. Hvordan ville det blitt uten musikk? I noen situasjoner kan musikk også brukes for å skjule dårlig lyd. I dokumentarproduksjon er det ikke alltid mulighet for å gjøre nye opptak, og da kan en løsning på et stort problem være musikk. Hvis det i tillegg forsterker en følelse eller stemning i scenen, er det også fordelaktig. Musikk kan også legges på montasjer, det kan bidra til en følelse av kontinuitet i montasjesekvenser, og skjule tidsforkortninger (Bakøy, Moseng, 2008). Begge bruker for eksempel musikk over treningsseanser, som kanskje ville bli kjedeligere å se på uten musikk. Dette vil da mest sannsynlig oppleves raskere og bedre å se på for seeren.

5.2.6 Stillbilledokumentasjon

Stillbilledokumentasjon er et virkemiddel som bare benyttes av MacDonald. Han dokumenterer formen sin med stillbilder, mens Fladen heller dokumenterer formen

sin med grafer. En årsak kan være at TV-serien gjorde opptak i tre måneder, og på så kort tid er det ikke sikkert at det er så lett å se den kroppslige forandringen hovedpersonen gjennomgikk. Dessuten handlet ”Prosjekt perfekt” om flere ting enn kroppen til Fladen, dermed så dokumentaristen kanskje ikke poenget med å dokumentere med bilder. Til sammenlikning brukte MacDonald over ett år på sitt prosjekt, og han går gjennom en veldig stor forandring. Som jeg har nevnt tidligere er det både fordeler og ulemper med bruken av stillbilder i film. Hovedargumentet mot å bruke det vil være at seeren blir tatt ut av handlingen, og kan lettere miste tråden i historien. Dette kan også være et argument for at Fladen ikke brukte stillbilledokumentasjon.

Som vi nå har drøftet er det mange likheter i bruk av virkemidler i filmene, men likevel er det nyanser som skiller dem fra hverandre, fordi virkemidlene kan benyttes på forskjellige måter. Hovedfunnet er at ved kategoriseringen av virkemidler er at Fladen blir i større grad enn MacDonald privat i sin bruk av virkemidlene. Et resultat jeg tror kommer av valg av bruken til særlig videodagboken og voice-overen. I tillegg er det forskjeller i bruken av musikk, der ”Prosjekt perfekt” bruker musikk til flere formål.

5.3 Sett i lys av Nichols sine moduser

Ved å sette utvalget inn i Nichols sine moduser ble det klart at det er mange likhetstrekk også her. Begge passer etter min mening inn i den deltakende og ekspositoriske modusen. I tillegg har ”Prosjekt perfekt” elementer av den refleksive og den performative modusen, og ”I want to look like that guy” har elementer av performative modusen. Det er to hovedelement som skiller filmene fra hverandre i beskrivelsen til Nichols. Den ene er at jeg mener dokumentarfilm passer enda bedre inn i den ekspositoriske modusen, sammenlignet med TV-serien. Årsaken til det er bruken av voice-over. Nichols mener at denne formen for dokumentar er preget av en allvitende ”voice of God”. En stemme som er allvitende, autoritær og som snakker over bildene, som ofte får en støttende rolle (Nichols, 2010). MacDonald bruke voice-overen på denne måten i større grad enn Fladen. At det blir slik har med hvordan dokumentaristene har valgt å benytte seg av virkemidlene i filmen. Som jeg allerede har vært inne på bruker ikke Fladen voice-overen på den samme autoritære måten. Hos henne blir den mer en enkel opplysningskanal. TV-serien passer derimot enda

bedre inn i den deltakende modusen på grunn av bruken av virkemidlene og hvordan de blir brukt. Da er det spesielt måten Fladen bruker videodagboken som er utslagsgivende.

Det andre elementet som skiller utvalget er at jeg ikke plasserer ”I want to look like that guy” i den refleksive modusen. Årsaken er at dokumentaristen ikke reflekterer nok over det han må gjennom, og hvilken betydning filmens kjerne har (Nichols, 2010). Dokumentaren har et tydelig budskap; Å vise hvor mye det koster å se ut som en bodybuilder. I mine øyne reflekteres det ikke nok rundt temaet til at den kan plasseres i denne sjangeren. Igjen havner argumentasjonen tilbake til videodagboka til Fladen. Den åpner opp for et univers av refleksjon, private meninger og opplevelse, og omfavner en annen dimensjon enn hva MacDonald klarer i sin dokumentar. Dette viser at bruken av virkemiddel i stor grad er med på å avgjøre hvordan en film tolkes.

Til gjengjeld kan det ses på som en fordel at dokumentarfilmen ikke passer inn i like mange moduser. Det kan bety at MacDonald er mer klar i sin filmatiske tale. Han har laget en dokumentarfilm i en smalere sjanger, mens TV-serien kan plasseres inn i fire av seks moduser. Det kan stilles spørsmålsteget om det er et poeng med å kategorisere dokumentarfilmene, hvis de passer inn i nesten alle modusene. Nå har jeg riktignok sagt at jeg mener ”Prosjekt perfekt” har elementer av den refleksive og performative modusen, men poenget mitt er klart.

5.4 Sett i lys av narrative modeller

Ved å sette utvalget inn i aktant- og hollywood-modellen ble det tydeligere hvem som skaper historien og hvordan den utvikler seg narrativt (Bakøy, Mosen, 2008). Hovedfunnene ved aktantmodellen er at Fladen møter større motstand og har flere karakterer å forholde seg til. Det er mulig det er derfor TV-serien virker mer personlig, fordi flere personer i hennes liv deltar i handlingen. På den andre siden har MacDonald en mer oversiktlig reise, med færre karakterer å forholde seg til. I stedet for flere hjelpere har han én person, og det er hans personlige trener. Han har også færre motstandere, men til gjengjeld har han seg selv som motstander.

Det er også flere likhetstrekk ved modellen. Den viser at begge dokumentaristene jobber mot et spesifikt mål, som hos den ene er en perfekt kropp og

den andre et perfekt liv. Det vil si at de begge plasseres som subjekt i filmen, og begge er mottaker. De mottar også hjelp fra samme type veileder og avsendere, samtidig som begge opplever motstand fra familie. Så selv om historiene er ulike, er de likevel bygget opp av samme type karaktersammensetting.

Med aktantmodellen viser hvordan karakterene er satt opp i historien, men så må fortellingens struktur betraktes, og det gjør jeg ved hjelp av Hollywood-modellen, som er en treakters fortellermodell (Bakøy, Mosen, 2008). Ved å dele fortellingene inn i tre akter ble det også tydelig at fortellingene har forholdsvis lik struktur. Begge har en start hvor poenget er å presentere prosjektene sine, og komme i gang med dem. Midtdelen består av hovedkarakterenes kamp om å oppnå målet, mens klimaks er når vi får vite om de greide målet eller ikke.

Jeg mener hovedforskjellen er at høydepunktet i filmen har et tydeligere klimaks enn TV-serien. Når hovedkarakteren går på scenen får publikum se det hele filmen er bygget opp mot. Det er vanskeligere å visualisere et perfekt liv. Det er ikke like lett å vise et perfekt liv, så da må hovedpersonen bli spurt om hun har et perfekt liv etter prosjektet er fullført. Sammen med venner oppsummerer hun prosjektet på en fest like etter at det er avsluttet. Deretter går det tre måneder før vi blir invitert hjem til Fladen igjen for å høre hvordan livet er, tre måneder etter prosjektet er avsluttet. Det er da bomba kommer, hun og kjæresten har gjort det slutt. Dette oppleves i analytisk sammenheng som en uventet ettersmell.

Det kan hende at "Prosjekt perfekt" klimaks ikke er like tydelig fordi det ikke ble vellykket. Selv om jeg er av den oppfatning at hele poenget med prosjektet er å vise at man ikke blir perfekt av å følge alle livsstilsråd.

5.5 Oppsummerende tanker

I hovedtrekk er mitt inntrykk at det er store likheter mellom norsk og amerikansk dokumentar, der dokumentaristen bruker seg selv i et kroppslig eksperiment. Det spiller ikke stor rolle at den ene er produsert for DVD og den andre for TV.

Det er bruken av virkemidlene som gjør at de skiller seg fra hverandre. Det er en faktor som skiller seg spesielt ut, og det er i hvor stor grad dokumentaristen velger å dele av sitt private selv. Her skiller "Prosjekt perfekt" seg ut i positiv forstand.

Fladen gir mer av seg selv, sammenlignet med MacDonald. Det kan være tilfeldig at det ble slik, men det kan også være et resultat av kulturforskjeller. For meg er dette et overraskende funn fordi jeg på forhånd forventet at den amerikanske filmen ville være mer privat enn den norske serien. Dette funnet kan enkelt og greit handle om et bevisst valg fra filmskaperen om at han ikke ønsket å dele mer av det private. For alt vi vet er det ikke sikkert han har en familie en gang, og da er det ikke så lett å bli privat i relasjonene til familie. Men MacDonald kunne reflektert mer over hvorfor han synes det er så viktig å se ut som en kroppsbygger. Han inviterer oss ikke inn i et tankeunivers, som kunne ha gitt filmen en ny dimensjon.

På den andre siden viser Fladen hvor mye det betyr for handlingen når hun drar inn venner, familie og kjæreste. De er med på å skape konflikter for hovedpersonen, ved å gi henne mange utfordringer som skaper spenning i handlingen. Dette sammen med videodagboka gir et større inntrykk av privat deltakelse i TV-serien.

6 Oppsummering og konklusjon

Denne analysen har tatt for seg dokumentarserien ”Prosjekt perfekt” og dokumentarfilmen ”I want to look like that guy” med hensikt å svare på oppsatt problemstilling:

Hva kjennetegner den personlige dokumentaren hvor dokumentaristen bruker seg selv i et kroppslig eksperiment, slik det kommer til uttrykk i den amerikanske dokumentarfilmen ”I want to look like that guy” og den norske livsstilserien ”Prosjekt perfekt”? Er det forskjeller mellom norsk og amerikansk dokumentar innen sjangeren?

Ved hjelp av tre forskningsspørsmål, presentert i innledning og metode, har jeg kommet frem til en konklusjon som viser at det er mange likhetstrekk mellom den personlige dokumentaren og dokumentarserien.

I hovedtrekk brukes de samme virkemidlene i begge produksjoner. Begge bruker videodagbok, voice-over, intervju, tekst og musikk. Det som skiller dem er at den amerikanske dokumentarfilmen også benytter seg av stillbilledokumentasjon. I tillegg er det forskjell i hvordan musikken brukes på TV kontra film.

Aktant- og Hollywood-modellen har vist at den narrative utviklingen i produksjonene også er sammenlignbar.

Nichols sine moduser har vist at i store trekk passer begge inn i de samme modusene, men små nyanser i bruk av virkemidler har vært avgjørende for at ”I want to look like that guy” ikke har elementer av seg i den refleksive modusen.

Den største merkbare forskjellen er bruken av videodagboka som virkemiddel. Her skiller Fladen seg ut sammenlignet med MacDonald, ved å være mer personlig.

For å konkludere vil jeg si at i lys av dokumentarserien ”Prosjekt perfekt” og dokumentarfilmen ”I want to look like that guy” er det ikke store forskjeller mellom norsk og amerikansk dokumentar innen sjangeren. Heller ikke formatet utgjør de store forskjellene. Det er lik bruk av samme virkemidler, og det er utførelsen av virkemidlene som i hovedsak skiller filmene fra hverandre.

Referanser

Litteratur

Bondebjerg, Ib (2013) *"Den subjektive dokumentaren"*, Videnskab.dk, Danmark

Brinch Sara, Iversen Gunnar (2006) *"Virkelighetsbilder – Norsk dokumentarfilm gjennom hundre år"*, Universitetsforlaget, Oslo.

Danemark, et al. (1997), *"Generalisering, vetenskapliga slutningar och modeller for forklarande samh svetenskap"*, Lund: Studentlitteratur.

Grünfeld, F. Nina (2014) *"Hvem tror du at du er?"* i Bastiansen og Aam (Red) *"Hvor går dokumentaren? Nye tendenser i film, fjernsyn og på nett"*, Fagbokforlaget Vigmond & Bjørke AS, Bergen.

Grünfeld, F. Nina (2014) *"Supersant – Den iscenesatte sannheten i personlig dokumentarfilm"*, Tidsskriftet Samtiden 1, Oslo.

Guldvik, Ingrid (2002) *"Troverdighet på prøve: Om gruppeintervju som metode for å produsere valide data om politiske diskurser"*, Tidsskrift for samfunnsforskning, Nr. 1 2002 (20 sider).

Halvorsen, Knut (2008), *"  forske på samfunnet – En innføring i samfunnsvitenskapelig metode"*, Oslo, J.W. Cappelens Forlag as.

Harms Larsen, Peder (2003) *"De levende billeders dramaturgi"*, Bd.2 tv.DR.

Larsen, Peter (2013) *"Filmmusikk: historie, analyse, teori"*, Universitetsforlaget, Oslo.

Lothe, Jakob (2003), *"Fiksjon og film – Narrativ teori og analyse"*, Oslo, Universitetsforlaget.

Nichols, Bill (2010) *"Introduction to Documentary"*, Indiana University Press, Bloomington, Indiana

Sørenssen, Bjørn (2007) *"  fange virkeligheten – Dokumentarfilmenes  rhundre"*, Universitetsforlaget, Oslo.

Østbye Helge, Helland Knut, Knapskog Karl, Larsen Leiv Ove, Moe Hallvard (2013) ”*Metodebok for mediefag*” , Bergen, Fagbokforlaget Vigmostad & Børke AS.

E-bok

King, Geoff (2005) ”*The spectacle of the real – from Hollywood to Reality and Beyond*

http://elcv.art.br/santoandre/biblioteca/em_ingles/film_and_cinema_eBooks_collection/The%20Spectacle%20of%20the%20Real%20-%20From%20Hollywood%20to%20%27Reality%27%20TV%20and%20Beyond.pdf#page=84

Artikler

Hovdellen, Olav (2015), ”*Gunnar goes comfortable (på film)*”, Kulturvinduet, Hentet mai 2015:

<http://www.kulturvinduet.no/sider/tekst.asp?side=7198>

Knudsen, Mina (2014) ”*Gullruten 2014: Her er vinnerne*” NRK. Hentet april 2015:

<http://p3.no/gullruten-2014-her-er-vinnerne/>

Matre Jostein, Monica Bring Estensen (2013) ”*Selfie er årets nyord!*”, VG. Hentet mai 2015:

<http://www.vg.no/forbruker/teknologi/sosiale-medier/selfie-er-aarets-nyord/a/10137009/>

Nettsider

Cross, Joe (2010), ”*Fat, sick & nearly dead*”, Australia. Hentet april 2015:

<http://www.fatsickandnearlydead.com/about.html>

Norges kroppsbygger og fitnessforbund (2015), ”*Kategorier innenfor NKF og IFBB*”, Oslo. Hentet mai 2015:

<http://nkf-ifbb.no/kategorier.html>

Norsk filmografi (2012), ”*Gunnar goes God 2011*”, Oslo. Hentet mai 2015:

<http://www.nb.no/filmografi/show?id=817335>

Shcau, Kristopher (2001), ”*Forfall*”, NRK, Oslo. Hentet april 2015:

<http://www.nrk.no/lukket/forfall/>

TV-serie

Fladen, Ida (2013), ”*Prosjekt perfekt*”, NRK. Hentet januar 2015:

Episode 1: <http://tv.nrk.no/serie/prosjekt-perfekt/MYNT17005113/sesong-1/episode-1>

Episode 2: <http://tv.nrk.no/serie/prosjekt-perfekt/MYNT17005213/sesong-1/episode-2>

Episode 8: <http://tv.nrk.no/serie/prosjekt-perfekt/MYNT17005813/sesong-1/episode-8>

Film

MacDonald, Stuart (2009) ”I want to look like that guy”, USA.

Vedlegg 1

Oversikt dokumentarfilmer

Norsk dokumentarfilm:

- Flink pike (2014) Solveig Melkeraaen
- Young man afraid (2014) Christer Fasmer
- Gunnar Goes Comfortable (2003) Gunnar Hall Jensen
- Kroppen min (2003) Margareth Olin

Norsk TV dokumentar:

- Norseman (2013) Christian Wulff

Norsk dokumentarserie:

- Prosjekt perfekt (2014) Ida Fladen
- Hva skjer med kroppen når du bare spiser sjokolade? Newton (2013) Line Jansrud
- De syv dødssynder (2007) Kristoper Schau
- Forfall (2001) Kristopher Schau

Svensk dokumentarfilm:

- En enstående studie i mänsklig förnedring (2008) Patrik Eriksson

Amerikansk dokumentarfilm:

- Point and shoot (2014) Matthew Vandyke (regi: Marshall Curry)
- Craigslist Joe (2012) Joseph Garner
- UnHung Hero (2013) Patrick Moote (regi: Brian Spitz)
- I want to look like that guy (2009) Stuart McDonald
- A complete history of my sexual failures (2008) Chris Waitt
- Super Size Me (2004) Morgan Spurlock

Britisk TV dokumentar:

- Under the knife (2007) Louis Theroux

Australiensk dokumentarfilm:

- Fat, sick & nearly dead (2010) Joe Cross

Tysk dokumentarfilm

- David wants to fly (2010) David Sieveking