



OSLO METROPOLITAN UNIVERSITY STORBYUNIVERSITETET

Christina Holen Korneliussen

”Et dårlig utgangspunkt”

**En lyd dokumentar om ADHD og jakten på høyere
utdanning**

**Masteroppgave 2022
Master i journalistikk (medieutvikling)**

OsloMet – Storbyuniversitetet, Institutt for journalistikk og mediefag

Sammendrag

Denne metoderapporten er tilknyttet lyd dokumentaren “*Et dårlig utgangspunkt – en lyd dokumentar om ADHD og jakten på høyere utdanning*” som handler om 24 år gamle Tonje og hennes første semester på høyere utdanning. Tonje har ADHD, og hadde egentlig aldri sett for seg at hun skulle tilbake igjen på skolebenken etter at hun ble voksen. Men når det åpner seg en mulighet for å få begynne på en bachelor i anvendt psykologi på Høyskolen Kristiania, tar hun den. Dokumentaren tar lytteren med på veien mot Tonjes første eksamensperiode. Som følge av diagnosen sin, sliter Tonje med konsentrasjonen, motivasjonen og selvdestruktive tanker.

Lyd dokumentaren belyser kvinnehelse som oppleves som et nedprioritert tema både i samfunnet og i forskningen. Den har også til hensikt å tegne et bilde av hvordan det er å være jente med ADHD i et “flink pike”-samfunn, der forventningene til høyere utdanning aldri har vært større.

Metoderapporten utgjør sammen med lyd dokumentaren en praktisk-teoretisk mastergrad i journalistikk. Formålet er å se nærmere på journalistiske og etiske problemstillinger i tilknytning til den ferdige lyd dokumentaren. Jeg analyserer intervjuobjektets rolle i produksjonen, og de ulempene og fordelene som finnes ved å bruke ulike typer teknikk i opptaksprosessen. Jeg belyser også hvilke etiske utfordringer man møter ved at intervjuobjektet selv står for store deler av opptaksprosessen.

Takk

Den aller første jeg har lyst til å takke er **Tonje**. Takk for at jeg fikk lov til følge deg, og for at du slapp meg inn til ditt innerste indre selv da frustrasjonen og fortvilelsen stod på som verst. Takk for at du tok deg tid til å spille inn opptak av deg selv til tross for at du hadde det vanskelig. Takk for at du lærte meg hvordan det er å være en ung kvinne med en stigmatisert diagnose i et samfunn som forventer så mye av oss. Takk for at du gjorde det enklere for meg å belyse tilværelsen med denne diagnosen, som er så underdiagnostisert blant kvinner. Du er så sterk og så smart og god. Jeg har stor tro på at du kommer deg gjennom de neste par årene på bachelorgraden din!

Så vil jeg takke veilederen min **Maria**. Jeg visste ikke noe særlig om deg før du ble veilederen min, men allerede etter vårt første møte fikk jeg troen på at dette kunne bli bra. Du er så inspirerende og engasjert i ditt arbeid, og du motiverer på en måte jeg kanskje aldri har vært borti tidligere! Tusen takk for at du ikke lot meg glippe de gangene jeg hadde lyst kaste inn håndkle, men i stedet fikk meg til å se viktigheten av prosjektet mitt. Og takk for at du har tatt deg tid til å vurdere arbeidet mitt underveis, og kommet med konstruktiv kritikk.

Tusen takk til **Dagbladet**, min arbeidsplass, for at dere har lagt til rette slik at det ble mulig for meg å fullføre mastergraden min i full jobb!

Deretter må jeg takke min kjæreste mor **Bjørg** for å ha pushet meg gjennom disse to årene på master. Selv om du til tider er irriterende som få og maser mye, så vet jeg at det har hatt en effekt for at jeg har skullet komme trygt i havn med oppgaven. Takk for at du fortsatte å ha troen på meg, selv da jeg la meg ned og ville gi opp!

Helt til slutt – jeg må nesten få takke **meg selv** også. Jeg får til så vanvittig mye, det er helt ufattelig at jeg har klart å være i 100% jobb samtidig som at jeg har holdt på med oppgaven min. Det jeg først trodde ville være et belastende og slitsomt arbeid, ble i stede noe jeg koste meg med og lærte vanvittig mye av. Til tross for tunge dager, sliten kropp og slitent sinn, kom jeg meg over målstreken denne gangen også. Stolt!

Innholdsfortegnelse

1. Innledning	5
1.1 Bakgrunn og begrunnelse for prosjektet	5
1.2 Problemstilling og idé.....	7
1.3 Valg av «case» og kontrakten mellom oss	9
1.4 Oppgavens struktur.....	12
2. Lyddokumentar, teknikk og dramaturgi	13
2.1 Historikk og utvikling av lyddokumentar.....	13
2.2 Lyddokumentaren, nye plattformer og målgruppe	17
2.3 Lyddokumentarens forhold til journalistikkens kvalitet, vesentlighet og sannhet	21
2.4 Utvelgelse av virkeligheten	27
2.5 Fortellerstemme	28
2.6 Lyd og teknikk	31
2.7 Struktur og dramaturgi	34
2.8 Scener.....	39
3. Metode	42
3.1 Lyddokumentaren og likheter med kasusstudier	43
3.2 Observasjon.....	44
3.3 Intervju som metode	46
3.3 Forskjeller på journalistikk og forskning.....	48
4. Etikk og samfunnsoppdrag	49
4.1 Presseetikk	50
4.2 Journalistikk og kjønn	53
4.3 Tonje tar opptak selv.....	54
4.4 Objektivitet – å lage dokumentar om en venninne.....	57
4.5 Andre etiske dilemmaer	59
4.6 Redaktøransvar	61
5. Oppsummering og konklusjon	62
6. Referanser	66
7. Manus	71

1. Innledning

1.1 Bakgrunn og begrunnelse for prosjektet

Denne praktisk-teoretiske masteroppgaven består av to deler. Den ene delen omfatter lyd dokumentaren “*Et dårlig utgangspunkt – en lyd dokumentar om ADHD og jakten på høyere utdanning*” som handler om 24 år gamle Tonje med ADHD, og det første semesteret hennes på høyere utdanning. Den andre delen er denne teoretiske metoderapporten. For å forstå og finne mening i metoderapporten, er det nødvendig å ha hørt lyd dokumentaren på forhånd. Sammen danner dokumentaren og metoderapporten en praktisk-teoretisk masteroppgave.

Jeg har en bachelor i journalistikk fra NLA Mediehøgskolen Gimlekollen i Kristiansand som jeg fullførte våren 2019. I løpet av det siste halvåret på bacheloren hadde jeg en praksisperiode i VGTVs programavdeling, før jeg ble ansatt i et tilkallingsvikariat på nyhetsdesken. Etter halvannet år med «breaking news», virale videoer og kamera på skulderen, inntraff koronapandemien, og kontrakten min i VGTV gikk ut. Det var først og fremst vemodig, men tiden i VGTV, og usikkerheten jeg kjente på ved å være ansatt i et midlertidig tilkallingsvikariat, fikk meg også til å tenke. Jeg syntes det var skremmende å være vitne til hvordan mange av mine kollegaer i bransjen slet seg ut i kampen om de få faste ansettelsene, og hvor mye det stresset dem. Jeg kjente selv på noe av det samme stresset, og gikk inn i en liten “eksistensiell krise” mot slutten av oppholdet mitt i VGTV. Jeg var bare 22 år da jeg først begynte å jobbe der, mye yngre enn mange av kollegene rundt meg i redaksjonen, og plutselig slo det meg at jeg ikke var klar for å sette i gang med det som potensielt skulle være “resten av mitt yrkesaktive liv”. Og da jeg ikke fikk forlenget tilkallingskontrakten min i VGTV, gikk det opp for meg at det kanskje ikke er så dumt å ha en mastergrad med seg dersom det en dag skulle bli for vanskelig å innkassere fast jobb i journalistbransjen.

Valg av tema

Det ble dessverre en beskjeden oppstart ved OsloMet, høsten 2020, som en konsekvens av pandemien. Men «lockdown» ga også rom for å undersøke og dyrke nye interesser. Jeg fikk dilla på å lytte til podkast, og brukte mye tid på å høre på

diverse dokumentarer og podkaster i spilleren til NRK. Da jeg utover i det første semesteret på OsloMet fikk nyss om at det var mulig å lage en praktisk-teoretisk masteroppgave, ble disse radiodokumentarene og podkastene den store inspirasjonskilden. Jeg har alltid vært mer praktisk enn teoretisk anlagt i skolesammenheng, og det er mye av grunnen til at jeg begynte å studere journalistikk i utgangspunktet. Derfor var jeg raskt ute med avgjørelsen om å gå videre med et praktisk prosjekt, og det var spesielt dokumentarsjangeren jeg interesserte meg for. Men hva kunne jeg lage dokumentar om? Og i hvilket format ville jeg produsere det? Jeg brukte en god del tid på å komme frem til hva temaet for dokumentaren min kunne være, og lette i kriker og kroker etter kuriøse historier eller personligheter – på rare Facebook-grupper, interesseforum, på plakater på lyktestolper – uten noe særlig hell. Det var ikke før jeg tok valgfaget *MJ4300 Science and the Media: Challenges for Journalism* våren 2021 at jeg begynte å nærme meg en tanke om hva jeg kunne dykke dypere ned i. Fagets eksamensoppgave besto av å skulle skrive en reportasje som dekket vitenskap eller vitenskapsrelaterte problemstillinger, og det ble mest naturlig for meg å skrive om det vitenskapelige feltet som engasjerer meg mest: kvinnehelse.

Det har lenge plaget meg at forskning på kvinners helse, både den psykiske og den somatiske, synes å være nedprioritert. I forkant av eksamen i faget diskuterte jeg denne tematikken med en perifer bekjent på trikken på vei hjem en ettermiddag, og vedkommende gjorde meg oppmerksom på tematikken om ADHD og underdiagnostisering hos kvinner. ADHD er jo noe som mange assosierer med hyperaktive, ukonsentrerte guttebarn. Ifølge ADHD Norge er det i barnealder flere gutter enn jenter som får en ADHD-diagnose, og forholdstallet mellom gutter og jenter er 4:1 (ADHD Norge, 2016). Det har seg nemlig sånn at mange kvinner opplever å bli diagnostisert med ADHD først i voksen alder, ettersom symptomene på diagnosen kan utspille seg annerledes hos jenter enn hos gutter. Mange kvinner går derfor store deler av livet og lur på hva som er galt med dem, før de eventuelt oppsøker hjelp, og blir diagnostisert. Dersom ADHD hos jenter hadde fått mer oppmerksomhet i samfunnet, så hadde det sannsynligvis vært enklere for skolepersonell, helsevesen eller andre instanser å plukke opp jenter med diagnosen i ung alder, slik at de kunne fått den tilretteleggelsen de eventuelt trenger så tidlig som mulig.

Fordi dette er en praktisk-teoretisk master, så er det lagt opp til at den teoretiske delen er noe begrenset med tanke på omfang, kilder og referanser. Om lag seks måneder har gått med til opptaksprosessen og produksjon av lydokumentaren. Den teoretiske delen av oppgaven byr dermed ikke på tradisjonelle forskningsresultater, men er heller en utforskning av etiske og metodiske aspekter ved det praktiske prosjektet.

Jeg har valgt å fokusere på de journalistiske og etiske utfordringene ved å la dokumentarens hovedperson – Tonje – gjøre opptak av seg selv, samt bruken av ulike typer teknikk i opptaksprosessen. Med sistnevnte mener jeg spesielt bruken av smartelefoner/mobil som opptaker. I tillegg vil jeg kort redegjøre for lydokumentaren versus radiodokumentaren, og hva det innebærer at lydokumentaren fritt kan produseres og publiseres av hvem som helst, mens radiodokumentaren heller er et resultat av redaksjonell behandling med ressurser tilgjengelig. Jeg vil også diskutere de etiske problemstillingene som er knyttet til det faktum at Tonje er en venninne av meg. Arbeidet med dokumentaren åpner for et hav av andre interessante problemstillinger, men for meg har det vært mest interessant og naturlig å avgrense på følgende måte.

1.2 Problemstilling og idé

Problemstillingen min består av flere deler:

“På hvilken måte møtte jeg som journalist ulike utfordringer i produksjonen med en lydokumentar der hovedpersonen selv skal gjøre opptak over tid? Hvilke etiske utfordringer har jeg møtt i denne prosessen? Og på hvilken måte er det ulemper og fordeler med å bruke ulike typer teknikk i opptaksprosessen?”

Idé

Helt i startfasen av masteren hadde jeg som tidligere nevnt et ønske om å lage en dokumentar om noe kuriøst; en historie eller en personlighet som stakk seg ut, og gjerne noe folk ikke hadde hørt om tidligere. Jeg hadde store planer om å skape noe

helt sensasjonelt, noe som kunne få folk til å måpe av begeistring eller til å klø seg i hodet av forundring. Derfor brukte jeg enormt mye tid på å søke etter noe spektakulært jeg kunne formidle gjennom lyd-dokumentaren min. Dette var langt i fra enkelt. Det var ikke før mot slutten av det første året på masteren at jeg hadde en klar tanke om hva jeg kunne lage dokumentar om, og det var også da jeg forsto at historien ikke nødvendigvis måtte være noe helt spektakulært som aldri var blitt rørt før. Det slo meg, som Rema 1000 så pent sier, at det enkle ofte er det beste. Skal vi tro Berit Hedemann, journalist og radiodokumentarist i NRK, så er det avgjørende at temaet man vil ta for seg er vesentlig nok til å lage en dokumentar om (Hedemann, s. 62, 2006). Hedemann skriver også at dokumentaren bør gi lytteren et håp om å lære eller forstå et tema, og drives fram av sin intellektuelle nysgjerrighet. Kvinnehelse angår halvparten av befolkningen vår, og ADHD er en diagnose som svært mange mennesker lever med. Likevel får kvinnehelse lite oppmerksomhet i media, og ADHD hos jenter enda mindre. Dokumentaren må derfor kunne karakteriseres som vesentlig i denne sammenheng, og i tillegg er håpet at den kan fungere som en kilde til læring og forståelse av tematikken. Vesentlighetskriteriet i journalistikken diskuteres inngående i et eget underkapittel senere i oppgaven.

Min utgangshypotese, basert på mitt kjennskap til Tonje og på det stigmaet som ofte er knyttet til ADHD, var at det er utfordrende å gjennomføre et studium på høyere akademisk nivå for en med ADHD. Temaet jenter med ADHD er som nevnt lite omtalt i media, og det gjorde det enda mer forlokkende å ta for seg. Det ble også mer innbydende å ta fatt på temaet da jeg bestemte meg for å se på hvilken innvirkning Tonjes diagnose ville ha på studiene hennes. Hvordan er det å ha ADHD og selv skulle styre og strukturere egen studiehverdag, så vel som fritid og hverdagsliv? Hvordan er det å være jente, 24 år og student med denne diagnosen i et samfunn der forventningene til høyere utdanning kanskje aldri har vært større?

Å lage journalistikk som betyr noe er det jeg streber etter; å belyse noe som ellers ikke får så mye oppmerksomhet, men som egentlig betyr ganske mye for mange, og som kan spille en rolle for noen eller noe. "Kunnskapen om hvordan ADHD arter seg hos kvinner er mangelfull, og det er behov for tilgjengeliggjort informasjon om diagnosen, som opptrer hos opptil 4,4 % av den voksne befolkningen – nær halvparten av dem kvinner" skriver Mira Elise Glaser Holthe for ADHD Norge (Holthe,

2017, s. 4). Hun etterspør behovet for mer informasjon om tematikken jeg belyser i min lyddokumentar, noe som gjør meg trygg på at prosjektet mitt tigger av boksen om betydningsfull journalistikk.

1.3 Valg av «case» og kontrakten mellom oss

Hvordan gikk researchfasen for seg? Hvordan oppdaget jeg Tonje, og hvordan ble den uformelle kontrakten oss i mellom oss utarbeidet?

Research

Da jeg var helt sikker på hva temaet for lyddokumentaren skulle være, gjaldt det å finne en potensiell case. Kvinnehelse kan være så mangt; alt fra menstruasjonssyklus til svangerskap og psykiske lidelser. Jeg gjorde en god del generell research på kvinnehelse i begynnelsen, og lette høyt og lavt etter en spektakulær historie eller personlighet som stakk seg ut i mengden. Da jeg etter hvert begynte å peile meg inn på ADHD-aspektet, var idéen opprinnelig at jeg skulle følge ei jente/kvinne som var i prosessen med diagnostisering av ADHD. Jeg ønsket å fungere som en “flue på veggen”, og dokumentere veien frem mot en eventuell diagnose. Jeg tok kontakt med flere personer og institusjoner som spesialiserte seg innenfor dette, og sendte ut en felles e-post som lød som følger:

“[...] Jeg brenner veldig for kvinnehelse, særlig innenfor det psykiske aspektet, og har derfor lyst til å lage en lyddokumentar om ADHD hos jenter/unge kvinner. Det kommer ofte frem at jenter med ADHD er underdiagnostisert, noe jeg tror er underkommunisert per i dag, og som bør belyses i større grad i det offentlige.

Jeg vil altså gjerne bidra til å løfte dette tema, og sette det på dagsorden. Og derfor ønsker jeg å lage en lyddokumentar på omkring 30-40 minutter, der jeg følger ei jente/ung kvinne som er i prosessen med diagnostisering av ADHD. Jeg leter etter en jente som er utadvendt og sympatisk nok til å bære en lyddokumentar, og som fungerer godt til å illustrere dette tema. Jeg ønsker å følge vedkommende i en periode på 6 måneder.

[...] Som journalist, og masterstudent, så vil jeg selvfølgelig overholde de etiske prinsippene jeg er ilagt jamfør Vær Varsom-plakaten. Den potensielle jenta som ønsker å ta del i denne produksjonen vil med all selvfølgelge være med på å bestemme hva som skal frem i lyset, og hva som ikke er ønskelig at skal komme med i produksjonen.

Det er ikke enkelt å finne frem til potensielle kilder i en slik produksjon som dette, men fordi jeg brenner veldig for dette tema, og mener det er politisk viktig at det settes mer på dagsorden, så har jeg lyst til å gjøre mitt beste for å finne frem til en deltaker. Derfor sender jeg denne e-posten i håp om at du/dere har muligheten til å videreformidle mitt ønske til aktuelle jenter/unge kvinner og høre om dette er noe de kunne tenke seg å være med på!”

Jeg mottok tilbakemelding fra de fleste av spesialistene jeg tok kontakt med, og stort sett var responsen at de ikke hadde noen potensielle kandidater hos seg i det aktuelle tidsrommet. Bare noen dager etter fellesmailen ble sendt ut, ble det klart at Tonje, ei god venninne av meg, hadde fått studieplass på Høyskolen Kristiania. Tonje har jeg kjent siden ungdomsskolen, men det er ikke før i voksen alder at vi har etablert et ordentlig vennskap. Da jeg fikk høre om studieplassen, var min første tanke «hvordan i all verden skal dette gå?!». Deretter gikk det opp for meg at dette jo kunne være en potensiell historie å fortelle. Tonje har relativt tung ADHD, og er på mange måter et stereotypisk eksempel på diagnosen. Hun er en festglad bråkebøtte (tidvis) som aldri har vært skoleglad, og som heller lar tankene og drømmene sveve fritt. Men hun er også en sympatisk, reflektert og genuin dame som stort sett er i kontakt med sine egne følelser, og som er opptatt av å ta vare på dem hun har kjær. Hovedpersonen bør ha sympatiske sider, slik at lytteren kan identifisere seg med ham eller henne (Hedemann, 2006, s. 62), og det har Tonje så absolutt.

Det krevde ingen overtalelse for at Tonje skulle si ja til å la meg følge henne et helt halvt år. Tvert imot var hun, som jeg, enig i at jenter og kvinner med ADHD er et skyggelagt tema som folk og samfunn trenger mer kunnskap om. Hun var beæret over at jeg ønsket å belyse historien og diagnosen hennes i min dokumentar. Og dermed begynte vi å møtes oftere. Det ble starten på en prosess som har vart i om lag syv måneder.

Monologintervju

Etter at Tonje og jeg var blitt enige om hva som skulle skje videre, avtalte vi en dag hvor vi kunne møtes i fred og ro for å gjennomføre det første intervjuet. Jeg hadde på dette tidspunktet bestemt meg for at jeg ville konsentrere meg om Tonjes aller første eksamensperiode som lå og ventet rundt juletider. Planen var at lyd dokumentaren skulle følge veien frem mot eksamen, med særlig fokus på tiden rett før og rett etter. Under det første intervjuet pratet vi i flere timer mens opptakeren gikk. Jeg hadde notert ned en rekke spørsmål på forhånd for å sørge for at vi holdt kursen. Som en konsekvens av diagnosen sin, har Tonje nemlig en tendens til å spore av i fortellingene sine, og derfor ble det nødvendig at jeg grep inn i intervjuet for å styre henne tilbake på rett spor. Hensikten med et monologintervju er å få en mest mulig bildeskapende fortelling om noe intervjuobjektet har opplevd, samtidig med at vi skal få et nærbilde av intervjuobjektet som er så tydelig at vi synes at vi blir kjent med sjela til vedkommende (Hedemann, 2006, s. 65-66). Jeg lot Tonje få ha opptakeren i fanget sitt under store deler av intervjuet, slik at den ikke skulle ta oppmerksomheten vekk fra det vi holdt på med. Ifølge Hedemann, har de fleste journalister mange triks for å forsøke å gjøre intervjusituasjonen mindre kunstig og mer avslappet (Hedemann, 2006, s. 65-66). Dette var et av mine. Jeg gjorde til sammen fire monologe intervjuer med Tonje i løpet av det halve året jeg fikk følge henne, og deler av alle fire er med i den ferdige lyd dokumentaren.

Kontrakten

Opptaksprosessen med Tonje var dermed i gang. "Kontrakten" mellom oss var en muntlig enighet om at Tonje måtte være villig til å by på seg selv resten av semesteret; at jeg fikk følge henne gjennom både oppturer og nedturer, og at jeg fikk være til stede på lesesalen, skolen og biblioteket. Dette innebar selvsagt at hun ville få mulighet til å høre gjennom det ferdige resultatet, og si ifra dersom det var noe hun ikke kunne stå inne for. Til tross for at vi hadde blitt enige om alt dette oss imellom, var det flere ganger underveis i prosessen at jeg var genuint redd for at Tonje skulle trekke seg. Jeg fryktet også at hun, på grunn av diagnosen sin, ville glemme eller utsette avtaler vi hadde. Det var også en reell frykt for at hun skulle droppe ut av studiene før julen og eksamensperioden. Heldigvis kom Tonje seg gjennom

semesteret, og opptaksprosessen ble en interessant og lærerik periode for oss begge to.

Gradvis endring

Til å begynne med var planen at jeg, fysisk, skulle følge Tonje gjennom så mye som mulig av semesteret frem mot jul. Slik begynte også opptaksprosessen, men etter kort tid ble det tydelig at min kontinuerlige tilstedeværelse virket forstyrrende for Tonje, ettersom hun i utgangspunktet allerede slet med å holde på konsentrasjonen og ikke la seg distrahere. Derfor ble vi enige om at hun skulle forsøke å ta opptak av seg selv med mobilen sin så jevnlig som overhodet mulig. I begynnelsen var jeg litt urolig for om dette i det hele tatt ville la seg gjøre, ettersom Tonje er relativt distré og har mange baller i luften samtidig. Heldigvis har det gått bra, og hun tok massevis av opptak gjennom hele semesteret – både i situasjoner hvor hun hadde det bra og opplevde progresjon, og i situasjoner hvor hun hadde det vanskelig og følte at hun stagnerte. Jeg tror at dersom vi hadde fulgt planen slik den opprinnelig skulle vært, så ville dokumentaren i mye mindre grad vært preget av den nærheten og sårbarheten som Tonje har vist i løpet av opptaksprosessen. Det at hun har hatt mobilen til stede, og gjort opptak i de tilfellene hvor hun har låst seg inne på et av bibliotekets toaletter og kastet opp i angst for å mislykkes med studiene, har betydd så mye for historiefortellingen.

At Tonje fikk ansvaret for å gjøre flere av opptakene selv er noe jeg kommer tilbake til både i neste kapittel om lydokumentar, teknikk og dramaturgi, og i kapittelet om etikk. Grunnen til at jeg har valgt å fokusere spesielt på dette aspektet ved lydokumentaren er først og fremst fordi bruken av «utradisjonelle» teknikker og fortellermåter kan være et eksempel på hvordan de nye lydokumentarene og podkastene skiller seg fra den mer tradisjonelle radiodokumentaren. I tillegg følger det med flere journalistisk etiske problemstillinger ved å la et case eller kilde dokumentere seg selv.

1.4 Oppgavens struktur

Dette innledende kapittelet har tatt for seg for oppgavens bakgrunn, problemstilling og tematikk, researchfasen og kontrakten mellom meg og Tonje. Resten av

oppgaven er bygd opp ved at kapittel to er en analyse av den praktiske delen av masteroppgaven – lyddokumentaren – i en faglig og teoretisk kontekst. Deretter følger kapittel tre om metode, og kapittel fire om etikk og samfunnsoppdrag. Kapittel fem er en kort drøfting og konklusjon.

2. Lyddokumentar, teknikk og dramaturgi

Dette kapitlet tar for seg den ferdige lyddokumentaren og teori knyttet til denne. Jeg vil kort presentere dokumentarbegrepet og radio- og lyddokumentarens historie, før jeg går over til å belyse den nye lyddokumentaren, eller podkasten, og dens historie og utvikling. Dermed vil jeg redegjøre for lyddokumentarens plattformer og målgruppe, før jeg ser nærmere på lyddokumentarens forhold til journalistikkens kvalitet, vesentlighet og sannhet. Deretter tar jeg for meg sentrale grep og trekk ved lyddokumentar generelt og lyddokumentaren om Tonje spesielt, som valg av fortellerstemme, struktur og dramaturgi, lyd og teknikk og utvelgelse av scener.

Fordi begrepet “lyddokumentar” er noe upresist, og fordi det er manko på litteratur om akkurat dette, vil jeg delvis ta utgangspunkt i dokumentarsjangeren generelt, og radio- og podkastdokumentar.

2.1 Historikk og utvikling av lyddokumentar

Begrepet dokumentar, på engelsk “documentary”, ble trolig først introdusert av den britiske dokumentarfilmskaperen John Grierson på slutten av 1920-tallet. Begrepet var i utgangspunktet knyttet til filmsjangeren, og Grierson definerte det som “the creative treatment of actuality” (Kerrigan og McIntyre, 2010, s. 111). Selv, synes Grierson at begrepet var klossete; “a swell word for a simple thing” (Fox, 2008, s. 4).

Grierson var ikke så opptatt av at dokumentaren skulle være en ren gjengivelse av virkeligheten, og dramatiserte hendelser med skuespillere ble ofte brukt. I dag ville man klassifisert dette som en spillefilm. En nyere definisjon av dokumentaren

beskriver en sjanger der seerne bringes inn i nye verdener og opplevelser gjennom presentasjon av nøyaktig faktainformasjon om virkelige mennesker, steder og hendelser, generelt (men ikke alltid) fremstilt ved bruk av faktiske bilder og gjenstander (Bernard, 2016, s. 1-2). Det var hovedsakelig på TV og film dokumentaren fikk utspille seg til å begynne med. Etter hvert ble den så overført til lyd og radio, og det er i denne sammenhengen begrepet blir brukt i denne oppgaven.

Begrepet “lyddokumentar” er sjeldent brukt i dag, og “den nye lyddokumentaren” kan heller ses på som en paraplybetegnelse for ikke-redaksjonelle lydproduksjoner og podkast. Jeg betrakter lyddokumentaren som noe fritt og uavhengig som kan produseres av hvem som helst for hva som helst. Til tross for dette, har jeg valgt å følge de presseetiske retningslinjene i produksjonen med lyddokumentaren om Tonje, mye fordi jeg selv er journalist, og fordi jeg vil ha muligheten til å selge den videre til et redaksjonelt mediehus dersom det skulle bli aktuelt. Hvorfor har jeg ikke da valgt å la produktet mitt være en radiodokumentar, spør du kanskje? Det er simpelthen fordi det ikke er en radiodokumentar, men heller en lydproduksjon som i større grad likner podkasten, og som kan publiseres av organisasjoner eller institusjoner utenom den redaksjonelle pressen.

Fordi begrepet lyddokumentar ikke har noen konkret definisjon, men heller refererer til ikke-redaksjonelle lydproduksjoner og spesielt podkast, vil jeg gi en kort begrepsforklaring og historikk på disse. Det har likevel vært nødvendig å inkludere historikk om radiodokumentaren i denne oppgaven, fordi lyddokumentaren i stor grad springer ut fra dette konseptet. Hovedfokuset vil likevel ligge på lyddokumentarer i podkast-sjangeren, da det er i denne kategorien dokumentaren jeg har laget hører til.

Radiodokumentar

Radiodokumentaren vokste fram og etablerte seg som en egen sjanger i europeiske land etter 1945. I det internasjonale radiodokumentarmiljøet har mange forsøkt å definere sjangeren så lenge den har eksistert, men ingen har lyktes å komme med en dekkende definisjon som det kan være enighet om (Hedemann, 2006, s. 13). En radiodokumentar kan være et grundig journalistisk arbeid med et alvorlig tema, det kan være et portrett av en person, det kan være en fortelling om historiske hendelser og det kan være kunstneriske og faktabaserte lydproduksjoner (Lyngvær et al., 2017,

s. 93). Grunnleggende for radiodokumentarene er at de på en eller annen måte beskriver viktige fenomener i samfunnet eller menneskelivet. Programmene bør både være vesentlige og *oppleves* som det (Hedemann, 2006, s. 13). Til tross for at det er utfordrende å definere og avgrense radiodokumentarsjangeren, er det en felles enighet om målet med den. Lytteren bør få være med på noe som skjer. Skal man lage en radiodokumentar, må man tenke gjennom hvilken historie man vil fortelle, og ikke minst hvorfor den bør fortelles (Lyngvær, et al., s. 96). En annen ting som er viktig å påpeke er at radiodokumentarer som regel er produsert og publisert av etablerte medier som har de presseetiske prinsippene i Vær Varsom-plakaten i grunnen for alt sitt arbeid. Det til forskjell fra frittstående og uavhengige lydproduksjoner og podkaster.

I Norge opprettet NRK sin egen redaksjon for radiodokumentar i 1989; Radiodokumentarredaksjonen. Norge kom sent på banen sammenlignet med danskene, som begynte med montasjer så tidlig som i 1947. «Montasje» er det begrepet danskene bruker om sine egne radiodokumentarer (Myklebust, 2009, s. 5). Radiodokumentarens utvikling i Europa tok fart i 1945. Hos BBC og de fleste andre europeiske kringkastingsstasjonene utviklet feature-programmene seg parallelt med og var inspirert av dokumentarfilmen. «Feature» er det internasjonale begrepet som omfatter alle sjangrer innenfor dokumentar, montasje og sammensatte programmer (Myklebust, 2009, s. 5). Internasjonalt kalles de fleste redaksjoner som produserer lyddokumentarer og dokumentarprogrammer for featureredaksjoner. Flere av disse redaksjonene, som BBC, New York Times og USA Today, har i nyere tid gått over til å produsere lydinnhold gjennom podkastformatet, og dette skal vi se nærmere på nå.

Podkast - den første epoken

Podkast er redigerte lydprogrammer som distribueres på internett. Podkasting kjennetegnes ved at lytteren gjennom abonnementstjenester kan laste ned programmene til smarttelefon, nettbrett eller lignende for å lytte til dem når det passer (Fjellro, 2019). Denne oppgavens tilhørende lyddokumentar er ment å høre inn under podkast-sjangeren; som en episode av en podkast-serie, eller som en enkeltstående lyddokumentar.

Medieprofilen Adam Curry og programutvikleren Dave Winer krediteres som skaperne av podkasten, helt tilbake i 2004. De utviklet et verktøy som ville gjøre dem i stand til å laste ned nettbaserte radiosendinger fra internett og direkte til Apples revolusjonerende enhet iPod (Bonini, 2015, s. 21), som hadde kommet på markedet tre år tidligere. Selve begrepet "podcast" (podkast, på norsk) har sitt opphav fra en artikkel i The Guardian av journalisten Ben Hammersley, der han skriver om den gryende strømmen av nettradio som Curry og Winer delvis hadde bidratt til å bringe til live (Hammersley, 2004). I artikkelen tok han i bruk ordet "podcasting", ut ifra ordene "iPod" og "broadcast" (Bonini, 2015, s. 21). Mot slutten av 2004 dukket den første leverandøren av podkasttjenester, Libsyn.com (Liberated Syndication) opp, og derfra begynte podcasting sakte men sikkert å vekke interesse. I 2005 ble ordet "podcast" lagt til Oxford English American Dictionary, og kåret til "Word of the Year" (Bonini, 2015, s. 23). I løpet av den første halvdel av 2000-tallet, var det i hovedsak to typer produsenter: Ildsjelene som jobbet uten inntjeningsmål, og profesjonelle kringkastere eller kjendiser fra underholdningsbransjen (ofte komikere), radio og tv-stasjoner, aviser eller andre selskaper med kommersielle interesser (Fjellro, 2019). I USA kom NPR (National Public Radio) med sin første podkast i 2005, etterfulgt av BBC i Storbritannia som slapp sin første podkast to år senere. De store avisene som The Guardian og Daily Telegraph var også tidlig ute med egne podkaster i 2005. I 2012 ble imidlertid podkastsatsingen trappet ned de fleste steder. Begrunnelsen var at den ikke ga nok avkastning, selv om antallet nedlastninger økte. Annonsørene mistet interessen fordi de oppfattet podkasten som noe som i for stor grad bare henvendte seg til et særlig teknisk kompetent nisjepublikum (Fjellro, 2019).

Podkast - gjennombruddet

I juni 2012 lanserte Apple en egen podkastapplikasjon, og med dette startet det som både er blitt kalt en gullalder og den andre bølgen av podkast (Fjellro, 2019). Radioprogrammer som lenge hadde blitt publisert i podkastformat fikk raskt en mye større lytterskare. På slutten av 2014 – 10 år etter at mediet først dukket opp – snakket verden plutselig om podcasting igjen. Mer spesifikt snakket de om en podkast, *Serial* – en amerikansk krimpodkast laget av produsenter i allmennkringkasterne NPR og WBEZ Chicago (Berry, 2015, s. 170). Produsent Sarah Koenig undersøker en femten år gammel drapssak, der en 17-åring ble dømt for drapet på sin ekskjæreste. På to år ble *Serial*s to første sesonger lastet ned over

240 millioner ganger verden over. Etter dette gjennombruddet har det vært en sterk vekst i antallet podkaster både fra tradisjonelle kringkastere, men også fra aviser, tankesmier, politiske partier, etablerte mediepersoner og universiteter (Fjellro, 2019). 80 prosent av verdens medieledere sier at de vil satse sterkere på podkaster og digital radio i det kommende året (Newman, 2022, s. 16-19). «Lyd overalt» skal bli mediebransjens nye mantra.

Podkast i Norge

Det finnes flere tidlige eksempler på podkaster produsert i Norge, både av ildsjeler og mer profesjonelle aktører (Fjellro, 2019). NRK P2-programmet *Kurér* publiserte sin første podkast i 2005. Den blir regnet som NRKs første podkast. Podkasten fikk et lite gjennombrudd i norske mediehus i 2015. Inspirert av *Serial*, den amerikanske krimsuksessen som er nevnt tidligere, lanserte VG podkasten *Uløst* november 2015, som satt søkelyset på Birgitte Tengs-saken. Hver episode ble i snitt lastet ned 200.000 ganger (Bjørnstad & Leknes, 2017, s. 40). Etter dette begynte produksjonen av true crime- og dokumentarpodkaster å vokse kraftig. Flere nasjonale og lokale mediehus begynte også med ukentlige debatt- og aktualitetspodkaster. I Norge i dag er podkastene tilgjengelig for stort sett alle; i NRK-spilleren, på Spotify og på andre plattformer som distribuerer podkast. Enkelte podkaster ligger også bak betalingsmurer, eller er en del av abonnementer. Selv om mediebransjen i dag omfavner podkasten, har lyttertallene foreløpig ikke vært så veldig høye. I 2017 oppga 14% av befolkningen å ha hørt på podkast minst én gang i uken, mens ni prosent hørte daglig (Bjørnstad & Leknes, 2017, s. 40).

De økende trendene for bruken av lydmedier, videomedier og internett forsterket seg under koronaåret 2020. Men til tross for at 57 prosent av befolkningen lyttet til lydmedier (musikk, podkast) på en gjennomsnittsdag det året, så falt oppslutningen om podkast imidlertid litt fra 2019 til 2020, fra 25 til 21 prosent (Foss & Tuv, 2021). Ifølge Statistisk Sentralbyrå er podkast mest populært i alderen 25-44 år, og blant de med høyere utdanning.

2.2 Lyddokumentaren, nye plattformer og målgruppe

Lyddokumentaren har gått fra å være bare radiodokumentar, til å bli noe som stort sett hvem som helst kan produsere, ofte i form av podkast. Podkasten kan publiseres av etablerte mediehus, uavhengige produksjonsselskaper eller enkeltpersoner, og ofte ledes den av kjente personligheter, aktivister, organisasjoner eller journalister. Verden over produseres det podkaster om alt mulig – kjendisssladder, vitenskap, søvn, mat, komedie og sykdom for å nevne noe. Lyddokumentaren om Tonje og ADHD-diagnosen hennes kan passe inn i flere ulike sendeflater, men det mest naturlige er nok kanaler innenfor det helse- og sosialfaglige og innenfor skole og utdanning. ADHD er en medisinsk diagnose, og hos jenter/kvinner er den lite belyst både samfunnsmessig og medisinsk. Da formålet med dokumentaren er å belyse kvinnehelse fordi det i så stor grad er nedprioritert i vitenskapen, vil det være naturlig at det er helsepersonell som er målgruppen, og som forhåpentligvis tar lærdom fra Tonjes historie. Fordi dokumentaren tar for seg ADHD i skolesammenheng, og fordi det ofte er i skolesammenheng ADHD-diagnosen syns best, er den også aktuell for lærere/elever/studenter. Den er også aktuell for sendeflater med unge lyttere, da dokumentaren i utgangspunktet er laget av, med og for unge mennesker. Håpet er at unge mennesker skal få innsikt i livet med ADHD, ta lærdom av det og forhåpentligvis redusere det stigmaet som ofte er knyttet til diagnosen.

Podkasten er demokratiserende

I dag ligger de fleste norske lyddokumentarer/podkaster tilgjengelig bak ulike abonnementstjenester som Spotify, PodMe, Moderne Media og Acast. I noen tilfeller er podkaster også tilgjengelig for alle mot at det er produktplasseringer og annonsørinnhold underveis i lyttingen. På Spotify Free og på Youtube kan man lytte til podkast uten å abonnere eller betale kostnader. Men det er ikke bare de store mediekonsernene og produksjonsselskapene som produserer og distribuerer podkaster. Også private aktører, bedrifter, organisasjoner, politiske partier og andre institusjoner har tatt i bruk podkasten som debatt- og formidlingsarena. Oslo Universitetssykehus opprettet for eksempel podkasten *SyktFrisk* i 2020. Den drives av de ansatte ved sykehuset, og er et samarbeid mellom Oslo universitetssykehus og Regional kompetansetjeneste for pasient- og pårørendeopplæring i Helse Sør-Øst. *Boligbobla* er et annet godt eksempel – her inviterer bransjeforeningen for eiendomsmeglingsforetak Eiendom Norge gjester for å diskutere aktuelle tema i boligmarkedet én gang i måneden.

I utgangspunktet kan man lage en podkast så lenge en har en mikrofon og en datamaskin tilgjengelig. Det at podkasten kan lages uten at det ligger store økonomiske krefter bak, gjør at podkasten har et demokratiserende aspekt ved seg (Lyngvær et al., 2017). Hvem som helst kan uttrykke det de mener og publisere det som en podkast, og både meninger og temaer som ellers ikke kommer til uttrykk kan presenteres i en egen, ukomplisert podkast.

Nye plattformer – en trussel for journalistikken?

Fordi podkasten er så ukomplisert å produsere, og så tilgjengelig for alle, så er det viktig å skille mellom medieorganisasjoner som redigerer stoffet sitt etter Vær Varsom-plakaten, og de som ikke gjør det. NRK, Dagbladet og VG kalles ofte redigerende medier. Disse mediehusene produserer alt fra nyhets-, humor- og krimpodkaster, og plikter å etterstrebe de etiske retningslinjene i pressens Vær Varsom-plakat i sitt arbeid. Podkastene *SyktFrisk* og *Boligbobla*, som nevnt i underkapittelet over, er derimot ikke-redaksjonelle podkaster som ikke følger de samme presseetiske retningslinjene som de redaksjonelle.

En relativt ny sjanger – daglige nyhetspodkaster – øker voldsomt i popularitet, og mediehus over hele verden investerer i dette formatet. Da koronapandemien rammet verden i 2020 slo denne trenden fart for alvor (Gallo & Newman, 2020, s. 5). For mediehus som New York Times (*The Daily*) og The Guardian (*Today in Focus*) tiltrekker disse «on-demand» lydbriefingene seg nå et stort publikum daglig, og genererer betydelige inntekter. Her i Norge har flere mediehus egne nyhetspodkaster, og bruker disse for å nå frem til sitt publikum med løpende nyheter og med mer omfattende og dyptgående saker.

Podkasten er altså blitt et "allemannseie" – både etablerte mediehus og uavhengige, frittstående organisasjoner eller enkeltpersoner kan produsere og publisere sitt innhold til distribusjon for alle. Dette kan selvsagt skape usikkerhet, for hvordan skal man skille mellom podkaster som er laget på journalistisk grunnlag, og podkaster som ikke er det? I podkastfæren kan og bør man ikke gå ut fra at det som blir sagt er sant eller korrekt (Lyngvær, et al., 2017, s. 125). For å skille mellom podkast og lydinnhold som har de presseetiske prinsippene til grunn og de som ikke har det, er

det først og fremst publiseringsflaten man må konsentrere seg om. Er det en fremmed person med et knippe følgere på SoundCloud som har publisert podkasten man hører på? Eller var man inne på VG.no og manøvrerte seg frem til en podkast på deres sider? Når Aftenposten eller VG lager podkast, går man ut ifra at også disse produktene er redaksjonelle produkt og følger de samme presseetiske reglene som andre produkt fra mediehuset (Lyngvær, et al., 2017, s. 125). Dersom en enkeltstående person eller frittstående organisasjon står bak produktet, er det større sannsynlighet for at innholdet som presenteres er ment å nå ut med et budskap eller påvirke i eventuelle retninger.

En lyd dokumentar for læring

Lyddokumentaren om Tonje har hovedsakelig institusjoner innen helse og innen skole/utdanning som målgruppe, da hensikten med dokumentaren er å skape bevissthet rundt ADHD hos kvinner, og forhåpentligvis motivere lytterne i disse gruppene til å skaffe seg mer kunnskap om temaet. I lyddokumentaren får vi møte en ung kvinne med tung ADHD som skal studere for første gang, og som geleider oss gjennom opp- og nedturene hun møter på i sitt første semester som student. Dokumentaren gir et innblikk i tankegangen til en med ADHD, måten hun velger å jobbe på, hvilke utfordringer hun har og hvilke drømmer og håp hun har for fremtiden. Slik innsikt kan forhåpentligvis bidra til å minimere stigmaet knyttet til ADHD, og synliggjøre tankegangen og arbeidsmåten til folk som har denne diagnosen.

Grunnen til at jeg har vurdert ikke-redaksjonelle plattformer fremfor redaksjonelle er ikke noe mer komplisert enn at jeg ønsket å ta sikte på noe annet enn det jeg vanligvis jobber med (som journalist i et redigerende medium). Fordi jeg ønsker at lyddokumentaren skal nå ut til bestemte grupper i samfunnet, så er det mer naturlig å styre skuta i den retningen. Når det er sagt, så er jeg overhodet ikke fremmed for å la lyddokumentaren publiseres av et etablert mediehus. Det kan godt være at det er det som til syvende og sist blir aktuelt. Jeg ønsket likevel å se nærmere på det ikke-redaksjonelle aspektet ved lydproduksjoner og podkast, fordi jeg generelt interesserer meg for debatten om redaksjonell/ikke-redaksjonell podkastproduksjon, og fordi jeg tenkte det ville være lærerikt å ta for seg noe jeg ikke har så mye kjennskap til fra før.

Eksempler på mulige publikasjonsplattformer innenfor institusjoner som kan være aktuelle for publisering av lyddokumentaren kan være Universitetet i Oslos avis *Universitas* og avisa *Dagens Medisin*. *P3 Dokumentar* er en annen plattform det også kunne vært tenkelig å publisere lyddokumentaren, men dette er en redaksjonell plattform. Her finnes det allerede en rekke lignende dokumentarer som er rettet mot ungdom. Fordelen her er at hver enkelt dokumentar ikke nødvendigvis er delt opp i episoder slik det ellers ofte er i podkast-landskapet. Det er heller ikke lyddokumentaren om Tonje. Det eksisterer foreløpig ingen planlagt publisering av lyddokumentaren hos en potensiell sendeflate.

Utelot kilder

Fordi jeg ville ha mest mulig fokus på Tonje og hennes opplevelser med ADHD, har jeg utelatt andre kilder i lyddokumentaren. Det kan tenkes at det ville vært hensiktsmessig å inkludere fagpersoner eller initiativtakere innenfor det aktuelle temaet, men jeg bestemte meg tidlig for å utelate dette. Mye av årsaken til det er at ADHD er en diagnose med et bredt spekter av symptomer, og opplevelsen av diagnosen varierer fra person til person og mellom kjønn. Tonjes tilværelse med ADHD er unik, og jeg konkluderte derfor med at lyddokumentaren utelukkende skulle få være hennes historie uten noen innvendinger utenfra.

I innledningsfasen av dokumentarproduksjonen var planen opprinnelig at lyddokumentaren skulle fungere helt uten fortellerstemme. Jeg hadde en visjon om at dokumentaren skulle få seile helt alene, som et slags kunstnerisk preg. Dette ble mer krevende en forventet, for da jeg hadde kommet et stykke i redigeringsprosessen, oppdaget jeg at mye av innholdet dokumentaren ga liten til ingen mening uten en komponent som kunne gi kontekst til fortellingen. Jeg ombestemte meg, og valgte i stede å selv innta rollen som forteller. Mer om fortellerstemmer følger i et eget kapittel senere i oppgaven.

2.3 Lyddokumentarens forhold til journalistikkens kvalitet, vesentlighet og sannhet

Arbeidet bak lyddokumentaren om Tonje og diagnosen hennes bygger i stor grad på egne erfaringer og kunnskap som jeg har tilegnet meg etter å ha jobbet i radio i NRK Oslo og Viken. Jeg har også blitt inspirert av å ha jobbet som journalist både i VG og nå i Dagbladet. Som nevnt helt innledningsvis så har jeg også brukt mye tid på å høre på ulike lyddokumentarer og podkaster – både før, under og etter arbeidet med dokumentaren.

Skillet mellom medieorganisasjoner som redigerer innholdet sitt i henhold til Vær Varsom-plakaten og de ikke redaksjonelle podkastene er et interessant aspekt jeg har bitt merke i gjennom tiden som journalist, og i mine lytteropplevelser med podkast generelt. At podkast og lyddokumentar kan produseres av så og si hvem som helst, fra amatører til større organisasjoner som ikke etterlever Vær Varsom-plakaten, kan være en trussel for journalistikkens krav om kvalitet, vesentlighet og sannhet. Dette har blitt et aspekt jeg har sett meg nødt til å dykke dypere ned i, etter som dokumentaren om Tonje ikke nødvendigvis skal publiseres på en sendeflate som er underlagt Vær Varsom-plakaten. Jeg tok likevel et tidlig valg om at jeg ønsket å etterstrebe presseetiske prinsipper i min produksjon med lyddokumentaren, og vil derfor gå ut ifra disse journalistiske verdiene i denne teoretiske delen av oppgaven. I dette avsnittet vil jeg trekke inn relevant litteratur som omhandler det journalistiske vesentlighetsbegrepet og kvalitetsbegrepet, og diskutere betydningen av at lyddokumentar og podkast redigeres/ikke redigeres etter Vær Varsom-plakaten. Prinsippene om kvalitet, vesentlighet og sannhet er aktuelle å ta for seg i forbindelse med dokumentaren om Tonje, og det er også viktige prinsipper i journalistikken generelt.

Vesentlighetskriteriet

Ifølge Audgunn Oltedal regnes vesentlighet ofte som det viktigste nyhetskriteriet (Oltedal, 2012, sitert i Orgeret, 2018). Kriteriet kan knyttes direkte til medienes demokratiske samfunnsoppdrag der det forventes at mediene skal informere om det som skjer i samfunnet og avdekke kritikkverdige forhold (Orgeret, 2018). Oltedal (2012) definerer vesentlige saker som de som er prinsipielt viktige – de som avdekker svakheter i samfunnet. Det kan være saker som angår mange og som har konsekvenser for mange. Vesentlige saker avslører feil, maktovergrep og maktmisbruk. Vesentlige saker kan innebære systemkritikk, ofte kritikk av nye lover

eller systemer som ikke fungerer i tråd med hva som ble lovet (Oltedal, 2012, s. 98). Medienes viktigste oppgave er å formidle vesentlige nyheter og aktuelle spørsmål og problemstillinger, og gi plass til meningsbryting og en levende samfunnsdebatt som er forutsetninger for vår demokratiske styreform (Finslo et al, 1997, s. 13).

For radiodokumentaren bør, ifølge Berit Hedemann, programmene være vesentlige og oppleves som det (Hedemann, 2006, s. 13). Når det gjelder podkast og annen lyddokumentar som ikke publiseres på journalistisk grunnlag, gjelder ikke nødvendigvis dette. I Norge gis det ut en rekke podkaster som ikke er omfattet av presseetikken, fordi utgiverne ikke er medlem i Norsk Presseforbund. Ifølge Tine Eide¹ trenger ikke podkast og annen lyddokumentar å være vesentlig slik vi kjenner begrepet i journalistikken, så lenge innholdet treffer dem det skal treffe (Lavoll, 2015–nåtid). Eide legger mye vekt på *nisje* i podkastindustrien, og mener at podkastinnhold skiller seg fra lineær radio og radiodokumentar ved at temaene ofte er smalere og mer kuriøse. Mantra er i større grad «hva vil jeg si?» i stede for «hva vil folk ha?» (Lavoll, 2015–nåtid). Denne tankegangen har skapt debatt om hvorvidt de frittstående podkastene skal få være et slags frirom der man kan si hva man vil om folk. I 2019 ble komikerne Sigrid Bonde Tusvik og Lisa Tønne kritisert for å ha hengt ut enkeltpersoner i sin populære podkast «*Tusvik & Tønne*». Selv har komikerduoen forsvart sin praksis med at podkasten er en kvalitativt annen type arena enn den ordinære medieoffentligheten, og at personkarakteristikkene deres ikke kan tas ut av konteksten (Kielland, 2021). Skal uavhengige podkastere få si hva de vil? Eller bør podkastbransjen følge enkelte regler de også? I 2019 ville Sveriges kulturminister Amanda Lind ta tak i landets podkast-etikk, etter at flere pårørende til drapsofre i Sverige opplevde å få sine uttalelser utlevert i krim-podkaster. I et intervju med nettavisen Medier24.no vinteren 2022 sa leder i Norsk Podkast-forening Lina Tandberg Martens at de ville lage felles presse-etiske kjøreregler for podkastere. Norsk Podkastforening ble startet i høsten 2020, og har 195 medlemmer, hvorav flere er store selskaper. Tandberg Martens fortalte i intervjuet at i de ikke ser for seg en egen Vær Varsom-plakat, men at de jobber for å finne noen felles kjøreregler og råd som kan være som en veiviser for bransjen - spesielt for de uavhengige podkastene. Dersom dette blir virkeliggjort vil de frittstående podkastene sannsynligvis forholde

¹ Tine Eide underviser i radio for journalistikkstudenter ved OsloMet. I tillegg har hun laget barnepodkasten *Fortell meg om!* og voksenpodkasten *TILkolon*. Eide holder også kurs i podkasting.

seg til noen av de samme presseetiske kravene som tradisjonell media og deres podkaster gjør.

En dokumentar bør fortelle lytteren noe vesentlig eller få lytteren til å reflektere over seg selv eller samfunnet vi lever i (Lyngvær et al., 2017 s. 95). Fordi jeg selv er journalist, så har det vært naturlig for meg å jobbe ut ifra kriteriet om vesentlighet i arbeidet med lyd-dokumentaren om Tonje. Etter å ha luftet idéen om temaet for dokumentaren med medstudenter, journalistkollegaer og lærere ved studiet fikk jeg respons på at dette var noe som var både viktig å belyse, og av allmenn interesse. I mitt tilfelle med lyd-dokumentaren jeg har produsert oppfatter jeg Tonjes tilværelse med ADHD som vesentlig av flere grunner. Det er først og fremst fordi det dreier seg om kvinnehelse – et aspekt som angår halvparten av vår befolkning, og som i utgangspunktet er lite belyst ellers i samfunnet og i vitenskapen. Jeg mener at det kan anses som kritikkverdige at ikke kvinners helse skal forskes på og dokumenteres på lik linje med menns helse. Gjennom research (ADHD Norge, 2016) har jeg blitt bevisst på at mange jenter/kvinner diagnostiseres med ADHD i relativt voksen alder fordi det er mangel på kunnskap om hvordan diagnosen arter seg hos jenter/kvinner kontra gutter/menn. Mindre synlige ADHD-symptomer hos jenter kan forårsake underdiagnostisering og manglende behandling av ADHD (Skogli et al., 2021), og gjennom et innblikk i Tonjes opplevelser med sin diagnose kan det kanskje bli enklere å forstå og kjenne igjen disse symptomene. I tillegg har jeg, gjennom dialog med andre kvinner med ADHD, fått et inntrykk av at det er svært belastende og sårt og vanskelig å motta diagnosen i ungdomsalder eller voksen alder, og at mange har levd store deler av livene sine og lurt på hva som er galt med dem før de til slutt har blitt diagnostisert.

Kvalitetskriteriet

Hva er journalistisk kvalitet? Hva er journalistisk kvalitet i forhold til radio og podkast utgitt på tradisjonelle plattformer, og hva er journalistisk kvalitet i forhold til nye, frittstående podkastdistributører? Kvalitetsbegrepet i journalistikken er utfordrende. Og kanskje enda mer utfordrende i den uavhengige podkastbransjen. Vurdering av hva som er god og dårlig journalistikk avhenger av hvilket medie- og aktørperspektiv man anlegger, hvilket verdisyn man legger til grunn, og hvilket interesseperspektiv man har (Olsen, 2013). Forholdet mellom det journalistene vurderer som kvalitativt

bra og det publikum opplever som bra er en av de viktigste og mest klargjørende skillene når man nærmer seg kvalitetsbegrepet i journalistikken. Tidligere generalsekretær i Norsk Redaktørforening Nils E. Øy mener at kvalitet i journalistikk kan omtales på tre nivåer: helhetlig i et mediehus, hos den enkelte journalist og i den enkelte reportasje (Finslo et al., 1997, s. 109). I boka *Norske Medier – journalistikk, politikk og kultur* skriver Audgunn Oltedal og Andreas Ytterstad at vesentlighetsbegrepet, journalistisk objektivitet, sannhetskravet, det å være kritisk og uavhengig, ytringsfrihet og menneskeverd er de viktigste verdiene som inngår i kvalitetsbegrepet (Orgeret, 2012, s. 60). I den uavhengige podkasindustrien er det vanskeligere å sette fingeren på innhold av journalistisk kvalitet. Det er en vesentlig forskjell på radio og podkast som er underlagt etablerte mediehus og frittstående podkaster ved at tradisjonell radio og podkast som regel er produsert i en redaksjon med et presseetisk regelverk og med et mål om å være så balansert og objektiv som mulig (Lyngvær et al., 2017, s. 125), mens enkelte i podkastfæren ønsker å bruke podkasten for å påvirke lyttere, og for å fremme sine syn. Dette kan skape usikkerhet når det gjelder innholdet i de ulike podkastene – kanskje har de en journalistisk form og stil, men er de produsert etter journalistisk standard? Kan man stole på at det som blir sagt er sant? (Lyngvær et al., 2017, s. 125). Mens norsk radio som regel er laget etter reglene i Vær Varsom-plakaten, eksisterer det ingen slik plakat for podkaster, og mange podkaster kan ikke sees på som journalistiske produkt.

Når man produserer journalistiske radiodokumentarer, lyddokumentarer eller podkastdokumentarer om en person eller et tema, har man ofte muligheten til å gå mer i dybden enn ved mer generelle nyhetsreportasjer. Å gå i dybden kan i beste fall føre til journalistiske produkter av høy kvalitet. Lyddokumentaren om Tonje er et produkt som er nøye gjennomarbeidet ved at produksjonen har foregått over lengre tid, og ved at temaet er nøye studert i forkant, underveis og i etterkant. Dokumentaren etterstreber også spesielt vesentlighetsbegrepet og sannhetskravet som Oltedal og Ytterstad vektlegger som viktige verdier i det journalistiske kvalitetsbegrepet. Men har tradisjonelle medier og kvalitetskravet i journalistikken noe å lære podkast på nye plattformer? I 2021 skriver Aksel Kielland en kommentar i Morgenbladet om at podkast, og hvordan den startet som et gjør-det-selv-medium, men at veksten i de senere år har foregått på den etablerte mediebransjens premisser, og at det er i dennes interesse å holde seg innenfor tydelige rammer.

Kielland skriver også at et sett med allmenne normer vil bidra til å legitimere hele podkastfeltet, også podkaster som ikke publiseres av mediehus. Reaksjonene på Tusvik & Tønnes overtramp i 2019 tyder på at konsensusgrunnlaget for et slikt rammeverk allerede er på plass, og at det kun er formaliseringen som gjenstår (Kielland, 2021). – Podkast er et mektig medium med mulighet til å slå hardt. Det er viktig å være bevisst på presseetikken også i podkast, sa Elin Floberghagen, generalsekretær i Norsk Presseforbund, i et intervju med Klassekampen i 2021 (Kifle, 2021). Det kan virke som om presseetiske retningslinjer i podkastindustrien er etterlengtet, og at stadig flere ønsker en podkastindustri som forholder seg til vesentlighetsprinsippet, kvalitetsprinsippet og andre presseetiske krav på lik linje med tradisjonelle medier.

Sannhet og virkelighet

Noen radiodokumentarer inneholder store elementer av fiksjon, og lite “virkelighet”. Andre inneholder mest “virkelighet” og er bare fiksjonelle i formen (Hedemann 2006, s. 13). Radiodokumentarer, lyddokumentarer og podkaster som er underlagt redaksjonelle mediehus plikter å følge Vær Varsom-plakaten, noe som gjør det vanskelig å skulle publisere usannheter og oppdiktning. I den frittstående podkastsfæren, derimot, kan og bør man ikke gå ut ifra at det som blir sagt er sant eller korrekt. Det er mange podkaster som gir seg ut for eller ønsker å fremstå som journalistikk. Det meste av humor, fagpodkaster og underholdning har ikke mål om å se ut som journalistiske produkter (Lyngvær et al., 2017, s. 126). Journalistikk er per definisjon faktabasert informasjon, ikke fiksjon. Altså må vi tro at det finnes en virkelighet der ute som det er mulig å rapportere om, og som det er mulig å rapportere *sant* om (Brurås, 2012, s. 50). I tilfellet med lyddokumentaren om Tonje var målet å være mest mulig observerende. Etter som jeg har vært ute etter å etterstrebe presseetiske prinsipper i min produksjon med dokumentaren, ville jeg ikke påvirke, regissere eller manipulere Tonje under opptaksprosessen. Det har hele tiden vært viktig for meg at dette er Tonjes historie alene, og at den skal gjenspeile hverdagen hennes med ADHD så godt som mulig. Jeg har derfor ikke bedt Tonje om å gjøre noe hun ellers ikke ville ha gjort under innspilling, og ingen scener i dokumentaren er med andre ord konstruert. At Tonje selv har stått for de fleste av opptakene i dokumentaren gjør det kanskje enda mer ekte og sannferdig – da har det ikke vært noen som helst andre impulser i nærheten av henne i de situasjonene hun har

befunnet seg i. Målet har vært å fange Tonjes studiehverdag med ADHD slik den ville vært uavhengig om hun var med i dokumentaren eller ikke.

2.4 Utvelgelse av virkeligheten

Det har snart gått et år siden arbeidet med lyd dokumentaren og masterprosjektet begynte. I journalistisk sammenheng er det ikke ofte prosjekter varer så lenge; fokuset ligger gjerne heller på rask nyhetsdekning og aktualitet i øyeblikket. For dokumentarsjangeren er det derimot annerledes. Research, planlegging, opptak, logging, utvelgelse og redigering er tidkrevende og energitappende prosesser, og underveis har jeg møtt på flere hindringer som har utfordret arbeidet med det ferdige resultatet. Etter et halvt år med innspilling, satt jeg igjen med et hav av opptak. Blant dem fantes både gode og dårlige klipp, noen var helt avgjørende for det ferdige resultatet, mens andre var fullstendig ubrukelige. Noen var også gode, men måtte sløyfes underveis i produksjonen fordi de stod utenfor kontekst eller av hensyn til dokumentarens lengde (30 minutter). Andre klipp bar preg av mye støy eller dårlig lyd kvalitet, og måtte elimineres til tross for godt innhold. En utfordring jeg hadde i begynnelsen av redigeringsprosessen var å få på plass en systematisk rekkefølge i handlingsforløpet. Jeg var derfor nødt til å bruke mye tid på utvelgelsen av materiale, og på å etablere en logisk kronologi. Virkeligheten er en nokså kaotisk strøm av sammenlenkede hendelser som vi i liten grad kan se mønsteret i (Hedemann, 2006, s. 105). Til tross for at alle klippene ble rangert etter dato under innlastningen, bar mange av opptakene preg av gjentakelser og kaos. Det hadde jeg sett for meg på forhånd fordi Tonje generelt er rotete av seg, og ikke minst glemsk. Tonjes første semester på Høgskolen Kristiania ble valgt som en ramme for kronologien, og oppbygningen følger månedene frem mot jul og hennes første eksamensperiode.

Subjektivt utvalg

Å produsere og legge frem et fullstendig objektivt produkt er nærmest umulig. Det gjelder også for lyd dokumentaren om Tonje, som ellers i all annen journalistikk. Jeg går nærmere inn på det subjektive ved lyd dokumentaren i kapittel fire. I utvelgelsesfasen har jeg gjort flere relativt omfattende valg. Jeg har grepet inn i virkeligheten, og valgt ut hvilke klipp jeg selv mener gjør godt for det ferdige

produktet. Av alle de 50-60 klippene jeg satt igjen med etter endt opptaksprosess er det jeg som har valgt ut hvilke som gjør seg best i lyd-dokumentaren, og hvilke som har blitt utelatt fullstendig. I tillegg har jeg stokket om på rekkefølgen ved flere anledninger for å gi fortellingen mer flyt og mening. Den lille halvtimen det ferdige resultatet byr på bærer med andre ord preg av *mitt* subjektive utvalg av Tonjes virkelighet. Dersom jeg hadde valgt andre klipp, ville dokumentaren kanskje ha fått en helt annen vinkling, og lytteren ville sittet igjen med et fullstendig annet bilde av Tonje og hennes tilværelse med ADHD. Bildet av Tonje kunne vært et annet – hun kunne vært en urolig bråkmaker eller en lat og giddelaus skoletaper. Det kunne blitt dokumentar ut av begge disse fremstillingene dersom det kun ble brukt klipp som illustrerte det slik, men det ville vært en illojal måte å klippe sammen materialet på. På alle stadier i den journalistiske arbeidsprosessen foretar journalisten valg, der det ikke er opplagt at det ene valget er riktigere enn det andre (Brurås, 2020, s. 49). Journalistikk er å *velge* – og vi ser at en nyhetssak faktisk er en *konstruksjon*, og intet speilbilde. Jeg gikk flere runder med meg selv for å være sikker på at jeg valgte de «rette» klippene slik at dokumentaren ikke ga et skjevt eller usant bilde av Tonje og hennes liv med diagnosen ADHD. Samtidig ville jeg holde på den røde tråden i historien, og unngå at den bar preg av kaos og en usystematisk rekkefølge. Dette var alt annet enn enkelt, og derfor ble fortellerstemmen et viktig element jeg valgte å inkludere underveis i prosessen.

2.5 Fortellerstemme

«Narration or voice-over, if done well, can be one of the best and most efficient ways to move your story along, not because it tells the story but because it draws the audience into and through it.» (Bernard, 2016, s. 211).

Veldig mye av redigeringsprosessen ved en dokumentar består egentlig av å skape dyder ut av nødvendighetene – finne maksimalt gode løsninger på problemer du gjerne skulle ha sluppet å ha. Når det lages dyder ut av nødvendighetene, er fortelleren vår beste venn (Hedemann, 2006, s. 125). I dette kapitlet er mesteparten av referansene hentet fra litteratur som omhandler dokumentarsjangeren generelt. Teoriene derfra er overførbare til lyd- og podkastdokumentar.

Fortellerstemmen kan fungere som et lim i en dokumentar – den binder dokumentaren sammen. I ulike fagmiljøer og fagmiljøer går denne stemmen under ulike navn: speak, voice over, blokk og fortellerstemme. I denne oppgaven veksler jeg mellom begrepene speak, voice-over og fortellerstemme. Begrepene dekker alt som er lest inn i av meg i den redigerende fasen etter at opptaksprosessen var unnagjort. Fortellerstemmen er lest inn i lydstudio hos Dagbladet. Som nevnt tidligere i oppgaven var tanken i utgangspunktet at dokumentaren om Tonje ikke skulle ha noen fortellerstemme. Idéen var at dokumentaren skulle bestå av scene på scene som fulgte hverandre og var selvforklarende. Det var vanskeligere enn først antatt. Men i et sceneskifte er det ofte mest naturlig med en blokk eller en forteller som tar oss med til neste scene (Lyngvær et al., 2017, s. 100). Det var omtrent umulig å få dokumentaren om Tonje til å flyte alene, fordi det var så mange sceneskifter som krevde å bli satt i kontekst. Konklusjonen ble raskt at uten en fortellerstemme ville dokumentaren bli kaotisk, og meningsinnholdet ville forsvinne fordi det ble for vanskelig å forstå hvilke situasjoner Tonje befant seg i fra scene til scene. Jeg forsøkte likevel å holde mengden av voice-over på et lavt nivå, fordi jeg som tidligere nevnt var opptatt av at Tonjes historie skulle forbli Tonjes historie uten for mange avbrytelser.

Hvem skal fortelle?

Da jeg først oppdaget behovet for voice-over i redigeringsprosessen med dokumentaren, diskuterte jeg fram og tilbake med meg selv om hvem som skulle få denne rollen. Det stod mellom Tonje, meg selv og en tredje person utenfra. Den vanligste fortellerstemmen i journalistikken er *3.personsfortelleren* (han, hun, Else, Kai, de, bøndene, etc.). *Jeg-fortelleren* er også mye brukt (i flertall: vi), og er en veldig direkte forteller. Som regel er denne fortellertypen subjektiv og virker fortrolig og autentisk. *Du-fortelleren* finnes også, men denne fortellertypen er ganske atypisk i journalistikken (Pedersen, 2005, s. 23). Pedersen skriver om tekst, men dette er overførbart til lyddokumentar- og podkastsjangeren. Dersom Tonje hadde fått rollen som forteller i dokumentaren, hadde det vært naturlig at historien hennes ble fortalt med en *jeg-forteller*. Kanskje hadde dokumentaren blitt mer fortrolig og autentisk slik Pedersen (2005, s. 23) beskriver denne fortellertypen. Men en jeg-fortellers historie kan enkelt komme til å ta for mye plass da det alltid er tanker og stemninger som jeg-

et må ha med seg (Pedersen, 2005, s. 23). Tonje får allerede mye taletid, hun er den eneste medvirkende i dokumentaren, og lytteren får allerede mye innsyn i Tonjes tanker og stemninger uten en forteller. Fordi Tonje også har gjort de fleste av opptakene selv, er hun allerede en slags forteller i dokumentaren. Valget falt derfor til slutt på meg selv, da en tredje person utenfra med ingen tilknytning til fortellingen ble for irrelevant.

Skal man skrive gode voice-overs bør man unngå stereotypier slik at man gir et mer nøyaktig bilde av verden vi lever i (Bernard, 2016, s. 220). All fakta må stemme – uttalelser som styres i en eller annen retning hører ikke hjemme i en voice-over. All faktabasert informasjon som legges frem i dokumentarens fortellerstemme, være seg påstander om ADHD og ADHD hos jenter, har blitt sjekket opp og kontrollert av meg parallelt med produksjonen av voice-overen. Jeg har også måttet henvende meg til Tonje for å kontrollere ulike datoer og tidspunkter på ting (arbeidskrav, forelesning, etc.) som har funnet sted i dokumentaren. På den måten har jeg unngått uriktige og retningsledende utsagn i dokumentarens fortellerstemme.

Tonje tar opptak selv

Vår tids fortellerteknikk er som regel bygd på idealet «show, don't tell». Man skal vise hva som skjer, ikke fortelle om det. (Lindholm, 2006, s. 200). I lyd-dokumentaren som denne oppgaven baserer seg på var tanken i utgangspunktet at fortellingen om Tonjes studiehverdag med ADHD skulle få seile fritt uten avbrytelser. Da jeg oppdaget hvor nærmest umulig det var å lage en dokumentar som stod helt alene, ble fortellerstemme som nevnt løsningen. Målet har likevel vært at fortellerstemmen bare skal si det lille nødvendige, og at de ulike scenene stort sett skal stå på egne bein (Lindholm, 2006, s. 200). At Tonje selv har stått for de fleste av opptakene har gjort det enklere å holde fortellerstemmens deltakelse på et minimum. På den måten har Tonjes tanker, følelser og opplevelser blitt beskrevet av henne selv i de ulike situasjonene hun har befunnet seg i, uten innspill fra sidelinja (meg). Det kan ha medvirket til at dokumentaren i stor grad etterlever metoden om «show, don't tell». Ingenting er så fornuftig som en god forteller, hvis han eller hun har noe fornuftig å si, skriver Lindholm (2006, s. 201), og i tilfellet med lyd-dokumentaren om Tonje er fortellerstemmen kun inkludert der det har vært mest vesentlig å ha den med.

2.6 Lyd og teknikk

Det er få ting som påvirker oss så sterkt som lyd. Den som arbeider med lyd, må ha et bevisst forhold til lyden (Lindholm, 2006, s. 9). Vi bruker lyd i medieproduksjon fordi den inneholder informasjon, og fordi lyden betyr svært mye for hvordan vi oppfatter en situasjon. Da jeg vikarierte i NRK Oslo og Viken fikk jeg muligheten til å jobbe utelukkende med lyd en hel sommer. Produksjon av direktesendte programmer i studio og radioinnslag fra ute i naturen ga meg større respekt for lyd som kommunikasjonsmiddel. Det ser enkelt ut å fly rundt med en liten opptaker i hånda, men det er så mye man må huske på når man skal beskrive en situasjon eller et bilde uten at mottakeren selv kan se det. Til tross for de to-tre månedene jeg fikk jobbe med radio den sommeren, så er det videojournalist jeg betegner meg selv som. Men også for videojournalister er lyden helt avgjørende. Dersom du kommer tilbake til redaksjonen med brukbare bilder, men ødelagt eller dårlig lyd, må du mest sannsynlig kaste materialet du har spilt inn. God lyd er med andre ord avgjørende for et godt resultat når det gjelder videoproduksjon så vel som ved rene lydproduksjoner. Avgjørende har det også vært for denne lyddokumentaren.

Mobilopptak

«Mobile journalism is a form of digital storytelling where the primary device used for creating and editing images, audio and video is a smartphone.» (Mobile Journalism Manual, u.å.).

Utstysbruken under produksjonen av lyddokumentaren om Tonje veksler mellom håndholdt lydopptaker og smarttelefon. I den innledende fasen av produksjonen var tanken at jeg skulle følge Tonje med en ordentlig lydopptaker som jeg fikk låne fra utstysavdelingen på OsloMet. Jeg brukte en slik lydopptaker blant annet under det aller første monologintervjuet med Tonje. Da situasjonen endret seg, og forholdene ikke lå til rette for at jeg fikk følge Tonje personlig så ofte som planlagt, ble jeg og Tonje enige om at hun skulle bruke smarttelefonen sin til å gjøre opptak av seg selv og sin hverdag. Selv har jeg måttet ta i bruk mobilopptak tidligere i annet journalistisk arbeid, særlig under koronapandemien og i tiden med hjemmekontor, og hadde en opplevelse av at det fungerte vel så bra som med studiomikrofon eller opptaker.

Skal vi tro Gregory Perreault og Kellie Stanfield (2019) er *mobiljournalistikk* et av de raskeste vekstområdene i den moderne journalistikkbransjen. Mens erfaring med mobiljournalistikk i økende grad forventes av nye journalister, lærer og bruker mer erfarne journalister nå også disse ferdighetene i og utenfor arbeidstiden (Perreault & Stanfield, 2019, s. 332). iPhone og andre smarttelefoner byr på nærmest uendelig med muligheter for å produsere journalistikk – være seg video, lyd, bilderedigering eller tekst. Smarttelefoner er kjernen i mobiljournalistikk, og brukes i økende grad: lyd for radionyheter og podkaster, video for TV-nyheter og dokumentarer og videoer for sosiale plattformer (Mobile Journalism Manual, u.å.). Det finnes også eksempler på dokumentarer der smarttelefoner har spilt en rolle i produksjonen. Den avdøde svenske dokumentarfilmskaperen Malik Bendjelloul skrev, regisserte, redigerte og co-produserte lavbudsjettfilmen *Searching for Sugar Man* fra 2012, om den kommersielle gjenoppdagelsen av en glemt folkemusiker i Sør-Afrika. Bendjelloul filmet mesteparten av filmen med Super 8 mm film for å gi opptakene en kornete tekstur, før han gikk tom for penger mot slutten av innspillingen. For de resterende scenene brukte han i stede en iPhone-app kalt *8mm Vintage Camera* som han sa "så stort sett likt ut" som Super 8 (Gilbey, 2014). Bendjellouls film vant Oscar-utdelingen for beste dokumentar, håvet inn 10 millioner dollar over hele verden og hevdes å være den første Oscar-vinnende filmen som delvis har blitt spilt inn med en iPhone. I 2015 vakte dokumentarfilmen *Tangerine* oppsikt under Sundance Film Festival for hvordan den på mesterlig vis ble filmet helt og holdent med en iPhone.

I britiske BBC utstyres journalistene med iPhone-telefoner og får opplæring i bruken av lydopptaksapplikasjonen Voice Memo, slik at de kan bruke telefonen sin som mikrofon under innspilling av voice-over eller ved intervjuer (BBC Careers, 2016). Da jeg først hadde bestemt meg for å gå videre med mobilopptak, var jeg urolig for om lyden ville bli av dårlig kvalitet. Særlig fordi det ikke bare var snakk om en mindre reportasje, men et større prosjekt som utelukkende skulle basere seg på lyd. Derfor var jeg nøye med å instruere Tonje slik at opptakene skulle bli av best mulig kvalitet. Hun fikk blant annet ikke lov til å bruke AirPods eller hodetelefoner under innspilling, da jeg oppdaget at dette ga dårlig lyd kvalitet. Vi ble også enige om at hun skulle holde en viss avstand til mikrofonen når hun snakket, for å unngå at noen av konsonantene ble veldig harde – at det smalt i opptakeren. Etter at Tonje hadde sendt meg sitt første opptak fra mobilen, dro jeg det over i redigeringsprogrammet

mitt, og gjorde en vurdering på om lyden var tilfredsstillende. Jeg sammenlignet lyden fra mobil med opptakene jeg hadde gjort med håndholdt lydopptaker, og oppdaget at lyden fra mobil etter min smak faktisk var bedre enn lyden fra opptakeren. Derfor konkluderte jeg med at vi kunne fortsette opptaksprosessen med mobile opptak. Denne metoden gjorde opptaksprosessen mer ukomplisert. Det gjorde etter min mening også sitt preg på det ferdige produktet. Den lille størrelsen på smarttelefoner, og det faktum at de er så vanlige, betyr at de er mindre skremmende for intervjuobjektene. En studie fra Reuters Institute (Kahunen, 2017) viser at sjansen er større for at personer går med på et intervju og åpner seg foran en smarttelefon enn foran for eksempel et TV-kamera. Mobiljournalistikk kan føre til mer genuin og mer intim journalistikk (Kahunen, 2017, s. 37). At Tonje hadde mobilen sin lett tilgjengelig var én ting, men at det var *hennes* telefon, som hun var så familiær og komfortabel med, kan ha hatt noe å si for innholdet i opptakene hun spilte inn. Selv har Tonje i ettertid uttrykt overfor meg at opptakene etter hvert fikk en slags «dagbok»-effekt etter hvert som hun ble vant til det. Hun beskrev det som terapeutisk å gi uttrykk for sine tanker og følelser høyt i det de slo inn. Dersom hun hadde benyttet seg av en håndholdt opptaker der lydinnspilling alene er formålet ville hun kanskje vært mer bevisst ved det hun fortalte, når hun fortalte det og hvordan hun fortalte det. Det kan tenkes at innholdet i lyd dokumentaren ville vært mer upersonlig, stivt og høytidelig dersom Tonje hadde måttet styre med den store, klossete og mer kompliserte opptakeren til enhver tid hun skulle ta opptak, enn ved at hun bare kunne plukke mobilen opp av lomma og trykke på en tast for å ta opp lyden.

Jeg møtte også på enkelte utfordringer med denne formen for lydinnspilling. I et par av opptakene som Tonje har gjort med mobilen sin, har hun hatt på seg høretelefoner – nærmere bestemt AirPods. Dette er særlig på de opptakene hvor hun har flyttet seg fra A til B; hjem fra lesesalen, på vei til jobb og lignende. Lydkvaliteten på disse opptakene er betydelig dårligere enn ved opptakene der Tonje ikke har hatt på høretelefoner. Enkelte er faktisk så dårlige at de måtte utelukkes fullstendig fra dokumentaren. Et par sekvenser fra disse opptakene er likevel med i dokumentaren, fordi jeg tok en vurdering på at de var helt essensielle for fortellingen. Det høres godt at kvaliteten på lyden er dårlig, og dette er muligens en av svakhetene ved dokumentaren slik jeg ser det. En annen potensiell ulempe med å benytte seg av mobile opptak kan være at det oppstår forstyrrelser fra mobilen under opptak.

Mobilen er jo først og fremst et kommunikasjonsverktøy, og med alle de mulige appene som gir fra seg varsler gjennom hele døgnet er det fort gjort at innspillingen avbrytes av en melding, en «snap» eller et anrop. Heldigvis var ikke dette et problem i opptaksfasen til Tonje, men det kan absolutt være en utfordring knytta til mobile opptak. Dersom man velger å benytte seg av mobile opptak i journalistisk sammenheng, kan det være en fordel å sette mobiltelefonen på flymodus fordi opptakene avbrytes dersom man får inn et anrop (BBC Careers, 2016).

Symptom og tegn

Lydbildet bringer med seg informasjon fra mange ulike kilder (Lindholm, 2006, s. 21). Denne informasjonen kan deles inn i de to hovedtypene symptom og tegn. Rene bivirkninger av annen virksomhet, for eksempel Tonje som taster på datamaskinen sin, kan kalles symptomer. Dersom det det ligger en vilje bak en lyd, for eksempel lyden av Tonje som brekker seg, kalles lydene tegn. I daglig lydarbeid er det praktisk å dele ulike lydgrupper inn etter hvordan de har oppstått; miljølyd, ikke-språklige menneskelyder (hosting, raping, latter, pusting), språk og musikk (Lindholm, 2006, s. 22-27). Alle disse lydtypene er med i dokumentaren om Tonje. Som tidligere nevnt er også fortellerstemmen viktig for lydbildet, da dette elementet i høy grad farger lytterens sym- og antipatier og de stemninger og følelser han/hun får (Pedersen, 2005, s. 29).

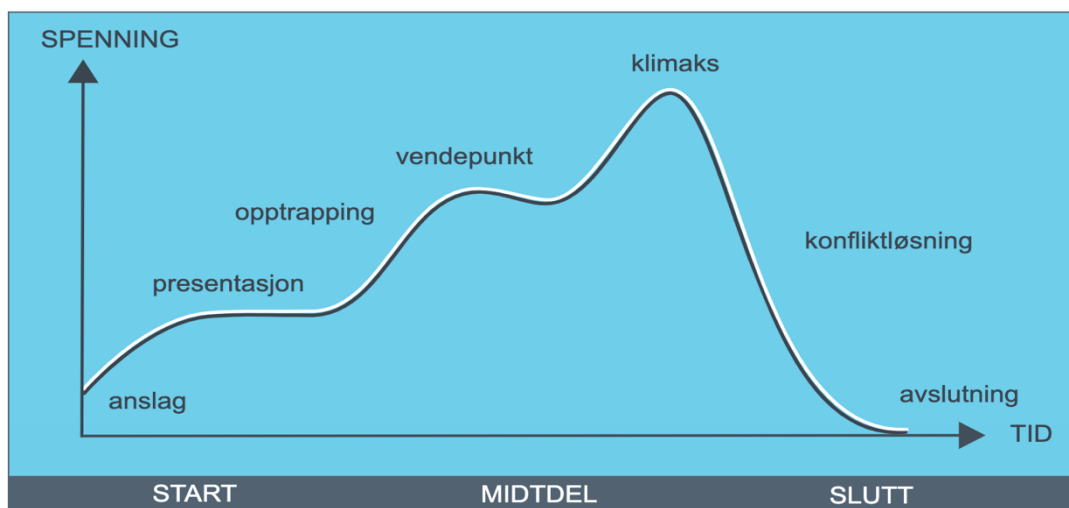
2.7 Struktur og dramaturgi

For at lytterne skal få med seg det som skjer i samfunnet, må man som journalist fortelle om det på en måte som gjør at det blir interessant for lytteren (Lyngvær et al., 2017, s. 31). Dette avsnittet tar for seg selve oppbyggingen av dokumentaren om Tonje. Dramaturgi i radio er ikke annerledes enn annen dramaturgi, men ettersom en radiolytter kan se på noe annet enn det han/hun hører på, stiller radiomediet større krav enn andre medier til at fortellingen skal holde på lytterens oppmerksomhet (Hedemann, 2006, s. 105). Når du skal lage en fortelling i en lyddokumentar eller podkast må du benytte de samme fortellerteknikkene og den samme oppbyggingen som når du skal fortelle en historie på radio, og fordi det er snakk om fortellinger laget med lyd, er det en tilsvarende dramaturgisk modell for en historie som skal

podkastes, som for en radiofortelling (Lyngvær et al., 2017, s. 123). Egentlig er det lite ved podkasting som virkelig er nytt, når hele spekteret av radioens historie og former tas i betraktning (Bottomley, 2015, s. 180). Et fint eksempel på dette er den revolusjonerende, amerikanske podkasten *Serial* fra 2014 som har blitt nevnt tidligere i denne oppgaven. Forutsetningen for denne podkasten var, i seg selv, original for en lydpodkast, men speilet fortellinger i de klassiske seriene fra radioens fortid (Berry, 2015, s. 171). Produsent Sarah Koenig har fortalt at opprinnelsen for prosjektet blant annet kom fra opplevelsen med å ha lyttet til lydbøker på lange bilturer (Syme, 2014), og ved å bruke en tilnærming som trakk sammenligninger med den populære TV-serien *True Detective* fra 2014 (HBO, 2014).

Hollywood-modellen

Selv om mye av det man hører på radio og i podkaster kan høres ut som løse og uanstrengte samtaler, er oppbygningen og innholdet som regel nøye planlagt og gjennomtenkt før opptaket starter. Struktur er grunnlaget for narrativ historiefortelling; det er det som gir det en begynnelse, midt og slutt (Bernard, 2016, s. 53). For at lytteren skal gidde å følge med på en historie, må den gi han/henne en følelse av spenning og forventning (Hedemann, 2006, s. 106). I lyddokumentaren om Tonje har jeg forsøkt å etterstrebe den såkalte Hollywood-modellen; den enkleste og vanligste modellen for å holde spenningen oppe i en historie. Hollywood-modellen bygger på Aristoteles' tanker om historiefortelling:



Lytteren fanges ved et anslag, og deretter presenteres historien. Vi får en konfliktopptrapping og et «point of no return» (vendepunkt), før klimaks og uttoning (Hedemann, 2006, s. 111). Grunnstrukturen i dette er *identifikasjon* (Tonje er

morsom, uhøytidelig og en "underdog" i skolesammenheng), *vilje* (Tonje vil fullføre høyere utdanning), *håp* (Tonje har fortalt om sine vonde og tøffe møter med skolen, men forsøker å ha troa på seg selv når hun på nytt skal begi seg ut i skolegangen), *konflikt* (Tonjes ADHD gjør det utfordrende for henne å lykkes med arbeidskrav og innleveringer), *hindringer* (Tonje overgår sine egne forventninger ved å lese og jobbe hardt med studiene) og til slutt *klimaks* (Tonjes første eksamensperiode som hun har jobbet frem mot). Fortellingen har også en *avslutning* etter klimakset (Tonje ser tilbake på semesteret, og er stolt av seg selv og alt hun har fått til, til tross for at ikke alt gikk som hun hadde planlagt) som gjenoppretter harmonien i tilværelsen (Lyngvær et al., 2017, s. 35). Oppbyggingen i lyd dokumentaren om Tonje er ikke fullstendig identisk med Hollywood-modellen, selv om det var utgangspunktet i oppstartsfasen. Tonje snakker mye om hva hun tenker og føler i øyeblikket, og er ikke alltid like flink til å inkludere beskrivelser av omgivelser, situasjoner og fremtidige hendelser i det hun sier. Derfor har jeg måttet inkludere meg selv som fortellerstemme relativt ofte gjennom dokumentaren, for å holde historien på rett kurs, og for å gi tid og sted til de ulike scenene. Dette har utfordret spenningen i dokumentaren, og til tider blir fortellingen etter min smak litt for ofte avbrutt av fortelleren. Men Tonjes utfordringer med å holde fokus og fortelle kronologisk er på mange måter en del av diagnosen hennes. For henne er det generelt utfordrende å holde på en rød tråd når hun forteller historier eller beskriver situasjoner fordi ADHD-en hennes gjør det vanskelig å konsentrere seg om én ting av gangen. Så selv om dette legger sitt preg på lyd dokumentaren, synes jeg også at det tegner et bilde av hvordan ADHD opererer hos Tonje.

Indre og ytre konflikt

Alle fortellinger trenger en konflikt for å utvikle seg, og når man lager en fortelling må man selv være bevisst på hva som er konflikten i saken. Når man snakker om konflikt i denne sammenhengen så skiller man mellom indre og ytre konflikter. Ytre konflikter er konflikter en person, gruppe eller organisasjon har med andre personer, grupper eller organisasjoner (Lyngvær et al., 2017, s. 42). Indre konflikter oppstår når ting en person blir tvunget til å gjøre kommer i konflikt med hans/hennes egne verdier, holdninger, interesser eller mål. Lyd dokumentaren om Tonje bærer preg av konflikten mellom henne selv og diagnosen hennes. Selv sier hun at hun har et elsk-/hatforhold til diagnosen; hun ville ikke vært den foruten, men samtidig gjør den det vanskelig å

gjennomføre enkelte ting. Tonje har et stort ønske om å gjøre det bra på studiene, men opplever en indre konflikt ved at ADHD-diagnosen gjør det vanskelig å konsentrere seg, organisere seg og holde på motivasjonen. Når hun egentlig vet at hun bør lese eller jobbe med oppgaver, velger hun i stede å ta en vakt på jobb eller dra ut med venner. Tonje har selv valgt å begynne på studiene, men ADHD-diagnosens krefter legger hindringer for henne på veien. Dersom Tonje hadde opplevd et press eller tvang om å begynne på studier fra en part utenfor henne selv, og hun selv egentlig ikke ville det, hadde det vært en ytre konflikt.

De riktige opptakene

Det er ingen enkel oppgave å velge ut de riktige klippene blant de mange man sitter igjen med etter en opptaksprosess. Hvordan avgjør man hva som er viktig, og hva man bør sløyfe? Dette spørsmålet stilte jeg meg selv gjennomgående i redigeringsprosessen. Enten du lager en 30-minutters dokumentar eller en ni timers serie, kan du ikke inkludere alt; det er ikke nok tid, og du vil forvirre publikum som prøver å følge historien din (Bernhard, 2016, s. 9). Man er nødt til å ta valg som bidrar til å fokusere på den konkrete historien man vil fortelle, samtidig som man er forsiktig med å ikke utelate informasjon som er essensiell for en ærlig forståelse av den valgte historien. Klipp jeg selv syntes var sterke og innholdsrike passet ikke nødvendigvis inn i det helhetlige produktet. Andre klipp malte gode bilder av Tonjes tilværelse, men bar preg av mangelen på detaljer som kunne sette det i kontekst. Eksempler på klipp som har blitt utelatt er klipp hvor Tonje snakker om jobben sin. Hun begynte i ny jobb ved en designkafé midt i innspillingsperioden, noe som forståelig nok opptok mye av oppmerksomheten hennes på dette tidspunktet. I flere opptak snakker Tonje mye om hvordan hun opplever den nye jobben; kollegaene, sjefene og arbeidsoppgavene, og disse klippene kan oppleves som uforståelige eller forvirrende for en lytter som ikke kjenner mer til denne arbeidsplassen. I tillegg hadde det liten relevans for temaet, som skulle holde seg til Tonjes opplevelser med studiene. Den nye jobben nevnes likevel på et punkt av fortellerstemmen – meg – et stykke ut i dokumentaren. Det var nødvendig for å tegne et bilde av hvor kaotisk og stressende hverdagen var for Tonje på det aktuelle tidspunktet. Ellers er opptakene om Tonje og jobben hennes utelatt. Fordi jeg tidlig hadde tatt en avgjørelse om at jeg ønsket å etterstrebe Hollywood-modellen, var det stort sett enkelt å bygge opp dokumentaren dramaturgisk. Jeg tror det er en fordel å ha tenkt ut dramaturgien for

fortellingen man vil fortelle på forhånd – da vet man bedre hva man leter etter i redigeringsprosessen.

Pustepauser og musikk

Noe jeg derimot ikke hadde forutsett var hvordan jeg skulle gi dokumentaren små pustepauser i oppbyggingen slik at fortellingen ikke ble for heseblesende og intens. Som videojournalist, er jeg vant til å la video eller bilde bli liggende litt uten voice-over mellom hver speak for å markere pauser eller nye scener. Dersom det passer med musikk i innslaget jeg lager, hender det at jeg justerer volumet på musikken opp der hvor jeg vil markere en pause eller et skifte. I dokumentarfilmproduksjon presiserer filmskapere ofte tidsforløp med effekter, time-lapse-fotografering, et mellomspill med musikk eller en montasje (Bernard, 2016, s. 83). Musikk har også en vesentlig rolle i mange lydproduksjoner; både reportasjer, dokumentarer, podkaster, jingler og kjenningsmelodier bruker musikk som stemningskaper eller for å gi lytteren en spesiell følelse (Lyngvær et al., 2017, s. 143).

Tidlig i redigeringsfasen av dokumentaren gikk det opp for meg at jeg kunne ta i bruk musikk for å markere scenskifter i fortellingen, og for å sette stemningen slik jeg ville ha den. Dette har jeg også merket meg i andre lyddokumentarer og podkaster. Musikken har tettere forbindelse med stemninger enn med steder, og derfor kan man godt la samme musikkstykket gli over fra en scene til en annen, eller la en markert del av musikken opptre flere ulike steder i samme produksjon (Lindholm, 2006, s. 199). Det siste forslaget ble mest aktuelt for min lyddokumentar, da jeg fant et musikkstykket på abonnements-tjenesten Epidemic Sound med et segment jeg likte godt. Segmentet er stemningsfullt; litt alvorstynget, drømmende og melankolsk, men ikke for deprimerende eller trist. Jeg følte at dette musikksegmentet appellerte til Tonje og situasjonen hennes. I lyddokumentaren er de mest markante scenskiftene skiftet mellom månedene fra august til desember. Gjentatte musikalske motiver brukes gjerne som varsler eller faresignal (Lindholm, 2006, s. 199) – og i mitt tilfelle varsler de om et månedsskifte.

Regi

En regissør er den kunstnerisk hovedansvarlige i teater-, opera-, film- og TV-produksjoner (Bikset, 2020). Men hvem har egentlig regien når man gir fra seg

opptaksutstyret? Er det meg eller er det Tonje? Det er først og fremst jeg som har bedt Tonje om å ta opptak av seg selv. Det er jeg som har bestemt hvilke situasjoner som det er mest relevant at Tonje gjør opptak, og det er jeg som har valgt hvilke sekvenser som skal få se dagens lys og i hvilken rekkefølge de skal presenteres. Men når det er sagt, så er det jo Tonje som har vært ansvarlig for å gjøre disse opptakene, og det er hun som har regien på det som har blitt sagt.

Målet har først og fremst vært å få et mest mulig autentisk bilde av Tonjes hverdag med ADHD, og det har etter min erfaring vært enklere å oppnå ved at hun selv har tatt ansvar for opptakene. Fordi Tonje er en venninne av meg, hadde jeg all grunn til å tro at hun ikke ville snakke usant eller provosere frem noe som ikke var identisk med virkeligheten under opptaksprosessen. Det som derimot har vært noe krevende ved å la Tonje få styre sitt eget show med opptakene var den røde tråden i fortellingen. Som nevnt tidligere, er Tonje nokså distré og til tider ganske ufokusert – noe som har medført at hun ofte repeterer seg selv i opptakene hun har spilt inn. Sannsynligvis er dette fordi hun ikke har hatt noe interesse eller forståelse av å holde på en stødig kurs, slik jeg ville vært opptatt av dersom jeg var kontinuerlig til stede under innspillingen. Lyddokumentaren ville muligens båret preg av en bedre flyt dersom jeg hadde hatt regien aktivt, og kunne veiledet Tonje i de retningene som var mest relevant for historien jeg ville fortelle. Når det er sagt, så ville jeg nok ikke vært foruten metoden om å la Tonje ta opptakene sine selv – jeg opplever disse opptakene som mer personlige og nære enn de som eksempelvis har blitt gjort av meg med lydopptaker. Det rent etiske ved at Tonje tar opptak selv, og det faktum at hun og jeg er venninner diskuteres oppgående i etikk-kapittelet av oppgaven.

2.8 Scener

De fleste dokumentarer inneholder det man kaller scener. Med scener forstår vi et opptak av en situasjon hvor flere mennesker er involvert, og hvor ingen snakker til intervjueren eller mikrofonen (Hedemann, 2006, s. 84). De involverte agerer som om det ikke er noen mikrofon til stede. I observasjonsscener er man vitne til noe som ville ha skjedd med eller uten tilstedeværelsen av dokumentarskaperne. Dette er den ideelle "fly-på-veggen"-tilnærmingen – diskret observerende og ikke forstyrrende

(Friedman, 2012, s. 157). I dokumentaren om Tonje veksles det mellom konkrete scener, og situasjoner hvor Tonje er alene og tar opptak av seg selv. Sistnevnte er ikke scener per definisjon fordi Tonje selv har regi på det som blir sagt – det er ikke noe ukontrollert samspill med noen andre. Jeg har likevel valgt å betrakte disse opptakene som nesten-scener fordi det er autentiske opptak, og fordi de spiller en helt vesentlig rolle i lyd-dokumentaren.

En handling i nåtid

Scener er «historiefortelling i presens» hvor lytteren har gleden av å vite at de involverte er like uvitende om hva som kommer til å skje, som hun eller han selv er (Hedemann, 2006, s. 84). Lytteren kan ta del i en situasjon som utspiller seg, der ingen forteller om eller styrer det som skal skje. I lyd-dokumentaren om Tonje er det blant annet scener fra leiligheten hennes hvor hun leter etter høretelefonene sine, som skal tegne et bilde av hvordan ADHD-diagnosen hennes gjør henne rotete og litt vimsete. Det er også scener fra da Tonje skulle levere et arbeidskrav og hadde utfordringer med dette, og fra biblioteket hvor hun skriver en e-post til legen sin om medisiner. I motsetning til et intervju hvor man stiller spørsmål om noe som har skjedd tidligere, skjer scenene i nåtid. Lytterne får møte hovedpersonen, Tonje, i en situasjon hvor ingen har forutsett hva som vil skje og hvor hun interagerer med seg selv eller andre. Skal vi tro Hedemann er norske dokumentarister i for stor grad opptatte av å intervju til enhver situasjon (2006, s. 84). Dette gjør det vanskeligere for lytteren å «føle» hvordan ting utspilte seg i en situasjon fordi intervjuene heller oppsummerer og gjenforteller i ettertid. Jeg vil påstå at Hedemanns utsagn også kan overføres til journalistikken generelt; at journalister er svært opptatte av å intervju så mye som mulig i ulike situasjoner, og at det er lite fokus på å følge saker over tid og gå i dybden av dem. Dette var en av de flere grunnene til at jeg valgte å produsere en dokumentar; jeg ønsket å begi meg ut på noe annet enn løpende journalistikk, en sak jeg kunne studere nærmere og beskrive i nåtid, i stede for å gjengi.

I lyd-dokumentaren om Tonje er det flere nesten-scener (opptak Tonje har spilt inn på egenhånd) enn det som etter boka betegnes som scener. Det er fordi Tonje har gjort opptak når hun har hatt noe å meddele eller når hun har kjent på ulike følelser knyttet til en hendelse eller situasjon. Etter min mening, er det en svakhet ved lyd-dokumentaren at den mangler mer levende og uforutsigbare scener. Tonje har for

det meste tatt opptak hvor hun forteller om noe eller prater løst om hvordan hun har det, og ikke så mye når hun befinner seg i konkrete situasjoner hvor mobilen bare «er der» i bakgrunnen og tar opptak. Under opptaksprosessen etterspurte jeg blant annet et lengre opptak som skulle rulle og gå mens Tonje hadde eksamen, men fordi Tonje i utgangspunktet har problemer med å samle seg og konsentrere seg, og ønsket å fokusere utelukkende på oppgaven sin, så var ikke dette aktuelt. Tonjes diagnose gjør det også vanskelig å fokusere på to ting samtidig, noe som gjorde det utfordrende å skulle gjøre opptak parallelt med at hun foretok seg noe. Men fordi Tonje er så reflektert og ærlig i opptakene hun har gjort, og den nærheten og intimiteten det skaper ved at hun er alene under innspilling, synes jeg likevel at disse nesten-scenene spiller en helt vesentlig rolle for innholdet i dokumentaren, og at de bidrar til å gi en god illustrasjon av hvordan det er å studere med ADHD.

Programskaperrollen

I lyd-dokumentaren om Tonje var målet at programskaperen skulle være minst mulig synlig i det ferdige produktet. Med programskaper mener jeg meg selv som til stede under opptakene, og ikke som fortellerstemmen i dokumentaren. Tanken var at jeg hverken skulle høres eller bli lagt merke til i det hele tatt gjennom lyd-dokumentaren, og det var fordi jeg ikke ønsket å stille meg i veien for Tonje, for temaet eller for innholdet. Jeg valgte likevel å inkludere ett bestemt opptak hvor jeg er delaktig, og det er sekvensen hvor Tonje ringer meg midt under den første og mest krevende eksamenen. Hun sitter på toalettet og gråter og kaster opp om hverandre i fortvilelse i forbindelse med oppgaven hun sitter med. I det øyeblikket spurte jeg Tonje innledningsvis om jeg kunne få ta opptak av samtalen, og hun samtykket til dette. For å sette denne telefonsamtalen i kontekst, valgte jeg å inkludere min egen stemme som snakker med Tonje og forsøker å ivareta henne.

Fordi det er Tonje, og ikke jeg, som tar opp mange av scenene og nesten-scenene, har det vært lettere å få til det klassiske «flue-på-veggen»-formatet. Mange av scenene der jeg var til stede er sløyfet fordi de ikke er like gode og effektive. For Tonje dukker for eksempel mange av de ubehagelige og vanskelige tankene og følelsene opp på kvelden og om nettene – en situasjon hvor det ikke er mulig eller naturlig for meg å være til stede. Dersom jeg hadde vært der ville uansett sannsynligheten vært stor for at disse tankene og følelsene hadde blitt skjøvet vekk.

Når det er sagt, så er som tidligere nevnt jeg og Tonje venninner som stoler på hverandre og er komfortable med hverandre, og Tonje ville trolig ikke gjort seg til eller oppført seg på en annen måte til tross for at jeg var til stede. I opptakene hvor jeg befinner meg i umiddelbar nærhet, kan man ikke merke min tilstedeværelse, og det er et aktivt valg jeg har tatt for å la dokumentaren forbli Tonjes, og bare Tonjes, historie.

3. Metode

Hva er egentlig forskjellen på forskning og journalistikk? Hvilke forskningsmetoder har inspirert arbeidet med lyd-dokumentaren om Tonje som er et journalistisk produkt? Både journalistikk og forskning handler om å bringe frem historier med høy sannhetsgrad eller validitet, som det heter i forskningen. Å sjekke fakta er like viktig for journalisten som for forskeren, og begge grupper må analysere og ordne sine funn før disse kan fremstilles i en avis- eller forskningsartikkel (Hanstad, 2010, s. 123). Dersom man gjennomfører et arbeid av større omfang, slik som ved en masteroppgave, kan det være nødvendig å ta hensiktsmessige valg vedrørende metode. Jeg har valgt å legge meg opp mot teori i denne oppgaven – dette har nærmest blitt en egen tradisjon ved praktisk-teoretiske masteroppgaver, slik som hos eksempelvis Silje Pileberg (2014), Heidi Røsok-Dahl (2015) og Fredrik Dahle Vedholm (2017). Alle tre har reflektert ut ifra det teoretiske, og de har inspirert meg til å gjøre det samme. Men flere av deres referanser går langt tilbake, og derfor har jeg forsøkt å bruke oppdaterte metodereferanser.

Journalistisk arbeid har ifølge Østlyngen og Øvrebø (2006) to grunnpilarer – den første er å spørre, observere, lese og høre, og den andre er å skrive, redigere, produsere og publisere (Fonn, 2015, s. 189). Denne masteroppgaven er hovedsakelig et journalistisk prosjekt, hvor jeg har drevet nøye research, gjennomført intervjuer, observert, logget og redigert sammen en ferdig lyd-dokumentar om Tonje og studiehverdagen hennes med ADHD. Men arbeidet har også flere likhetstrekk med kvalitativ metode, og først og fremst kasusstudier, fordi det kan tenkes at Tonje kan betraktes som et «case» i tillegg til at dokumentaren er et journalistisk produkt. Observasjon og intervju er også relevante metoder for lyd-dokumentaren, og i dette

kapittelet diskuteres disse metodene omgående. Til slutt i kapittelet vil jeg belyse forskjeller og likheter mellom forskning og journalistikk slik det fremkommer i diverse litteratur, og det har jeg valgt å inkludere fordi jeg selv synes det er relevant for å forstå en praktisk-teoretisk oppgave som denne.

3.1 Lyddokumentaren og likheter med kasusstudier

Kasus betyr tilfelle. Man kan foretrekke å ta i bruk kasusstudier når (1) hovedspørsmålene er "hvordan"- eller "hvorfor"-spørsmål, (2) du har liten eller ingen kontroll over atferdsmessige hendelser, og (3) fokusområdet for studien er et dagsaktuelt (i motsetning til historisk) fenomen – et case (Yin, 2018 s. 2). Denne masteroppgaven kan betraktes som en kasusstudie der Tonje – et stereotypisk eksempel på en ung kvinne med ADHD – er caset, og opplevelsen hennes av å begi seg ut på noe som utfordrer diagnosen hennes i veldig stor grad er det man ønsker å finne ut av og belyse ("hvordan" er det for Tonje). Hverken jeg eller Tonje hadde noen form for kontroll over de atferdsmessige hendelsene som ville finne sted gjennom opptaksprosessen, og tematikken i dokumentaren (kvinnehelse) er høyst dagsaktuell i mine øyne. Kasusstudier kan gi et dypere innblikk i unike personer, situasjoner eller avgrensede sensasjoner. Det gjør også lyddokumentaren om Tonje, som gir en dypere innsikt i en ung kvinnes liv med ADHD. Lyddokumentaren kan si noe om hvordan det er å studere med en ADHD-diagnose.

Kasusstudier er desto mer relevant dersom spørsmålene man stiller seg krever en omfattende og dyptgående beskrivelse av et sosialt fenomen (Yin, 2018, s. 4). Man kan benytte seg av kasusstudier dersom man skal undersøke avgrensede problemstillinger i lokale sammenhenger, det kan være en enkeltperson, en gruppe mennesker, en institusjon, en hendelse eller lignende. Kasusstudier kan bestå av observasjon til stede i en konkret sammenheng, dybdeintervjuer eller fokusgrupper. En *partikularistisk kasusstudie* fokuserer på et bestemt fenomen, en bestemt hendelse eller en bestemt situasjon (Myklebust, 2002 s. 425):

«*The case itself is important for what it reveals about the phenomenon and for what it might represent*» (Merriam, 1988, sitert i Myklebust, 2002, s. 425).

Dette fokusområdet gjør at kasusstudier kanskje er spesielt nyttig når man skal undersøke praktiske problem i hverdagslivet (Myklebust, 2002, s. 425), og denne måten å jobbe på kan potensielt fange opp hvordan ulike grupper opplever utfordringer av ulike slag. I lyd dokumentaren om Tonje har målet hele veien vært å belyse hvordan jenter/kvinner med ADHD opplever studietilværelsen. Hypotesen i forkant av prosjektarbeidet var at studiene ville være en utfordring for Tonje, fordi hun har vansker med å konsentrere seg, organisere seg og holde på motivasjonen. I en kasusstudie er det særlig *fordypningen* av noe konkret som er viktig – at man samler inn all mulig informasjon om det man undersøker, og forsøker å forstå alt sammen i sin helhet. I tilfellet med lyd dokumentaren om Tonje har innsamlingsprosessen bestått av å dokumentere ulike hendelser og situasjoner som har oppstått i løpet av det første semesteret hennes på psykologistudiene, og denne fasen kan sees på som den fordypende fasen av prosjektet. Ved å sette lyd klippene fra denne fasen sammen til en dokumentar, sitter man igjen med det som potensielt kan være en helhetlig opplevelse av caset Tonje og hennes studietilværelse med ADHD.

3.2 Observasjon

I en kasusstudie vil caset som undersøkes mest sannsynlig eksistere i nåtid, og det gjør det mulig å gjennomføre direkte observasjoner (Yin, 2018, s. 111). Det er mange elementer som kan inngå i observasjonsstudier for en feltarbeider: intervjuer, film og lydopptak, tekster og dagboknotater (Leer-Salvesen, 2022, s. 99). Slike observasjoner fungerer som en kilde til bevis når man gjennomfører en kasusstudie. Observasjonene kan variere fra formell til tilfeldig datainnsamling. I lyd dokumentaren om Tonje veksler opptakene mellom å være spilt inn av meg, til stede som en «flue på veggen», og Tonje selv i mer tilfeldige situasjoner gjennom semesteret. Idealet har vært en *ikke-deltakende observasjon* (Leer-Salvesen, 2022, s. 99), hvor jeg som programskaper har forsøkt å være objektiv, iakttagende og analyserende. I løpet av prosessen opplevde jeg å skli over til å bli en mer *deltakende observatør*, først og fremst fordi jeg kjenner Tonje fra før, og det ble unaturlig å ikke konversere med henne, og fordi Tonje var klar over at hun ble observert. Det kan tenkes at jeg inntok rollen som *ren observatør* ved at Tonje tok opptak av seg selv, fordi jeg overhodet

ikke deltok i settingen. Men Tonje var jo klar over at hun ble indirekte observert i opptakene hun gjorde av seg selv, og det svekker denne observatørrollen.

I journalistikken er iakttagelse (observasjon) en videreutvikling av den gammeldagse referentrollen. I stede for å gjengi det som skjer i en rettssal, på et møte eller på en fotballkamp, vil observatøren bevege seg mer fritt i forhold til hendelsene, og oppsøke og lete frem scener, samtaler og detaljer (Østlyngen og Øvrebø, 2006, s. 183). I prosessen med denne lydokumentaren har Tonje blitt observert direkte i flere situasjoner: hjemme, ute i gata, på biblioteket og på skolen. Hun har også indirekte observert seg selv gjennom opptakene hun selv har spilt inn i ulike situasjoner gjennom semesteret. Kan disse observasjonene tegne et vesentlig bilde av hvordan det er å studere med ADHD? Observasjon kan i stor grad være med på å belyse et tema, og derfor har jeg delvis benyttet denne metoden i lydokumentaren, både gjennom direkte observasjon, og ved å la Tonje gjøre opptak på egenhånd som jeg selv har indirekte observert.

Observasjon egner seg best som metode når problemstillingen er knyttet til et avgrenset og overkommelig geografisk område (Christoffersen et al., 2016, s. 130). Man kan skille mellom observasjon som foregår i en *naturlig setting* og i en *arrangert setting* spesielt konstruert for å studere fenomenet. *Naturalistiske studier* gjennomføres i en *naturlig setting* fordi fenomenets som studeres, gir mening like mye ut fra sine omgivelser som ut fra fenomenet selv (Christoffersen et al., 2016, s. 131). Dersom jeg hadde observert Tonje hos lege, psykiater eller psykolog for å utelukkende snakke om diagnosen hennes og hvordan det påvirker studiehverdagen hennes, ville lydokumentaren i større grad ha tatt for seg en arrangert setting. Den hadde sannsynligvis blitt mindre interessant og gitt en dårlig illustrasjon av hvordan studietiden fungerer for henne. I stede følger den Tonje på skolen, biblioteket og i hjemmet, fordi det er Tonjes opplevelse med ADHD i studietiden som er det aktuelle temaet.

Før opptaksprosessen og observasjonene ble igangsatt, hadde jeg mine antakelser om hvordan en person med ADHD ville oppleve møte med studier, både basert på fordommer og stereotypier, og på tidligere relevante relasjoner. Jeg hadde min forestilling om hvordan Tonje ville oppleve studiene, hvordan hun ville prioritere dem

og hva hun ville komme til å synes var spesielt utfordrende. Både som journalist og som forsker må man være åpen for det som ligger i dataene som samles inn. På den måten øker muligheten for å få innsikt i fenomenene som undersøkes, og risikoen er mindre for at man overser temaer man ikke hadde tenkt på før datainnsamlingen startet (Christoffersen et al., 2016, s. 135). Under observasjonen blir sannsynligvis noen av de forutinntatte antakelsene bekreftet, og andre forkastes, og i tillegg kan man oppdage nye ting og nye problemstillinger. I tilfellet med lyd dokumentaren var Tonjes medisinbruk et eksempel på temaer jeg ikke hadde tenkt på før arbeidet begynte. Jeg hadde en idé om Ritalin som noe man i stor grad ruset seg på eller misbrukte, og som egentlig ikke hadde noen vesentlig effekt for noen i det hele tatt. Da jeg observerte Tonje både direkte og indirekte oppdaget jeg en vesentlig forskjell på hennes innsats og viljestyrke på medisiner kontra av. I tillegg fikk jeg en innsikt i hvilke bivirkninger de har, og hvordan dette medførte et slags elsk/hat-forhold til dem for Tonje.

Gjennom opptaksprosessen det aktuelle semesteret møttes jeg og Tonje jevnlig, i tillegg til at vi hadde hyppig kontakt på telefon og på meldinger. Dette har gjort det mulig for meg å lytte til og gjøre vurderinger av opptak fortløpende hele semesteret. Mitt datamateriale består samlet sett av alle lydfile, skriftlige notater og selve lyd dokumentaren.

3.3 Intervju som metode

Intervjuet er nok den mest brukte kvalitative metoden for datainnsamling (Leer-Salvesen, 2022, s. 93). Det er en fleksibel metode som kan brukes nesten overalt, og som gjør det mulig å få fylldige og detaljerte beskrivelser av det vi studerer (Christoffersen et al., 2016, s. 145). Intervjuene som har blitt gjort med Tonje gjennom semesteret hennes kan sammenliknes med dybdeintervju og forskningsintervju som metode. Kvale og Brinkmann (sitert i Christoffersen et al., 2016, s. 145) karakteriserer det kvalitative intervjuet som en samtale med en struktur og et formål, som egner seg når man ønsker å studere meninger, holdninger og erfaringer. Man ønsker å skaffe seg innsikt i livet og tilværelsen til caset man undersøker. Det kan hevdes at arbeidet med lyd dokumentaren om Tonje har bestått

av både deltakende og ikke-deltakende observasjon og intervju som kvalitativ metode – det som gjerne blir kalt monologintervju i journalistikken. Intervjuene har funnet sted på steder som skolen, biblioteket, i hjemmet, på gaten og over telefon.

Flere av samtalene som har foregått mellom meg og Tonje kan kategoriseres som både en-til-en-intervjuer og som åpne eller ustrukturerte intervjuer. I en-til-en-intervjuer er formålet å skaffe seg fyldige og detaljerte opplysninger om intervjuobjektets forståelse, følelser, erfaringer, oppfatninger, meninger, holdninger og refleksjoner knyttet til et fenomen (Christoffersen et al., 2016, s. 146-148). I tilfellet med dokumentaren om Tonje har ønsket vært å få en dypere innsikt og forståelse av hvordan det er å være en ung, kvinnelig student med ADHD. En-til-en-intervjuer er mest hensiktsmessig når temaet som diskuteres er intimt og personlig, når det å skille seg ut i gruppa er negativt, eller det er mange temaer som skal diskuteres (Christoffersen et al., 2016, s. 146-148). For Tonje er ADHD en ufordel i skolesammenheng, og hun er en del av en gruppe som ofte faller utenfor på skolen, og i verste fall også i samfunnet. Diagnosen hennes er også et intimt og sårt tema for henne, sannsynligvis mye fordi det finnes et stigma og fordommer knyttet til folk med samme diagnose. Under intervjuene med Tonje var det kun meg og henne til stede. *Åpent* eller *ustrukturert intervju* er uformelt og tar for seg spørsmål rundt et tema. Intervjuet ligner mer på en fleksibel samtale, og gir en uformell atmosfære som kan gjøre det lettere for intervjuobjektet å snakke åpent (Christoffersen et al., 2016, s. 146-148). Opptakene som Tonje har gjort av seg selv kan hevdes å være indirekte, ustrukturerte intervjuer. Hun snakker til opptakeren som om hun snakker til meg, bare at hun er alene med den. Hun vet likevel at alt som blir sagt vil lyttes til og analyseres av meg.

Dersom denne masteroppgaven hadde vært et rent teoretisk forskningsprosjekt med kasekstudie som utgangspunkt, i stede for en praktisk-teoretisk lyd-dokumentar, ville bruken av de metodene jeg har valgt å sammenlikne lyd-dokumentaren med vært annerledes. Jeg ville trolig fokusert på å samle inn all informasjon om Tonje, og ikke bare det jeg selv så på som relevant for lyd-dokumentaren. Det ville vært nødvendig med ytterligere inngående intervjuer og en dypere og mer omfattende observasjonsprosess. Det ville sannsynligvis vært aktuelt å utforme en intervjuguide – en liste over temaer og generelle spørsmål som skal gjennomgås, som gjerne

presenteres i en bestemt rekkefølge (Christoffersen et al., 2016, s. 149). Til tross for at jeg og Tonje har møttes gjennomgående gjennom semesteret hennes, og jeg har stilt henne inngående spørsmål om situasjonen hennes og tematikken rundt ADHD, så har disse intervjuene ofte forflyttet seg i mer tilfeldige retninger, sammenliknet med hvordan de trolig ville vært gjennomført i en kasusstudie. Idéen har vært å benytte lydopptak til å belyse stemninger, tilfeldige situasjoner og følelser knyttet til Tonjes situasjon, for så å sette dette sammen til en fortelling ved hjelp av dramaturgi og fortellerstemme.

3.3 Forskjeller på journalistikk og forskning

Til tross for at jeg har blitt inspirert til å sammenligne lyd dokumentaren om Tonje med forskningsmetoder og teori, så er dokumentaren først og fremst et journalistisk produkt, og dette er en masteroppgave i journalistikk. Da jeg først tok fatt på den teoretiske delen av denne oppgaven, var det noe utfordrende å forstå hvordan jeg skulle anvende forskningsteori til et praktisk, journalistisk produkt som jeg i hovedsak hadde utformet etter pressens Vær Varsom-plakat. Da jeg hadde kommet et stykke ut i skriveprosessen, slo det meg at forskning og journalistikk, særlig undersøkende journalistikk, har relativt mange likhetstrekk. Og forholdet mellom vitenskapelig forskning og journalistikk har interessert mange før meg. Chris Anderson har gitt ut boken *Apostles of Certainty – Datajournalism and the Politics of Doubt* (2018) hvor han skriver om samfunnsforskningens sterke og undervurderte påvirkning på journalistikken (Leer-Salvesen, 2022, s. 25). Brødrene Tarjei og Paul Leer-Salvesen, henholdsvis journalist og forsker, har gått sammen og skrevet den ferske boka *Søke sannhet* (2022) der de peker på grunnleggende fellestrekk mellom forskning og undersøkende eller gravende journalistikk.

I praksis kan man trekke frem eksempelet om stiftelsen SKUP (Stiftelsen for en Kritisk og Undersøkende Presse) som har som formål å inspirere til undersøkende journalistikk i redaksjoner i Norge. Hvert år samler SKUP-konferansene journalister og interesserte for å diskutere etiske og metodiske problemstillinger i pressen og media i dag. Man har muligheten til å vise frem den beste gravejournalistikken, og noe av den blir premiert (Leer-Salvesen, 2022, s. 109). Dersom man ønsker å melde

prosjektet sitt på konkurransen, er man nødt til å levere inn en metoderapport sammen med produktet man har produsert. Med andre ord blir journalistene nødt til å analysere egne metoder og funn i denne konkurransen, slik forskere også gjør i sitt arbeid. Men til forskjell får man som regel tekstene og prosjektene sine vurdert og kritisert hele tiden i akademia.

Dag Vidar Hanstad har skrevet artikkelen *Forskjeller mellom journalistikk og forskning*. I artikkelen skriver Hanstad (2010) at både journalistikk og forskning handler om å bringe frem historier med høy sannhetsgrad eller validitet, og at å sjekke fakta er like viktig for journalisten som for forskeren. Begge grupper må analysere og ordne sine funn før disse kan fremstilles i en avis- eller forskningsartikkel (Ragin, 1994, sitert i Hanstad, 2010, s. 123). Både forskere og journalister må forholde seg til enkeltinformanter eller -grupper ut ifra visse etiske retningslinjer. Men Hanstad skiller også forskning fra journalistikk ved å hevde at samfunnsvitenskapelig forskning bruker teori eksplisitt, og det gjør ikke journalistikken. «Hvis vi forholder oss til at journalister ikke bruker eksplisitt teori, mens forskere gjør det, kan vi konkludere med at den vitenskapelige artikkelen kan gi en annen type innsikt ved at den i hovedsak bruker et sett forståelsesrammer som hjelper forskeren i analysen.» skriver Hanstad (2010, s. 125). Han mener også at det finnes forskjeller metodisk ved at den vitenskapelige artikkelen redegjør for måten data er hentet inn, kontra det journalistiske produktet der leseren blir overlatt til å vurdere troverdigheten til journalistens historie uten hjelp. Roy Krøvel har kommentert Hanstad artikkel. Han argumenterer for at Hanstads problemstilling er falsk; teori er nyttig, det, men langt fra nok (Krøvel, 2012, s. 168). Krøvel hevder i stede at man må ta i bruk alle veier til erkjennelse om verden som den gode journalisten benytter seg av, og at det må omfatte teori, men også ulike former for kunnskap, egenprodusert empiri, erfaring, følelser, lyd, lukt, empati og alt annet som hører til det å være menneske (Krøvel, 2012, s. 168). Slik jeg har gjort det med lyd-dokumentaren om Tonje.

4. Etikk og samfunnsoppdrag

«Ord og bilder er mektige våpen. Misbruk dem ikke!» (Vær Varsom-plakaten, 2021).

4.1 Presseetikk

Hva er premissene for god presseetikk, og hvilke etiske problemstillinger har oppstått i arbeidet med lyddokumentaren om Tonje? Dette kapittelet vil først og fremst se nærmere på generelle oppfatninger om norsk presseetikk. De påfølgende avsnittene tar for seg ulike relevante etiske problemstillinger for lyddokumentaren om Tonje.

Vær Varsom-plakaten (VVP) er det sentrale presseetiske dokumentet i Norge. Denne plakaten, som består av et sett yrkesetiske regler, ble vedtatt første gang i 1939 og har senere vært revidert flere ganger (Brurås, 2020, s. 28), senest i 2020. Reglene i VVP er utformet og vedtatt av Norsk Presseforbund, og er forpliktende for de aller fleste norske journalister og redaktører innenfor de aller fleste nyhetsformidlende plattformene. Det finnes flere lover som på ulike måter regulerer mediernes virksomhet i Norge, både lover som begrenser pressens frihet og som ivaretar mediernes rettigheter. Men pressen har først og fremst en etablert *selvjustis* (VVP). Det er ikke straffbart å bryte Vær Varsom-plakaten, men det er flaut, og det kan gå på bekostning av den enkelte journalist eller redaksjons omdømme.

Ifølge Brurås (2020, s. 14) må man skille mellom presseetikk og folkeskikk. Presseetikken handler først og fremst om refleksjon rundt etiske spørsmål, kunnskap om faget, etiske prinsipper og tenkemåter og rolleforståelse. Skikker i folket kan derimot være gode eller dårlige, og er ikke egnet for å verne om svake gruppers interesser. Presseetikken har i høyeste grad – vi vil si primært – et positivt anliggende (Brurås, 2020, s. 15). Den forteller oss hva vi *skal* gjøre, ikke bare hva vi ikke skal gjøre. Den primære oppgaven for pressen er å informere, og det er denne oppgaven som er alle journalisters kall. Pressens største synd er trolig unnlattelsessyndene, samtidig er det som regel «overtramp» journalistene får kritikk for. Presseetikken er en integrert del av hele journalistikkens fagområde. Etiske problemstillinger ligger latent i alt fra journalisters virkelighetsoppfatning og forståelse av egen rolle til alle journalistikkfagets bestanddeler: stoffprioritering, kildeutfang, kildearbeid, metoder, språkbruk, sjangervalg, redigering, dramaturgi, presentasjon,

publikumskontakt og så videre (Brurås, 2020, s. 19). Presseetikken er like fullt en integrert del av lydtdokumentaren om Tonje.

Presseetisk analyse

Brurås (2020, s. 313) belyser en metode for presseetisk analyse i boken sin *Etikk for journalister*. Denne metoden består i å arbeide seg gjennom åtte spørsmål – eller «overveiellesfaser». Samlet vil de åtte stadiene bidra til en systematisk analyse av et presseetisk dilemma (Brurås, 2020, s. 314). Dersom jeg skal analysere presseetikken i lydtdokumentaren om Tonje gjennom denne modellen, vil det se slik ut:

1. Hva er sakens fakta?

Det er et faktum at ADHD hos kvinner er et lite belyst og diskutert fenomen i samfunnet, fordi kvinnehelse generelt er et nedprioritert forskningsområde. Det er en realitet at en stor andel jenter og kvinner får en ADHD-diagnose i voksen alder, fordi det eksisterer lite systematisk forskning som beskriver virkningen av ADHD på kvinner, og hvordan symptomene opptrer og utvikler seg i barneårene.

2. Hvem blir berørt av en omtale av denne saken?

Det er først og fremst Tonje som blir berørt i lydtdokumentaren. Det er utelukkende hennes liv og opplevelser som blir presentert i dokumentaren. Siden Tonje er over 18 år, er det heller ikke nødvendig å be om tillatelse eller ta nødvendige hensyn til hennes foresatte. Likevel valgte jeg å orientere Tonjes mor om prosjektet, fordi det følte riktig og redelig å opplyse henne om hva som var hensikten med, og innholdet i, dokumentaren. Både Tonje, Tonjes mor og Tonjes stefar har hørt hele dokumentaren før denne oppgavens innlevering.

3. Hva er handlingsalternativene?

Hovedspørsmålet er hvilke alternativer det er som lar meg ivareta informasjonsoppgaven samtidig som jeg minimaliserer skadevirkningene av det jeg gjør (Brurås, 2020, s. 316). Under produksjonen av lydtdokumentaren ønsket jeg at Tonje skulle åpne seg om sitt forhold til sin far. Dette ønsket ikke Tonje å gjøre, og til å begynne med fryktet jeg at det skulle påvirke innholdet ved at det skulle bli mindre interessant. Tonje ønsket ikke å involvere faren, i frykt for å påføre han noe skade, og jeg ble tvunget til å utelukke denne

vesentlige delen av Tonjes historie, som fremdeles påvirker henne i stor grad i dag. Etter hvert innså jeg at denne delen av Tonjes historie ikke nødvendigvis var så essensiell for å få formidlet hennes opplevelser med ADHD, og tok derfor et valg om å utelukke alle familie-relaterte detaljer. På denne måten kunne jeg fremdeles overholde informasjonsplikten, og styre unna eventuelle skadevirkninger.

4. *Hva er konsekvensene av de ulike handlingsalternativene?*

Ettersom Tonje ikke ønsket å ikke inkludere faren i sine beretninger, og dette aspektet ved dokumentaren ble lagt til side, unngikk jeg eventuelle belastninger for faren. I mitt tilfelle viste det seg at denne informasjonen ikke var like aktuell for dokumentaren som først antatt, men dersom det hadde vært en essensiell opplysning for å få presentert innholdet best mulig, ville publikum gått glipp av vesentlig informasjon.

5. *Hvilke verdier og prinsipper står på spill?*

Det er først og fremst objektivitetsprinsippet – det faktum at Tonje er en venninne av meg – som utfordrer presseetikken i lyd-dokumentaren. Dette diskuteres omgående i et eget underkapittel senere i oppgaven. Ellers, vil jeg hevde at verdier som kravet til sannhet og human behandling er vel etterstrebet i dokumentaren.

6. *Hvor plasserer jeg min lojalitet?*

Jeg vil påstå at min lojalitet først og fremst er plassert hos de som er berørt av eller involvert i lyd-dokumentaren. Jeg har forsøkt å formidle og belyse temaet jenter/kvinner med ADHD på vegne av Tonje, og på vegne av alle de som selv sliter med diagnosen, i håp om å tiltrekke oppmerksomhet og fokus rundt emnet. Lojaliteten ligger også hos publikum og deres berettigede informasjonsbehov. Kvinnehelse berører halve befolkningen, og derfor har publikum rett til et innblikk i hvordan denne tematikken er nedprioritert i samfunnet.

7. *Hva er vesentlig informasjon for publikum?*

Den vesentlige informasjonen i lyd-dokumentaren om Tonje er først og fremst hvordan det er å være student med en ADHD-diagnose. Grunnen til at jeg hevder at dette er vesentlig, er fordi mange med ADHD havner på kanten i skolesammenheng, og i verste fall i samfunnet, og å motvirke dette vil ha en positiv effekt på alle parter i samfunnet. Det er også vesentlig fordi det angår

kvinnehelse, som angår halvparten av befolkningen, og som bør være like prioritert i vitenskapen og i samfunnet som for eksempel mannlig helse.

8. *Tåler mine motiver og metoder dagens lys?*

På dette punktet tenker jeg spesielt på mitt motiv som venninne av Tonje, og metoden ved å la Tonje gjøre opptak selv. Begge disse problemstillingene diskuteres omgående i sine respektive underkapitler senere i oppgaven.

Hensikten med en analysemodell som denne er ikke nødvendigvis sånn at den skal brukes hver gang et presseetisk dilemma oppstår, men det kan bidra til å øke bevisstheten om hvilke faktorer som er vesentlige, og hvilke hensikter man vil vektlegge (Brurås, 2020, s. 319). Lyddokumentaren om Tonje er etter mitt syn vel gjennomført sett i lys av denne modellen, men punktet om objektivitetsprinsippet kan diskuteres nærmere. Dette følger senere i kapitlet.

4.2 Journalistikk og kjønn

I denne oppgaven har jeg gjentatte ganger begrunnet hvorfor jeg valgte å ta for meg tematikken om kvinnehelse. Det stammer fra en oppfatning av kvinnehelse som et nedprioritert tema i samfunnet og i vitenskapen. Demokratiet har godt av at mange stemmer får plass, og her har redaksjoner og journalister stor makt til å velge (Orgeret, 2012, s. 134). Historisk sett har kvinner blitt valgt bort. I VG møtes hele redaksjonen til et møte hver dag kl. 10:45 for å diskutere tall og aktuelle problemstillinger. Da jeg jobbet der i 2019, var unge kvinner i alderen ca. 18-25 år et gjennomgående tema på disse møtene – det var denne målgruppen som mediehuset sleit mest med å nå. Er det fordi de ikke identifiserer seg med det som publiseres? Angår temaene som får mye pressdekning oftere menn?

Behovet for å undersøke kvantitativt hvilken grad mediene representerer begge kjønn melder seg stadig. Mannlige kilder får i langt større grad enn kvinnelige definere samfunnet og bakgrunnen for nyhetene (Orgeret, 2012, s. 146). Den globale undersøkelsen viser at mer enn tre firedeler av de menneskene som nyhetsmediene omtaler eller bruker som kilder er menn, og at endringen i retning av mer lik fordeling går sakte (Gallagher, 2010).

Dette var ikke noe jeg umiddelbart kunne huske å ha lagt merke til i løpet av tiden som journalist da jeg først tok fatt på denne masteroppgaven. Men da det ble klart for meg hvilket tema jeg ville gå videre med, og etter at jeg hadde foretatt en grundig research på andre artikler og journalistiske publikasjoner om emnet, ble det tydelig for meg at kvinnehelse også er noe som mangler belysning i journalistikken. De artiklene jeg stort sett fant var skrevet av magasiner som KK og Tara som utelukkende henvender seg til kvinner. Skal ikke menn også lese og forstå seg på kvinners helse? Problemstillinger om kjønn, medier og journalistikk bør sees på bakgrunn av den generelle kjønnsforskningen og de ulike orienteringene den har avdekket (Orgeret, 2012, s. 152). Kvinnehelse er nedprioritert i forskningen, altså får den mindre oppmerksomhet også i journalistikken.

Jeg kunne laget en lyddokumentar om en gutt/mann med ADHD som skulle begynt å studere for første gang. Men da hadde ikke dokumentaren nødvendigvis skilt seg ut eller vært av den samme, vesentlige karakter, fordi menn/gutter er det mange assosierer med ADHD i utgangspunktet. At Tonje er jente, og at jenter blir underdiagnostisert med ADHD, er selve kjernen i dokumentaren – det er det som gjør den aktuell og vesentlig. Lyddokumentaren forsøker å gi et innblikk i hvordan jenter/kvinner opplever en ADHD-diagnose gjennom Tonje som eksempel.

4.3 Tonje tar opptak selv

Kort tid etter at opptaksprosessen var igangsatt, oppdaget jeg noe som jeg først trodde ville medføre at hele prosjektet ble forkastet, men som i stede skulle spille en helt avgjørende rolle for lyddokumentaren. Tonje sleit med å overholde avtaler, og hadde lite tid og rom for at jeg kunne få smette inn og være til stede i studiehverdagen hennes. I tillegg ga hun uttrykk for at hun opplevde det som forstyrrende og krevende å ha meg ved sin side de gangene jeg gjorde opptak av henne – det gjorde henne ukonsentrert, og gikk på bekostning av arbeidet hennes. Det var Tonje selv som fikk idéen om at hun kunne bruke mobiltelefonen sin til å ta opptak av seg selv gjennom semesteret. Selv syntes jeg til å begynne med at det hørtes uforutsigbart og tvilsomt ut, særlig med tanke på lyd kvalitet og ikke minst

hvorvidt Tonje faktisk kom til å gjøre regelmessige opptak. I tillegg var jeg urolig for om det kunne utfordre den journalistiske etikken og kvaliteten ved at Tonje fikk «styre showet» selv. I etterkant av at jeg og Tonje hadde en samtale om dette, foreslo jeg at hun kunne gjøre et par forsøk med mobilopptak fram til vi skulle se hverandre igjen. Det gjorde hun, og utfra resultatet tok jeg en beslutning om at dette var noe vi kunne fortsette med, så lenge Tonje lovet at opptakene gjenspeilet realiteten uten å bære preg av noen form for iscenesettelser eller konstruksjoner.

Til tross for at jeg iblant måtte minne Tonje på å ta opptak, som da hun stod med skolearbeid opp til ørene eller hadde andre personlige utfordringer å hankses med, fungerte denne metoden utmerket. Tonje spilte inn opptak i perioder av gangen, før hun sendte dem til meg slik at jeg fikk lyttet og gjort vurderinger av innholdet fortløpende. Disse klippene var mye mer ekte og intime enn de opptakene vi hadde gjort tidligere, noe som fikk meg til å innse at dette virkelig var en ideell og god måte å løse problemet jeg trodde jeg hadde møtt på.

Det er ikke vanskelig å finne argumenter mot at Tonje skulle få ansvaret for å spille inn opptak på egenhånd. Blir Tonje da journalisten? Er det hun som avgjør hva som skal være "sannheten" i fortellingen som presenteres? Hvordan kan jeg som programskaper være sikker på at Tonje ikke har konstruert eller iscenesatt noe av innholdet når jeg ikke har vært til stede? Dersom man henvender seg til kilder i alt journalistisk arbeid, være seg direkte eller indirekte, kan man aldri være helt sikker på hvorvidt kilden snakker sant eller husker riktig. To av journalistfagets viktigste kjennetegn er det frie kildevalg og den kritiske holdningen til kildene (Brurås, 2020, s. 145). Journalistikkens kvalitet og troverdighet avhenger i stor grad av kildens kvalitet, men til tross for gode beskrivelser eller observasjoner fra en god og troverdig kilde, kan man aldri vite helt sikkert hva som har skjedd. I Tonjes tilfelle er det hennes virkelighet det dreier seg om – det som er reelt for henne og ingen andre. Alle Tonjes uttalelser har blitt hørt og godkjent på forhånd av henne selv, som en såkalt *sitatsjekk*, slik det står i Vær Varsom-plakaten:

3.3. Det er god presseskikk å gjøre premissene klare i intervjusituasjoner og ellers overfor kilder og kontakter. Avtale om eventuell sitatsjekk bør inngås i forkant av

intervjuet, og det bør gjøres klart hva avtalen omfatter og hvilke tidsfrister som gjelder. Redaksjonen selv avgjør hva som endelig publiseres. (2021)

Formålet med sitatsjekk er å kvalitetssikre innholdet man presenterer. Man forsikrer seg om at kildens utsagn er gjengitt korrekt og presist, og at saken ikke inneholder feil eller misforståelser (Brurås, 2020, s. 193).

Opptak av Tonje beruset

Som nevnt i lyddokumentaren, så er Tonje glad i en fest. Hun elsker å dra ut på utesteder og danse til god musikk. Dette var en side ved henne som jeg gjerne ville ha med i lyddokumentaren, særlig fordi den illustrerer hvordan personer med ADHD kan ha en tendens til å ta dårlige avgjørelser eller impulsive beslutninger (Milde, 2013). Det hender nemlig at Tonje tar spontane avgjørelser om å dra på byen og drikke seg full, når hun egentlig har andre ting hun bør prioritere. I et par-tre av opptakene Tonje har spilt inn på egenhånd er hun ute på byen og påvirket av alkohol eller andre substanser. Dette var gode og illustrerende opptak som jeg så for meg at ville bidra til å løfte temaet for lyddokumentaren. Men det ville ikke Tonje. Til tross for at hun hadde sendt meg opptakene til bruk, valgte hun å ombestemme seg om å la meg få bruke dem i dokumentaren. Hun ville ikke at den versjonen av henne skulle havne på «display» for omverdenen. I første omgang irriterte det meg at Tonje ville trekke tilbake sine utsagn fra fuktige kvelder på byen. Vi hadde jo blitt enige om at hun skulle bidra til prosjektet med sin åpenhet og ærlighet, helt uten filter. Spørsmålet om kilders rett til å ombestemme seg er presseetisk vanskelig. Det handler på den ene siden om kildens legitime ønske om å bli gjengitt på en korrekt og dekkende måte og ha kontroll over egne utsagn. På den andre siden handler det om journalistens rett til å prioritere og redigere fritt journalistisk, uten at kilden skal kontrollere og kanskje godkjenne det journalistiske produktet (Brurås, 2020, s. 189). I dette tilfellet var det, for meg, likevel enkelt å fatte en beslutning om hva som var riktig og galt å gjøre. Jeg ville ikke havne på kanten med Tonje, som allerede hadde gitt meg så omfattende innpass i livet sitt. Jeg forsto og respekterte hennes ønske, og vi ble enige om å utelukke disse klippene fullstendig. Dersom dokumentaren skulle fortelle om Tonje og livet hennes generelt, ville det trolig vært større grunn til å argumentere for å få ta i bruk disse klippene.

4.4 Objektivitet – å lage dokumentar om en venninne

Er journalisten en nøytral og uhildet referent som objektivt gjengir det som skjer i samfunnet? Eller er hun en aktiv og engasjert formidler av saker hun selv synes er viktige? Objektivitetsidealet er viktig, men omstridt for journalistrollen, blant annet fordi det ofte blir oppfattet og forstått på ulike måter (Oltedal og Ytterstad, 2012, s. 68). Ifølge Brurås (2020, s. 51) betyr objektivitetskravet å komme nærmest mulig sannheten, og å gi et så realistisk bilde av virkeligheten som mulig. En rent objektiv journalist er en som må nøye seg med å rapportere fakta og referere utsagn og begivenheter. Her snakker Brurås spesielt om klassisk nyhetsjournalistikk, hvor man må være kritisk overfor sine kilder. Men det finnes andre sjangre i journalistikken der det ikke gir mening å snakke om objektivitet på samme måte. En mer subjektiv sjanger er for eksempel feature-sjangeren, hvor det noen ganger kreves innlevelse og deltakelse, slik som ved lyddokumentaren om Tonje.

Sannhet, nøytralitet og balanse

Sannhetskravet, nøytralitet og balanse omtales ofte i journalistikkfaget.

Sannhetskravet ligger i bunnen, for sann må journalistikken alltid være (Brurås, 2020, s. 53). Profesjonsetikken vektlegger sannhetskravet til journalistikken høyt, selv om Vær Varsom-plakaten ikke bruker begrepet sant eller Ytringsfrihetskommisjonens ord «sannhetssøken» (Orgeret, 2012, s. 71). Nøytral kan man ikke forvente at journalistikken alltid skal være, men som journalist skal man riktignok unngå å la seg styre av forutinntatte meninger eller personlige fordommer. Man er også sjeldent nøytral ved valg og prioritering av saker, slik som i tilfellet med lyddokumentaren om Tonje, hvor jeg har valgt ut tema på bakgrunn av egen interesse og nysgjerrighet. Journalister skal strebe etter en balanse ved å presentere ulike sider av en sak gjennom kilder som representerer ulike perspektiver og erfaringer (Brurås, 2020, s. 53). Kravet om balanse må ikke forstås slik at ulike synspunkter alltid skal gis like stor plass og vies likt i matematisk forstand.

Skillet mellom dokumentar og reportasje

Både i reportasjer og dokumentarer er det lydbilde, lange intervjustrekk og bruk av dramaturgiske modeller (Lyngvær et al., 2017, s. 93). Det er likevel enkelte ting som skiller de to sjangrene. Reportasjer er som regel laget etter journalistiske prinsipper

der balanse og objektivitet er sentrale verdier. Slik er det ikke nødvendigvis i en dokumentar. En dokumentarist er ute etter å dokumentere, men det trenger ikke være en balansert versjon av saken. Alle har sine oppfatninger av hvordan ting henger sammen og hvordan «virkeligheten» ser ut, og en dokumentarist kan gjerne dokumentere én persons subjektive oppfatning av dette (Lyngvær et al., 2017, s. 94). En dokumentar skal være like pålitelig og holdbar som en journalistisk sak, men den trenger ikke etterstrebe de samme kravene til balanse og objektivitet. Dokumentaren kan med andre ord være subjektiv, slik som i tilfellet med lyd-dokumentaren om Tonje.

Venninneforhold

I journalistikken prøver en som regel å unngå å komme for tett på seg og sitt – en vil helst ikke intervju nær familie eller venner (Lyngvær, et al., 2017, s. 94). En norsk redaktør har uttalt at «journalister skal ikke ha venner» (Brurås, 2020, s. 71). Det er en selvfølge og bør være lett å unngå, men som journalist overlater du til andre å dekke en sak hvis den involverer eller berører din familie, dine venner eller andre du har en nær relasjon til, skriver Brurås om habilitet i journalistikken (2020, s. 72).

Jeg skal innrømme at det faktum at jeg kjente Tonje fra før gjorde meg nervøs i oppstartsfasen med dokumentaren. Jeg fryktet at det ville svekke min troverdighet som journalist, og stille spørsmålstegn ved hvorvidt dokumentaren i det hele tatt kunne kategoriseres som et journalistisk produkt. Slik det står i Vær Varsom-plakaten:

2.2 Redaktøren og den enkelte redaksjonelle medarbeider skal verne om sin uavhengighet, integritet og troverdighet. Unngå dobbeltroller, verv, oppdrag eller bindinger som kan skape interessekonflikter eller føre til spekulasjoner om inhabilitet. (2021)

Jeg diskuterte denne bekymringen med min veileder, og vi kom frem til at det jo nettopp er dette som er som er interessant ved den nye lyd-dokumentaren. Brurås skriver ingenting om objektivitet versus subjektivitet i dokumentarsjangeren, men det gjør derimot Lyngvær, Eide og Nyre (2017, s. 94). De hevder at man som dokumentarist selv kan delta, eller lage dokumentar om familie eller venner slik jeg har gjort i lyd-dokumentaren om Tonje. Den nærheten man så kan oppnå kan gi

verdifull innsikt og en helt annen type intervju og situasjoner enn det som er vanlig i journalistikken (Lyngvær, et al., 2017, s. 94). Frilansjournalist Gabrielle Graatrud har laget en podkastserie om da bestevenninnen hennes forsvant. Adresseavisen-journalist Lajla Ellingen har laget podkast med sin kreftsyke kollega Mari. Som Lyngvær et al. skriver (2017, s. 94) kan subjektiviteten være hele poenget i en dokumentar – at en er så tett på sitt eget liv. Det er også noe av dette som skiller dokumentar fra klassisk nyhetsjournalistikk, uten at det gjør produktet noe mindre journalistisk. Det er likevel verdt å nevne at ikke alle podkaster og andre lyd-dokumentarer er av journalistisk art. Noen av dem ønsker å fremstå som det, mens andre humor-, underholdning- og fagpodkaster har ikke mål om så se ut som journalistiske produkt i det hele tatt. For å gjøre det klart for lytterne av lyd-dokumentaren om Tonje at produktet er av journalistisk art, sier jeg «*Dette er en journalistisk lyd-dokumentar om ADHD og jakten på høyere utdanning av meg, Christina Holen Korneliussen*» i innledningen av dokumentaren. Jeg refererer også til Tonje som «*venninna mi*» når jeg introduserer henne, slik at lytteren vet at vi har en relasjon.

4.5 Andre etiske dilemmaer

Jeg har til nå nevnt de presseetiske utfordringene ved at Tonje har tatt opptak på egenhånd, at Tonje er en venninne av meg og Tonjes opptak der hun er beruset. Det er enda et dilemma jeg ønsker å inkludere i denne oppgaven, og det er knyttet til tematikken om ADHD. Da jeg, som tidligere nevnt, tok kontakt med fagpersoner og institusjoner med tilknytning til ADHD i oppstartsfasen av prosjektet, snakket jeg kort med noen av dem per e-post. Hensikten var å høre med dem om de hadde noe kjennskap til aktuelle kandidater som kunne fungere som case i dokumentaren min. Det var spesielt ett av svarene jeg fikk som jeg bet merke i, og som jeg mener det er relevant å belyse i denne oppgaven. Følgende var blant responsen på e-posten jeg sendte ut som er nevnt helt i begynnelsen av oppgaven:

Hei Christina! Takk for mail!

Vi har ingen kandidater som kan delta i dette prosjektet. Her er det flere forhold som kan bli et dilemma; det er selvfølgelig det etiske, da det å få en diagnose er private

og konfidensielle opplysninger som ikke alle ønsker å dele. Det å få en ADHD-diagnose kan ta flere måneder og noen ganger år, samtidig er det for mange voksne som får diagnosen både en lettelse og sorg. En lettelse fordi man får en diagnose som kan forklare hvorfor man føler seg annerledes, og en sorg fordi man tenker på hvordan livet ville ha vært om man hadde fått en diagnose i barnealder. Under utredning kan det i tillegg oppstå ting som man ikke ønsker å dele!

Jeg ville ha valgt en annen tilnærming til oppgaven!

Da jeg fikk dette i retur, ble jeg både lei meg, litt sint og frustrert. Først og fremst fordi jeg ble engstelig for at vedkommende hadde rett – at idéen min var dårlig, og at jeg måtte begynne på nytt med å utvikle idé for dokumentaren. Men også fordi jeg hadde håpet at vedkommende var like enig med meg om at dette var et tema det absolutt var behov for å belyse i større grad. Jeg forhørte meg med veilederen min, i frykt for at jeg ble nødt til å legge hele saken død, som syntes det var et spennende svar. Sammen ble vi enige om å fortsette på samme sti, og grunnen til det følger i e-posten jeg sendte som svar til vedkommende som ville valgt en annen tilnærming:

[...] Jeg kommer nok ikke til å velge en annen tilnærming til oppgaven, da det i min rolle som journalist er viktig å opplyse om aspekter i samfunnet som ikke nødvendigvis er så lett å belyse.

Som du selv sier, så er det mange som opplever å bli diagnostisert i voksen alder, og dette i seg selv er jo problematisk fordi det regelrett betyr at det eksisterer en underdiagnostisering. Og slik jeg forstår det, gjelder dette spesielt jenter/kvinner. Sannsynligvis er dette fordi vi generelt vet lite om kvinnehelse, fordi det som regel er menn som er utgangspunktet i utviklingen av medisiner og ved diagnostisering av ulike sykdommer. Og DET er et problem.

[...] Jeg ville selvfølgelig aldri ha utlevert noen i en sårbar situasjon uten å være enig med vedkommende om hva som skal være med/ikke med i dokumentaren. Det understreker jeg også i den første mailen jeg har sendt. Jeg leter dessuten etter en person som selv har lyst til å delta i prosjektet, ikke en situasjon der jeg observerer og tar opptak uten at noen vil det. Formålet med mailen var enkelt og greit om dere

kunne høre med noen som befinner seg i en utredningsprosess om de kunne tenke seg å være med på å dokumentere dette, slik at det kastes lys på politisk og kanskje er med på å endre at flere diagnostiseres sent i livet.

Vedkommende svarte ikke på denne e-posten. Selv om jeg gikk over fra å ha en idé om å følge en kvinne i utredning for ADHD til å følge Tonje på sitt første semester på studier, ble det enda tydeligere for meg at selve tematikken om kvinner og ADHD var verdt å satse på. Samtidig ga det meg en helt ny drivkraft – det ble som om jeg ønsket å bevise at jo, jeg kan faktisk lage en dokumentar om dette emnet, og samtidig ta hensyn til etiske og uventede forhold.

4.6 Redaktøransvar

2.1 Den ansvarlige redaktør har det personlige og fulle ansvar for mediets innhold og avgjør med endelig virkning spørsmål om redaksjonelt innhold, finansiering, presentasjon og publisering. Redaktøren skal opptre fritt og uavhengig overfor personer eller grupper som av ideologiske, økonomiske eller andre grunner vil øve innflytelse på det redaksjonelle innholdet. Redaktøren skal verne om redaksjonens produksjon av fri og uavhengig journalistikk. (Vær Varsom-plakaten, 2021).

Så lenge denne lyd dokumentaren ikke er solgt eller gitt vekk til et redaksjonelt mediehus, er det jeg som har redaktøransvaret. I rollen som redaktør er jeg pliktig å overholde de normene og reglene som er oppført i *Redaktørplakaten*.

Redaktørplakaten er en erklæring (avtale) om redaktørens uavhengighet, plikter og ansvar som kom i stand i 22. oktober 1953 (Norsk Redaktørforening, u. å.).

Hovedprinsippet her er som følger: Redaktøren har det personlige og fulle ansvar for mediets innhold. Som redaktør er det jeg som har strafferettslig ansvar, og vil kunne være erstatningsrettslig ansvarlig dersom lyd dokumentaren om Tonje skulle stått overfor komplikasjoner eller ettervirkninger. Dersom jeg hadde produsert lyd dokumentaren på vegne av et redaksjonelt mediehus som NRK eller VG, ville redaktøren i den aktuelle redaksjonen tatt over redaktøransvaret. I skrivende stund er det hverken tenkt eller planlagt en mulig publisering av lyd dokumentaren. Dersom den skal publiseres, er det som tidligere nevnt i oppgaven, mest aktuelt å publisere

den på vegne av en organisasjon eller institusjon innenfor helse eller utdanning. Disse er ikke underlagt redaktøransvar, men igjen – jeg har selv valgt å operere etter prinsippene i Vær Varsom-plakaten, som også innebærer punkt 2.1 om redaktøransvaret som er nevnt i begynnelsen av dette kapittelet.

Redaktørplakaten pålegger redaktørene å «alltid ha pressens ideelle mål for øye». Dette skal skje ved å ivareta ytringsfriheten og ved å fremme en saklig og fri informasjons- og opinionsformidling (Brurås, 2020, s. 61). Dersom dokumentaren om Tonje til slutt blir solgt til et redaksjonelt mediehus, i stede for en organisasjon eller institusjon utenfor journalistikkens område, vil jeg måtte justere meg etter NRKs eller VGs ønsker og innspill. Men jeg ville sannsynligvis ikke gått imot min egen overbevisning. Det ville for eksempel ikke vært greit dersom NRK eller VG ønsket å vinkle om saken slik at den fremstiller Tonje på en måte hverken hun eller jeg kan stå inne for.

5. Oppsummering og konklusjon

Tonje sitter fremdeles på skolebenken, og jobber knallhardt for å nå det hun selv kaller «fjelltopper», som er små og større mål på veien mot en bachelor i anvendt psykologi. Etter at hun måtte «konte» den første og mest krevende eksamenen hun hadde før jul, strøk hun dessverre igjen, og må nå vente til neste år med å gjenoppta det aktuelle faget. Til tross for det, har hun ikke latt seg knekke, og repeterer ved jevne mellomrom overfor meg hvor stolt og imponert hun er av seg selv. Og det har hun all grunn til å være. Fordi vi jo er venninner, får jeg sjekket innom henne titt og ofte, og gjør mitt beste for å motivere henne gjennom studiene. Det er både rart og litt vemodig å innse at mens Tonje går videre med to nye år på bacheloren sin, så er jeg nå straks ferdig med to år på masterstudiet. Samtidig er det også litt deilig og befriende at prosjektet nærmer seg slutten. Det har vært flere tunge og slitsomme stunder på veien mot målet, men det har også vært utrolig inspirerende og lærerikt. Det har gått hundrevis av timer med i arbeidet på prosjektet; en lang og omfattende researchperiode, og en enda lenger opptaksprosess. Deretter har det vært en tidkrevende og til tider frustrerende periode med logging, utvelgelse, redigering og klipping, som har vært helt avgjørende for sluttproduktet. I tillegg følger prosessen

med denne skriftlige teorioppgaven. Gjennom all den tiden som prosjektet har krevd av meg, har jeg fått bli bedre kjent med Tonje og med livet med en ADHD-diagnose. Jeg vil påstå at jeg nå har en bedre innsikt i tankegangen og handlingsmåten til en ung kvinne med denne diagnosen, og det var det jeg ville undersøke og belyse gjennom denne lyd dokumentaren.

Denne oppgaven har analysert lyd dokumentaren om Tonje utfra ulike teorier i henholdsvis det lydfaglige, metodiske og det etiske. Utgangspunktet for oppgaven var selve lyd dokumentaren. Jeg ønsket å undersøke fordeler og ulemper som finnes ved at dokumentarens hovedperson tok opptak av seg selv, og de etiske utfordringene knyttet til dette. Det har vist seg at en slik tilnærming kan skape en større intimitet og nærhet til innholdet, fordi lytterne slipper helt inn til kjernen av det de presenteres for. Lytteren kan få følelsen av at hun/han er «flue på veggen» i Tonjes liv, og kan leve seg inn i Tonjes tanker og følelser gjennom en førstehåndberetning. Denne metoden kan også by på utfordringer ved at man som programskaper ikke har muligheten til å ivareta fortellingens røde tråd, fordi man selv ikke er til stede og veileder innholdets kurs. I tilfellet med lyd dokumentaren om Tonje har metoden også bydd på utfordringer som at Tonje ikke har hatt kapasitet til å dokumentere det som etter boka betegnes som scener, men heller har fokusert på å ta opptak når hun har hatt noe å meddele. Selv mener jeg at fordelene med intimiteten og nærheten i nesten-scenene veier opp for disse ulempene. De etiske utfordringene ved en slik metode kan være spørsmålet om hvorvidt det er Tonje som avgjør hva som skal være "sannheten" i fortellingen som presenteres, og hvordan jeg som programskaper kan være sikker på at Tonje ikke har konstruert eller iscenesatt noe av innholdet når jeg ikke har vært til stede. Men man kan aldri vite helt sikkert om kildene man anvender i journalistisk arbeid snakker sant eller husker riktig, uansett om man er til stede personlig eller om man er fraværende, slik jeg delvis har vært i opptaksprosessen med Tonje. Jeg har også villet undersøke fordelene og ulempene ved å anvende ulike typer teknikk i opptaksprosessen. Dokumentaren inneholder en kombinasjon av opptak gjort med en ordentlig lydopptaker og med smarttelefon, hvor sistnevnte er mest brukt. Det har vist seg at mobilopptak faktisk ga bedre lyd kvalitet enn opptak med lydopptaker. Denne metoden har også gjort opptaksprosessen mer ukomplisert, i tillegg til at den lille størrelsen på smarttelefoner, og dens vanlige tilstedeværelse, gjør det mindre skremmende for intervjuobjektene å dele sine

beretninger. En ulempe ved mobilopptak, som er særlig synlig i lyd dokumentaren om Tonje, er knyttet til bruk AirPods under innspilling. Tonje har gjort dette ved flere tilfeller i opptaksprosessen, og enkelte av disse klippene måtte utelates fullstendig fra det ferdige produktet på grunn av dårlig lyd. Noen er likevel med i dokumentaren, og det høres godt at lyd kvaliteten er dårlig. I tillegg kan det være en ulempe at mobilen først og fremst fungerer som et kommunikasjonsverktøy, og at man under innspilling kan bli avbrutt av anrop eller meldinger.

I løpet av prosessen med særlig den teoretiske delen av oppgaven viste det seg at journalistiske arbeidsmetoder har mange likhetsstrekk med kvalitativ metode, som kasusstudier, observasjon og intervju. Derfor har det både vært naturlig og interessant å sammenligne disse metodene med lyd dokumentarens arbeidsprosess og innhold. Det har likevel ikke vært hovedfokus for oppgaven, som først og fremst er en slags metoderapport av et journalistisk prosjekt. Metodekapittelet har også sett nærmere på forskjeller og likheter mellom forskning og journalistikk, der blant annet Hanstad (2010) hevder at teori og metodikk skiller forskning fra journalistikk, mens Krøvel (2012) derimot hevder at man heller må ta i bruk alle veier til erkjennelse om verden som den gode journalisten benytter seg av.

Jeg er fornøyd med hvordan dokumentaren gir en god og beskrivende innsikt i Tonjes liv og studiehverdag med ADHD – en innsikt som både jeg og Tonje kan stå inne for. Målet med dokumentaren har hele tiden vært at den skal fremstille Tonjes, og bare Tonjes, historie på en mest mulig troverdig og ekte måte. Det er klart at det ikke er en rent objektiv fremstilling av livet hennes, men et subjektivt utvalg av scener og intervjuer som best mulig beskriver studiehverdagen hennes. Dette er elementer som gir en autentisk og "sann" fremstilling av en ung kvinne med ADHD, slik intensjonen hele tiden har vært. Til tross for at jeg har redegjort for sannhetsbegrepet tidligere i denne oppgaven, så er ikke dette noe det er enkelt å finne fasiten på. Det samme gjelder hvorvidt en sak er av journalistisk kvalitet eller vesentlighet. Denne saken er vesentlig for meg, for Tonje, for andre jenter/kvinner som lever med en ADHD-diagnose og for dem som jobber innenfor helse, omsorg og utdanning. Den er også vesentlig for kvinner, halvparten av befolkningen, fordi den bidrar til å bringe kvinnehelse som tematikk frem i lyset etter å tilsynelatende ha vært mørklagt i all sin tid.

Målet med denne masteroppgaven er å bidra med noe jeg ser på som viktig og vesentlig journalistikk. Jeg ønsker å skape oppmerksomhet rundt et tema som i stor grad er mørklagt og som jeg mener får bekymringsverdig lite plass i samfunnet og i media. At forholdstallet mellom gutter og jenter som blir diagnostisert med ADHD i barneårene er 4:1 (ADHDNorge.no) fordi det eksisterer mangel på kunnskap om hvordan sykdommen utspiller seg hos jenter er høyst alarmerende sett i mine øyne. Jeg håper og tror at lydokumentaren kan bety noe for jenter/kvinner som lever med ADHD, både i og utenfor skolesammenheng, og at fagpersonell og institusjoner som skal fange opp og diagnostisere mulige tilfeller av ADHD kan få en dypere forståelse av hvordan diagnosen utspiller seg hos det kvinnelige kjønn. Samtidig håper jeg at dokumentaren kan nå frem til dem som vurderer å begynne på høyere utdanning, men som holder igjen på grunn av de hindringene som en ADHD-diagnose kan legge i veien for dem. Alt er mulig!

6. Referanser

ADHD Norge. (2016, 8. januar). *ADHD hos jenter*.

<https://www.adhdnorge.no/artikkel/adhd-hos-jenter>

BBC Careers (2016, 17. mai). *Smartphone journalism: Audio* [Video]. YouTube.

<https://www.youtube.com/watch?v=x3sj3UqltVw>

Bernard, S. C., (2011) *Documentary storytelling : creative nonfiction on screen*. (3. utg.). Focal Press.

Berry, R. (2015). A Golden Age of Podcasting? Evaluating Serial in the Context of Podcast Histories. *Journal of radio & audio media*, 22(2), 170-178.

Bikset, L. (2020, 12. november). Regissør. I *Store norske leksikon*.

<https://snl.no/regiss%C3%B8r>

Bjørnstad, N. & Leknes M. H. (2017). *Medieåret 2016-2017*. medienorge.

<https://medienorge.uib.no/files/publikasjoner/Medieaaret-2017-NETT.pdf>

Bonini, T. (2015). The 'Second Age' of Podcasting: reframing Podcasting as a New Digital Mass Medium. *Quaderns Del CAC*, 41(18), 21–30.

Bottomley, A. J. (2015) Podcasting, Welcome to Night Vale, and the Revival of Radio Drama. *Journal of Radio & Audio Media*, 22(2), 179-189.

<https://doi.org/10.1080/19376529.2015.1083370>

Brurås, S. (2020) *Etikk for journalister*. (6. utg.). Fagbokforlaget.

Christoffersen, L., Johannessen, A. & Tufte, P. A. (2016). *Introduksjon til samfunnsvitenskapelig metode* (5.utg). Abstrakt.

Eide, L., Lyngvær, J. W. & Nyre, L. (2017). *Lydjournalistikk : innføring i radio og podkast*. Samlaget.

Favoll, H. (Programleder). (2018, desember). Podkast om podkast [Audio podkast episode]. I *Viten og Snakkis*. OsloMet.

https://open.spotify.com/episode/3IJ6ErgyETuoqxO2hjefCj?si=rqMc_xLNTVKhxP4Vx7U3jw

Finslo, S., Korme, C. & Njaastad, O. (Red.) (1997). *Kvalitet i journalistikken : er vi gode nok? : en artikkelsamling*. Institutt for journalistikk.

Fjellro, R. (2019, 14. mars). Podkast. I *Store norske leksikon*. <https://snl.no/podkast>

Fonn, B. S. (2015). *50 år med journalistutdanning : en historie om akademiseringen av et yrkesfag*. Cappelen Damm akademisk.

Foss, E. S. & Tuv, N. (2021). *Mer tid til strømming og spill i koronaåret*. Statistisk Sentralbyrå. <https://www.ssb.no/kultur-og-fritid/artikler-og-publikasjoner/mer-tid-til-stromming-og-spill-i-koronaaret>

Fox, J. (2008). John Grierson (1896-1972). *Grierson 2008: The British Documentary Awards programme*. <https://griersontrust.org/assets/files/articles/john-grierson-jo-fox.pdf>

Friedman, J. (2012). *The art of nonfiction movie making*. Praeger.

Gallagher, M. (2010) *Who Makes the News? Global Media Monitoring Project 2010*. World Association for Christian Communication. <https://gsdrc.org/document-library/who-makes-the-news-global-media-monitoring-project-2010/>

Gallo, N. & Newman, N. (2020) *Daily news podcasts: building new habits in the shadow of coronavirus*. Reuters Institute for the Study of Journalism. <https://reutersinstitute.politics.ox.ac.uk/sites/default/files/2020-11/Newman%20and%20Gallo%20-%20Podcasts%20and%20the%20Impact%20of%20Coronavirus%20FINAL%20%282%29.pdf>

Gilbey, R. (2014, 14. mai). Malik Bendjelloul obituary. *The Guardian*.

<https://www.theguardian.com/film/2014/may/14/malik-bendjelloul>

Hanstad, D. V. (2010). Forskjeller mellom journalistikk og forskning. *Norsk medietidsskrift*, 17(2), 120-133.

<https://doi-org.ezproxy.oslomet.no/10.18261/ISSN0805-9535-2010-02-02>

Hammersley, B. (2004, 12. februar) Audible revolution. *The Guardian*.

<https://www.theguardian.com/media/2004/feb/12/broadcasting.digitalmedia>

Hedemann, B. (2006). *Hør og se : en håndbok i bildeskapende radio*. IJ-forlaget.

Holthe, M. E. G. (2017). *ADHD hos kvinner*. [Hefte]. [https://assets.website-](https://assets.website-files.com/5fd8cc521a16c8b2e8610e9b/601821c587acb348d3b1ce96_adhd-hos-kvinnerny.pdf)

[files.com/5fd8cc521a16c8b2e8610e9b/601821c587acb348d3b1ce96_adhd-hos-kvinnerny.pdf](https://assets.website-files.com/5fd8cc521a16c8b2e8610e9b/601821c587acb348d3b1ce96_adhd-hos-kvinnerny.pdf)

Karhunen, P. (2017). Closer to the Story? Accessibility and Mobile Journalism.

Reuters Institute Fellow's Paper.

<https://reutersinstitute.politics.ox.ac.uk/sites/default/files/2017-09/Karhunen%2C%20Accessibility%20and%20Mobile%20Journalism.pdf>

Kerrigan, S. & McIntyre, P. (2010). The 'creative treatment of actuality': Rationalizing

and reconceptualizing the notion of creativity for documentary practice. *Journal of*

Media Practice, 11(2), 111-130. <https://doi.org/10.1386/jmpr.11.2.111> 1

Kielland, A. (2019, 16. april). Slapp av, det er bare en podkast. *Morgenbladet*.

https://www.morgenbladet.no/kultur/2021/04/16/slapp-av-det-er-bare-en-podkast/?fbclid=IwAR3HXz0FudA8tbts-8V3lBaUjD36yaphJLbod5f31loIJP7Zlj_ZQO6ZrnM

Kifle, M. (2021, 20. november). Unngår pressens plakat. *Klassekampen*.

<https://klassekampen.no/utgave/2021-11-20/unngar-pressens-plakat>

Krøvel, R. (2012). Skilnaden på journalistikk og forskning. *Norsk medietidsskrift*, 19(2), 168-176. <https://doi.org/10.18261/ISSN0805-9535-2012-02-07>

Leer-Salvesen, P. & Leer-Salvesen, T. (2022). *Søke sannhet : etikk og metode for forskere og journalister*. Fagbokforlaget.

Lindholm, M. (2006). *Lyd 2.0*. (3. utg.). GAN Aschehoug.

Milde, S. H. (2013, 15. august) ADHD-voksne plages av impulsive beslutninger. *Forskning.no*. <https://forskning.no/hjernen-partner-psykiske-lidelser/adhd-voksne-plages-av-impulsive-beslutninger/616404>

Mobile Journalism Manual (u.å.). What is Mobile Journalism? Hentet 7. April 2022 fra <https://www.mojo-manual.org/understanding-mobile-journalism/>

Myklebust, J. O. (2002). Utveljing og generalisering i kasusstudiar. *Norsk pedagogisk tidsskrift*, 86(5), 423-438. <https://doi.org/10.18261/ISSN1504-2987-2002-05-07>

Myklebust, L. (2009). *Radioens Rolls-Royce : radiodokumentarens historie i Norge*. Radiodokumentarredaksjonen i NRK.

Newman, N. (2022). *Journalism, media, and technology trends and predictions 2022*. Reuters Institute for the Study of Journalism.

<https://reutersinstitute.politics.ox.ac.uk/sites/default/files/2022-01/Newman%20-%20Trends%20and%20Predictions%202022%20FINAL.pdf>

Norsk Redaktørforening. (u.å.). *Redaktørplakaten*. Hentet 29. april 2022 fra <https://www.nored.no/Redaktoeransvar/Redaktoerplakaten>

Olsen, R. K. (2013, 22. mai) Hva er journalistisk kvalitet? *Vox Publica*. <https://voxpathica.no/2013/05/hva-er-journalistisk-kvalitet/>

Oltedal, A. (2012). *Vesentleg og viktig? : om profesjonsverdiar i journalistkvardagen*. IJ-forlaget.

Orgeret, K. S. (Red.) (2012). *Norske medier : journalistikk, politikk og kultur*. Cappelen Damm Høyskoleforlag

Orgeret, K. S. (2022, 25. januar). Nyhetskriterier. I *Store norske leksikon*.

<https://snl.no/nyhetskriterier>

Pedersen, R. (2005) *Fortællende journalistik*. Gyldendal.

Perreault, G. & Stanfield, K. (2019). Mobile Journalism as Lifestyle Journalism? : Field Theory in the integration of mobile in the newsroom and mobile journalist role conception. *Journalism practice*, 13(3), 331-348. <https://doi-org.ezproxy.oslomet.no/10.1080/17512786.2018.1424021>

Pressens Faglige Utvalg (2021, 1. januar) *Vær Varsom-plakaten*.

<https://presse.no/pfu/etiske-regler/vaer-varsom-plakaten/>

Skogli, E. W., Andersen, P. N., Hovik, K. T. & Øie, M. G. (2021).

Underdiagnostisering av jenter med ADHD. *ADHD Norge*.

<https://www.adhdnorge.no/artikkel/gutter-og-jenter-med-adhd>

Yin, R. K. (2018). *Case study research and applications : design and methods*.

SAGE.

Østlyngen, T. og Øvrebø, T. (2000). *Journalistikk – metode og fag*. 2.utg. (2006).

Gyldendal Norsk Forlag.

7. Manus

All tekst det står "VOICE" foran er fortellerstemmens (mine) ord og setninger. Alt annet er scener eller intervjuer av/med Tonje, og har enten blitt spilt inn av programskaperen (meg) eller av Tonje selv i løpet av hennes første semester på høyere utdanning. Voice-overen ble lest inn i lydstudio hos Dagbladet i januar 2022.

TONJE: Det her er typisk meg. Hver gang så er det ... finner jeg ikke ting jeg skal ha når jeg skal dra. Jeg klarer ALDRI å ha ting på ett sted. De ligger der i kanskje ... ARGH!

VOICE: Dette er venninna mi Tonje. Hun er 24 år gammel, og hun har ADHD.

(Tonje romsterer rundt og leter etter AirPodsene sine)

TONJE: Jeg kan'ke ha pause på jobb uten å høre på musikk, eller dra hjem på en fredag når folk er festkåte også må jeg sitte og høre på fyllicker på ... DER ER DET EN PROPP! Stilig!

VOICE: Høsten 2021 kom Tonje inn på Høyskolen Kristiania, på en bachelor i anvendt psykologi. Selv hadde hun aldri trodd at hun ville ende opp på skolebenken igjen etter at hun ble voksen. Mye fordi diagnosen hennes gjør det vanskelig for henne å konsentrere seg, organisere seg og holde på motivasjonen.

(Tonje leter videre etter AirPodsene)

TONJE: Nå har jeg bare én, da. Jeg kommer ikke så jævlig langt med det. Kanskje etuiet ligger i jakkelommen min. Det er en start å begynne der. Der fant jeg etuiet. Fy faen, nå mangler vi bare én del av puslespillet her. Og det er jo den siste proppen! Å fy fader. Du kan'ke tro hva jeg fant nå.

VOICE: ADHD – det er jo noe som for mange assosieres med hyperaktive, ukonsentrerte guttebarn. Men ifølge ADHD Norge kan symptomene på ADHD være

veldig forskjellige avhengig av kjønn, og mange jenter får ikke diagnosen før de har blitt voksne, fordi symptomene kan være så forskjellige. Så hvordan er det egentlig å være jente eller kvinne og leve med denne diagnosen? Og hvordan er det å være 24 år og student med ADHD i et samfunn der forventningene til høyere utdanning kanskje aldri har vært større?

(Musikk: When to stop – Lofive / Epidemic Sound)

Tre korte frampek som oppsummerer Tonjes tanker og følelser som vi blir bedre kjent med utover i lyddokumentaren:

TONJE: Herre gud, skal jeg levere mitt første arbeidskrav nå? Hvem hadde trodd, hvem hadde trodd.

TONJE: Jeg så aldri for meg at jeg egentlig kom til å begynne med noen høyere utdanning.

TONJE: Okay, hva om jeg klarer det året her, da. Vil jeg klare de neste to årene?

VOICE: Dette er en journalistisk lyddokumentar om ADHD og jakten på høyere utdanning av meg, Christina Holen Korneliussen.

(Musikken fortsetter: When to stop – Lofive / Epidemic Sound)

TONJE: Jeg tok jo et årsstudium eller en utdanning om å bli makeup-artist som jeg har nå, som jeg ikke har brukt. Det er en veldig sånn ustrukturert jobb å jobbe på, og det passer ikke helt for meg. Også mistet jeg litt «driven» til det, og når jeg da skjønnte at jeg må inn på noe litt fastere, så vet man også at det er litt mer sånn sosialt akseptert. Og folk støtter det mer, ikke at folk ikke støtta hva jeg gjorde sist, men ...

VOICE: Frem mot jul blir Tonje nødt til å balansere forelesninger, pensum og arbeidskrav og tankekjør, angst og rastløshet. For i desember skal hun nemlig gjennom sin aller første eksamensperiode som student.

TONJE: Jeg føler et lite press på det, samtidig som jeg veldig gjerne vil vise at jeg også kan studere noe høyere enn å bare ha en jobb som ikke krever en utdannelse og seile meg videre sånn. Det er en trygghet å ha den utdannelsen.

VOICE: For Tonje har skole vært en utfordring så lenge hun kan huske. Hun ble diagnostisert med ADHD og dysleksi allerede som 11-åring.

TONJE: Jeg har aldr hatt en evne til å konsentrere meg, og har alltid slitt med å liksom følge med på skolen. Sjukt dårlig opplevelser med barneskolen, og ungdomsskolen var det jo litt bedre, men videregående ... da var det jo veldig mye fravær.

Når man liksom hele tiden får en reaksjon fra du er liten da, at du må ut av denne timen fordi at dette blir for vanskelig for deg, du må ... du må gjøre ditt, du må gjøre datt, eller ... «ja, hva fikk du på den matteprøven», og hvis jeg da sa sånn ... for eksempel 4, da. Da var de bare sånn «hæ, fikk du det?!» eller så var det: «ja ja, men dette var jo kjempelett tema».

Hele tiden, kontinuerlig da, gjennom hele løpet i skolegangen så blir man liksom møtt med sånne fordommer overfor deg. Man tenker automatisk at jeg ikke passer inn i et studiemiljø hvor det er litt høyere akademisk standard.

VOICE: For mange med ADHD oppleves diagnosen som svært stigmatiserende. For Tonje fikk andres tanker og meninger om henne i barne- og ungdomsårene stor plass, så stor plass at tanken på skulle studere videre ga henne panikk.

TONJE: Hele idéen med det å liksom utdanne seg har liksom bare skremt meg helt sykt. Alle de derre følelsene jeg får rundt bare det å prestere i sånne settinger gir meg bare helt supernoia.

(Kunstpause/sceneskifte: Tonje har forelesning på Zoom)

FORELESEREN: Jeg kan si litte granne mer om meg sjøl bare sånn kort ...

(Tonje begynner å le)

TONJE: HÅ HÅ HÅ HÅ HÅ! Den barten der var frekk, ass!

FORELESEREN: ... jeg jobber på Folkehelseinstituttet ...

VOICE: Det er september, og Tonje er godt i gang med sin første måned på studiene. Fordi det er pandemi, foregår det meste av forelesningene på Zoom.

FORELESEREN: ... psykisk helse og psykiske lidelser. I et sånt, eh ...

TONJE: Hvilket fag er det her i?!

FORELESEREN: ... i et sånt fugleperspektiv, kan du si ...

VOICE: Det er ventet at Tonje og medstudentene hennes skal ha levert et arbeidskrav for å kunne gå opp til eksamen til jul.

TONJE: Jeg tok en Ritalin når jeg kom hjem klokka 11:00 ... 20 milligram ish. Og da ... var det bare å vente på at det skulle liksom begynne å ta fart, og da ... satte jeg meg ned og skrev. Ikke så veldig fort, da, men ... jeg ble nå ferdig i dag. I stad. Sånn 17 timer senere. Heh.

(Tonje ringer opp studievenninnen Anne-Marit på FaceTime)

TONJE: Eh ... Det æ'kke ...

ANNE-MARIT: Å fy faen, det ringte i alle kanter her. Hei!

TONJE: Ja, men du ... det æ'kke ... det æ'kke noe sted å levere den jævla oppgaven.

ANNE-MARIT: Jo, jo, jo, jo.

TONJE: ... Nei, det æ'kke no' ... det æ'kke en egen sånn greie for den leng ...

ANNE-MARIT: Jo, jo, jo, jo, de har bare endra dato'n vår. Nå må'kke du stresse meg her.

TONJE: Gå og sjekk da, så skal jeg vise deg, det er faen meg helt jævlig.

ANNE-MARIT: Start oppgave ...

TONJE: ... last opp fil ... herre gud!

ANNE-MARIT: Herre gud, hvem sku' trodd vi klarte det?!

TONJE: Herre gud, jeg begynner nesten å grine. Nå har jeg levert.

(Tonje og Anne-Marit fniser og ler)

(Kunstpause/sceneskifte: Tonje er på biblioteket for å lese)

VOICE: Og selv om arbeidskravet er levert, må jobbinga fortsette. Deichmanske hovedbibliotek har blitt Tonjes nye oppholdssted.

TONJE: Jeg tro'kke vi er de eneste som leter etter et sted å studere nå, ass. Skal det være så jævlig vanskelig, har de brukt mange milliarder på å lage et bibliotek også er det faen meg ti meter mellom hver plass, det er jo helt jævlig fucka. Dette er det skattepengene mine går til, liksom. Argh.

VOICE: Da Tonje ble 18 år, valgte hun å oppsøke psykiater for å få en ny vurdering av diagnosen sin slik at hun kunne få tilgang til medisiner. Fordi hun nå er tilbake på skolebenken, har behovet for Ritalin blitt større. Tonje skriver en e-post til legen sin for å få fornyet resepten sin.

(Tonje taster på datamaskinen sin, og leser det hun skriver til fastlegen høyt)

TONJE: Hei, hei. Jeg har begynt med Ritalin igjen. Det fungerer veldig bra, jeg tar to stykk 20 milligram på en dag med mye skole.

(Tonje forteller om medisinbruken)

TONJE: Jeg må ta medisiner, da. Ta Ritalin, som jeg synes er ganske dritt, liksom. Men jeg vet jo at det fungerer. Hvis jeg ... til en viss grad liksom ... hvor den balanserer seg utover dagen. I starten er det helt grusomt; får hjertebank, jeg føler meg utilpass i liksom kroppen min, at jeg liksom må bevege meg samtidig som jeg føler jeg må si mye, samtidig som jeg ikke har lyst til å si en dritt. Jeg har meninger om ting som jeg bare ikke gidder å si, samtidig som de er der, akkurat som du bare har et lokk som koker over, men du gidder ikke å ta av det lokket for det er bare altfor mye tiltak. Også blir man liksom sliten, og liksom tung og varm og ør i hodet. Nå går

jeg på en ganske lav dose, men ... Hvis jeg får fokuset riktig når jeg ... og ... liksom ... klarer å liksom lande litt ... etter en time eller to så funker det, så jeg pleier å ta det om morgenen, og hvis ikke så må jeg ta dem i det jeg kommer i forelesning, og da tar det en time før jeg lander, og da ... da er det de to siste timene, og gjerne da den siste halvtimen i forelesning så har jeg ... brukt så mye energi på å liksom ... prøve å balansere alt som skjer inni kroppen min, samtidig følge med på det som foregår foran der, prøve å luke ut det som er viktig for meg å få med meg. Så det ender jo med at jeg har liksom fire siders langt notat av en tre timer lang forelesning hvor jeg har notert ordrett hva han sier fordi det føler jeg er viktig. Han forklarer det sikkert mye enklere muntlig enn at jeg da må lese en side hvor akkurat det samme står, hvor jeg må lese den ti ganger for å kanskje skjønne en setning av det avsnittet som han forklarte kjempeenkelt i forelesning. Så jeg gjør de tingene for å ... kanskje gjøre det enklere for meg selv. Men sett på det på nytt liksom, eller se tilbake på det så ser man jo at ... jeg kjører meg selv jævlig hardt fordi at jeg er dritstressa for at jeg ikke skal få med meg ting.

(Musikk/overgang til ny måned: When to stop – Lofive / Epidemic Sound)

VOICE: Det har blitt oktober, og Tonje har fått tilbake resultatet på det første arbeidskravet sitt. Stemningen ... den er ikke helt på topp.

TONJE: Det er mandag 10. oktober. Nei, kødda, 11. Jeg fikk tilbake arbeidskravet mitt. Mitt første ... og det ble ikke godkjent. Jeg hadde en magesfølelse på det, og ... det var kjipere enn jeg trodde. Ehm ... jeg har litt lyst til å gråte nå, fordi ... oppgaven er godt besvart, og det er jeg egentlig litt stolt av, men man begynner å second-gesse alt, og begynner å tenke sånn ... ugh ... klarer jeg egentlig det her. Dette skulle være veldig vanskelig å få ikke godkjent på. Og jeg er en av de, selvfølgelig, alle andre har fått godkjent at de jeg kjenner. Og det kjenner jeg veldig, veldig på. Så jeg klarer ikke å holde fokus i forelesningen vi har på Zoom akkurat nå, og bare ... føler at jeg mister plutselig veldig mye kontroll, og jeg følte jeg hadde veldig god kontroll forrige uke. Og nå begynner liksom hodet å kjøre i gang igjen. Og ... ugh ... jeg vet liksom ikke helt hva jeg skal gjøre. Hvis jeg leverer denne her nå, og den blir feil, så får jeg ikke ... så kommer jeg ikke opp til eksamen. Åh ... ja ... Jeg få se på det som læring, men det føler jeg er det jeg alltid må gjøre, jeg må alltid se på ting som

læring og bli bedre. Det er aldri noen ting jeg føler jeg får til første forsøk. Ja, ja. Første møte med en ikke godkjent var kjipere enn antatt, og jævlig skummelt.

VOICE: Til tross for det lille nederlaget, gir ikke Tonje seg så lett. Hun får en ny sjanse til å levere inn arbeidskravet, og jobber hardt for å få det neste godkjent.

(Tonje er ute på gaten, på vei hjem fra skolen)

TONJE: Nå har jeg sittet på skolen i cirka 12 timer. Før forelesning, og etter. Jeg har funnet den gamle Ritalin-boksen min, med den gamle typen Ritalin, og den fungerer mye bedre. Så jeg har faktisk klart å sitte 12 timer på biblioteket, klart å jobbe produktivt. Og så ... er jeg veldig stolt, egentlig. Jeg har aldri følt at jeg har skjønt så mye ting på én dag. Samtidig som det ligger sjukt mye stress på skuldrene med tanke på at jeg føler fortsatt at jeg ligger bak, og jeg føler jeg aldri er a jour. Og at jeg aldri klarer å liksom ... ligge i det samme tempoet som alle andre gjør. At jeg bruker lengre tid med å forstå, selv om jeg tar medisiner mine. Men jeg prøver å ikke fokusere så mye på det, fordi det er bare jeg som har konkurranse med meg selv, og ikke alle andre.

(Kunstpause/sceneskifte: Tonje sitter på skolen, og har fått svar på arbeidskravet igjen)

TONJE: Nå fikk jeg svar på arbeidskravet mitt ... som jeg leverte inn IGJEN. Så, andre tilbakemelding. Det ble godkjent. Det var kilden som var feil. Og da ... gikk egentlig ganske greit. Fordi ... at ... så lenge det ikke var innholdet som var problemet, eller at jeg hadde misforstått oppgaven eller no' sånt no' ... så spiller det egentlig ingen rolle. Men jeg må fortsatt øve på de jævla kildene, da, det er jo ... en evig ... en evig dans.

VOICE: Selv om hun lykkes med arbeidskravet på andre forsøk, er Tonje klar over at veien fremdeles er lang å gå.

TONJE: Målet mitt, sånn jeg ser på det, er vel egentlig bare at jeg skal klare et halvår av gangen på skolen først. Jeg blir ... hvis jeg får for lang ... setter meg for høye og

for lange mål i fremtiden, så vet jeg at det er så mange fjelltopper innimellom som jeg skal bestige før det målet er nådd. Så jeg må fokusere på hver fjelltopp før jeg ... kan begynne å liksom tenke meg hva som skjer. Så jeg tror jeg bare må la ting egentlig forme seg, ikke sette meg så mange fremtidige mål, for da tror jeg jeg blir så ... da blir jeg satt i en veldig sånn ... vei jeg må gå, som jeg føler at jeg må oppnå, hvis ikke så er jeg redd for å få dårlig samvittighet og igjen som fører til at jeg mister litt motivasjonen, og kanskje føler meg litt «lost» og ... synes det er vanskeligere å jobbe på skolen, da. Så per nå så jobber jeg egentlig bare ... første målet mitt nå er bare å få fullført eksamen. Jeg har troa på meg selv. Og den svekkes annen hver dag, også styrkes den annen hver dag. Jeg jobber veldig aktivt med å liksom ... holde ved den motivasjonen ved at jeg ... hvorfor hadde jeg så god motivasjon i går, på en dag i dag kanskje som jeg har kjempedårlig motivasjon, og minne meg litt selv på ... at dette skal du få til. Jeg har skikkelig lyst til å få det til, jeg har aldri klart å jobbe med skole på den samme måten som jeg har gjort nå, og fått den samme «driven».

(Musikk/overgang til ny måned: When to stop – Lofive / Epidemic Sound)

VOICE: Det er november, det er kaldt og det er mørkt. Eksamensperioden nærmer seg med stormskritt, og Tonje ... hun er litt stressa.

(Tonje sitter på biblioteket og leser)

TONJE: Jeg har allerede klart å glemme å sende inn dokumentene mine for tilrettelegging for eksamen. Så da blir jeg jo satt i en bås som er lik som alle andre.

VOICE: Nå er det jo faktisk under en måned til Tonjes første eksamen går av stabelen, og nervene ... de har allerede begynt å melde seg.

TONJE: Jeg gruer meg skikkelig mye, for jeg vet at bare det første arbeidskravet jeg hadde så syns jeg det var ekstremt stress. Men igjen, så viser det seg at det er bare en prøve, det er bare et krav. Ja, jeg fikk ikke godkjent på det, det var dritkjipt, men jeg vet også at jeg må ta med meg de positive tingene jeg fikk til i de tingene jeg ikke fikk til, på en måte ... he-he ... videre, og se verdien i de, og se hvilke små bagateller som jeg gjorde feil. Eksamensperioden, den blir nok ganske ... stressende, jeg gruer

meg masse Jeg prøver å unngå å tenke så mye på det for da syns jeg det er litt vanskelig å jobbe med skolen.

VOICE: Tonje har nettopp fått seg en deltidsjobb på en café for å tjene til livets opphold. Men, hun synes det er vanskelig å kombinere den nye jobben med studiene.

(Tonje roter rundt på rommet sitt, og leter etter klær hun kan ha på seg)

TONJE: ... et evig dilemma med meg selv om jeg skal ... om jeg må ta masse jobbvakter, eller om jeg egentlig har tid til det, for jeg føler liksom jeg egentlig aldri vet hvor mye jeg kan, før jeg på en måte ... har eksamen. Og nå begynner det å nærme seg. Og ... når man ikke jobber, så kommer det ikke noen penger inn, og da er det dårlig ... da blir man jo dårlig økonomisk stilt, og det er jo litt sånn irriterende.

VOICE: Og mens hun flyr mellom jobb og skole, begynner Tonje å kjenne det på psyken. En kveld på biblioteket begynner de fysiske symptomene på det psykiske stresset å gjøre sin entré.

(Tonje har satt seg på bibliotekets toalett)

TONJE: Jeg har litt angst ... fordi ... jeg merker at jeg ikke klarer å ... eh ... konsentrere meg, og ... jeg er veldig overveldet over alt, og jeg føler at jeg ikke har noe kontroll på noe av pensumet, og ... åh. Jeg har lyst til å dra hjem, samtidig som jeg vil få enda dårligere samvittighet hvis jeg drar hjem. Jeg har puls på sikkert 190 ... og jeg sitter og skjelver, og klarer ikke å fokusere. Jeg gjør alt ... begynner å prokrastinere veldig kjapt. Jeg blir ganske lei meg egentlig. Jeg føler meg mislykket.

(Musikk/overgang til ny måned: When to stop – Lofive / Epidemic Sound)

VOICE: Desember har kommet, og eksamen er farlig nærme. Nå kjenner Tonje for alvor på nervene.

TONJE: Sitter på biblioteket. Jeg har sett de eksamensoppgavene fra tidligere, og det er bare sånn ... jeg fikk puls på 140 når jeg leste igjennom. Jeg målte pulsen min. 136, hadde jeg. Satt sånn. Og telte.

VOICE: Tonje må gjennom to eksamener før hun kan ta juleferie. Det ene er en hjemmeeksamen som strekker seg over to dager, og det andre er en multiple choice-oppgave. Hjemmeeksamen er først ut, allerede om en uke.

TONJE: Altså, i idet faget jeg skal ha eksamen i nå, så ... det er veldig teoretisk. Det kalles for psykologiske forskningsmetoder og historie. Når man sitter og har eksamen, så er det sånn ... alle de andre har også eksamen. Så hvis det er noe jeg ikke forstår, så er det meg alene og meg og mitt. Og ... det må jeg få til selv, og det er nok det at jeg ... er redd for å bare låse meg på at «jeg får det ikke til, jeg får det ikke til, jeg får det ikke til», og så klarer jeg ikke å konsentrere meg og så blir jeg helt stressa av det. Jeg blir så veldig sånn ... jeg second-guesser ALT jeg gjør når jeg skal begynne å gjøre ting på egen hånd og det skal måles.

VOICE: Selv om desember gjerne er en tid for festligheter, er Tonje klar over hvor prioriteringene må ligge.

TONJE: Det æ'kke rom for å prokrastinere den uka. Det æ'kke rom for å ... det æ'kke rom for andre ting.

VOICE: ... i hvert fall nesten.

TONJE: Jeg har tenkt til å dra på konsert. Jeg hadde kanskje litt tenkt til å ta litt substanser. He-he-he-he. Det kan jeg ikke gjøre.

VOICE: Tonje nærmest bor på biblioteket mesteparten av tiden. Inntaket av Ritalin har blitt hyppigere, og hun kjenner på hva det gjør med kroppen hennes.

(Tonje er ute på gaten, på vei hjem fra skolen)

TONJE: Nå har jeg lest i fem timer i dag. Og jeg merker liksom at når jeg tar den Ritalin-pillen og sånne ting, så er jeg i godt humør i starten, og så ... når jeg er på vei hjem nå så er jeg så sykt tom, jeg har ikke lyst på mat. Det er jo sterke greier, så ... jeg vet man ikke får matlyst, men jeg har aldri opplevd å få så lite matlyst som det jeg har hatt nå den siste tiden når jeg har lest, fordi at jeg er så stressa samtidig. Så det går jo ... snus på høykant. Jeg merker at jeg gidder ikke gjøre noen hverdagslige oppgaver sånn ... jeg synes det er vanskelig å vaske klær liksom, for jeg bare sånn ... det er en så kjedelig oppgave. Og jeg prokrastinerer alt annet jeg burde gjøre, som ... ja, alt liksom, sånne småting. Og det synes jeg er dritkjipt, for jeg føler meg liksom som mer og mer som en sånn ... mislykka menneske. Faen, man klarer jo å vaske klærne sine og holde det ryddig og sånne ting. Det er akkurat som en sånn sperre som er bare sånn «nei, ikke nå, ikke nå, nå gjør du heller det».

VOICE: Stresset før eksamen gjør det også vanskelig for henne å sove. Det er hun egentlig er ganske vant til, men akkurat nå passer det veldig dårlig, og hun blir liggende å fundere på veien videre.

(Tonje ligger i sengen sin, og får ikke sove)

TONJE: Klokken er halv tre på natten. Jeg klarer ikke å sove. Okay, hva om jeg klarer det året her, da. Vil jeg klare de neste to årene ... kommer jeg til å klare denne eksamenen. Hvis ikke så er det ... en stor skuffelse, og ikke minst et monsterstort økonomisk tap selv om det er muligheter for å conte, men ... igjen, så vet jeg det at hvis jeg skal conte en eksamen i en annen eksamensperiode hvor jeg må ha fokus på et annet emne ... så vil jeg alltid på en måte ligge i gjeld, da. Hvis jeg skal holde på sånn ... det går jo'kke. Det funker ikke. Da kommer jeg til å ... da kommer jeg til å måtte droppe ut. Eller bare legge meg rett i pennalet og zippe igjen og takke for meg. Otto Jespersen sa det en gang veldig bra i Rikets Røst. «En hundebæsj er ikke en konfekt selv om du putter den inn i sølvpapir». Og noen ganger så føler jeg meg litt som den hundebæsjen, da ... som putter meg sjæl i det der jævla sølvpapiret. Tenker at ... jeg får det til. Fake it till you make it, fasade til du dør.

VOICE: Kvelden før hun får sin første eksamensoppgave utlevert, er Tonje på vei hjem fra nok en dag på biblioteket. Hun er litt mindre stressa enn det hun selv forventet.

(Tonje går gjennom Oslo, hjem fra biblioteket)

TONJE: Jeg gleder meg til å på en måte få ... eksamen, fordi at jeg vil egentlig bare få det til å bli ... overstått snart. Samtidig som jeg ... jeg kommer til å føle meg veldig alene, og jeg kommer til å spinne huet mitt ganske hardt. Jeg hadde aldri trodd at jeg kunne være så dedikert. Og det i seg selv gjør meg nesten litt rørt. Fordi fy faen å flink jeg er selv om jeg ikke får til alt, og ... når man sammenligner seg selv med ... en utgave av seg selv i skolen man en gang var kontra den nå, så ... har jeg en ekstrem, ekstrem ... kurve. Hvis man sku' putta det i et diagram. He-he.

VOICE: Og så har dagen kommet. Det er hjemmeeksamen, og Tonje har tre dager på seg til å skrive en besvarelse.

(Tonje sitter hjemme i leiligheten sin)

TONJE: Da har jeg fått oppgaven min. Den er jævlig svær. Men, den er overkommelig, og den handler om noe jeg har lest mye på fra før av, så det er jo litt digg. Det er alltid jævlig vanskelig å drive å starte på en oppgave, hvordan man skal angripe den, men jeg får bare bruke god tid. Så går det sikkert veldig bra. Men ... he-he ... jeg er jævlig nervøs ... fordi ... det er jo alltid en berg-og-dal-bane av følelser med sånne store ting, eller sånne store oppgaver.

(Kunstpause/sceneskifte: Tonje sitter på skolens toaletter, og kaster opp og gråter)

TONJE: Åh ... jeg vet jo ... hva det skal stå, og så klarer jeg bare ikke å forme setningene.

VOICE: På dag to av skrivingen ringer hun meg, programskaperen, og har det vanskelig.

TONJE: Ugh ... uff ... huff, åh ... faen, jeg brakk meg, ass. Åh, nå kommer det snart igjen.

PROGRAMSKAPEREN: Kan du ikke sette deg ned på toalettet litt, da?

Tonje: ... ugh ... jeg bare tenker på alt annet enn det jeg hovedsakelig skal fokusere på ... ugh ... jeg trenger liksom bare en klem eller no'. Jeg bare føler meg så jævlig ensom med tankene for jeg kan liksom ikke spørre så jævlig mange heller, fordi ... folk svarer meg og så blir jeg bare stressa forstår eller klarer å sette ... ord på det. Å fy faen, det kommer ... ugh ... kremt ... ugh ... det kommer jo ikke en dritt, ikke sant.

VOICE: Et halvt døgn senere skjer det noe.

(Tonje sitter ute i vinterkulda på altanen hjemme hos moren)

TONJE: Jeg må ... jeg må konte denne eksamenen. Kanskje tidenes største nederlag. Jeg har brukt liksom et halvt år nå på å liksom balle meg opp til at dette her skal jeg gjennom. Eh ... vi må flytte ut av leiligheten vår i dag ... vannlekkasje, no' sopp og no' ... ja, det har vært et helvete ved siden av skolen ... å deale med det, og ... så drar jeg til Spania natt til tirsdag for å feire jul. Og vi må være ute innen jeg kommer hjem fra Spania, så ... jeg er ganske sliten nå. Å begynne å flytte, og tenke på ... det er helt kaos på rommet mitt, fordi at det er kaos i hodet fra før av med tanke på eksamen, så det er jo ikke no' ... orden noe som helst ... det er ikke orden på noe som helst rundt meg nå. Så det ... det blir en faktor for at jeg ikke klarer å slappe av heller, og ... flytte, ha alle tingene i søplesekker, og ... tar tid å komme seg inn et nytt sted ... og så skal jeg pakke til Spania, og få med meg ... 'æi, fy faen.

(Kunstpause/sceneskifte: Tonje er på vei til skolen for å ta den siste eksamenen før jul)

VOICE: Knappt én uke etter hjemmeeksamen hvor Tonje tok valget om å ikke levere, er hun klar for sin andre og siste eksamen for semesteret. Det er en multiple-choice-oppgave på to timer, og denne gangen har hun troa.

TONJE: God morgen, heh. Det er Tonje. Nå står jeg på Ensjø ... T-banestasjon. Klar for å dunke i gang dagen. Utrolig deilig. I dag har jeg tatt på meg «sutsji» ... he-he ...

som mamma sier ... tøfler. Energidrikke. Kan'ke si jeg gleder meg, men det blir jo ... det blir jo deilig å kjenne at man lever igjen, på en måte.

(Tonje har ankommet skolen like før oppgaveutdeling)

TONJE: Da er det bare 10 minutter til vi får eksamen utlevert, den er elektronisk, alt står klart, jeg er jævlig nervøs fordi ... det er 100 spørsmål ... eller det er 120 spørsmål på to timer ... som vil si at det er ett minutt per spørsmål. Det er «multiple choice», men man har jævlig dårlig tid. Så det er ... man må bare kunne ... jeg bare håper ikke de oppgavene er så lang TEKST før jeg må trykke på et svar, fordi da må jeg bruke fem minutter bare på å lese det jævla spørsmålet, men ... det får gå som det går. Nå er det bare det siste, så er det juleferie og Spania next, det blir dødsdigg.

VOICE: Ved multiple-choice-oppgaver så kommer resultatet ofte raskere tilbake enn ved andre typen oppgaver.

(Tonje er hjemme igjen, og har fått resultatet på eksamen)

TONJE: Åh ... nå er det cirka seks timer etter eksamen, og vi har fått karakteren, og jeg har aldri seriøst vært redd i hele mitt liv. Det var ... åh ... jeg bare sånn ... nei, jeg ville ikke åpne den, fordi jeg tenkte sånn jeg vil ikke ødelegge ferien min nå, moodet mitt, jeg skal til Spania i natt, samtidig som jeg har flyttet ut av leiligheten, og ... alt dette her. Åh ... men ... JEG FIKK C! Åh! Hi-hi! Åh, jeg er så glad! Så jeg er kapabel til mye mer enn jeg tror, og det må jeg bare huske på til senere. Solte på meg sjæl ... ekstremt imponert over meg selv ... Åh ...

VOICE: ... og så er eksamensperioden omme, og Tonje kan ta seg en velfortjent ferie. Til tross for at ikke alt gikk helt sånn som det skulle, er hun godt fornøyd med egne prestasjoner.

(Tonje er på vei til Gardemoen og til Spania)

TONJE: Jeg er veldig stolt. Jeg vet ikke helt ... det er rart å si det, men jeg er veldig stolt av at jeg har fått det til. Jeg har vært veldig dedikert, og jeg har brukt mye tid.

Aldri vært så dedikert i noe i mitt liv før tror jeg ... så det er litt gøy å se at jeg får det faktisk til, at jeg må bare ... ha troa. Jeg har spurt meg selv mange ganger hvem jeg ville vært uten ADHD ... og den gir meg så mye fine, positive ting ... men på akkurat det akademiske så gir den meg en del utfordringer. Jeg tenker at de utfordringene jeg får ... får jeg større læringsutbytte av enn andre, kanskje. Kanskje Tonje på 10 år ville vært stolt av meg i dag. Det tror jeg faktisk. Ferdig med første halvår, to og et halvt år igjen ... skal karre meg gjennom de siste to og et halvt årene, og så ser vi om det går bra. Over og ut, kaffe-grut.

(Musikk: When to stop – Lofive / Epidemic Sound)