



Universitetet
i Stavanger

FAKULTET FOR UTDANNINGSVITENSKAP OG HUMANIORA

MASTEROPPGAVE

Studieprogram:
MGL320M
Masteroppgave i norsk,
grunnskolelærerutdanning 1-7

Vårsemesteret, 2023

Forfatter: Helene Hamre

Veileder: Magne Ivar Drangeid

Tittel på masteroppgaven: Bildeboken som vindu for å forstå andre: En analyse av bildeboken *Dagen* og dens potensielle rolle i skolens arbeid med livsmestring

Engelsk tittel: The picture book as a window to understand others: An analysis of the picture book *Dagen* and its potential role in the school's work on life skills

Emneord: Norsk, bildebokanalyse, emosjoner, livsmestring, Theory of Mind

Antall ord: 24381

+ antall vedlegg/annet: 1

Stavanger, 1. juni/2023

Forord

Kjære leser,

Å fullføre en mastergrad er en stor prestasjon, og det er en glede å kunne se tilbake på alt arbeidet jeg har lagt ned for å komme i mål.

Jeg vil først rette en takk til mine nærmeste medstudenter. Å studere sammen har vært en inspirerende og støttende reise, og jeg er takknemlig for alle de inspirerende diskusjonene, samarbeidet og de felles erfaringene vi har hatt sammen.

Jeg vil også gjerne takke min kjære Kjetil Melkevik for tålmodigheten og støtten han har gitt meg gjennom denne skriveprosessen. Ved siden av fulltidsjobben som lærer, og innehaver av eget firma, har jeg måttet pleie vennskap og ta meg av andre forpliktelser. Det har vært utfordrende å finne balansen mellom alt, og jeg kunne ikke ha gjort det uten Kjetils omsorg og oppmuntring.

Jeg vil også rette en stor takk til veilederen min Magne Drangeid for støtten og veiledningen han har gitt meg gjennom masteroppgaven. Hans faglige innsikt har vært nyttig, og jeg er takknemlig for all hans hjelp.

Til slutt vil jeg få fram at det skal bli fantastisk og kun prioritere lærerjobb og jeg kjenner meg svært motivert til å ta fatt på veien videre.

Helene Hamre

Stavanger, mai 2023

Sammendrag

Denne mastergradsoppgaven gjør en bildebokanalyse av *Dagen*, som er skrevet av Gro Dahle, og illustrert av Kaia Linnea Dahle Nyhus i 2021. I tråd med flere av Dahle sine tidligere bildebøker tilgjengeliggjør også denne boken “voksne temaer” til barn og unge. *Dagen* tar oss med i livet til Po som starter dagen med klare antydninger til depresjon (selv om ”D-ordet” aldri nevnes). Resten av familiemedlemmene representerer en rekke andre emosjonelle tilstander; alt fra glede og omsorg til grettenhet.

Med et teorigrunnlag basert på ikonotekst, fargebruk og bildekomposisjon, koblet med Theory of Mind, har jeg i analysen svart på problemstillingen: Hvordan tematiseres emosjonelle tilstander og prosesser i bildeboken *Dagen* (2021), og hvordan kan boken ha relevans for skolens arbeid med livsmestring?

Metoden jeg har brukt er en litterær bildebokanalyse, med bruk av hermeneutisk lese måte som analytisk tilnærming. Ved hjelp av tidligere bildebokforskning og fordypning i forskningsfeltet selv, har jeg fått en oversikt over de forskjellige virkemidlene som brukes i bildebøker og ikke minst *hvordan* de brukes, og hvordan de skal tolkes.

Fremstillingen av emosjoner i bildeboken blir formidlet gjennom en rekke faktorer som karakterenes oppførsel, mimikk, dialog, indre tanker, kommentarer fra andre personer og den tekstuelle beskrivelsen fra forfatteren. I tillegg forsterkes karakterenes emosjonelle sider gjennom bruk av symboler som fargebruk, og gjennom bildekomposisjoner. Leseren kan tolke å forstå karakterenes emosjonelle tilstander ut fra disse ulike elementene.

De gjenkjennbare skildringene i boken taler til barn på en måte det er lett å få empatisk medfølelse for. Ved å bruke *Dagen* som arena for livsmestring kan man utforske egne følelser og sette seg inn i andres ståsted. Livsmestring blir også satt i forbindelse med psykisk helse og hvis man kan oppleve ulike situasjoner og perspektiver gjennom fortellinger, er dette en god arena for å oppleve ulike emosjoner og følelser og bli konfrontert med hvordan vi reagerer på dem.

Innholdsfortegnelse

Forord	2
Sammendrag	3
1. Innledning	6
1.1. <i>Bakgrunn for valg av tema</i>	7
1.1.1. Beskrivelse av bildeboken <i>Dagen</i> (2021)	7
1.2. <i>Forfatterskap</i>	8
1.3. <i>Tidligere forskning</i>	9
1.4. <i>Problemstilling</i>	11
1.5. <i>Avgrensning</i>	12
1.6. <i>Oppgavens oppbygning</i>	13
2. Teori og metode	14
2.1. <i>Hva er en bildebok?</i>	14
2.2. <i>Paratekst</i>	15
2.3. <i>Ikonotekst</i>	15
2.4. <i>Fargebruk</i>	16
2.5. <i>Bildekomposisjon</i>	18
2.6. <i>Allalderslitteratur</i>	18
2.7. <i>Bruk av symbolikk i barnebøker</i>	19
2.8. <i>Theory of Mind</i>	20
2.8.1. <i>Tankelesing og stedfortredende erfaringer</i>	21
2.9. <i>Livsmestring og emosjoner</i>	22
2.9.1. <i>Livsmestring og litteratur</i>	24
2.9.2. <i>Emosjonell “mirroring”</i>	26
2.10. <i>Metodisk tilnærming</i>	27
2.10.1. <i>Litterær analyse</i>	27
2.10.2. <i>Hermeneutisk lese måte</i>	28
2.10.3. <i>Validitet og reliabilitet</i>	29
3. Litterær analyse av Dagen (2021)	31
3.1. <i>Parateksten</i>	31
3.2. <i>Fargebruken</i>	35
3.2.1. <i>Fargene på omgivelsene</i>	35
3.2.2. <i>Fargene på personene</i>	37

3.2.3 Fargekontraster	38
3.3. <i>Personer og relasjoner</i>	39
3.3.1. Personen Po.....	39
3.3.2. Vesenet Dagen som allegori	46
3.3.3. Pappa - En allegorisk figur av positivitet og kjærlighet?	49
3.3.4. Mammamas melankoli	52
3.3.5. Mormor sin dag	53
3.4. <i>Tematiseringen av emosjonelle tilstander</i>	54
3.5. <i>Empati og leserens perspektivtaking</i>	55
3.5.1. Intertekstualitet og tilpasningsmekanismer	57
3.5.2. Mirroring og emosjonelle reaksjoner for å fremme livsmestring	60
4. Avsluttende refleksjoner og bildeboken: Dagen sin relevans for livsmestring.	63
4.1. <i>Dagen som øvingsarena for livsmestring</i>	64
5. Litteraturliste	66
Vedlegg 1:	72

1. Innledning

Etter å ha jobbet i skolen i syv år samtidig som jeg har vært student, er det flere forhold jeg har tenkt over ved elevenes følelsesaspekt. Jeg har lagt merke til at flere elever har strevd sosialt, og av ulike grunner er nedstemt og fått påvist angstlidelser i ung alder. Jeg sammenligner det med da jeg selv gikk på barneskolen og opplevde et mye mindre omfang av elever som var betydelig nedstemt over lengre perioder eller kjente på store uhåndterbare følelser. Det er imidlertid ikke enkelt å få innblikk i andre elevers psyke i ung alder. Etter å ha funnet forskning på dette, fikk jeg bekreftet mine tanker.

Ifølge en forskningsstudie fra 2007 opplever én av fire ungdommer symptomer som lav selvfølelse, uro, tretthet, ensomhet og tristhet (Mathiesen et al., 2007, s. 12). I tillegg har Covid-19 pandemien hatt en påvirkning på mental helse blant barn og unge i Norge (Evensen et al., 2021).

Som barn leste jeg selv mye, og elsket å bli lest for. Jeg vil tro at mange timer med fordypning i bøkene har bygget opp under min empatiske forståelseevne. Bøker som rører meg og får meg til å føle noe, har alltid vært av interesse. I løpet av det første studieåret mitt ved Universitetet i Stavanger var bildebokanalyse et av temaene i norsk, og dette fanget fort interessen min. Å erkjenne mangfoldet av betydninger som bildebøker kan inneholde var både givende og berikende.

Jeg har testet ut ulike undervisningsopplegg med bildebøker på ulike aldersgrupper, og merket at elevene hadde interesse for de multimodale verkene. Det var heller ikke noe problem å bruke samme bildebok både på 2. trinn og 6. trinn - alt etter hvordan jeg tilpasset arbeidsmetodene og spørsmålene i etterkant.

Bildebøker kan brukes på så utrolig mange måter, både til estetisk lesing og for å utvikle empati og sette seg inn i andres ståsted. Bøkene jeg valgte ut i starten var mer rett på sak og problemet var tydelig definert.

Etter hvert som jeg begynte å utforske mer komplekse bildebøker, fikk jeg fort sansen for bøker med litt mørkere handling, og da spesielt bøkene til Gro Dahle. Hun har blant annet skrevet bøkene *Sinna Mann* (2003) og *Dragen* (2018), som forteller historien om sinte foreldre. *Sinna Mann* handler eksempelvis om en pappa som sliter med aggresjon og som ikke klarer å kontrollere følelsene sine. Det var få bøker om sinte mødre, men bildeboken *Dragen*

satte et nytt lys på tematikken. I 2021 ble boken *Dagen* gitt ut, og jeg tenkte straks på at denne ville jeg fordype meg i.

1.1. Bakgrunn for valg av tema

Da læreplanverket for kunnskapsløftet 2020 (LK20) ble innført 1. august 2021, fikk vi flere tverrfaglige temaer som skulle gi elevene kompetanse til å tre inn i og bli en del av fremtidens samfunn (NOU, 2015: 8). Temaer som også er oppført i læreplanen i norsk er: demokrati og medborgerskap, folkehelse og livsmestring, og bærekraftig utvikling. I norskfaget skal elevene kunne uttrykke seg muntlig og skriftlig om egne følelser, erfaringer og tanker. Slik blir de mer kompetente til å utvikle og håndtere relasjoner og delta i fellesskapet. Når elever leser sakprosa og skjønnlitteratur kan de både utfordre og bekrefte sitt selvbilde. Dette vil igjen bidra til elevens livsmestring og identitetsutvikling (Kunnskapsdepartementet, 2019).

Helseundersøkelsen i Trøndelag (HUNT) i 2022, la frem tall etter en undersøkelse fra 1995 til 2019 som viser en dobling av unge mennesker som sliter med sin mentale helse (Krokstad, 2022). Dette bekrefter at endringer må til, og at de tverrfaglige temaene som har blitt tatt med i læreplanen er velbegrunnet.

Basert på mine egne refleksjoner og relevant forskning som viser at dagens barn og unge står overfor økende utfordringer, har jeg valgt å bruke bildeboken *Dagen* for å utforske hvordan den kan være til hjelp i møte med disse utfordringene. Jeg er av den oppfatning at denne boken gir rom for estetisk lesing og vil engasjere leseren både visuelt og verbalt. Det er også rimelig å anta at boken kan røre ved leseren på et emosjonelt nivå, og det kan resultere i at leseren vil kunne sette seg inn i hovedpersonens ståsted, utvide sin emosjonelle forståelse og etablere større bevissthet knyttet til omgivelsene. Jeg har også valgt boken med tanke på dens emosjonelle aspekt og dens presentasjon av ulike følelser.

1.1.1. Beskrivelse av bildeboken *Dagen* (2021)

I bildeboken *Dagen* følger vi med på en tung dag i livet til Po, den kjønnsnøytrale hovedpersonen i boken. Boken tar leserne med på en følelsesmessig reise gjennom Pos opplevelser og utfordringer gjennom dagen. Det er ikke uvanlig å møte kjønnsnøytrale karakterer i Dahle sine bøker, og dette gjør at leserne kan identifisere seg med karakterene uavhengig av kjønn og identitet.

Po opplever betydelige vanskeligheter med å komme seg opp om morgenen og takle utfordringene dagen bringer. De voksne, inkludert mamma, pappa og mormor, oppfordrer Po til å bli venn med dagen sin, som i boken illustreres som et eget vesen som følger etter Po. Men Po føler seg misforstått, stadig mer nedstemt og tappet for energi. Po krangler med selve Dagen om å måtte stå opp. Dagen irriterer Po med rop, bråk og lys og pappaen til Po kommenterer at Po må ha sovet på feil arm og ber Po om å smile litt. Mamma mener Po bare er negativ og sur.

Alle prøver å få Po til å bli venn med dagen sin, men det virker ikke som om de voksne helt forstår hva Po strever med; de prøver heller å muntre opp Po. Po snakker med skikkelsen Dagen, som lover at det vil bli bedre og at det verste vil gå over.

Mot slutten av boken blir Po dyttet opp en trapp av Dagen, der mamma-figuren og pappa-figuren venter og strekker ut armene. Dagen skyver Po foran seg og sier at man må ta ett skritt om gangen. Boken slutter med at Po fortsatt er tung i beina, men tenker at det kommer flere dager som kan være fine, og akkurat nå er Dagen en venn (Dahle & Nyhus, 2021).

1.2. Forfatterskap

Gro Dahle er en anerkjent norsk forfatter, mest kjent for sin fantasifulle og poetiske skrivestil innen barnelitteratur. Siden debuten i 1987 har hennes litterære portefølje blitt beriket med over 50 bøker, inkludert bildebøker, poesi, romaner og sakprosa. Bøkene hennes anses å være av høy litterær kvalitet og hun har vunnet flere priser, inkludert Kulturdepartementets litteraturpris og Brageprisen for barne- og ungdomslitteratur (Cappelen Damm, 2022).

Temaene hun setter søkelys på er identitet, psykisk helse og samfunnsspørsmål. For å utforske disse temaene nærmere er hun både kreativ og bruker mye symbolikk. Et hovedfokus i bildebøkene hennes er de alvorlige temaene som vold og psykisk helse, som hun i bøkene gjør tilgjengelig og forståelig for barn. Dahle har en positiv og omsorgsfull holdning der hun alltid streber etter en lykkelig slutt. Hun har selv sagt: “Alle skal bli tatt vare på, jeg orker ikke sørgelige slutter” (Nergård, 2011, s. 43). Det viser at hun er opptatt av å trøste leserne sine, og at hun ønsker at det hun skriver skal ha en positiv effekt på dem. Dahle er også opptatt av kontrasten mellom det mørke og det lyse og hvordan selv den minste detalj kan gi mening og hjelpe oss å overleve. Dette kan tolkes som en optimistisk og håpefull holdning som kan være bra for leserne å få med seg (Nergård, 2011, s. 43).

Illustrasjonene i bøkene fungerer som en naturlig forlengelse av teksten. Flere av bøkene er oversatt til flere språk, og hun regnes som en fremtredende skikkelse i norsk barnelitteratur. Hennes ektefelle, Svein Nyhus, har illustrert flere av bøkene. De har sammen gitt ut bildebøker om eksistensielle temaer som blant annet usynlighet, vrede, vold, og psykisk sykdom. Deres bok *Sinna Mann*, ble omgjort til en prisbelønnet animasjonsfilm og fremført som barneforestilling i Danmark med tittelen *Vrede mand*. Boken er utfordrende fordi vold i hjemmet har vært et tabubelagt tema, og den har blitt brukt i skolen for å identifisere denne type vold (Cappelen Damm, 2022).

De siste årene har Gro samarbeidet med datteren sin, Kaia Nyhus, som er forfatter og illustratør. Nyhus har gjort seg bemerket med sine stiliserte og uttrykksfulle illustrasjoner i både egne og andres bildebøker. Den første boken hun utga var *Vil du høre en hemmelighet?* (2014), som hun fikk Norske Barne- og Ungdomsbokforfatteres debutantpris for.

Sammen har mor-datter-duoen lagd en rekke bildebøker som tar opp utfordrende temaer som sorg, frykt og ensomhet. Deres bøker utforsker følelser og psykologiske temaer på en original måte. Blant de mest kjente bøkene er *Olianna* (2020), *Grevlingdager* (2019) og *Krigen* (2013). Duoens arbeid er kjent for å være eksperimentelt, og de utforsker gjerne grensene mellom tekst og bilde (Cappelen Damm, 2022).

1.3. Tidligere forskning

For 40 år siden påpekte den svenske litteraturforskeren Kristin Hallberg (1982) at det var for lite forskning på bildebøker som objekt, noe som den gang førte til utfordringer i forhold til de teoretiske og metodologiske tilnærmingene på forskningsfeltet av bildebøker. Bildebøker ble tidligere betraktet som et område for kunsthistorikere, men siden de har tekst og tilhører litteraturen, burde også de bli studert og forstått som litteratur – ikke som “billedkunst” (Hallberg, 1982, s. 163). Analyser av bildebøker har de siste tiårene blitt et mer utbredt interessefelt for forskere, og flere forskere har gjort seg bemerket.

Når vi ser på generelle studier av barnelitteratur, inkluderer de gjerne et kapittel om bildebøker. Nikolajeva og Scott satte sitt preg på bildebokforskning med boken “How Picturebooks Work” (2006), denne boken skildret på vitenskapelig vis samspillet mellom bilder og verbaltekst i bildebøker. Temaet for forfatterens undersøkelse var bildebok som en særskilt form for kulturell og litterær uttrykksform.

Flere studier omhandler også bildebøker alene, skriver Maria Nikolajeva og Carole Scott (2006, s.2). Videre peker de på at de fleste studiene om bildebøker ikke har tatt for seg dynamikken som oppstår mellom tekst og bilde, og hvordan disse to forskjellige kommunikasjonsformene samarbeider for å skape en form som er unik for bildeboken. Det finnes mange tilnærminger til bildebøker i eksisterende studier, der de fleste setter søkelys på bildebøker som pedagogiske verktøy. Disse inkluderer aspekter som sosialisering og språktilegnelse, og kan finnes i generelle håndbøker om barnelitteratur, samt i separat litteratur om bildebøker (Nikolajeva & Scott, 2006, s. 2).

Videre har Lisa Zunshine (2003; 2004; 2006) utmerket seg innen teorien *Theory of Mind*, og da med fordypning i “mind-reading” (“tankelesing” på norsk), der ideen er at vi i tolkningsarbeidet av en tekst “leser tankene” til personene historien handler om; hvordan de føler seg, tenker, samt samhandler med andre. Ved å inkludere “Theory of Mind” som en relevant teori i min analyse, vil det bidra til å belyse hvordan lesernes forståelse av karakterenes mentale tilstand påvirker deres tolkning av litterære tekster.

Åse Marie Ommundsen (2016) har forsket på hvem adressaten i bildebøker er. Hun så nøyere på boken *Krigen* fra 2013 av Gro Dahle, og så på hvem denne boken henvender seg til: en voksen eller barneleser? Hun mener at hovedbudskapet i boken er forbeholdt den voksne leseren. Det implisitte budskapet henvender seg også til barneleseren. Det er gjerne to budskap som vil treffe to forskjellige kategorier av lesere, alt ettersom hvilken målgruppe som leser. Ommundsen konkluderte med at *Krigen*, som handler om skilsmisse, innebar en psykologisk prosess som man også finner i flere av Dahle og Nyhus sine bøker (Ommundsen, 2016).

Ommundsen (2016) hevder at Gro Dahles bildebøker setter søkelys på eksistensielle temaer og er illustrert med en naiv tegnestil. De inneholder kompliserte og nivåinndelte fortellemåter som utfordrer leserens oppmerksomhet både visuelt og verbalt. Samtidig er de også kontroversielle og kan være støtende for mange voksne lesere, selv om de skiller seg fra mange andre utfordrende billedbøker fra Skandinavia (Ommundsen, 2016, s. 32). I lys av dette var det interessant å se hvordan andre har tolket bildebøkene til Dahle, og jeg har sett på de som blant annet fokuserer på emosjoner, paratekst og ikonotekst.

Elisabeth Hovde Johannesen (2019) har i forskningsartikkelen “Bildebøker og emosjonelle leserreaksjoner - Om kunst og etikk” fokusert på “kunst” som har en tendens til å appellere til publikums emosjoner. I denne artikkelen utforsker Johannesen hvordan visse bildebøker kan

vekke affektive reaksjoner. Hun har også valgt *Krigen* (2013) av Gro Dahle og Kaia Dahle Nyhus som en av bøkene hun nærleser (Johannesen, 2019).

I forskningsartikkelen “Når mor er gullfisk – Estetikk og etikk i bildeboka Akvarium” (2017) undersøker Aasta Marie Bjorvand Bjørkøy hvordan oppveksten til et barn med en emosjonelt utilgjengelig forelder er. Dette ved å analysere både parateksten og ikonoteksten i boken, slik at man kan undersøke dens evne til å formidle viktige temaer og verdier til leserne, med andre ord; bokens kultiveringsevne (Bjørkøy, 2017).

Generelt sett kan vi i denne artikkelen se hvorfor skjønnlitteraturen, og spesielt bildebøker, kan være en viktig kilde til å forstå både det vanskelige og ukjente ved andre mennesker. Dette gir oss en grunnleggende innsikt og bevissthet som er nødvendig for alle mennesker og demokratiske samfunn (Bjørkøy, 2017). Denne artikkelen peker i retning av det jeg ønsker å se på når det kommer til ny læreplan og livsmestringaspektet. Hvordan kan boken *Dagen* brukes i arbeidet med livsmestring?

I min analyse støtter jeg meg hovedsakelig til Maria Nikolajeva, Lisa Zunshine, Louise M. Rosenblatt, Keith Oatley og generell bildebokteori. Disse teoriene bidrar med relevante og interessante perspektiver til problemstillingen, og gir meg de nødvendige begrepene jeg trenger i analysene. Min studie er relevant fordi jeg fokuserer på hvilke emosjoner som forekommer i bildeboken sett i lys av livsmestringsbegrepet hentet fra LK20 - og dette gjør studien min dagsaktuell samtidig som den åpner opp for tanker knyttet til hvordan man kan arbeide med dette i skolen.

1.4. Problemstilling

Når vi leser skjønnlitteratur får vi muligheten til å leve oss inn i en annen virkelighet enn vår egen. Vi betrakter verden gjennom andres øyne og leser hvordan de handler og tenker i ulike situasjoner. Skjønnlitteratur fungerer som en simuleringsverden der vi kan utforske sosiale interaksjoner og menneskelig atferd gjennom fiktive karakterer og historier. Ved å engasjere oss i litteraturen, kan vi utvikle vår evne til å forstå og resonere med andres følelser og perspektiver, og dermed forbedre vår sosiale intelligens og empati (Oatley, 2011; Rosenblatt, 1995).

Jeg ser at vi kan bruke bildebøker i forbindelse med det tverrfaglige temaet folkehelse og livsmestring i læreplanen. Basert på min tidligere kjennskap til bildeboken *Dagen* (2021),

mener jeg det er relevant å se på hvordan man kan håndtere tanker, følelser og relasjoner, slik det er beskrevet i overordnet del av læreplanen (Kunnskapsdepartementet, 2017). Dette fordi jeg som lærer skal arbeide for at elevene utarbeider livsferdigheter, og UNICEF (2012, s.7; 2021, s.12) legger vekt på at man skal undervise for at elevene skal utvikle kompetanse som bidrar til prososial atferd og handling.

I sum av dette er det ønskelig at elevene skal kunne håndtere de krav og utfordringer som hverdagen bringer. Jeg synes derfor det er interessant å se på en bildebok og hvordan man kan bruke den som et verktøy for å fremme disse ferdighetene og kompetansen hos elevene. Ut fra dette har jeg kommet frem til følgende problemstilling:

Hvordan tematiseres emosjonelle tilstander og prosesser i bildeboken Dagen (2021) og hvordan kan boken ha relevans for skolens arbeid med livsmestring?

1.5. Avgrensning

I denne masteroppgaven vil følgende elementer bli tatt i betraktning for å avgrense og gi oppgaven et tydelig fokus. Oppgaven vil avgrenses til å undersøke bildeboken *Dagen* i lys av vestlig og norsk kultur. Formålet er å analysere hvordan forfatteren Gro Dahle og illustratør Kaia Nyhus kommuniserer med leseren når emosjoner blir framstilt i bildeboken. Dette vil bli utdypet gjennom en analyse av ulike virkemidler som brukes i både verbaltekst og bilde.

I forhold til siste del av problemstillingen vil jeg måtte avgrense hva jeg ser på innenfor livsmestring, da det er et stort tema. Jeg kommer til å rette oppmerksomheten mot de emosjonelle elementene og se det i lys av blant annet studier på barne- og ungdomslitteratur og kognitive litteraturtradisjoner. Her vil spesielt det empatiske aspektet bli vektlagt, det vil si hvordan leseren kan utvikle og oppleve empati for karakterene i bildeboken. Samt hvordan bildebøker kan bidra til å øke forståelse av andre menneskers livsbetingelser.

Med dette som bakgrunn vil oppgaven rette seg inn mot hvordan livsmestring og perspektivtakning henger sammen for å ta del i samfunnet. For å sikre en grundig og faglig tilnærming vil oppgaven benytte seg av relevante teorier og metoder. En sentral teori som vil bli brukt som rammeverk for analyse og tolkning av funnene, er “theory of mind”. Denne teorien ser på individets evne til å forstå andres mentale tilstander, tanker og følelser. I tillegg vil oppgaven utforske hvordan ikonoteksten, som kombinerer bilde og tekst, samhandler med leseren og bidrar til forståelse av emosjoner og empati.

1.6. Oppgavens oppbygning

Denne oppgaven er strukturert med kapitler, der hvert av kapitlene tar for seg ett hovedområde av studien. Denne måten gjør det lettere for leseren å navigere seg gjennom teksten.

Studien starter i innledningskapitlet med å beskrive hvorfor jeg har valgt akkurat denne oppgaven. Videre beskriver jeg bildebokens handling, gir en presentasjon av forfatterskapet, og gjør rede for tidligere forskning. Til slutt i kapitlet legger jeg frem problemstillingen, etterfulgt av oppgavens avgrensninger.

Kapittel 2 tar først for seg det teoretiske rammeverket jeg har brukt, som i hovedsak bygges på faglitteratur av velrenommerte forskere innenfor interessefeltet, i tillegg til litteratursøk gjort på sentrale begreper. I siste del av kapitlet beskriver jeg metoden jeg bruker, som er kvalitativ forskning ved en litterær analyse. I dette kapitlet reflekterer jeg også over oppgavens validitet.

Videre i kapittel 3 foretar jeg analysen, der jeg starter med parateksten, fargebruken, og personskildringer, for å undersøke hvilke emosjonelle tilstander som tematiseres. Siste del av analysen tar for seg empati og leserens perspektivtakning, samt tilpasningsmekanismer, i tråd med å finne ut hvordan boken kan ha relevans for fremming av livsmestring hos leseren.

Til slutt i kapittel 4 gjør jeg avsluttende refleksjoner og oppsummerer hvordan jeg har svart på siste del av oppgavens problemstilling.

For å unngå mange bilder i teksten, og spesielt gjentakende bruk av samme bilde idet jeg referer til ett bilde flere ganger, har jeg valgt å samle alle oppslagene i “Vedlegg 1” fra side 72.

2. Teori og metode

Dette kapittelet tar for seg det teoretiske rammeverket og den metodologiske tilnærmingen jeg har brukt i oppgaven.

2.1. Hva er en bildebok?

Jeg vil starte med å definere hva en bildebok er. Bettina Kummerling-Meibauer (2014) mener en bildebok er en bok som formidler informasjon, enten gjennom en serie med bilder og verbaltekst, eller bare bilder. I motsetning til illustrerte bøker, der illustrasjonene spiller en underordnet rolle, er verbaltekst og bilder i hovedfokus i bildebøker. Åse Ommundsen definerer en bildebok slik: «En bok som har minst ett bilde på hvert oppslag, der både verbaltekst og bilde er betydningsbærende og sammen fremstiller et narrativt løp» (Ommundsen, 2018, s. 151).

Ifølge Ommundsen (2018) er selve bildet som modalitet avgjørende for at noe kan klassifiseres som en bildebok. En bildebok kan være meningsbærende uten tekst for at det skal kunne formidle et narrativ. Hvis det er både tekst og bilde vil mediene sammen fortelle en historie. Denne definisjonen underbygges også av Agnes-Margrethe Bjorvand. Hun beskriver en bildebok som en bok med ett eller flere bilder på hvert oppslag som, i samspill med andre modaliteter, formidler en estetisk helhet (Bjorvand, 2012, s. 70).

Sammen med teksten vil bildene være med på å bygge opp under og fortelle en historie. Leseren vil måtte forholde seg til både tekst og bilde for å forstå bildeboken fullt ut. Bjorvand sin definisjon er at en bildebok er helt avhengig av bilder for å få sjangeren “bildebok”, men den kan kalles det uten en tilhørende tekst. I avhandlingen “Bilderboken: På vag mot en teori” (1992) skrevet av den svenske litteraturforskeren Ulla Rhedin, klassifiserer hun bildebøker i sjangeren skjønnlitteratur. Hun påpeker også at historien blir fortalt gjennom både verbaltekst og bilder, men med minst ett bilde på hvert oppslag (Rhedin, 1992, s. 15). Bildeboken *Dagen* har både tekst og bilder, og videre i oppgaven velger jeg å legge til grunn definisjonene til Ommundsen og Rhedin.

Dagen er en multimodal bildebok, det vil si at det minst er to uttrykksformer som er meningsbærende for formidlingen av budskapet: Verbaltekst og bilder. Gunther Kress (2003) og Hilde Tørnby (2020) argumenterer for at begrepet “tekst” har en utvidet betydning. At det ikke bare er det skrevne ordet som er “tekst”, men at også bilder er en “tekst” som kan

“leses”. Det samme gjelder lyd, film eller et spill; alt etter hvilke modaliteter som er involvert (Kress, 2003). Dette er veldig relevant for en bildebokanalyse. For hvis kravet til hva en “tekst” er, er at den må være fastsatt skriftlig, så forsvinner muligheten for å “lese” / tolke *paraktesteksten* og *ikonoteksten* etc. Derfor er definisjonen av “tekst”, ved kun ord og skrift, veldig begrensende, og tar ikke hensyn til de rike og mangfoldige former for uttrykk og kommunikasjon som finnes utenfor det skrevne språket.

2.2. Paratekst

Eksempler på paratekst er tittelen, bokomslaget, forfatteren, forlaget, sjangeren, forordet og etterordet, innholdslisten, og/eller et sitat fra et annet verk. Spesielt for bildebøker kan formatet og størrelsen på boken ha en sterk paratekstuell verdi, fordi variasjonen mellom stort og lite, rektangulært og kvadratisk, liggende eller stående, er knyttet til ulike former for innhold og kan skape gitte forventninger hos leseren (Birkeland & Mjør, 2012, s.71).

Den franske litteraturkritikeren Gérard Genette skriver i *Paratexts* (1997) om paratekster at de er “inngangspartiet” (terskelen) til en tekst. Parateksten har som mål å omkranse og utvide den egentlige teksten, “to surround it and extend it” (Genette 1997, s. 1). Parateksten skal gi teksten et best mulig møte med leseren (Genette 1997, s. 2).

2.3. Ikonotekst

Ikonotekst er helhetsforståelsen som oppstår når skrift (verbal kommunikasjon) og bilde (visuell kommunikasjon) leses sammen (Solstad, 2018 s.71). Bildebokleseren ser og leser samtidig, der ord og bilde ikke kan skilles fra hverandre (Løvland, 2010, s. 1). Skriften og bildene har ansvaret for ulike typer informasjon og avløser eller supplerer hverandre (Birkeland & Mjør, 2012, s. 79).

Det er to hovedkategorier innen ikonotekst (Solstad, 2018, s. 70). I den ene er det ordene som er det bærende elementet i historien, og bildene støtter den verbale fremstillingen. I den andre er det bildene som forteller historien med minimal bruk av ord, eller helt uten noen ord (Solstad, 2018, s.71).

Nikolajeva & Scott (2006) beskriver i omfattende detalj hvordan samspillet mellom bilder og tekst fungerer. Vi kan se på tre modeller: (1) *Symmetrisk*, (2) *komplementært*, (3) *motstridende*.

1. *Symmetrisk* betyr at bildene og den skrevne teksten forteller samme historie.
2. *Komplementært* er de gangene bildene og teksten ikke forteller akkurat det samme, men hvor bildene gir en mer utfyllende historie som komplementerer den skrevne teksten. Det er et virkemiddel noen bruker for å aktivisere leserne i å utforske historien mer subjektivt.
3. *Motstridende* er når fortellingen som presenteres via verbalteksten, som er uavhengig av historien, fremstilt av bildene

Noen ganger kan bilder formidle informasjon som ikke er tilgjengelig i teksten alene. I slike tilfeller jobber teksten og bildene sammen for å fortelle historien på en mer komplett måte. På denne måten bidrar både tekst og bilder til å skape en helhetlig opplevelse for leseren (Nikolajeva & Scott, 2006, s. 12).

I bildebøker for barn er det som regel godt samsvar mellom ord og bilde, slik at tekst og bilde utfyller hverandre. Vi bruker begrepene (1) forankring og (2) avløsning, for å vise ulike samspillsformer for ord og bilde. Forankring er når bildet ikke skal være gåtefullt, og fortolkningene ikke skal bli for private. Ved forankring representerer både ord og bilde det samme objektet, der det samme meningsinnhold blir uttrykt gjennom to ulike modaliteter (Birkeland & Mjør, 2012, s. 79).

Ved avløsning, er ord og bilde selvstendige forteller-elementer, der ord og bilde avløser hverandre og/eller utfyller hverandre som informasjonssetninger (Birkeland & Mjør, 2012, s. 79).

2.4. Fargebruk

Farger er åpenbart med på å stimulere følelsesregisteret hos leseren. For barn har forskning vist at farger kan være en viktig del av læring (Martinez et al., 2020, s. 9). Fargevalget, fargenyansene og farge-verdiene brukes til å skille elementer, skape dybde, legge vekt på og/eller hjelpe til med å organisere informasjon. Tilstedeværelsen av farger gir barna rom til å utforske det visuelle spekteret og lære om det på en engasjerende og meningsfull måte (Martinez et al., 2020).

Farger kan umiddelbart fortelle deg hva noe er. Hvis man ser en fuktig flekk på et gulv kan fargene avsløre om det er vann, juice, eller oljesøl. Farger kan også kommunisere fysiske attributter, for eksempel om noe er varmt eller kaldt. Fargelegging er rett og slett språk. Maria

Nikolajeva påpeker at farger kan påvirke vår oppfatning av ulike stemninger og følelser. Forskning har vist at enkelte farger kan ha en psykologisk innvirkning på mottakeren, og at man ofte assosierer dem med konkrete stemninger eller følelser. Grønn kan blir oppfattet som vekst, glede og ro, grå og svart kan forbindes med tristhet eller bekymring (Nikolajeva, 2014).

Fargers betydning for følelser er subjektivt og kan variere basert på kultur og personlig opplevelse. Vestlige kulturer kan oppleve rød som symbol for både kjærlighet og hat, mens det i østlige kulturer står for lykke. Noen farger har også flere betydninger, for eksempel gul kan representere håp, energi og samtidig svik (Tørnby, 2020, s. 138). Både Martinez et al. (2020) og Tørnby (2020) påpeker at bruken av farge i bilder kan føre til motstridende tolkninger, avhengig av kulturelle og kontekstuelle forskjeller. Traavik (2012) legger til at tolkningen av fargebruk kan være subjektiv. Derfor er det viktig å tolke bilder med et åpent sinn og unngå forutinntatte ideer.

I boken "På liv og død: Tabu i bildeboka: Analyser og refleksjoner" (2012) av Ingrid Traavik, blir fargebruk i bildebøker diskutert i sammenheng med tabu-temaer og hvordan farger kan brukes for å formidle og understreke disse temaene. Traavik diskuterer blant annet hvordan enkelte farger kan være sterkt assosiert med bestemte emosjoner eller følelser, og hvordan dette kan brukes til å forsterke innholdet i bildeboken.

For eksempel nevner Traavik hvordan rød kan være assosiert med fare, angst og sinne, og hvordan dette kan brukes til å formidle tabu-temaer som vold, krig og konflikt. På samme måte kan blått og grått brukes til å formidle sorg og depresjon, mens grønt og gult kan gi en følelse av håp og optimisme.

Det er imidlertid viktig å se på fargene i sammenheng med de andre elementene i bildet. Kontrastene og tettheten i fargene kan også være meningsbærende og hjelpe med å understreke bestemte aspekter i bildeboken. For eksempel kan en sterk kontrast mellom to farger gi oppmerksomhet til et bestemt element i bildet. Traavik påpeker også hvordan fargebruk kan være med på å skape ulike stemninger og at fargekontraster kan være med på å fremheve og gi fokus til bestemte elementer i bildeboken (Traavik, 2012).

Mange bildebøker, inkludert *Dagen*, bruker også virkemiddelet *fargeerstatning*, som vil si at man setter en annen farge på noe som vanligvis ikke har den fargen, for å vise til en bestemt betydning. Du kan for eksempel se et appelsintre med en lilla stamme og forstå at her formidles det et budskap utenom at det bare er et appelsintre; eller i hvert fall at kunstneren

har tatt seg friheter til å kommunisere noe annet utenom kun det du ser på bildet (Martinez et al., 2020).

2.5. *Bildekomposisjon*

Selv de mest abstrakte bildene har en komposisjon av noe slag. Å komponere et bilde kan minne om å lage musikk - kunstneren prøver å treffe oss på et spesielt vis, og dermed frigjøre følelser kunstneren prøver å fremkalle. Derfor kan for eksempel plasseringen av elementene være et aspekt å vurdere når du ser på bilder. Et annet aspekt kan være størrelsen på figurene i bildet, og bevegelseskildring (at noen blir jaget eller forfulgt, eller at noen rømmer fra et sted, hopper opp og ned på grunn av glede, eller ligger helt stille i sengen på grunn av depresjon (Tørnby, 2020, s. 139).

Innen bildekomposisjon er også *verdiperspektivering* et sentralt begrep, som handler om at illustratøren opphever vanlige regler for proposisjoner. Personer og/eller gjenstander kan bli fremstilt som større eller mindre enn det de er i forhold til en realistisk standard. Dette kan legge føringer for maktforholdet mellom objektene på bildet, som igjen kan legge føringer for hvordan leseren tolker det som er på bildene (Tørnby, 2020).

2.6. *Allalderslitteratur*

Allalderslitteratur har lenge hatt en sterk tradisjon i Sverige. Allerede på 1960-tallet kunne man se reklamer av litteratur for «alle aldre», og mot slutten av 60-tallet ble «allålderstanken» ekstra fremtredende (Kriström 2008, 60). På 1960-tallet ble allaldertanken i størst grad brukt til å markedsføre nytugivelser av gamle klassikere, men ble også brukt om nye bøker, og da forbundet med litterær nyskapning og kvalitet. Uttrykk som litteratur for «alla åldrar» og for «barn och vuxna» forekom mer og mer. De kvalitetssikre barnebøkene ble regnet som litteratur for «mennesker», ikke bare for barn. I Norge ble allalderslitteratur som et begrep introdusert i en artikkel i Dagbladet kalt: «All-alder-litteratur» av Jon Fosse i 1997.

Åse Marie Ommundsen har spesielt bidratt til feltet med sin doktoravhandling om allalderslitteratur og crossover-litteratur “Litterære grenseoverskridelser: Når grensene mellom barne- og voksenlitteraturen viskes ut” (2010). Der kommer hun blant annet frem til at litteratur for voksne, barn eller ungdom stadig blir likere hverandre. Hun peker også på viktigheten av å henvende seg til både barn og voksne samtidig. Dette konseptet kalles av

Barbara Walls (1991) for “double address”, og er en forutsetning for allalderslitteratur (Johannesen. 2019).

Ifølge Wall (1991) er det samspillet mellom fortelleren og tilhøreren som avgjør om en bok er egnet for barn eller ikke; “It is not what is said, but the way it is said, and to whom it is said, which marks a book for children” (Wall, 1991, s. 2). Wall utforsker i sin forskning hvordan fortelleren i en bok forholder seg til leseren, og presenterer tre forskjellige tilnærminger til dette. For det første kan fortellerstemmen utelukkende henvende seg til barneleseren som leser på egen hånd, kjent som single address. Alternativt kan fortelleren velge å henvende seg til en voksen medleser på bekostning av barnet, kjent som double address. Til slutt kan fortelleren lykkes med å kommunisere med både barnet og den voksne leseren samtidig, kjent som dual address (Wall, 1991).

Mange av de bøkene som defineres som allalderslitteratur eller crossover, er både utfordrende og kontroversielle. De tar opp temaer og problemstillinger som er relevante for både barn og voksne, og stiller spørsmål ved samfunnet og verden rundt oss på en måte som er tilgjengelig for begge aldersgrupper.

Etter at flere forfattere har vært nyskapende og eksperimentert med barnelitteratur, har dette ført til en rekke spennende og utfordrende verk som appellerer til både barn og voksne. Disse bøkene utfordrer konvensjonelle forestillinger om hva barnelitteratur kan være, og viser at det er mulig å skrive bøker som både underholder og utfordrer på en og samme tid (Johannesen, 2019).

2.7. Bruk av symbolikk i barnebøker

Bruken av symboler i bildebøker er et kjent grep som mange illustratører velger å benytte seg av. Professor i barnelitteratur, Deborah Cogan Thacker (2011) har publisert flere artikler og bøker om barnelitteratur. Hun er mest kjent for sitt arbeid med å fremme kritisk lesing og analytisk tenkning for barn. I boken “Symbolism in Children's Books” (2011) skriver Deborah C. Thacker: “Symbols can be used to convey complex and abstract concepts, such as time, death, and the meaning of life, in a way that children can understand” (Thacker, 2011, s. 2).

Konkret i bildeboken *Dagen* vil skikkelsen som “henger over” Po være et symbol som leseren vil måtte tolke enten bevisst eller ubevisst. Hvis skikkelsen viser seg å være et komplekst

symbol, vil det gjerne bli lettere å forstå med illustrasjonen. Dette kommer jeg tilbake til i kapittel 3.

Thacker diskuterer også hvordan symbolikk i bildebøker kan hjelpe barn med å utvikle sin fantasi, kreativitet og innsikt av verden rundt dem. Hun gir også konkrete eksempler på hvordan symboler brukes i bildebøker for å formidle følelser og temaer til barn. For eksempel kan en blomst symbolisere kjærlighet og omsorg, mens en torn kan representere smerte og lidelse. Videre diskuterer forfatteren hvordan forfattere og illustratører kan bruke symbolikk på en subtil måte for å utfordre leserens tenkning og oppmuntre til dypere refleksjon. “In picture books, symbolism is a way of developing a more complex and multi-layered narrative, often conveying more than words alone can express” (Thacker, 2011, s. 3). Symbolikk bidrar altså til å få frem en dypere mening enn hva en lineær fortelling ville gjort. En flerlagsfortelling viser at det er en narrativ struktur som inneholder flere nivåer av betydning, som kan utforskes og tolkes.

2.8. Theory of Mind

I bildebøker kan “Theory of Mind” (heretter forkortet til ToM) være spesielt relevant, da bildebøker ofte bruker bilder og tekst sammen for å formidle historier som utforsker følelser, relasjoner og perspektiver. ToM kan hjelpe unge lesere med å forstå karakterers handlinger og motivasjoner, og bidra til å utvikle empati og erkjennelse for andres perspektiver. Det er flere teoretikere som har forsket på dette emnet. Jeg vil primært utforske Lisa Zunshines (2003; 2004; 2006) teori, som er en ledende teoretiker innenfor kognitiv litteraturteori.

Ifølge Zunshine (2006), har forfattere gjennom historien benyttet seg av karakterers atferd som et verktøy for å formidle informasjon om deres følelsesliv, og vi som lesere har utviklet forventninger til at dette vil være tilfellet når vi tar fatt på en bok. Gjennom lesning blir vi gradvis oppmerksomme på at en persons handlinger og atferd kan reflektere deres mentale tilstand. Dette grunnleggende forståelsesmønsteret representerer kjerneelementene i ToM, som beskriver menneskets evne til å tillegge seg selv og andre en indre tilstand, inkludert følelser og tanker (Zunshine, 2006, s. 6).

Lisa Zunshine (2004, s. 131), mener at litteratur stimulerer “Theory of Mind-mekanismer” som har utviklet seg for å håndtere virkelige mennesker, også kommer til nytte når leseren vet at de fiktive karakterene i litteraturen ikke er ekte mennesker (2004, s. 131). På denne måten

blir leseren sin kognitive tilpasningsevne kontinuerlig testet gjennom *shift of mental sets* (Zunshine 2006, s. 18). Et såkalt “Mental set” viser til spesifikke moduser som man kan være i mentalt, og at det påvirker hvordan man tenker og/eller reagerer på en tekst (2006, s. 18).

Hvis man for eksempel ser en dokumentar om løver der de jakter på mat uten hell, så kan vi syns synd på løvene. Men hvis vi ser en dokumentar om sebraer, og sebraene klarer å komme seg vekk fra løvene, så syns vi ikke synd på løvene, men blir heller glade for at sebraene kom seg i trygghet.

Disse “skiftende mentale modusene” er med å utvikle barns tilpasningsevner slik at de bedre kan takle endringer i situasjoner i den virkelige verden (Zunshine 2006, s. 18). Det er en avgjørende egenskap for å kunne forholde seg sosialt til andre mennesker at man forstår at folk reagerer og oppfører seg ut fra hvordan de selv oppfatter situasjonen de er i. Zunshine (2006) påstår at teori om sinnet spiller en sentral rolle for hvordan litteraturen påvirker oss.

2.8.1. Tankelesing og stedfortredende erfaringer

Om det ikke akkurat *er* tankelesing, så er forsøket på det essensielt, når vi prøver å tolke en annen persons mentale tilstand basert på observerbar atferd. Lisa Zunshine (2003) spør “Hvor mye drahjelp trenger vi for å begynne å tilskrive et eget sinn til en fiktiv karakter?”

– “Svært lite, ser det ut til” (Zunshine, 2003 s. 277), mener hun, siden hver gang vi har å gjøre med et selvgående individ får vi antagelser at dette individet har egne tanker, følelser og ønsker, som vi kan tolke, og noen ganger feiltolke.

Hvis noen for eksempel henger med hodet, og har krummet rygg, så kan man tolke det som en depressiv atferd. Eller noe som ligner depresjon. Man ser i hvert fall at humøret ikke er oppstemt. Slike tolkninger skjer lynraskt og helt automatisk i underbevisstheten, og det kan være vanskelig å registrere de mentale prosessene som skjer (Zunshine, 2003 s. 277). Med videre kontekst, der vi får fylt inn mer av bildet, ser vi at denne personen sitter og venter på noe, og klokken på veggen antyder at det har gått lang tid. Så personen som henger med hodet og har krummet rygg, kjeder seg egentlig bare mens han venter, og er nødvendigvis ikke deprimert.

Men så “zoomer” vi enda mer ut og ser at personen sitter på venterommet for å se legen, og da kan vi tenke at personen ikke kjeder seg allikevel, men faktisk er bekymret for hva som er i vente. I eksempelet med løven og sebraen var de “skiftende mentale modusene” basert på de forskjellige perspektivene til løven versus sebraen, som to individer med hver sine følelser og

intensjoner. Her, i forsøket på tankelesing med personen på venterommet, er det utvikling i tolkningene basert på at jeg som leser får mer og mer informasjon om en og samme person i en gitt situasjon. Leseren må bruke sine egne erfaringer i tolkninger av en tekst (Zunshine, 2003). Dette påstår også Louise M. Rosenblatt (1995), som hevder at hver person som tolker en tekst tolker den på sin personlige måte. Noen som aldri har hatt et alvorlig møte med eksempelvis legen kan derfor tenke at personen faktisk bare kjedet seg mens han ventet på venterommet. Mens andre som har hatt mer alvorlige møter med legen kan få andre tolkninger der de vil anta at personen heller er bekymret. Møtet mellom leseren og litteraturen kan derfor være komplisert.

2.9. Livsmestring og emosjoner

Hvilken betydning har begrepet livsmestring i skolesammenheng? Kristin Emilie Willumsen Bjørndal og Veronica Bergan fremhever at måten vi håndterer utfordringer på gjennom livet, enten de er store eller små, vil ha en innvirkning på vår livskvalitet. Det er mange tanker rundt begrepet som er et relativt nytt tema i norsk grunnskole (Bjørndal & Bergan, 2020, s.45). Vi skal tilbake til 2015-2016 og stortingsmelding 28 - "Fag, forståelse og fordypning, en fornyet versjon av kunnskapsløftet" (Meld. St. 28 (2015–2016)), hvor det innledes i meldingen med at Norge som kunnskapsnasjon må styrkes. Dette for at hvis man skal takle dagens og fremtidens samfunnsutfordringer, må man akseptere at kunnskap og kompetanse er avgjørende for å lykkes.

Hvis man ser på kunnskapsnasjonen under ett, er grunnopplæringen en avgjørende faktor, og utdanningssystemet betraktes som samfunnets fremste bidrag til å fremme barn og unges vekst av kunnskap, holdninger og ferdigheter. Dette vil gi et fundament for å mestre eget liv i det demokratiske og mangfoldige samfunn. Stortingsmeldingen legger også vekt på behovet for fornyelse av innholdet i opplæringen, sånn at barn og unge kan få gode betingelser for å utvikle holdninger, verdier og kunnskaper som er viktig for fremtiden og livet (Meld. St. 28 (2015–2016), s. 5). Et tema som ble satt på prioriteringslisten til departementet var folkehelse og livsmestring, det lød slik:

Det er nedfelt i formålsparagrafen at elevene skal utvikle kunnskap, ferdigheter og holdninger for å kunne mestre livene sine og for å kunne delta i arbeid og fellesskap i samfunnet. Temaet livsmestring har både et individuelt perspektiv og et samfunnsmessig og sosialt perspektiv. Sosialt fellesskap og støtte er viktig for den

enkeltes trivsel, livsglede, mestring og følelse av egenverd. Livskvalitet og trivsel gjennom deltakelse i et faglig og sosialt fellesskap gir tilhørighet og reduserer risikoen for psykiske og sosiale problemer. (Meld. St. 28 (2015–2016), s. 39)

Man ser en korrelasjon mellom psykisk helse og livsmestring og videre til følelser og følelshåndtering. I definisjonen på *emosjoner* har jeg tatt utgangspunkt i James, J. Gross (2015). Emosjoner kan defineres som subjektive opplevelser som omfatter en kombinasjon av fysiologiske responser, atferdsmessige reaksjoner og kognitive evalueringer. Vanligvis involveres også en opplevelse av en bestemt følelsestilstand som eksempelvis: glede, sinne, frykt, tristhet eller sult. Emosjoner kan utløses av en rekke ulike stimuli og situasjoner, og de spiller en viktig rolle i menneskelig atferd og interaksjon (Gross, 2015).

Hvordan man reagerer på følelsene sine og håndterer dem har Willroth et al. publisert forskning på i mars 2023 med tittelen: “Judging Emotions as Good or Bad: Individual Differences and Associations with Psychological Health” (Willroth et al, 2023). Her tar de opp temaet om hvordan reaksjonene på oppståtte emosjoner påvirker psykisk helse, og diskuterer effekten av det, dette vil jeg komme nærmere inn på i kapittel 3.5.2

Forskning har etablert tydelige sammenhenger mellom evnen til å håndtere følelser og psykisk helse (Fallmyr, 2020). Psykisk helse omhandler vår evne til å håndtere og tolke våre følelser og emosjoner på en adekvat måte, og gir oss muligheten til å handle og respondere på en måte som fremmer livsmestring og personlig vekst (Bjørndal & Bergan, 2020, s.49). Siden dette er en melding fra 2015-2016 kan det kanskje stadfestes at psykisk helse og følelser ikke har hatt en særlig fremtredende rolle i norsk skole. Det er dermed viktig at det ble vedtatt at livsmestring skulle være en sentral del av fagfornyelsen (LK20).

Hvis jeg legger til grunn hva Utdanningsdirektoratet mener med livsmestring, observerer jeg at det sentrale aspektet er å erkjenne hvilke faktorer som påvirker mestring av livet, og å identifisere hvilke faktorer som er mulig å påvirke for å fremme livsmestring (Kunnskapsdepartementet, 2017). For å håndtere dette kreves ulike ferdigheter og verdens helseorganisasjon har innenfor kommunikasjon og relasjonskompetanse skrevet at å ha evnen til å forstå og empatisk sette seg inn i andres situasjon er en livsferdighet som er nødvendig for å mestre livet (World Health Organization, 2003, s. 3).

Den amerikanske filosofen Marta Nussbaum (2016) påstår at en narrativ forestillingsevne er viktig for å delta i samfunnet. I denne konteksten er det avgjørende å kunne sette seg inn i

andres situasjon og perspektiv for å forstå deres motivasjoner og valg. Dette innebærer å anerkjenne at vi alle deler mange av de samme grunnleggende utfordringene og mulighetene i livet, til tross for våre ulikheter. Ved å praktisere empati og utvikle vår evne til å se verden fra andres synspunkt, kan vi bidra til å redusere frykt og fremmedgjøring, og skape et mer inkluderende og forståelsesfullt samfunn (Nussbaum, 2016, s. 25-26). Det er viktig å påpeke at empati ikke er en nylig utvikling hos mennesker, men en evne som har eksistert lenge hos sosiale pattedyr og er en sentral faktor for sosialt liv (Oatley, 2011, s. 114).

Dette vil kanskje lesing av skjønnlitteratur bidra med, fordi vi får en arena hvor vi kan erfare andres synspunkt. Vi kan oppleve empati for en person i en bildebok, og forstå deres følelser selv om vi ikke opplever disse følelsene på samme måte som den litterære personene gjør (Nikolajeva, 2012). Ved å ha empati og utvikle empati forstår jeg det som at man ikke skal identifisere seg fullstendig med en annen, men respektere og ha respekt for perspektivene og følelsene som vedkommende har.

På bakgrunn av Kunnskapsdepartementet, WHO og teoriene til Nussbaum og Nikolajeva er de områdene som er mest relevante for min masteroppgave; konteksten der elevene lære å forstå mellommenneskelige relasjoner og følelser (Kunnskapsdepartementet, 2017), ved å evne å sette seg inn i en annens situasjon.

2.9.1. Livsmestring og litteratur

Lesing av bildebøker kan forberede barna på å håndtere empati og sette seg inn i andres tanker og følelser i virkeligheten. Utviklingen av emosjoner i litteratur starter med å kunne gjenkjenne de grunnleggende følelsene som glede, nedstemthet, frykt og sinne, som er universelle og uavhengige av verbalt språk. Grunnleggende følelser kan uttrykkes gjennom ansiktsuttrykk, kroppsholdning og gester, noe som normalt ikke krever spesiell trening (Nikolajeva, 2013).

Ifølge Nikolajeva (2012) refererer begrepet *emotion ekphrasis* til beskrivelsen av en følelse eller en emosjon som er formidlet gjennom ord, og som oppleves som en respons på et kunstverk, vanligvis visuelt eller estetisk. Det innebærer å oversette visuelle og estetiske opplevelser til verbale uttrykk, og gjennom dette gir det en måte å utforske hvordan følelser og emosjoner blir skildret gjennom litterære tekster. Med *emotion ekphrasis* utvider Nikolajeva denne ideen til å inkludere beskrivelser av følelser (Nikolajeva, 2012).

Bilder kan formidle et bredt spekter av følelser, både i sin isolerte form og i kombinasjon med tekstuelle elementer. Med andre ord, følelser er inkarnerte, både i den fysiske virkeligheten og i deres visuelle representasjon.

Å tolke følelser fra et visuelt bilde kan imidlertid være en kompleks oppgave. Det kan være vanskelig å forstå følelser når det ikke finnes ytre uttrykk for dem, for eksempel i en livløs gjenstand. Likevel kan kroppsholdning og andre nonverbale tegn ofte indikere tilstedeværelsen av en følelse, selv om ansiktet ikke er synlig. Dette viser at følelser ikke bare er mentale fenomener, men også er forankret i kroppen, og at kroppen kan brukes til å formidle følelser på en visuell måte (Nikolajeva, 2014, s. 126).

En annen anerkjent litteraturforsker, Louise Rosenblatt (1995), legger stor vekt på den personlige og estetiske opplevelsen ved litteraturlesingen. Hun mener leseren er en aktiv deltaker i et tekst-møte, og understreker viktigheten av å legge vekt på sanselige, følelsesmessige og livserfaring- aspekter i den litterære lesningen. Ifølge Rosenblatt er det kun leseren som kan gi liv og skape mening i teksten. Som hun skriver: “The reader must have the experience, must “live through” what is being created during the reading” (Rosenblatt, 1995, s. 33).

Rosenblatt (1995) fremhever også at tekstenes mening egentlig ikke finnes i verken teksten eller i leseren, men i transaksjonen mellom teksten og leseren, som medfører at leseren oppdager meningen i teksten. Slik sett er det det som skjer i møtet mellom leseren og teksten som kan sies å være det viktigste.

Rosenblatt (1995) argumenterer for en mer personlig og engasjerende tilnærming til litteraturlesing, og mener at man må konsentrere seg mer om de personlige, sanselige og følelsesmessige aspektene ved lesingen. Hun fremhever at leseren og teksten har en gjensidig påvirkning på hverandre, og at en aktiv leser av skjønnlitteratur er en leser som engasjerer seg både sanselig og følelsesmessig.

Gjennom sin forskning viser Rosenblatt at litteraturlesing er en transaksjon mellom leseren og teksten, hvor både følelser, livserfaringer og sanser spiller en avgjørende rolle i å skape mening og forståelse. Ved å legge vekt på disse aspektene ved litteraturlesing, kan leseren få en rikere og mer meningsfull opplevelse av teksten (Rosenblatt, 1995).

Det norskfaglige perspektivet innenfor livsmestring følger Rosenblatts (1995) teori som hevder at skjønnlitteraturen kan fremme økt selvbevissthet, innsikt i andre mennesker og en dypere forståelse av mellommenneskelige relasjoner.

Dette perspektivet anerkjenner dermed betydningen av å integrere estetisk lesing i undervisningen, da dette kan bidra til å utvikle elevenes emosjonelle intelligens og gi dem muligheten til å utforske og reflektere over deres eget liv og erfaringer på en dypere måte.

2.9.2. Emosjonell “mirroring”

Keith Oatley (2011), en kanadisk psykolog og forfatter som jobber med å undersøke forholdet mellom fiksjonslitteratur og empati, mener det er vanlig at vi som lesere søker å oppleve følelser når vi leser skjønnlitteratur. Lesing av en bok kan resultere i en strøm av følelser som er knyttet til hendelser i teksten. Vi konstruerer disse hendelsene i boken og gir dem mening, og dermed kan vi erfare følelser som følge av vår lesing. Det kan være ulike ord og uttrykk som aktiverer følelser i oss, som for eksempel ord som “smile”, “gråte” og “le” som kan aktivere ulike muskler i ansiktet og gi uttrykk for disse følelsene (Oatley, 2011, s.112-115).

– Så hvordan forstår vi egentlig følelser? Innen psykologien er det en grad av enighet om at følelser er prosesser i livet der hendelser får betydning for oss. Derfor er det ofte gjennom følelser at vi blir bevisst på hendelser som skjer rundt oss (Oatley, 2011). Det er også en måte å kommunisere med andre om hva som betyr noe for oss. For eksempel kan en trist hendelse gjøre oss bevisst på vår egen sorg og gi oss muligheten til å kommunisere denne sorgen med andre, vi speiler hendelsen og det er dette Oatley mener med begrepet *mirroring* (Oatley, 2011, s.115).

Forfattere kan også påvirke leserens følelser i leseprosessen ved å bruke ord og uttrykk som skaper mentale bilder av karakterene i boken. Noen ganger kan forfattere skape dypere mentale bilder av karakterene enn vi klarer å danne av faktiske personer vi kjenner. Disse mentale bildene kan forme lesernes holdninger til karakterene i skjønnlitteraturen (Oatley, 2011, s. 115).

In modern times, and on the basis of recent research on brain imaging, empathy has been described as involving: (a) having an emotion, that (b) is on some way similar to that of another person, that (c) is elicited by observation or imagination of the other’s emotion, and that involves (d) knowing that the other is the source of one's own emotion. (Oatley, 2011, s. 114)

Forskningsresultater på empatisk “mirroring” av følelser indikerer en perspektivendring i forståelsen av andres emosjonelle uttrykk. Følelsesmessige uttrykk blir ikke lenger sett på som noe som bare eksisterer uavhengig av oss som tilskuere, slik som en gjenstand i omgivelsene. I stedet blir det sett på som en aktiv og empatisk måte å forstå og oppleve andre menneskers følelser på (Oatley, 2011). For eksempel kan vi se for oss en person som gråter. Tidligere ville man bare ha sett på dette som en tilstand som eksisterer uavhengig av en selv, som å se en lyktestolpe. Men nå forstår vi det som en aktiv handling fra personen som gråter, som også påvirker oss emosjonelt.

En leser kan identifisere seg personlig med en karakter eller situasjon i en skjønnlitterær bok, og dermed forandre sin egen oppfattelse av seg selv. Dette kan skje når en leser opplever en følelse i respons til teksten som rekontekstualiserer deres forståelse av seg selv og deres eget liv (Oatley, 2011, s. 121).

2.10. Metodisk tilnærming

I dette delkapittelet gjør jeg rede for de metodiske valgene jeg har tatt for min bildebokanalyse. I 2.10.3. foretar jeg også en kvalitetsvurdering av metoden, der jeg går over utfordring(en)e som kan oppstå ut fra disse valgene, samt metodens grad av validitet og reliabilitet.

En forskningsoppgave som dette har to hovedtyper av metoder: Kvalitativ forskning, eller kvantitativ forskning. Kvalitativ forskning er metoden der man analyserer kvalitative data, det vil si tekst og virkemidlene i teksten; i motsetning til kvantitative data, som uttrykkes i form av tall eller andre mengdetermer (Dalland, 2017, s. 52). For å svare best mulig på problemstillingen, foretar jeg en *litterær analyse*, som går under kvalitativ forskning.

2.10.1. Litterær analyse

I den litterære analysen påviser jeg detaljer, beskriver virkemidlene og finner strukturer i teksten, for deretter å beskrive hvilken funksjon disse delene har i helheten. Det er lagt vekt på samspillet i ikonoteksten, fargebrukens betydning, ytterligere symbolsk bruk, og hvordan personene i historien blir framstilt. Etter å ha tolket og tilskrevet virkemidlene konkrete betydninger, har analysen resultert i mine synspunkter på de sentrale funnene.

Å tolke en bildebok skiller seg naturligvis fra tolkningsarbeidet ved annen litteratur – nettopp fordi bilder er så dominerende. Hvert bilde sier “tusen ord” og har flere attributter som må tas

med i betraktningen som ikke er gjeldende i tolkningen av bøker med kun verbaltekst. En bildebokanalyse skal ifølge Bjørlo og Goga (2020, s. 64) være en undersøkelse av samspillet mellom verbalteksten og bildene, i tillegg til bokens materielle utforming. I min analyse startet jeg med parateksten (Ommundsen, 2018, s.159-160). Videre undersøkte jeg verbalteksten og bildene i forhold til hverandre, bildekomposisjonen, verdiperspektivering, sammenligninger, kontraster, narratologien, person- og miljøskildringer, tematikken og budskapet. I lys av semiotikken benyttet jeg meg av to sentrale begreper (1) *denotasjon*, og (2) *konnotasjon*. Denotasjon er det objektive, og konnotasjon er det subjektive. Denotasjon er tegnets grunnbetydning blottet for påvirkning. Konnotasjon er tilleggsbetydningen vi iligger tegnet ut fra egne erfaringer og assosiasjoner (Heradstveit og Bjørge 1992, 41).

2.10.2. Hermeneutisk lese måte

Hermeneutikk er “kunsten å tolke”, nærmere bestemt «å tolke en tekst for å få frem et budskap som kan rettferdiggjøres» (Bingham, 2010). Denne metoden går ut på at dersom man skal forstå enkeltdeler i en tekst må man se dem i sammenheng med helheten. Når man leser en bok, vil man alltid justere forståelsen opp mot de ulike enkeltdelene man møter på underveis i lesingen. Man dykker gradvis lengre og lengre ned i teksten og opparbeider seg en større og større persepsjon (Stokke Seierstad & Tønnesen Seip, 2018, s. 26-27).

Ifølge Nikolajeva (1998) kan karakterene i litteraturen ta mange former, og deres emosjoner og følelser blir kommunisert gjennom en rekke faktorer, inkludert deres oppførsel, utseende, dialog, indre tanker og beskrivelser fra forfatteren. Ved å undersøke disse ulike faktorene i *Dagen*, ønsker jeg å utvikle en dypere forståelse av hvordan karakterenes emosjoner blir uttrykt og utviklet i bildebøker, og hvordan dette kan påvirke leseren.

If we consider what images and words each do best, it is clear that physical description belongs in the realm of the illustrator, who can, in an instant, communicate information about appearance that would take many words and much reading time. But psychological description, though it can be suggested in pictures, needs the subtleties of words to capture complex emotion and motivation. (Nikolajeva & Scott, 2006, s. 83)

Slik løftes det frem at forskjellige virkemidler har ulik betydning innen litteraturen. De fysiske beskrivelsene ser vi tydelig i illustrasjonene, mens de emosjonelle beskrivelsene

krever mer dybde for å bli formidlet på best mulig måte, og da trengs beskrivelser gjennom ord. Forfatteren bruker ordene subtilt for å skape alt fra metaforer og ulike stemninger gjennom den verbale teksten. En metafor er en figurativ sammenligning uten bruk av ord som “som”, “lik” eller “liksom”. Metaforer brukes for at leseren skal kunne oppleve de ulike personens emosjoner, og hvorfor de handler som de gjør (Birkeland et al., 2012).

I bildeboken *Dagen* tar forfatter og illustratør i bruk verbale og visuelle virkemidler for å forsterke følelsene. Det er gjennom personene vi forventer å lære om følelsene og motivasjonene til de ulike karakterene. Dette er satt i kontekst av at Zunshine (2006) påpeker at forfattere i årevis har brukt karakterenes adferd for å formidle følelser, og dette er en forventning vi som lesere har når vi leser bøker.

Basert på mitt historiske og kulturelle perspektiv, analyserte jeg boken og tilskrev ordene en dypere betydning. Jeg tenkte at de kunne inneholde metaforer som ga tekstene ekstra dybde og mening. Dette har rot i den tyske filosofen Hans-Georg Gadamer (2012) hermeneutiske teori, som sier at alle mennesker vil være preget av erfaringer og forutsetninger de har fra sitt eget liv, som videre påvirker tolkningene. Hvis noen for eksempel analyserte den samme bildeboken om 30 år, vil analysen mest sannsynlig se ganske annerledes ut, fordi samfunnet vil være ganske annerledes (Gadamer 2012, s.314).

2.10.3. Validitet og reliabilitet

Ifølge Kvale & Brinkmann (2015) handler *validitet* om hvorvidt forskningsmetoden finner ut det den er ment å finne ut – det vil si *studiens gyldighet*. I denne studien handler det om hvilken grad observasjoner av tekst og visuelle virkemidler reflekterer det jeg ønsker å finne ut. Kvale & Brinkmann (2015) legger vekt på validitet som håndverksmessig kvalitet i kvalitativ forskning. Det handler om mer enn bare hvilke metoder som blir benyttet; det handler om forskeren som person og hans/hennes moralske integritet og praktisk klokskap i studien.

Kvale & Brinkmann (2015) måler *reliabilitet* etter hvilken grad forskningsmetoden gir like eller lignende resultater når gjentatt forskning med den metoden gjennomføres. I kvalitative studier er det ofte vanskeligere å teste forskningens reliabilitet på grunn av forskerens aktive rolle som fortolker i arbeidet med materialet (Gentikow 2005).

Som Barbara Gentikow påpeker, er metodens største utfordring at analysen og behandlingen av materialet kan preges av mye subjektivitet. Likevel argumenterer jeg for at denne studien har høy validitet og reliabilitet.

Validiteten står sterkt fortrinnsvis på grunn av oppgavens relevante teoretiske forankring. Med bruken av teoriene rundt bildebokanalyse, emosjoner i litteratur / Theory of Mind, og betydningen av begrepet livsmestring i skolesammenheng, gir det meg muligheten til å svare målrettet og presist på problemstillingen.

Analysens reliabilitet har sin styrke i oppgavens avgrensninger (se kapittel 1.5.). Oppgaven er avgrenset til å foreta analysen i lys av vestlig og norsk kultur. Tolkningene av fargebruken, symbolikken, familierelasjonen, samt personskildringene, er derfor ikke helt subjektive tolkninger fra meg, men basert på teori og de samfunnsnormene vi har i kulturen vår for øvrig. Begrepet livsmestring er også avgrenset, da det er et svært omfattende tema. Oppgaven vektlegger hvordan leseren kan utvikle og oppleve empati for karakterene i bildeboken, samt hvordan bildebøker kan bidra til å øke forståelse av andre menneskers livsbetingelser. Disse avgrensningene gjør at analysen har økt etterprøvbarehet.

3. Litterær analyse av Dagen (2021)

For best mulig leseflyt vil vesenet Dagen bli skrevet med stor forbokstav og når jeg refererer til selve bildeboken *Dagen*, vil formateringen være i kursiv.

I dette kapittelet skal jeg analysere bildeboken ved bruk av en litterær analysemetode, med utgangspunkt i det teoretiske rammeverket beskrevet i kapittel 2. Analysen inkluderer en grundig studie av både verbalteksten og bildene på flere av oppslagene. Dette vil gi en dypere innsikt i bildebokens innhold og tematikk, og dermed svare på oppgavens problemstilling:

Hvordan tematiseres emosjonelle tilstander og prosesser i bildeboken *Dagen* (2021), og hvordan kan boken ha relevans for skolens arbeid med livsmestring?

I mitt første møte med *Dagen*, hadde jeg allerede kunnskap om forfatteren Gro Dahle og hennes tidligere bildebøker. Min forforståelse og erfaringer har påvirket min lesning og tolkning av boken.

Jeg vil først gå gjennom bokens paratekst siden det er leserens første møte med bildeboken, her vil jeg gå grundig til verks og se på for-og baksiden, innsidepermen samt preliminærsiden. Fargebruken og dens symbolikk gjennom hele boken vil jeg ta for meg i kapittel 3.2. Der har jeg delt inn fargene på omgivelsene i fire deler, da dette er med på å føre historien videre. Fargebruk på personene i boken vil også bli analysert, samt bruken av fargekontraster og fargeerstatninger.

I kapittel 3.3. analyserer jeg alle personene i bildeboken, i tillegg til vesenet Dagen. Her vil jeg ta for meg enkelte oppslag jeg ser på som viktige for analysen. I 3.5. oppsummerer og svarer jeg på første del av problemstillingen; Hvordan tematiseres emosjonelle tilstander og prosesser i bildeboken *Dagen* (2021)?

I siste del av analysen vil jeg i 3.5., og 3.6. se på hvordan bildebokens ikonotekst kommuniserer med leseren når det gjelder å oppleve empati samt hvordan boken kan fremme livsmestring.

3.1. Parateksten

I dette delkapittelet vil jeg analysere hvordan ulike elementer i bokens paratekst, som forsiden, baksiden, innsidepermen og preliminærsiden påvirker leserens oppfatning og

forståelse av boken. Parateksten er en svært viktig del av fortellingens start og slutt. “The narrative can indeed start on the cover, and it can go beyond the last page onto the back cover” (Nikolajeva & Scott, 2006, s. 241). Bokens for- og bakside kan brukes for å forsterke opplevelsen av boken, ved å utvide fortellingen og leseren blir dermed engasjert utover de tradisjonelle sidene.

Jeg vil kort beskrive ulike paratekst-elementer, inkludert fargebruk, bildebruk og teksten på omslaget og videre studere hvordan disse kan formidle en bestemt stemning eller signalisere bokens tema og budskap. Selv om jeg vil fokusere mer på fargebruken i selve boken i kapittel 3.2, vil jeg også kommentere kort hvordan fargene i parateksten er med på å sette tonen for historien.

Forsiden

På bildebokens forside (vedlegg 1) ser vi en person som er tegnet med blyantstreker og som støtter hodet på den ene armen, og den andre på en flate. Vi ser kun fra nesen og ned på personen, alt fra nesen og ned er hvitt, mens resten av hodet er blått. Vi kan ikke se øynene på personen, men munnen er en smal strek på skrå. Hodet på personen virker større enn det som er tiltenkt og det er en illusjon av at noe er dratt ned over hodet på personen. Dette er ifølge Nikolajeva (2012) en tydelig *ekphrasis* på at man er medtatt og at man har mye å tenke på. Kroppsholdningen er slapp, og med hånden som støtter opp det som ser ut som et “tungt” hode, får man en følelse av at personen er lei seg, selv om ansiktet ikke er synlig. Som leser av boken forstår jeg at tematikken omhandler negative følelser.

Bak personen omkranset i alt det blå er en skikkelse hvor omkretsen er tegnet snirklete med hvit blyantstrek. Selv om skikkelsen er innrammet går den fargen som gir form til skikkelsen utenfor linjene. Helt ytterst er det en gråblå farge som kan minne om skyggen til skikkelsen. Det er tegnet to kullsvarte øyne som gir en urovekkende utstråling. Dette fremhever en dyster og melankolsk stemning. Skikkelsen har ingen munn og ingen armer eller bein. Man får en assosiasjon til et spøkelse som svever stille i luften. Som leser får man en indikasjon på at boken skal handle om personen og skikkelsen. Den lille personen står i kontrast til den store skikkelsen. Traavik diskuterer betydningen av verdi-perspektivering i bildebøker i boken *Tabu i bildeboka* fra 2012. Dette innebærer å justere størrelsen på motivene i bildene, slik at de blir tydeligere fremhevet i forhold til andre motiver (Traavik, 2012, s. 174), og siden skikkelsen omkranser personens hode, handler det om dem.

Midt på boken står tittelen skrevet med store blokkbokstaver: *DAGEN*. Bokstavene er i en annen struktur enn resten av boken, hvis en lar hånden gli over bokomslaget er resten av boken glatt, mens bokstavene glinser og er “seige”. Hånden stopper opp når man stryker over bokstavene, akkurat som man henger seg opp i dagen. Som leser får vi en indikasjon på at det er noe med “dagen”, den går ikke bare lett forbi, men er noe vi skal henge oss opp i.

Tittelen *Dagen*, som er skrevet i bestemt form entall, gir en pekepinn på at det er en bestemt dag vi skal få innblikk i. Alle har et forhold til hva en dag er, og vi hører ofte noen spør oss om hvordan dagen vår er, hva vi skal i dag, eller spørsmål om hvordan dagen har vært. Alle forholder seg til begrepet “dagen”. Enten den er god, dårlig eller bare en av mange andre dager. Den enkle tittelen med et enkelt ord kan få i gang flere tankeprosesser.

Vi snakker om dager som om de er forutbestemt og planlagt på forhånd, vi får høre at vi må gripe dagen, ta fatt på dagen eller lage oss en god dag mer. Når man tenker seg om tilegnes dagen ganske personlige egenskaper. Det er denne skikkelsen på forsiden av boken, den er med deg hele dagen.

Baksiden av boken

Baksiden av boken (Vedlegg 1) er nesten helt dekket av samme blåfarge som skikkelsen på forsiden har. Vi ser også et 10x10 cm rektangel øverst midt på siden. Det er et rektangel som er tegnet for hånd og har dermed ikke rette linjer. Inne i firkanten er det et abstrakt mønster hvor fargen sort er farget over den samme blåfargen som resten av baksiden har. Det at fargen sort er tatt i bruk er nok ikke tilfeldig. Det blir en kontrast til den lyse blåfargen, og vi får dermed en dybde i bildet slik som Tørnby (2020) poengterer, gir denne dynamikken bildet spenning og bevegelse. Den blågrå fargen går også igjen i boken, sammen med fargen sort.

Baksiden av boken har følgende tekst:

Noen dager er fulle av fart.
Andre dager er tunge,
slik som dagen til Po.
Po har ikke lyst til å leke,
for det fins ingen lek.
Po har ikke lyst til noe som helst,
for Dagene er feil-

Du må bli venn med Dagen din, sier Mormor.

Du får den Dagen du fortjener, sier Mamma.
Smil til Dagen, og Dagen smiler til deg, sier Pappa.

Men Po orker nesten ikke å puste.
(Dahle & Nyhus, 2021)

Man tenker umiddelbart at personen på fremsiden av boken er Po, og teksten på baksiden beskriver hvordan noen dager er positive og andre bidrar til å gi oss en negativ sinnstilstand. Vi skal også møte flere karakterer i boken; Mormor som oppfordrer til å godta og akseptere situasjonen, Mamma som mener man må jobbe hardt og gjøre det beste ut av situasjonen, og Pappa som virker som en person som er veldig positiv og livsglad.

Den siste setningen står alene: “Men Po orker nesten ikke å puste.” (Dahle & Nyhus, 2021). Det er en alvorlig setning som kan vise til at Po føler seg kvalt. Setningen tar også nesten pusten fra en når man leser den. Som leser får man umiddelbart et inntrykk av selve stemningen og ved hjelp av illustrasjonene og parateksten blir temaet i boken formidlet.

Innsidepermen

Innsidepermen er dekket av et rotete mønster i svart og grått (illustrasjon 2 og 3). Vi ser at innsidepermen direkte etter forsiden er mørkere og mer dyster enn innsidepermen før bokens bakside. Det er de samme figurene på begge oppslagene, men vi ser at mønsteret har byttet farge. Figurene som var hvite har nå blitt sorte og omvendt. Figurene kan minne om hjernemasse og man får en assosiasjon til at det er “tanker” som er prøvd illustrert. Alt dette til sammen gir en følelse av at tanker er uforutsigbare og kan endres hvis man prosesserer dem.

På det første oppslaget, før fortellingen starter, (Vedlegg 1) er oppslaget grått og en svart flekk som svever, er synlig under overskriften. Flekken minner om et svart hull, og det er en skygge under som gir følelsen av at den svever i luften.

I den akademiske tidsskrift “Children's Literature in Education” (2006) beskriver Sipe & McGuire (2006, s. 5) at «plain colored endpapers are often used to indicate the overall mood or tone of the story to follow» Den mørke gråfargen som dekker hele oppslaget setter stemningen som dyster og en får assosiasjoner til at det er en “grå dag” man skal inn i.

Etter å ha sett nærmere på og utforsket de paratekstuelle elementene ser man at bokens tittel, omslag, preliminærside og baksideteksten, er alle elementer som sammen er med på å danne en viss forventning og et førsteinntrykk av boken. I gjennomgangen av parateksten ser man at den har en innvirkning på leserens tolkning av bildeboken, eksempelvis ved at illustrasjonene og baksideteksten samarbeider effektivt for å formidle innholdet i boken på en helhetlig måte. Parateksten bidrar også til å gi leseren en forståelse av at temaet til boken har en dystert stemning, dette er i samsvar med hva Genette (1997) skriver. Parateksten blir som et stillas for selve bildeboken og vil påvirke leserens forståelse av temaet, personene og budskapet i boken. Parateksten skal også “trekke leseren mot seg” og vekke nysgjerrighet og interesse for å åpne boken og starte på historien.

3.2. Fargebruken

I denne delen vil jeg utforske fargebrukens rolle i å fremstille emosjoner og uttrykke stemningen i boken. Ved å undersøke hvordan illustratøren Kaia Nyhus benytter seg av fargene, vil jeg utforske den symbolske betydningen av fargene som brukes og hvordan dette knytter seg til innholdet og handlingen på de enkelte oppslagene. Gjennom å undersøke hvordan ulike emosjonelle tilstander som er tematisert i boken, uttrykkes gjennom en analyse av fargebruk på omgivelsene, personene samt kontraster som kommer frem i bildeboken.

Mange kunstnere formidler følelser gjennom bruken av farger (Tørnby, 2020). For å konkretisere min analyse vil jeg inkludere eksempler fra boken som viser hvordan fargene brukes til å uttrykke ulike stemninger og følelser.

3.2.1. Fargene på omgivelsene

Etter å ha lest ferdig boken, kan man observere at fargene på omgivelsene rundt Po endrer seg, nærmere bestemt i fire deler. Endringene i fargene bidrar til å formidle en følelsesmessig utvikling og fremgang i historien. Farger er et sterkt virkemiddel og blir benyttet for å symbolisere ulike emosjoner eller humør i et oppslag, dette vil hjelpe leseren å forstå og føle historiens emosjonelle innhold (Salisbury & Styles, 2012). Illustrasjonene til Kaia Dahle Nyhus er sparsom med andre farger enn mørk grå og blå nyanser. Vi ser mye tomrom og mørke rundt hovedpersonene Po. Dette skaper en helt egen stemning som supplerer og forsterker verbalteksten (Wehus, 2021, avsn. 4).

I første del (oppslag 1-4, se vedlegg 1) er det lysegrå som dominerer, med noe innslag av svart og en blanding av blå og grå nyanser. Alle rommene har denne fargen, og møblene er hvite og grå. En slik lysegrå farge kan symbolisere usikkerhet, nøytralitet eller mangel på følelse, det er nesten som vi får en følelse av at Po er apatisk. Hen har nettopp stått opp fra sengen og rommet og omgivelsene er nøytrale, før alle følelsene treffer Po og gjør at Po ikke ønsker denne dagen velkommen. Siden denne fargen blir brukt i bakgrunnen og fyller nesten hele oppslaget, kan det skape en følelse av monotoni og man får en følelse av at dette er en av mange dager som er ganske like; tomme og monotone.

I andre del (oppslag 5-10, se vedlegg 1) av boken blir fargenyansene dypere, og en mørkere blåfarge er i fokus. Assosiasjoner til mørk blå kan være forfall, dystrehet eller melankoli. Et kjent ordtak fra engelsk er "Having the blues", som betyr å føle seg nedstemt. Den mørkeblå fargen kan i denne konteksten representere nedstemthet og at dagen blir mørkere og tyngre. I tråd med Traaviks (2012) teori formidler fargen blå i disse oppslagene den emosjonelle tilstanden depresjon. Samtidig kan blå også representere kulde; noe som kan antyde at Po føler seg følelsesmessig avstengt fra verden rundt seg.

I den tredje delen (oppslag 11-16, se vedlegg 1) blir Pos omgivelser nesten helt svarte. Dette er en vending i historien og vi blir tatt med på en følelsesmessig reise hvor vi ser et skifte i omgivelsene og en endring i stemningen. Dette kan representere frykt, et mørke som sluker alt, tomhet eller kaos for hovedpersonen Po. Svart symboliserer ofte noe som er ukjent og kan være et tegn på at Po nå opplever å være i en situasjon som er krevende å forstå og å håndtere.

I fjerde del (oppslag 17-20, se vedlegg 1), på de fire siste oppslagene, utvikler det seg en gul-farge med hint av grønt som fester seg mer og mer i kulissene. Det begynner veldig smått med noen "flekker" som faller fra oven, nesten som Tingeling sitt "stjernestøv" fra Peter Pan-filmene. Dette gir inntrykk av at det tennes et håp hos Po, fordi også verbalteksten blir gul, som kan tolkes som at det skjer en endring eller at dette er en overgang i historien. Vi assosierer denne endringen med noe følelsesladet og intenst i selve handlingen og i Po sitt indre følelsesliv. Budskapet blir forsterket av endringen i fargebruken samt at det blir mer gul- og grønn- farge i omgivelsene.

Bokens tema er nå på vei mot noe positivt. Jfr. trappen på nest siste oppslag, hvor trinnene endrer farge fra grå til grønn, jo lengre opp man beveger seg i trappene kan dette sammen med fargen grønn representere en positiv utvikling og personlig fremgang hos Po.

Ommundsen (2007) og Nikolajeva (2014) poengterer at fargen grønn symboliserer liv, vekst, glede og ro som igjen viser at Po får en økende følelse av håp og optimisme. Sammen med trappetrinnene og fargeendringene kan dette være med på å representere at alt blir bra til slutt og den grønne fargen bevisstgjøre at man beveger seg mot et bedre sted i livet. Basert på dette kan leseren oppleve en følelse av fremgang og motivasjon for Po, og får en bekreftelse på dette når siste oppslaget stråler mot leseren som en gul sol.

3.2.2. Fargene på personene

I bildeboken er fargebruken av personene med på å gi en økt innsikt av deres rolle og karaktertrekk. I boken ser vi at Po er helt hvit i alle oppslagene; håret, huden og til og med klærne er hvite. Nyhus benytter seg her av “fargeerstatning”, som bidrar til å formidle en spesiell betydning i illustrasjonene (Martinez et al., 2020). Hvit kan tolkes som noe innholdsløst og tomt, samt uskyldig. Selv om Pos dag varierer fra apatisk, til tung, til lysere, har Po hele tiden den samme hvitfargen. Pappa og Mormor er konsekvent gule gjennom hele boken, og dette kan tolkes som et metaforisk “lyspunkt” i Po sin verden. Deres gulfarge kan symbolisere deres positive og oppmuntrende natur, da de prøver å glede Po med oppmuntrende ord og forslag til aktiviteter og leker. Samtidig kan den gule fargen representere varme og energi, noe som gir liv og lys til Pos verden.

Mormor har også med seg en rød veske som forsterker de andre elementene og konteksten i boken når Mormor blir presentert. Ved at hun er fargelagt gul og hennes emosjon utstråler glede og varme, kan den røde vesken tilføre energi, lidenskap og mot. Rødt blir ofte forbundet med kjærlighet. Vesken, som er knallrød, kan også symbolisere selvtillit og en følelse av at man har redskaper til å takle hva enn som måtte dukke opp i livet.

Moren, derimot, er ikke like positiv som de andre karakterene i boken. Selv om hun også har svakt gule klær, skiller hun seg ut ved at huden og håret hennes er hvitt - akkurat som Po. Denne fargebruken kan indikere at moren og Po har noe til felles, og at de begge lider av en form for indre depressive tanker. Morens gretne natur kan også være representert av de hvite fargene, som kan symbolisere tomhet og ensomhet. Fargebruken av personene i bildeboken gir leseren en innsikt i deres karaktertrekk og følelsesliv. Den gjentakende gulfargen til pappa og mormor gir en følelse av varme og håp. Ved å bruke farger på denne måten kan forfatteren og illustratøren gi en mer inngående forståelse av historien og karakterene, og påvirke leserens oppfatning og følelser.

3.2.3 Fargekontraster

Kontraster er mye brukt av illustratør Nyhus i bildeboken *Dagen*, enten mellom lys og mørke, eller gjennom bruk av kalde og varme farger. For eksempel bruken av mørke farger fremkaller ofte mørke følelser. Folk har en tendens til å være redde for mørket - eller redde for det de innbiller seg gjemmer seg i mørket. Mørke farger brukes også for å skape kontrast til lyse farger, og kan gi bildet dybde. I mange bilder gir dynamikken mellom de lyse og mørke fargene spenning og bevegelse (Tørnby, 2020 s. 133).

De helt svarte vinduene i oppslag 1-3 er med på å forsterke fremkallingen av dystre følelser og symboliserer en form for ensomhet eller isolasjon og mangler på kontakt fra omverden. Man kjenner på frykt og usikkerhet for det som er utenfor rommet. Po bor på rommet med svarte vinduer som kan være en metafor på at hen føler seg fanget eller isolert i sitt eget mørke sinn og er adskilt fra verden utenfor. Det at man ikke kan se noe som helst utenfor, kan også tyde på at det ikke er noen form for håp eller lys - som igjen gjenspeiler håpløsheten med at det ikke er noen vei ut av de depressive tankene.

Vi opplever de mørke vinduene som en kontrast til de lysere fargene av grått, blått og hvitt. Dette gir de svarte mørke vinduene dybde og man opplever en avstand i bildet og en visuell kontrast på grunn av dette. Følelsen av hva som lurar utenfra kan minne om en frykt for det ukjente. En ser på dette som at noe lurar i det fjerne og at det er vanskelig å komme seg vekk. Po er hvit gjennom alle oppslagene utenom det siste, der er hen farget svakt gul. Po selv blir en kontrast til alt rundt hen, Dette kan tolkes som et tegn på at det er en avstand mellom Po og de andre personene og omgivelsene.

En mulig tolkning er at personen symboliserer uskyld eller nøytralitet, og står i kontrast til omgivelsene som kan representere en mer kompleks og fargerik verden. Det kan også indikere at personen ikke er en integrert del av omgivelsene, og at det er en avstand eller separasjon mellom personen og omgivelsene. En annen tolkning kan også være at siden Po er hovedpersonen i boken og hen er illustrert med hvit farge, trekker dette oppmerksomheten mot hen, og skaper en følelse av ro i forhold til omgivelsene rundt, som kan virke overveldende og kaotisk for Po.

3.3. *Personer og relasjoner*

I dette delkapittelet vil jeg analysere karakterene i bildeboken *Dagen*. Jeg vil legge vekt på hvordan hver person viser ulike emosjoner både visuelt og verbalt, og ta et dypdykk i disse. Formålet med analysen er å prøve å forstå hva de ulike elementene betyr og hvordan de påvirker og skaper mening i bildeboken som helhet.

3.3.1. **Personen Po**

Vårt første møte med karakteren Po er på bokens forside, som nevnt i kapittel 3.1., sliten, sørgmodig og nedstemt. Po er i sentrum på forsiden av boken, som ifølge Nikolajeva og Scott (2006) har denne betydningen: “The central position in a page emphasizes the character’s central role in the story” (Nikolajeva & Scott, 2006, s. 83).

Når en karakter plasseres i midten av en side, eller på forsiden til en bildebok, vil dette automatisk tiltrekke leserens oppmerksomhet og gi inntrykk av at karakteren er viktig for historien. Dette skyldes at den sentrale plasseringen er en kraftfull visuell teknikk som skaper balanse og harmoni på siden, og derfor fungerer det som en effektiv måte å formidle karakteren eller karakterenes betydning på. Vi skjønner fort at Po er hovedpersonen i fortellingen og navnet gir oss ikke noen formening på hvilket kjønn personen har. Heller ikke utseendet kan gi oss en indikasjon på dette, som allerede fra første stund kan sette en stopper for forutbestemte tanker man kunne ha om det enkelte kjønn. Det er uansett lov å assosiere Po med hvilket kjønn man ønsker, men det har ingen konsekvens for historiens gang, betyr nok mer for leserens indre tanker og refleksjoner.

Po er et barn med sped kroppsbygning og en krumbøyd holdning gjennom hele boken. Øynene virker triste, og er et non-verbalt uttrykk som man gjenkjenner som et ytre tegn på følelser. Når vi leser visuell “emotion ekphrasis”, ser vi etter ytre, gjenkjennelige tegn på følelser, som for eksempel kroppsspråk og ansiktsuttrykk. Slike tegn kan omfatte formen på munnen (med hjørnene oppover eller nedover, vidåpen for frykt eller vridd for sinne) og øynene (vidåpne øyne signaliserer overraskelse eller frykt), samt kroppsholdning, som for eksempel utstrakte armer eller slappe armer hengende på siden av kroppen (Nikolajeva, 2012).

Munnen til Po er også liten og peker nedover, som er et ansiktsuttrykk som er lett å lese, og man ser at Po er medtatt og trist. På oppslag 1 ser vi at Po sitter i sengen og ser ned i dynen sin, hvis man selv ser ned i fanget sitt, blir fokuset på alt annet mindre. Nesten som man lukker alt ute.

Det er minimalt med gjenstander i rommet til å være et barnerom, dette bidrar til å øke forståelsen for tomheten som Po kjenner på. Glasset på bordet er også tomt, det kan symbolisere noe som mangler i tilværelsen og være en metafor for tomhet. Glasset er ikke det første man får øye på, men kan være et frempek om hva som skal skje videre i boken. Det man derimot legger merke til er de store sorte vinduene, nesten som to faretruende øyne. Det at man ikke kan se ut, eller se noen omgivelser utenfor rommet, bidrar til en følelse av isolasjon og avskjæring fra omverdenen. Det er ingen tegn på at det er en form for lys i rommet, og de mørke vinduene kan speile den dype melankolien og mangelen på lys i Po sin tilværelse. I tekstens andre avsnitt på oppslag 1 ønsker Po at Dagen skal forsvinne. Det er akkurat som om Po vil stenge alt ute, men vet at det ikke nytter.

Gå din vei, sier Po/ Men Dagen forsvinner ikke,/ for når Dagen først er der,/ så har Dagen/ kommet for å bli,/ helt til det blir natt igjen (oppslag 1).

Dagen kan i dette tilfellet representere en følelse eller tilstand som er vanskelig for Po å håndtere eller uttrykke, men som likevel er en del av Po. Det er nesten sånn at Po ikke klarer å unnsnippe Dagen, at fra Po våkner og hjernen skrur på, så er Dagen der og lurere. "Helt til det blir natt igjen". Her får vi en fornemmelse av at tilstanden som Dagen representerer vil byttes ut når det blir natt. Eller at da skrur tankene og følelsene seg av, når man sover og man slipper å være i en spiral av slit, ork og vonde følelser.

Vi leser historien gjennom Po, selv om det ikke er en personlig forteller. Men vi opplever hvordan de andre karakterene samhandler med Po og responderer til det Po sier.

Krisen til Po er uunngåelig

Midt i boken på oppslag 10 har Nyhus som illustratør valgt å zoome inn på et rektangulært hvitt ark som er helt tomt, og som fyller nesten hele oppslaget. Vi leser at "arket er stort og strengt og hvitt,/ blyanten myk og slapp,/ klarer ikke å tegne en strek en gang./- Po da, sier Mormor./ Da lager Po en prikk. Bare en prikk!/ Men prikken vokser seg større, blir mørkere,/ akkurat som Dagen,/ større og dypere og tyngre,/ og prikken blir til en flekk./ - Ikke tøys, sier

Mormor og ser ikke/ hvordan Dagen til Po henger i rommet/ med hele sin tyngde og presser Po ned./ Nå trykker Po blyanten hardt mot arket/ som et skarpt nebb,/ Hardt hardt hardt så spissen brekker.”

Vi ser kun en sort rund flekk som Po selv har tegnet. Teksten påpeker at det hele startet med en svart prikk, som er alt Po får til. Selv om Po kanskje har lyst til å gjøre alle mulige ting, går det bare ikke. Det å være utmattet kan resultere i at selv de minste, enkleste tingene kan føles uoverkommelige. Alt blir ekstra tungt og hodet skrur av, musklene blir slappe. Po klarer ikke å kommunisere følelsene sine, noe blyanten er et symbol på: “myk og slapp” - en manglende evne til å handle.

Det tomme, hvite arket kan symbolisere ideen om en standardisert menneskelig erfaring, der det ikke er rom for avvik. Po kjenner på en stor følelse av press og forventninger som hen ikke klarer å leve opp til. Utsagn som “Du får den dagen du fortjener” fra oppslag 4, bidrar til en forventning om at Po selv kan bestemme utfallet av hvordan dagen skal være. Alle de nærmeste rundt Po undervurderer hvor mye press Po opplever og føler på. Blyanten i hånden på Po knekker, og frustrasjonen er et faktum og et bilde av følelser som kommer til overflaten i form av handling fordi det er vanskelig å få anerkjennelse og forklare seg. Po har nådd sitt bristepunkt og krisen er nå et faktum.

Som leser føler man med Po, og kjenner på uroen og frustrasjonen som kommer fram i tekst og bilde. Grunnen til at en lett kan sette seg inn i emosjonene til Po og blir sympatisk involvert er på grunn av leserens tidligere erfaringer. Rosenblatt (1995) forklarer det slik: «The reader brings to the work personality traits, memories of past events, present needs and preoccupations, a particular mood of the moment, and a particular physical condition» (Rosenblatt, 1995, s. 30). Det er viktig å huske på at vi som lesere ikke bare er passive mottakere av en tekst, men aktive deltakere i leseprosessen. Vår personlige bakgrunn, tidligere erfaringer og mentale og fysiske tilstand vil påvirke hvordan vi tolker og forstår teksten. Samtidig må det også tas hensyn til at ulike lesere vil ha ulike oppfatninger av samme tekst, avhengig av deres personlige erfaringer. Dette er i tråd med Gadamer (2012) sine tanker om hvordan vi tar med oss tidligere erfaringer og forforståelse inn i nye situasjoner og tekster.

På den ene siden kan et barn med begrenset livserfaring i bagasjen oppfatte Po som bare lei seg og frustrert, og kanskje også sint på samme tid. Men en voksen leser med mer livserfaring og større eksponering for emosjonelle utfordringer, som for eksempel depresjon

og følelsen av avmakt, kan kjenne seg enda mer emosjonelt involvert i Po's situasjon og dermed oppleve en mer inngående forståelse av personens følelser. Selv om vi har ulike utgangspunkt, vil det ikke avgjøre hvordan vi opplever boken, den kan være like treffende og få frem budskapet like godt uavhengig av graden av livserfaring.

Det som også er interessant er hvordan en leser kan endre sin egen oppfatning av seg selv gjennom litteratur. Reflektert i lys av Oatley (2011) kan en ung leser identifisere seg med Po og situasjonen til Po. Hvis den unge leseren opplever en følelse som respons på teksten, kan det føre til at hen får en ny forståelse av seg selv og eget indre liv blir endret eller satt i sammenheng.

Videre i krisen til Po ser vi på oppslag 11 at bakgrunnsfargen nå er sort og illustrasjonen er nå flere sirkler rundt den lille sorte flekken, nesten som årringene på et tre.

Illustrasjonen viser et mer abstrakt og finurlig bilde, med mange sirkler. Man blir nesten litt svimmel av å se på det. Flere illustratører i for eksempel tegneserier har brukt slike sirkler i øynene på karakterene for å illustrere svimmelhet eller følelsen av forvirring og oppslukthet. Dette har også Nyhus benyttet seg av tidligere, i boken *Sesam Sesam* (2017).

De emosjonelle prosessene som foregår her kan være vanskelig å få tak på, spesielt for yngre lesere. Men denne følelsen av å være svimmel kan kanskje være mer forståelig. Sirklene er ujevne, og kan minne om ringer som sprer seg når man kaster en stein i vannet.

Ringene kan også ses på som et visuelt symbol på ringvirkninger; bevegelse, endring, spredning og påvirkning. Når Po er så langt nede som hen er på dette tidspunktet i boken, vil det føles som et evigvarende kretsløp, en gjentakende prosess der noe går i sirkler og kommer tilbake til der det startet. Po ser ingen ende på alt det vonde og slitsomme og tenker at alt det mørke er vedvarende, hen orker rett og slett ikke. Noe som blir lagt merke til i teksten på oppslag 1: “.. orker ikke enda en dag/ slik som Dagen i går,/ slik som Dagen før der.” Dette er en indikasjon på at dette er noe som for Po har vart lenge og har allerede blitt til et kretsløp av de samme tankene. Det føles ikke som det noen gang kommer til å ta slutt og sirklene kan symbolisere følelsen av “evighet”, en uendelig tidløs tilstand. Man kan se på det som at det aldri vil ta slutt, for Po føles det slik.

I teksten på oppslag 11 beskrives det at: “.. flekken blir en dump,/ og dumpa blir et hull,/ og hullet huler seg ut,/ blir til et gap, og gapet gaper./ - Nei, nei, nei, nei, sier Mormor,/ høyt der oppe,/ men Po fortsetter, dypere og dypere, tyngre og tyngre, lengre og lengre ned./ Helt til Dagen mister balansen/ og faller, faller, faller/ med Po på slep.

Vi forstår at nå sluker nesten alle følelsene Po, noe er i endring som den verbale ekfrasen forteller oss at flekken blir en dump for igjen å skifte form til et hull. Videre beskrives det hvordan hullet huler seg ut og blir til et gap. Dette kan symbolisere at noe som opprinnelig var en enkel og flat flekk, nå har blitt til noe mye større og mer komplekst. Gapet, som blir nevnt, kan representere en tomhet eller en avgrunn som kan føles skremmende eller uoverkommelig. Vi ser også at Dahle bruker alliterasjon som virkemiddel for å skape et fokus i språket: “[...] hullet huler seg ut,/ blir til et gap, og gapet gaper./” Språket er i bevegelse, nesten som en takt med en bestemt rytme. Det er også flere gjentakelser i setningene som understreker dramatikken i situasjonen.

Det er en forandring som finner sted, og både den verbale ekfrasen, sammen med den visuelle med sirkelene, gjør at man føler at alt beveger seg. Nesten så man kan se Po falle inn i seg selv, uten å selv å ha styringen. Han er på slep, og man forestiller seg noen som blir dratt av gårde av en usynlig hånd. Da har man ikke kontroll. Når Po og Dagen faller kan dette symbolisere en form for tap av kontroll, og man kan se på det som en metafor for livets utfordringer. Det er som om Po forsvinner hen og klarer ikke mer, alt er uutholdelig.

Faktumet av krisen til Po går over seks oppslag, som er mørke og statiske, og prøver å illustrere det som er vanskelig å sette ord på. Her hjelper verbalteksten oss litt på vei: “Bortenfor bakenfor,/ der er Po, og Po prøver å rope,/ men det fins [sic] ingen stemme,/finnes ingen ord for dette,/ og ingen kan høre tankene” (Oppslag 14). Følelsen av å være fanget er til stede og Po har i tankene eller underbevisstheten dratt til en utilgjengelig verden. Hen ser seg selv adskilt fra resten av verden som ikke klarer å tolke hva som skjer. Po prøver å kommunisere med noen, men får det ikke til. Fortvilelsen kommer til overflaten i form av at det ikke finnes en stemme eller ord for dette. Det å uttrykke seg fritt er særdeles vanskelig, og følelsen av hjelpeløshet er sterk.

Jakob Lothe (2003) hevder at hvilken type vinkling fortelleren bruker har mye å si for hvordan leseren blir overbevist om å ta til seg fortellingen (s.121). En sympatisk forteller vil uttrykke empati og sympati for personene i historien. Vi får formidlet deres følelser, perspektiver og opplevelser slik at det er enkelt å sette seg inn i deres ståsted, samt å ha medfølelse og sympati for de det handler om. Som leser kjenner man på de samme følelsene av fortvilelse, maktesløshet og håpløshet, det er utrolig vanskelig å sette ord på det som skjer. Miall og Kuiken beskriver det på denne måten:

When readers feel sympathy for a story character, for example, their feelings often reflect the attitudes expressed by a sympathetic narrator. Or, when empathizing in a lively manner with a character's fear, feeling functions to mimetically represent that aspect of the narrative. (Miall & Kuiken, 2002, s. 224)

Dette indikerer at leserens emosjonelle respons ikke bare er en passiv observasjon, men en aktiv deltakelse i karakterens følelsesmessige opplevelser. Når lesere føler sympati, er det ofte fordi de identifiserer seg med karakteren og føler empati for deres situasjon. En sympatisk forteller spiller en viktig rolle i å formidle karakterenes følelser og holdninger og dette kan påvirke lesernes egne følelser og oppfatninger. Dette gjør at leseren kan oppleve karakterenes følelser på en mer levende måte og dermed føle større empati og omsorg for karakterene. Dette viser hvordan følelser spiller en viktig rolle i å engasjere leseren og gjøre lesingen mer meningsfull (Miall & Kuiken, 2002).

I lys av sitatet til Miall & Kuiken kan vi derfor påstå at fortellerens rolle i å skape emosjonell resonans hos leserne er av stor betydning. Gjennom fortellerens stemme og holdning kan følelser som sympati og empati bli formidlet og forsterket, noe som bidrar til å forankre leseren i fortellingens emosjonelle opplevelse. De abstrakte bildene som blir skildret, kan også hjelpe barn med å forstå følelser som er vanskelige å sette ord på. Man skjønner at Po er ensom med tankene og følelsene, Po prøver å kommunisere noe viktig, men klarer ikke å uttrykke det på grunn av isolasjonen og den manglende evnen til å kommunisere.

Det blir bedre, Po

Vendepunktet ut fra mørket er når Po, med mye anstrengelse, samler alle de siste kreftene og “Hvisker et rop!” Til disse ordene, “hviske” og “rop” er det knyttet helt forskjellige konnotasjoner. Det er motsetninger, men ved å ta de i bruk i samme setning er det med på å skape en egen stemning. Denotasjonen “hviske” er å snakke stille eller hviskende, mens “rop” betyr å uttrykke noe høyt og tydelig. Konnotasjonen av “hviske” kan imidlertid være mer subtil og symbolsk, og kan innebære å uttrykke noe på en stille og forsiktig måte (Heradstveit og Bjørge 1992).

Sammen vil ordene “hviske et rop” derfor ha en symbolsk betydning slik at man forsiktig prøver å uttrykke noe, og på samme tid fremheve og vektlegge meningen av det som blir sagt. Dette gir en mer virkningsfull effekt enn hvis personen kun skulle ropt. Kommunikasjonen

blir mer kraftfull med leseren, og man kan tenke seg at det er vanskelig for Po å be om hjelp, og hvis vi ser på hele historien har Po blitt rådvill og trenger støtte.

På oppslag 16 er Po svært liten i forhold til Dagen, men blikket går straks til den store Dagen som er så stor at den må sitte for å få plass på siden. Størrelsen til vesenet kan indikere en form for makt eller autoritet det har over hovedpersonen, den har også en sentral posisjon på siden, og dette understreker at vesenet har en sentral rolle i historien (Nikolajeva & Scott, 2006, s. 83). De sitter begge på bakken og har en skygge under seg tegnet i form av kruseduller. En visuell representasjon av emosjonell turbulens hos karakteren.

Siden vesenet er en forlengelse av Po, vil det være tankene og det indre som har stor makt. Samtidig er Po selv svært liten og plassert nesten helt nederst i et hjørne på venstre side av oppslaget. Vi får formidlet Po sin følelse av *å føle seg liten*, sårbar og underlegen i møte med Dagen. Dette fordi Po ikke har redskapene som er nødvendige for å håndtere tankene og følelsene. «En skicklig bilderboksmakare använder spänningen mellan vänster- och högersida för att förmedla rörelse, tid och kausalitet» (Nikolajeva, 2000, s. 210). Illustratør Nyhus tar for seg dette ved å så illustrere Po på høyre side på oppslag 18 og 19 og vi får en formaning av at det går framover, både bokstavelig og billedlig.

Vendepunktet i Pos tilværelse oppleves ved endring i den emosjonelle og mentale tilstanden, hvor det går fra følelsen av håpløshet, tomhet og manglende motivasjon til følelse av håp og optimisme. Po reflekterer over sine egne følelser og handlinger, og må ta et viktig valg om å endre sin egen dag slik at dagene som kommer blir litt mindre tunge. Po snakker ut om følelsene sine til Dagen, og siden det kun er Po som ser Dagen og kommuniserer med den, gir dette et inntrykk av at hvis man bare snakker med noen om hvordan man har det, så blir det bedre. Det kan være noen man stoler på, men det må ikke være noen i nærmeste familie.

“Bare det å slippe ordene ut,/ legge fra seg tunge steiner.” (Oppslag 17) tolkes som at når Po deler med seg så bidrar dette til å lette på den emosjonelle belastningen, og forårsaker at tilstanden føles litt lettere, - de tunge steinene er lagt vekk. En fin metafor for at det ikke er en like tung bær å bære for Po etter at hen har sagt høyt hva som gnager. Denne personlige kampen til Po mot depresjonen viser at det å ha noen som kan støtte seg gjennom den vanskelige tiden, kan føre til at det som er vanskelig kan mestres.

3.3.2. Vesenet Dagen som allegori

Leseren kan velge å tolke vesenet Dagen på ulike måter, slik at det bidrar til refleksjon og egne tanker rundt hvilken betydning denne skikkelsen har for historien. Ifølge Birkeland et al. (2012), innebærer personifikasjon å tillegge abstrakte begreper menneskelige egenskaper. Dette kan føre til en mer levende og følelsesladet beskrivelse, og brukes ofte i litterære tekster for å gi karakterer, objekter eller ideer en dypere symbolsk betydning. Personifikasjon kan også bidra til å engasjere leseren og skape en sterkere følelsesmessig tilknytning til teksten (Birkeland et al. 2012).

Å ta i bruk virkemidler som allegori i en bok kan være en virkningsfull litterær teknikk som tar i bruk symbolske figurer for å formidle et budskap i en tekst. Leseren blir “satt på prøve” og må ta i bruk sitt resonnement for å forstå hva som blir formidlet. Bjørkøy (2017) beskriver det slik: «Samtidig overlater allegorien mer til fantasien og det forsterker leseopplevelsen så vel som bildebokens kvalitet» (Bjørkøy, 2017, s. 55). Her forstås det som at leseren ved hjelp av fantasien blir nødt til å skjønne fortellingen i flere lag og det stimulerer fantasien og tolkningen. Vi kan tenke på dette som dekodning av symbolikken som blir presentert, som igjen vil forsterke leseropplevelsen.

I bokens paratekst; på fremsiden av boken, ser vi skikkelsen Dagen som stor og litt skummel, man kan assosiere illustrasjonen som et spøkelse eller en ånd.

I oppslag 4 forteller teksten oss: “Dagen klamper i trappa, roper fra døra. Pappa vet ikke at Dagen til Po er altfor stor og altfor mye” (s. 5). - Vi ser en illustrasjon av vesenet Dagen som er bøyd over Po og er tre ganger så stor som hen. En slik figur som fyller store deler av oppslaget kan fremstå som skummel (Birkeland m.fl, 2019, s.115). Dette kommer ikke frem i verbalteksten, verken en beskrivelse av hvordan vesenet ser ut eller hvordan Po ser på Dagen, men vi får ikke et inntrykk av at Po er redd for Dagen.

Vi får heller ikke se at “Dagen klamper i trappa” eller “roper fra døra”.

Her får vi et samspill mellom illustrasjon og tekst, og man kan si de utfyller hverandre og gir en helhetsforståelse av hva som blir formidlet. Birkeland & Mjør (2012) argumenterer for at både skriften og bildene har en viktig rolle i å formidle ulike typer informasjon, og disse kan både avløse og supplere hverandre, avhengig av hvordan de brukes. Leseren blir “tvunget” til å tolke teksten, og jeg vil argumentere for at ord og bilde avløser hverandre i dette oppslaget, og dermed i de fleste oppslag i bildeboken.

Ifølge Nikolajeva (1998) kan karakterene i litteraturen ta mange former, inkludert mennesker, menneskeliggjorte dyr eller også besjeling av ting. Chevalier & Gheerbrant (1996) forklarer at et spøkelse er et symbol på det ukjente, noe som ligger skjult eller er dypt forankret i psyken. En skikkelse eller et vesen som ser ut som et spøkelse, kan være en metafor for frykt og angst som hjemsøker et menneske. Spøkelsener kan også fremstilles som en metafor for psykologiske tilstander som angst, usikkerhet og uro og viser hvordan disse følelsene kan ta form av et uhyggelig og overnaturlig vesen i fantasien. På denne måten kan spøkelsener og lignende skikkelser i illustrasjoner og litteratur gi uttrykk for komplekse følelser og erfaringer som ikke alltid kan uttrykkes på en direkte måte (Chevalier & Gheerbrant, 1996). Vesenet i boken *Dagen* kan virke som det er ment for å gi uttrykk for noen komplekse følelser.

Det at vesenet også er gjennomsiktig på store deler av illustrasjonene kan representere at *vesenet* er usynlig, slik som spøkelsener kan være. *Dagen* kan også tolkes av leseren som Po sin "indre demon" eller hans psykiske tilstand. Vesenet er det kun Po som ser og det gir en enda sterkere indikasjon på at *Dagen* er en representasjon av noe som foregår inne i hovedpersonens sinn.

Vesenet følger etter Po og er med hele tiden, nesten som en stor usynlig skygge. Inntrykket man sitter igjen med er at Po er bundet av negative tanker og følelser som hen ikke kan unnsnippe. Det ser ut som alle tankene til Po har tatt form av dette vesenet. For Po er tilstedeværelsen håpløs og det er vanskelig å forklare dette for de andre personene i boken. Derfor illustreres Pos emosjonelle tilstander som et vesen som alltid henger over Po og er fast til stede. Siden *Dagen* er mye større enn Po, kan det indikere at problemene og/eller utfordringene til Po er overveldende og vanskelige å håndtere. Vesenet kan også symbolisere at de negative følelsene som Po opplever blir større og truende jo mer hen lar seg påvirke av dem.

"*Dagen*" blir adressert som et egennavn med stor forbokstav i teksten. Dette kan forsterke oppfatningen av at *Dagen* er en forlengelse av Po, et verktøy som hen har skapt for å romme alle følelser og tanker som Po ikke klarer å uttrykke selv. Denne måten å ta i bruk virkemiddelet allegori på er Dahle kjent for, det er nesten så budskapet i boken blir definert i form av noe synlig, som i dette tilfellet objektet *Dagen* og alle tankene og følelsene blir tilegnet et vesen. Den tunge *dagen* og alt det komplekse som er vanskelig å sette ord på, blir fremstilt i en form og gjerne mer håndfast å forholde seg til.

Man velger å adressere vesenet som Dagen, og gir Dagen personlige egenskaper. Den får også menneskelige trekk som bein og siden armer (oppslag 9). Det blir rom for at skikkelsen kan handle og tenke selv. Dette vil bidra til å sette fantasien og tankerekken til leseren i gang.

Dagen er kun synlig for Po selv, og virker som en konstant “følgesvenn” som påvirker Pos oppfattelse av seg selv på en negativ måte. Et utdrag av teksten på oppslag 5 gir et inntrykk av dette: “Dagen til Po får/ tunge føtter, tunge bein,/ tramper forbi, tramper på, tramper over,/ dytter og dunker/ og maser på Po om å gjøre seg klar.”

Sinnstilstanden til Po blir beskrevet gjennom vesenet og Po har vansker med å sette ord på sine egne følelser, som heller blir beskrevet med at “Dagen til Po får tunge føtter, tunge bein”. Denne metaforen kan gi oss et bilde av at tiden går sakte og at det å komme i gang med aktiviteter er svært vanskelig. Når noen maser på oss om å bli klare eller komme i gang, når man ikke orker, blir man nesten handlingslammet. Slik som Dagen gjør, dytter, dunker og maser om at Po må gjøre seg klar. Dagen er påtrengende og overveldende, og gir en følelse av at man blir tvunget til å gjøre ting selv om energien og lysten ikke er til stede.

Illustrasjonene av Dagen i oppslag 5 viser oss at vesenet beveger seg og går med tunge skritt, vi kan nesten se at det “tramper forbi, tramper på, tramper over”. Hvis vi ser dette i lys av Rosenblatts (1995) transaksjonsteori, er det den subjektive opplevelsen til leseren som skal legges til grunn for hvordan man forstår teksten.

Rosenblatt (1995) poengterer at meningen i en tekst ikke eksisterer uavhengig av leseren eller teksten, men heller skapes i transaksjonen mellom dem. Hun argumenterer for at leseren aktivt må delta i denne transaksjonen for å oppdage meningen i teksten. Hvordan man velger å forstå hva det vil si at Dagen tramper forbi, er opp til den enkelte leser. Derfor blir det som skjer i møtet mellom leseren og teksten viktigere enn selve teksten.

Dette er i tråd med ToM og vår evne til å forstå og tilegne oss selv og andre, en indre tilstand som inkluderer tanker og følelser. Vesenet blir et symbol på dette indre og vi ser vesenet som en forlengelse av Po og hans sinnstilstand. Vi gir det indre personlige egenskaper.

Thibodeau og Boroditsky (2011) mener at besjeling eller personifikasjon kan bidra til å formidle dypere betydninger og følelser på en subtil måte. Slik som Dagen kan være et symbol på nedstemthet og depresjon. Depresjon vil ofte utarte seg med fysiske symptomer som tretthet og søvnforstyrrelser, samt smerte (Rakel, 1999). Andre trekk kan være tapt glede og interesse over ting som man før ble oppstemt av (Videbech, 2020).

Det er flere aspekter som indikerer at dette er tilfellet her. Vesenet Dagen er en tung byrde og man kan oppleve depresjon som noe som “tar bolig” i kroppen og noe som er vanskelig å sette ord på og riste av seg. Det blir som en visuell fremstilling av den emosjonelle tilstanden depresjon, som ikke er synlig for andre. Det kan være vanskelig å forklare hva man kjenner på, opplever og tenker på når man har depresjon. Det at Dagen kun er synlig for Po blir et bilde av at man er isolert og alene i opplevelsen.

I boken bruker illustratøren Nyhus et verdiperspektiv for å understreke hvordan den negative, tunge og store Dagen har tatt overhånd i hovedpersonen Po sitt liv. Po sliter med å komme seg ut av de depressive tankene og følelsene som Dagen bringer med seg. Ved å snakke med Dagen prøver Po å overbevise seg selv om at ting vil bli bedre hvis han bare tror på det. Dette understreker viktigheten av en positiv holdning og tro på seg selv for å kunne overvinne utfordringer og vanskelige tider.

Dahle bruker også symbolikken i Dagen sin oppfordring til å “åpne øynene og ørene” for å indikere at man ikke kun skal rette oppmerksomheten mot det som er inne i hodet, men heller prøve å se utover. Dette krever vilje og selvdisciplin, og er ikke en lett oppgave. Likevel understreker Dagen at selv om regnvær kan virke trist og dystert, så finnes det likevel positive og vakre ting å finne i det.

“Det finnes fine ting i regnet, sier Dagen, - Regnværssmil og smilemåne, fine ting som lyser i mørket...” (Oppslag 18). “Regnværssmil” kan for eksempel være regnbuen, som smiler når det regner. “Smilemåne” kan bety at månen ser ut som om den smiler gjennom skyene. “Fine ting som lyser i mørket” kan bety at selv om det er mørkt og trist på grunn av regnet, så kan det likevel være ting som skinner og lyser opp. Alt i alt er det en påminnelse om å finne det positive og vakre, selv i de vanskeligste situasjonene.

Gjennom dette verdiperspektivet fremhever Nyhus viktigheten av å endre sin egen tankegang for å håndtere utfordringer og vanskeligheter i livet. Det er ikke alltid enkelt å snu negative tanker, men det er mulig hvis man er villig til å prøve og har tro på seg selv.

3.3.3. Pappa - En allegorisk figur av positivitet og kjærlighet?

Vi møter Pappa på oppslag 2 i boken, med smil om munnen og halvlangt hår omkranser ansiktet sammen med skjegg. Armene er løftet til midten på hodet og uttrykker entusiasme, glede og positivitet. Armene er med på å forsterke uttrykket av gleden vi gjenkjenner i ansiktet hans.

Nikolajeva & Scott, (2006) poengterer også at karaktertrekkene til en person formidles til leseren gjennom gjentakelse, sammenligning med andre kjente litterære figurer eller virkelige personer, kontrast mellom forskjellige egenskaper eller implisitt når leseren må trekke konklusjoner selv (Nikolajeva & Scott, 2006, s. 82).

Ved første inntrykk får man assosiasjoner til at Pappa ligner på Jesus fra kristendommen, denne karakteren assosieres ofte med godhet og kjærlighet og man tenker at det er nettopp disse egenskapene Pappa skal representere. Dette er et eksempel på bruk av virkemiddelet allegori som Nyhus benytter ved flere anledninger.

Pappa prøver å formidle til Po at det kan hjelpe å ha en positiv innstilling når man møter en ny dag. Dette blir tydeliggjort når han sier “Det hjelper å smile” (Oppslag 2), og videre med det kjente sitatet “Smil til Dagen, og Dagen smiler til deg.” Selv om noen kan bli irritert av en overveldende positiv person som prøver å få en til å smile når man allerede har en dårlig dag, gir Pappa inntrykk av å være travel og ønsker at alt skal gå på skinner. Det ser vi av teksten; “For Dagen til Pappa er travel og lett på foten,/ blinketiblank, tutelitut og full av fart” (Oppslag 2).

Han har kanskje en holdning til livet at bare man smiler, så ordner alt seg. Dette blir tydelig når han prøver å motivere Po til å starte dagen med positivitet ved å hjelpe hen opp av sengen (Oppslag 2) og få på klærne. Det er tydelig at Pappa ønsker at Po skal lykkes med dagen sin og at han bryr seg om barnet sitt.

Illustrasjonene forsterker inntrykket av Pappa sammen med verbalteksten, og språkbruken er rytmisk og lett, noe som gir teksten en følelse av bevegelse og letthet. Faren til Po er glad og livlig gjennom alle oppslagene han er en del av, og vi ser han smilende også på oppslagene 19 og 20.

Når faren er illustrert veldig positiv og livlig, kan det også bidra til å øke leseopplevelsen og gjøre det mer engasjerende for leseren. Lesere kan føle seg inspirert av Pappas positivitet og oppfordring til å møte dagen med en positiv innstilling, ettersom han er så kontrastfylt i forhold til Po. Dette kan påvirke hvordan leseren møter hverdagen, og denne boken kan derfor være et nyttig verktøy for å lære barn om betydningen av positivitet og motivasjon, og hvordan det kan bidra til å takle utfordringer i livet.

På det siste oppslaget er han illustrert med hender som viser tommel opp, noe som gir en forsterkende effekt på positiviteten eller indikerer at han viser støtte til Po. Øynene til Pappa

er vendt mot Po og hender med tommel opp gir nesten en følelse av at han sier: “Dette er bra!” Det gir definitivt en positiv innvirkning på leseren, og kan bidra til å formidle en følelse av støtte og oppmuntring til barn som leser boken.

Likevel kan man argumentere for at det nødvendigvis ikke er positivt at faren kun prøver å være oppmuntrende og ikke anerkjenner følelsene til Po, som sier:

“- Jeg hater Dagen min” hvor Pappa igjen kun svarer “- Hjelpe seg” (oppslag 3). Her får vi et innblikk i Po sin emosjonelle tilstand og samspillet mellom Po og Pappa. Po gir sterkt uttrykk for at det er noe som ikke er greit, det blir brukt et verb som har sterk betydning: “hate” og det relateres til at Po har negative følelser tilknyttet sin utfordrende dag. I denne konteksten kan ToM brukes for å forstå andres mentale tilstander. I dialogen og tankene til Po som vi leser om på oppslag 3, kan det være en anledning hvor leseren kan prøve å forstå Pos mentale tilstand. Som leser har man muligheten til å utforske og forsøke å forstå Pos følelser og perspektiver, spesielt i forhold til interaksjonen med Pappa.

Et sentralt element i ToM er empati, det innebærer å forstå, gjenkjenne og resonere med andres opplevelser og følelser. Leserens kan utvise empati for Po sin opplevelse og samtidig være i stand til å reflektere over responsen til Pappa. Det er noe overraskende, ettersom han framstår som en superpositiv person, som man ofte forbinder med godhet og glede. Men det å sette seg inn i og vise forståelse for andre, er ikke synonymt med glede. “Hjelpe seg” tyder på at han viser en viss forvirring eller overraskelse over hva Po sier. Det virker som om han ikke vet hvordan han skal respondere, eller evner å anerkjenne Po sine følelser. Po igjen prøver å uttrykke seg så godt det lar seg gjøre for et barn som har vansker med å sette ord på følelsene sine. Det at Pappa ikke viser empati på en måte som Po kanskje har behov for, viser en manglende evne til perspektivtaking, han er rett og slett ikke så god på å sette seg inn i andres mentale tilstand og følelser. Mangel på dette fra Pappa sin side er med på å skape et hull i kommunikasjonen mellom de to. Det påvirker også opplevelsen til Po av å bli forstått og støttet.

På oppslag 3 får vi et innblikk i Po sine tanker: “Pappa vet ikke at Dagen til Po er altfor stor og altfor mye”. Dette bekrefter at Po ikke opplever å bli sett. Videre på oppslag 8 får vi igjen bekreftet dette ved at Po tenker: “Ingen forstår, ikke Mormor heller” - her har Po fra før snakket med far, og han blir adressert i denne setningen uten at Po spesifikt nevner Pappa.

3.3.4. Mammamas melankoli

Nyhus illustrerer Mamma som opptatt med å skrive i forbindelse med jobb, eller foran en dataskjerm som et tegn på at det er noe annet som er viktigere enn Po akkurat nå. Mamma ser på Po som sur og dette er noe hun antar og sier at Po må skifte fokus. Dette gjør hun ved å si at Po ikke må være så negativ. Vi ser ingen indikasjon på at Mamma prøver å forstå hvorfor Po føler seg som hen gjør, hun stiller heller ingen oppfølgingsspørsmål.

Hun har ikke anledning til å ta stilling til det Po uttrykker, og det kan gi et inntrykk av en manglende innlevelse i Po sine følelser, og Mamma avviser regelrett opplevelsen til Po.

Hvis vi ser dialogen med Mamma i lys av Rosenblatt (1995), vil konteksten og de personlige egenskapene til leseren ha en betydning for hvordan det blir tolket. Når Mamma sier: “Du får den dagen du fortjener”, kan leseren tolke dette på forskjellige måter avhengig av deres egen bakgrunn og opplevelser. Rosenblatt understreker at leseren kan ha ulike tolkninger basert på deres personlige egenskaper og kontekst (s. 30).

Når vi betrakter det relasjonelle mellom Po og Mamma, samt illustrasjonene, kan vi observere en tendens til at Mamma, på grunn av sin irritasjon, tyr til slike fraser for å fremskynde prosessen med å endre Pos sinnsstemning. En leser som har en sensitiv og emosjonell tilnærming kan tolke Mamma sin uttalelse som urettferdig. De kan føle at Mamma ikke gir Po den emosjonelle støtten som er nødvendig, spesielt når Po allerede har gitt uttrykk for å trenge mer støtte enn det som blir gitt.

Det “Mamma” sier kan signalisere at hun tror Po sin holdning vil påvirke utfallet av hvordan dagen kommer til å utarte seg, og at dette er innenfor Pos kontroll. Derfor kan man tolke dette som en form for motivasjon fra Mamma sin side, men det er lett å se at det også kan oppfattes som urettferdig.

Mamma er i den emosjonelle tilstanden som i teksten på side ni kan beskrives som “gretten”. Vi ser av den emosjonelle ekfrasen at hun er frustrert, med øyenbryn som peker nedover mot øynene. Hun er også misfornøyd med hvordan dagen hennes startet. Vi får servert en beskrivelse av at det lukter surt og det fyller hele kjøkkenet, med lukten av brente rundstykker. Når noe går galt, spesielt om morgenen, kan det sette tonen for resten av dagen og føre til en ugunstig start som kan påvirke dagen negativt. Mennesker liker faste rutiner og hvis noe uforutsett skjer, kan dette påvirke humøret.

Inntrykket vi får er at Mamma er i en uheldig situasjon og det kan være med på å forsterke hennes negative følelser. Å være “uheldig” med dagen sin gir inntrykk av at dette ikke er noe som er vedvarende eller har påvirket henne i lang tid. Men at det er naturlig å ha en dårlig dag i ny og ne. Dette markerer en kontrast mellom Mamma og Po sin emosjonelle tilstand, og boken formidler forskjellen på å ha en dårlig dag, og det å være tungt nedstemt eller deprimert. Det er en gjenkjennelig opplevelse for mange lesere å ha en dårlig dag av og til, og denne tilstanden kan ha innvirkning på ens generelle emosjonelle tilstand. Det kan hjelpe leseren med å sette ord på sine egne uheldige dager, og at det er ok å ha slike perioder.

3.3.5. Mormor sin dag

Mormor sin dag er veldig annerledes enn Po sin. Dagen til mormor er lett, leken, definerbar og ikke minst forutsigbar. Mormor spiller kort med dagen sin, som er noe hun pleier å gjøre og kan bli sett på som en rutine hun trives med. Mormor kommer på besøk til Po etter anmodning fra Mamma. “- Du må bli venn med Dagen din” gir Mormor råd om. Selv om det kan være en utfordring, må man prøve å gjøre det beste ut av dagen. Her ser vi at hun prøver å få Po til å se etter små lyspunkt for å snu situasjonen. En pekepinn på at man selv kan ha innvirkning på hvordan man ser på sin egen situasjon og dag og at det er lurt å holde fokuset på det man er takknemlig for.

Mormor er varm og tålmodig. Visuelt kan utseendet hennes med kort flagrende hår, briller og smilende ansikt gi inntrykk av et koselig og kjærlig menneske. Hennes litt “formfulle” utseende kan antyde at hun er en del eldre og har levd et langt liv. Hun har tatt med seg leker utformet som dyr, som antyder at hun har et lekent sinn. Det kan også være et tegn på at hun er en varm, vennlig og tålmodig person som ønsker at andre skal ha det bra.

Dagen til Mormor er et lite vesen som har store øyne, litt formfull kropp og sitter på skulderen til Mormor. Man får et inntrykk av at Dagen til Mormor er en venn som sitter nærme og “spiller på lag”.

Hun foreslår ulike aktiviteter som Po kan gjøre, for å motivere hen til å skifte fokus på noe annet enn sin egen elendighet. Hvis Mormor hadde hatt et motto, hadde det gjerne vært: Det er alltid håp for en bedre dag så lenge man gjør det beste ut av situasjonen man er i. En kan tolke det som at Mormor representerer en positiv emosjonell tilstand som er optimistisk og oppmuntrende. Hun er forskjellig fra pappa-karakteren og mamma-karakteren på den måten at

hun gir Po oppmerksomhet og kommer med forslag til hva de kan finne på sammen. Selv om hun ikke klarer å forstå hvor slitsom dagen til Po er, prøver hun å oppmuntre og være til stede.

3.4. Tematiseringen av emosjonelle tilstander

Jeg vil nå reflektere over analysen jeg har gjort så langt og besvare den første delen av problemstillingen, som handler om hvordan emosjonelle tilstander og prosesser tematiseres i bildeboken.

Utforskningen av karakterene i boken har tydeliggjort deres rolle i historiens fremdrift og som kontraster til Pos følelse av håpløshet. Fremstillingen av emosjoner i bildeboken blir formidlet gjennom en rekke faktorer som karakterenes oppførsel, mimikk, dialog, indre tanker, kommentarer fra andre personer og den tekstuelle beskrivelsen fra forfatteren. I tillegg forsterkes karakterenes emosjonelle sider gjennom bruk av symboler som fargebruk, og gjennom bildekomposisjoner. Boken gir rom for leseren å tolke og forstå karakterenes emosjonelle tilstander ut fra disse ulike elementene.

Selv om fortellingen kan oppleves som statisk i begynnelsen, blir det et vendepunkt mot slutten som indikerer en positiv utvikling for Po. Dette demonstreres visuelt gjennom Pos endrede posisjon i oppslagene, hvor han går fra å være liten og plassert på venstre side til å ha en større posisjon på høyre side, noe som symboliserer fremskritt og bedring.

Det er verdt å merke seg at den verbale teksten ikke alltid gir en direkte angivelse av Po sin emosjonelle tilstand. Som voksen-leser kan man med kunnskap om symptomer tolke at Po er deprimert, men det er viktig å understreke at historien ikke har som mål å gi en konkret diagnose. Det handler heller om å forstå at noen problemer ikke kan overvinnes alene, og at det kan være nødvendig å søke støtte i vanskelige tider.

Bildebokens bilder av Dagen, og symbolikk som sirklene på oppslag 11 fungerer som en bro mellom verbalteksten og leserens forståelse av Pos perspektiv. Disse visuelle elementene gir leseren muligheten til å oppleve og reflektere over Pos emosjoner på et dypere nivå, selv om man kanskje ikke har personlig erfaring med de samme følelsene. Dette fenomenet kan forklares ved at leseren speiler seg i Pos emosjoner og på den måten opplever en emosjonell resonans (Oatley, 2011).

Analysen har også vist at bildene i bildeboken spiller en sentral rolle i å formidle emosjonelle tilstander. Ved å visualisere Pos indre mentale tanker og symbolisere følelsesmessige nyanser

gjennom bruk av farger og plasseringer, bidrar illustrasjonene til en rikere og mer kompleks emosjonell opplevelse for leseren.

Det er viktig å understreke at tolkning av emosjonelle tilstander og prosesser ikke kan reduseres til enkle diagnoser eller ensidige fortolkninger. Historien til Po inviterer oss heller til å erkjenne kompleksiteten av menneskelige følelser og de ulike faktorene som kan påvirke dem. Boken utfordrer oss til å reflektere over våre egne emosjonelle tilstander og å anerkjenne at støtte og forståelse kan være nødvendig i møte med vanskelige dager og følelsesmessige utfordringer.

Denne analysen av emosjonelle tilstander og prosesser i bildeboken Dagen har bidratt til en dypere innsikt i hvordan litteratur kan berike vår forståelse av emosjoner og vårt samspill med teksten. Resultatene av analysen understreker viktigheten av å anerkjenne og utforske de emosjonelle aspektene ved litteratur.

3.5. Empati og leserens perspektivtaking

I dette delkapitlet er formålet mitt å undersøke hvordan ikonoteksten i bildeboken kommuniserer med leseren og påvirker deres evne til å sette seg inn i karakterenes situasjon. Jeg vil også se nærmere på hvordan bildeboken Dagen kan bidra til å utvikle leserens empati. For å utforske dette, vil jeg bruke bildebokteori, ulike begreper og innlemme ToM sammen med annen relevant teori innenfor litteratur og emosjonell utvikling.

I boken *Emosjoner i forskning og læring* (2009) skriver Jakhelln og Leming at empati er grunnleggende for god relasjonsbygging og meningsgivende samvær (s. 5). For å se sammenhengen med empati og litteratur ser jeg til Meghan Marie Hammond og Sue Kim, som påstår at:

“Empathy” is a diffuse concept whose definition is a matter of considerable debate. Given the diversity of opinions that exist within literary studies, we hesitate to insist on a narrow definition of empathy. What we can say is that literary empathy studies investigate how “thinking with” or “feeling with” another happens within literary texts or because of literary texts. In other words, literary empathy studies considers both how writers represent empathic experience and how they provoke, promote, or prevent it in readers. (Hammond & Kim, 2014, s. 1)

Vi ser her at litterære tekster kan påvirke leserens evne til å føle empati og jeg ser dette i sammenheng med teorien til Rosenblatt (1995) som poengterer at våre tidligere erfaringer er med på å forme vår oppfattelse av teksten.

Oppslag 15 viser oss Po liggende på bakken med øynene igjen og bøyde knær som peker oppover, armene ligger langs kroppen. Po er hvit og en kontrast til det helt mørke oppslaget. Det ser ut som at Po tar en pause for å bearbeide alle følelsene som har kommet til overflaten og som Po fortsatt kjenner på. Et utdrag fra teksten på samme oppslag forteller oss: “Bare tomt tomt tomt./ Og Po er alene i det tomme./ Helt alene i mørket.” Samspillet mellom tekst og bilde er her symmetrisk, - samme historie blir fortalt (Oppslag 15) Bildet er også en forankring av historien.

Fra teksten tolker man at Po opplever ensomhet og mørke, som er knyttet til en negativ mental tilstand. Zunshine (2006) fremhever at lesing av litteratur kan aktivere og styrke ToM-evnen hos lesere. Ved å lese om karakterer som opplever ensomhet og mørke, kan leserne utvikle en dypere forståelse av slike mentale tilstander og relatere til dem emosjonelt.

På oppslag 16 forsøker Dahle å appellere til leserens følelser og skape sympati for Po ved å beskrive hen som stille og forsiktig, samt når Po hvisker “Hjelp meg”. Dette kan aktivere leserens egen stemme og opplevelse av å uttrykke behov eller be om hjelp. Her kan man også kjenne på medfølelse og kanskje reflektere over lignende opplevelser hvor man selv har hatt behov for støtte. Vi kan også se at Po er i stand til å mentalisere sin egen tilstand og formidle sine følelser verbalt til en annen karakter: Dagen. Scenen på oppslag 16 kan også sees på som en utvikling i Po sin sosiale kognisjon og evnen til å engasjere seg empatisk i interaksjon med Dagen. Pos handlinger som å puste i Dagens nese, se inn i munnen og gjøre ørene store, kan tolkes som et forsøk på å forstå Dagens mentale tilstand og behov, som igjen gjenspeiler Pos mentale tilstand.

Som leser kan man føle bekymring eller medlidenhet overfor desperasjonen til Po og hans forsøk på å “vekke” Dagen til live. Det blir en form for økning i spenningsmomentet og mer intenst når Po først hvisker for så å gradvis heve stemmen. Leseren kan identifisere seg med Po og behovet for hjelp, ved enten å føle empati eller bekymring.

First we can always move from our personal responses and interpretations back to the text. What in the text justifies our response? This is what scientists would call our

control, the means of avoiding arbitrary and irrelevant interpretations. (Rosenblatt, 1995, s. 268)

Dette sitatet oppmuntrer leseren til å sammenligne teksten med andre elementer og gradvis utvide forståelsen etter hvert som leseren blir mer fortrolig med teksten. Dette er med på å skape en form for kontroll slik at tolkningene man foretar seg ikke blir vilkårlige og irrelevante. I sum er derfor våre egne forforståelser og livserfaringer med på å skape mening i teksten for leseren.

En kjent kanadisk-amerikansk psykolog og forfatter, Steven Pinker, er mer spørrende til om bøker er med på å utvikle leserens empati. Han er kjent for sitt arbeid innenfor kognitiv vitenskap, språkvitenskap og kognitiv psykologi. I boken “The better angels of our nature - why violence has declined” (2011), argumenterer han for at selv om noveller og romaner mulig kan bidra til å utvikle og utvide empatien til mennesker, så er det ikke nødvendigvis tilfellet. Det kan like gjerne være slik at når man leser mye, så utvikler man nye perspektiver på generelle temaer. Likevel kan lesing bidra til å danne grunnlag for nye ideer om moralske verdier og den sosiale strukturen (s.177). Selv om Pinker hevder at lesing av en bok ikke nødvendigvis fører til økt empati, kan det likevel oppstå emosjonell resonans hos leseren som et resultat av å engasjere seg i skjønnlitterære verk.

Gjennom analysen av Dagen har vi sett hvordan denne boken kan vekke empatiske reaksjoner og fremme evnen til å ta andres perspektiv. Historien inneholder flere aspekter som leseren kan engasjere seg i, og ved å utforske og sette seg inn i denne litterære opplevelsen kan det skapes rom for læring. Disse erfaringene kan også overføres til virkeligheten, der de kan styrke leserens evne til å håndtere lignende situasjoner i livet. Dagen kan dermed bli et verdifullt redskap som kan benyttes i møte med utfordringer og berike lesernes virkelige liv.

3.5.1. Intertekstualitet og tilpasningsmekanismer

I dette underkapittelet ønsker jeg å undersøke den innvirkningen intertekstualitet og ToM har på leserens forståelse og engasjement i en bildebok. Jeg er interessert i å analysere hvordan leseren bevisst eller ubevisst trekkes inn i teksten gjennom bruken av litterære hint som forfatter og illustratør tilfører i bildeboken. Vil det være slik at dette er med på påvirke hvordan leseren setter seg inn i andres situasjon og tilegner karakterene emosjonelle tilstander?

Hvis vi ser på begrepet “mental set” som viser til en tilpasningsmekanisme som gir oss muligheten til å respondere på en spesifikk måte i ulike situasjoner, kan vi koble dette opp

mot oppslag 9 i boken. Her har illustratøren lagt til to illustrasjoner som kan bidra til at leseren setter i gang prosesser og lager koblinger til tidligere litterære erfaringer. En kan betrakte dette som ulike mentale moduser som kan påvirke ens tenkemåte og reaksjoner, både i lesing av tekst og i møte med virkeligheten. De fleste av oss har en forhåndsbestemt måte å tenke og forstå verden rundt oss på.

Når vi møter en situasjon eller oppgave som ligner på noe vi har opplevd før, bruker vi vår tidligere erfaring og kunnskap til å mestre situasjonen på en mer automatisert måte. Dette kan spare oss for mye tankevirksomhet, siden vi ikke trenger å bruke like mye kognitiv kapasitet på å løse oppgaven eller håndtere situasjonen. Det å kunne håndtere en situasjon på en mer automatisert måte kan føre til en følelse av mestring, glede og tilfredshet.

“Shift of mental sets” er en annen tilpasningsmekanisme som er like betydningsfull, da den omhandler hvordan en person skifter eller klargjør seg for å respondere på en bestemt måte. I det virkelige liv vil slike situasjoner oppstå til enhver tid. “Shift of mental sets” vil gjøre at man opplever en glede ved at man tolker og håndterer situasjonen man er i riktig og får en bekreftelse på at ens tilpasningsmekanismer fungerer som de skal (Zunshine, 2006, s. 18).

På oppslag 9 ser vi at boken *Ollianna* av Gro Dahle og Kaia Nyhus, utgitt i 2020, og *Hun som kalles søster* av Kaia Nyhus, utgitt i 2016 ligger på gulvet i billedboken. “Authors of literary works do not just select words from a language system, they select plots, generic features, aspects of character, images, ways of narrating, even phrases and sentences from previous literary texts and from the literary tradition.” (Allen, 2021, s. 11).

Når forfatter og illustratør samarbeider om hvordan det ferdige produktet skal være og sluttresultatet for selve ikonoteksten, er det vanlig å trekke inn flere litterære elementer og konvensjoner fra andre verk for å bygge opp sin egen bok, som også kan kalles intertekstualitet. Ved å ta i bruk virkemiddelet intertekstualitet, kan det gi teksten flere lag av mening, det skaper en spesiell stemning nettopp ved å forbinde en bildebok med andre verk og temaer (Allen, 2021).

Forfattere og illustratører bruker ofte elementer som gir leseren en følelse av tilfredshet når de gjenkjenner visse detaljer i historien. Man kan påstå at dette er en kreativ måte å gjøre det på; at man får noen hint underveis i historien og leseren opplever glede når han eller hun forstår at de har tolket riktig, slik vet man at tilpasnings-mekanismene fungerer som de skal (Zunshine 2006, s. 18). Det å kunne gjenkjenne elementer fra andre verk eller fra litterære tradisjoner,

kalles intertekstualitet. Det er ofte brukt som et virkemiddel for å gi en dypere og mer meningsfull leseropplevelse (Allen, 2021).

Man får en opplevelse av en sammenheng eller en form for relasjon mellom *Dagen* og de to bøkene som er illustrert i oppslag 9. Dette er et tegn på intertekstualitet og et tegn på hvordan ikonoteksten kommuniserer. Det er nødvendig å ha lest bøkene *Olianna* og *Hun som kalles søster* og å ha en inngående kjennskap til deres handlinger og temaer for å oppnå full forståelse av sammenhengen og kunne trekke paralleller til *Dagen*. Det å ha med de nevnte bøkene som en del av illustrasjonene, er et bevisst grep Nyhus har gjort.

Boken *Hun som kalles søster* formidler et barn som føler seg avvist. Hovedpersonen har en søster som er fraværende og savnet etter henne er stort. Det vi ser på som sentralt i ikonoteksten til *Olianna* er foreldrenes reaksjoner på Ollis undertrykte behov og ønsker. Det samme kan vi se forekommer i *Dagen*, hvor Po føler han ikke blir forstått og sier selv på oppslag 3: “Pappa tror Po er slapp./ Pappa tror Po bare er lat.”(Dahle & Nyhus, 2021, s. 5) og på oppslag 8: “/Ingen forstår, ikke Mormor heller,/ for ingen vet hvor slitsom *Dagen* til Po er,/ bare den som kjenner *Dagen*, vet det.” (s.15).

Vi ser at alle bøkene har hovedpersoner som viser tydelige emosjoner og kan gi intertekstuelle hint med at Po også har et savn etter å bli forstått. Det å ikke bli forstått gjør vondt og man blir frustrert og lei seg. Ved å se at noen gjennom en litterær tekst blir misforstått og frustrert, fremkaller dette gjerne følelser man selv har kjent på.

Hvis man som barn ikke klarer å identifisere seg med emosjonen: frustrasjon, forteller verbalteksten oss ordrett at “Ingen forstår...” Dette kan også tyde på at boken er ment som allalderlitteratur, at den henvender seg også til en voksen leser, som konseptuelt kalles “dual address” (Wall, 1991). Slik kan man samtale om og utvikle forståelse for egne emosjoner og føle empati for karakteren i boken.

Dette synet blir støttet av Nikolajeva (2012) som sier at kunnskap og forståelse av andre menneskers mentale tilstand er essensielle sosiale ferdigheter. Litteratur kan være en verdifull ressurs for å utvikle disse ferdighetene hos barn, ved å gi dem muligheten til å se verden fra andres perspektiv og øve seg på å tolke andres følelser og handlinger (Nikolajeva, 2012, s. 274).

I boken mener pappa at Po bare er lat og slapp, noe Po ikke er, men hen klarer heller ikke å sette ord på det selv. Det er tydelig at barn kan møte vanskeligheter med å uttrykke følelser og

dette kan ofte føre til misforståelser med voksne. Boken henviser igjen til “en voksen medleser”, og gir dermed en verdifull indikasjon til voksne om viktigheten av å sette av mer tid til å forstå barn på et dypere nivå.

Overlege ved senter for Neuropsykiatrisk Depressionsforskning ved Psykiatrisk Center Glostrup i Danmark; Paul Videbech (2020) har skrevet boken “Hvad er depression? Bliv klogere på årsager, behandling og forebyggelse”.

Han ytrer at depresjon blir forvekslet med latskap og det er svært tyngende hvis en deprimert person får høre dette fra de nærmeste. Depresjon må ikke bagatelliseres. Personer som er deprimerte har ofte tendenser til å bebreide seg selv og merker økt trøtthet og søvnvansker. Endringer i appetitt og vekt kan også være symptomer. Det blir vanskeligere å konsentrere seg og hukommelsen kan bli påvirket (Videbech, 2020).

Selv om boken ikke setter en diagnose, er det verdt å merke seg hva kjennetegnene på depresjon er. En dårlig dag er en del av å være menneske, men fortsetter dagene å være tunge slik som hos Po, må man begynne å undersøke hva som er årsaken.

Ved å ha sett nærmere på intertekstualitet og perspektivtakning i bildeboken *Dagen*, ser man at leserens tidligere erfaringer er med på å sette rammen for hvordan man tilegner seg følelsene til en karakter i en bildebok. Forfatter og illustratør vil hjelpe leseren med å aktivere tidligere litterære erfaringer ved å legge inn intertekstuelle hint som fører leseren inn på hvilke emosjoner karakteren er tiltenkt. Totalt sett kan dette bidra til å øke empati ved å stimulere leserens evne til å identifisere seg med andres følelser og perspektiver.

3.5.2. Mirroring og emosjonelle reaksjoner for å fremme livsmestring

Jeg vil nå utforske hvordan en persons egne følelser kan påvirke den emosjonelle responsen overfor andre i bildeboken *Dagen*, med søkelys på begrepet *mirroring*. Gjennom å se på hvordan man mulig kan reagere på bakgrunn av erfaringsbaserte opplevelser, vil jeg belyse dette temaet. Videre ser jeg på hvordan man reagerer på følelser som oppstår, basert på forskning innen feltet. Ut fra dette ønsker jeg å få innsikt i dynamikken mellom personlige erfaringer, følelsesmessige reaksjoner og tankemønstre og hvordan *Dagen* kan fremme livsmestring.

Når vi leser en bildebok settes flere prosesser i gang og både forfatter og illustratør har et mål om å bevege oss eller få oss til å reflektere over det vi leser og ser. “The emotions we

experience are not primarily those of the characters, they are our own, in the contexts we imagine” (Oatley, 2011, s. 115). Det første møtet med parateksten og bokens bakside, med mørke farger og en baksidetekst som beskrev hovedpersonens tunge dag, kan leseren kjenne seg igjen i egne erfaringer med vanskelige dager og opplevelsen av å ikke bli møtt på følelsene sine. Mange kan ha opplevd at en nær omsorgsperson ikke har tatt en på alvor når man har følt på vanskelige dager.

Opplevelsen av å ikke bli møtt eller forstått, er sterk, og følelsene som man har erfart tidligere kan bli aktivert når man setter meg inn i historien til Po. Ved å identifisere oss med karakterenes følelser og opplevelser, kan vi oppleve empati, som igjen gjør at vi kan relatere oss til fortellingen på et dypere nivå. Vi kan også oppleve empatisk «mirroring» når vi selv blir påvirket av for eksempel Po sine følelser, ved at vi blir lei oss når vi ser at Po er lei seg og sliten. Eller glad når vi ser på siste oppslag i boken og ser at Po er glad og har det bedre. Vår oppfatning av andres emosjonelle uttrykk innebærer ikke bare passiv observasjon, men en aktiv deltakelse i følelsesmessige interaksjoner med andre mennesker (Oatley, 2011).

Hvis vi knytter dette opp mot livsmestring, vil liten evne til å ta andres perspektiv gjøre det vanskelig å ta del i samfunnet, Per Thomas Andersen uttrykker det slik: “Hvis du ikke kan leve deg inn i hvordan andre har det, kan du verken være en god partner, en velfungerende forelder eller et gagnlig samfunnsmenneske” (Andersen, 2011, s. 19). Vi ser her at hvis vi evner å praktisere empati, bidrar det til å styrke egen livsmestring.

Når man leser oppslag 17 og spesielt replikkene til Po “- Jeg har det så fælt, sier Po./ - Jeg vil bare bort, sier Po” merker vi at Dahle jakter medfølelse hos leseren, samt å prøve å fremkalle følelser som gjør at man kan sette seg inn i Po sin fortvilelse. Vi ser her at litteratur kan være et betydningsfullt verktøy for sosialisering og utvikling av empati hos barn (Nikolajeva, 2012, s. 274). Oatley (2011) påpeker at skjønnlitteratur ofte har blitt betraktet som en skapelse av forfatteren alene. Men det er egentlig en felles skapelse av forfatter og leser, en felles skapelse av en imaginær, men bevisst verden som har følelser i sentrum.

Følelser hos mennesker er en prosess der hendelser er relatert til formål og dermed til meninger. Det forfatteren gjør er å tilby ledetråder eller forslag, slik at leseren kan starte og opprettholde scener i fantasien, og på den måten oppleve meningsfulle følelsesmessige reaksjoner som reflekterer karakterenes sinn (Oatley, 2011, s.132).

En ting er hvordan vi klarer å tilegne andres emosjoner, men hvordan vi reagerer på dem er vel så viktig når vi tenker på livsmestringsbegrepet og psykisk helse. En ny studie publisert i fagtidsskriftet *Emotion* i mars 2023 viser at reaksjonene på negative følelser spiller en betydelig rolle i opplevelsen og håndteringen av livet (Willroth et al, 2023, s.1).

“In turn, how people judge their emotions — as predominantly positive or negative — may have crucial implications [sic] for psychological health” (Willroth et al, 2023, s.1). Hvis man vurderer negative følelser, slik som: Nedstemthet, tristhet, og frykt, og tenker at dette er følelser man ikke skal ha og ser på de som feilaktige eller meningsløse - kan det være en avgjørende faktor for psykisk helse (Willroth et al, 2023, s.2). Mange kan tenke at negative følelser er noe som ikke er bra og at det vil gjøre mer skade å ha disse tankene, men det å vektlegge dem for mye viser seg å ha en langt verre påkjenning for psyken.

Dette antyder at våre emosjonelle vurderinger og holdninger kan spille en rolle i hvordan vi opplever og håndterer ulike utfordringer i livet. Det å anerkjenne og forstå våre følelser som verdifulle og meningsfulle kan bidra til å fremme trivsel og god psykisk helse (Willroth et al, 2023).

Ved å sette seg inn i karakterens ståsted gjennom resonans til egne følelser, vil man oppleve en følelsesmessig reaksjon mens man leser. Hvis disse følelsene bidrar til å dvele med opplevelsene som man selv har opplevd, vil det ikke bidra til psykisk helse. Begge perspektiver understreker at livsmestring innebærer å utvikle en bevissthet rundt og akseptere negative følelser som en del av livet. Ved å se på Oatleys (2011) mirroring begrep og forskningen som blir fremstilt av Willroth et al. (2023) i tilnærming til livsmestring, kan man oppleve å bedre håndtere følelsesmessige utfordringer som måtte oppstå.

4. Avsluttende refleksjoner og bildeboken: Dagen sin relevans for livsmestring.

I det siste kapitlet vil jeg først oppsummere mine refleksjoner i løpet av denne oppgaven, for så å gjøre rede for funnene knyttet til *Dagen* sin relevans for livsmestring. Gjennom min analyse har jeg utforsket ulike konsepter som er relatert til problemstillingen i min masteroppgave: Hvordan tematiseres emosjonelle tilstander og prosesser i bildeboken *Dagen* (2021) og hvordan kan boken ha relevans for skolens arbeid med livsmestring? Den første delen av problemstillingen min ble besvart i kapittel 3 og den siste delen blir oppsummert her i kapittel 4.1.

I min oppgave har jeg gjennomgående betraktet begrepet livsmestring fra et norskfaglig perspektiv. Nå, mot slutten av oppgaven, ønsker jeg å formidle hvordan bildeboken *Dagen* kan fungere som en arena for å øve på livsmestring.

Når valget mitt falt på *Dagen* tenkte jeg at det var en unik bok som formidlet et tema som ikke ofte kommer frem i bøker for barn. Jeg tenkte først at den litt triste boken kunne bli vanskelig for barn å forstå, og at den kanskje ville treffe spesielt godt med de som opplever depressive tanker. Derfor tenkte jeg at det ville være hensiktsmessig for barn å lese den sammen med en voksen, slik at de kunne se at det er nyttig å åpne opp om hvordan man har det. Samtidig ville jeg at de voksne skulle erkjenne viktigheten av å ikke bagatellisere barns følelser. Etter min mening treffer denne boken bredt og kan bli brukt på flere måter.

Etter å ha lest den flere ganger så jeg at boken er en fin inngangsport for å kunne sette seg inn i andres emosjonelle tilstand, og samtidig utvikle empati, noe jeg ser på som ekstremt viktig og noe jeg mener er vesentlig for å ta del i samfunnet. Det holder ikke å ha kunnskap om hvordan man skal oppføre seg for og ta del i samfunnet, man må også kunne sette seg inn i andres situasjoner og perspektiver. Grunnen til at det er viktig å sette seg inn i andres ståsted er for å forstå og respektere andres situasjoner, slik at man kan utvikle gode og sterke relasjoner med andre mennesker. Man etablerer tillit til andre mennesker og blir bedre på å håndtere konflikter, fordi man kan se situasjoner fra ulike ståsted og dermed ta hensyn til andre menneskers behov og interesser.

Det å være raus med andre følelsesmessig, bør alle bli flinkere på. Barn trenger trygge rammer for å utforske følelsene. I denne oppgaven ble dermed det empatiske spekteret

grundig belyst. Empati er en av nøklene til livsmestring og rett og slett en grunnleggende ferdighet som er essensiell for å skape et rettferdig og mer inkluderende samfunn.

Med dette i tankene håper jeg at *Dagen* kan bli brukt i forbindelse med skolens arbeid med livsmestring og at barn kan ta med seg det de lærer og erfarer utenfor skolens område.

4.1. Dagen som øvingsarena for livsmestring

Som forskning har vist, er det stadig økende tilfeller av mentale helsevansker blant unge i dagens samfunn (Krokstad 2022). Gro Dahle har med bildeboken *Dagen* tilgjengeliggjort tematikken rundt barnedepresjon og nedstemthet i et format som nettopp treffer de unge, som derfor kan være et verktøy for å håndtere dette. Leseren inviteres til å utforske emosjonelle tilstander og mestring på en trygg måte.

Når barn utforsker fortellinger, særlig sammen med voksne de er glad i - lærer de å legge mer oppmerksomt merke til andre levende skapningers lidelse. Etter hvert kan fortellinger stille barna mer direkte overfor livets ujevne fordeling av lykke og ulykke, og gjøre dem følelsesmessig overbevist om at dette er viktig. (Nussbaum, 2016, s. 34)

Nussbaum (2016) mener fortellinger kan bidra til å utvikle empati og sosiale ferdigheter som er viktige for livsmestring. I historien får vi et innblikk i Po sin utfordrende livssituasjon, sett i sammenheng med Rosenblatt (1995) sin teori kan leseren, gjennom å følge Po sin opplevelse av tomhet og ensomhet i mørket, engasjere seg emosjonelt og prøve å forstå hvordan det er å være i en slik situasjon. Dette kan bidra til å øke empati ved å stimulere leserens evne til å identifisere seg med andres følelser og perspektiver.

Vi ser situasjonen til Po over flere oppslag som igjen gjør at man kan sette seg godt inn i opplevelsen til Po samt reflektere over og gå nærmere til verks på enkelte symboler og setninger på de ulike oppslagene. Dette kan bidra til å forstå egne følelser og tankemønstre, kanskje enkelte lesere kan relatere seg til Po og dermed oppleve at “det er normalt å ha det sånn”. Eller se at andre også har foreldre eller nære personer som heller ikke alltid forstår hvordan de har det.

Som lærer vil jeg bruke bildebøker som en mulig læringsarena for at barn skal utarbeide livsferdigheter.

Livsmestring blir også satt i forbindelse med psykisk helse og hvis man kan oppleve ulike situasjoner og perspektiver gjennom fortellinger, er dette en god arena for å oppleve ulike emosjoner og følelser og bli konfrontert med hvordan vi reagerer på dem. Som lærer kan jeg hjelpe elever å sette ord på følelsene og hvis følelser som tristhet, frykt eller at man kjenner på samme fortvilelse som Po oppstår, kan jeg veilede og hjelpe dem å akseptere disse følelsene. Ved å engasjere seg i boken og utforske dens emosjonelle temaer, kan leseren utvikle perspektivtaking, evne til å reflektere og evnen til å håndtere ulike situasjoner og relasjoner på en mer hensiktsmessig måte.

Ved å bruke bildeboken *Dagen* som øvingsarena, kan man erfare og utforske emosjonelle aspekt, tilegne seg andres følelser, samt undersøke hvordan man reagerer på følelser som oppstår. Alle følelser er ok, men det er hvordan man lar dem påvirke oss og hvordan man håndterer dem, som er vesentlig.

Ved å ha arbeidet med denne oppgaven vil jeg som lærer være mer bevisst hvordan jeg kan ta i bruk bildebøker for å bruke det som øvingsarena for livsmestring. Det er en god måte for barn å få øve seg på og erfare ulike emosjoner, samt hvilke responser på de ulike emosjonene som kan forekomme for hvert enkelt barn. Som lærer har man mye ansvar og påvirkningskraft overfor elevene og jeg ser på det som svært viktig å legge til rette for at hvert enkelt barn skal få de redskapene som er nødvendige for å ta del i samfunnet.

5. Litteraturliste

Allen, G. (2021). Intertextuality. Taylor and Francis. <https://doi.org/10.4324/9781003223795>

Andersen, P.T., 2011. Hva skal vi med skjønnlitteratur i skolen?

<https://docplayer.me/383073-Hva-skal-vi-med-skjonnlitteraturen-i-skolen.html>

Birkeland, T. & Mjør, I. (2012). Barnelitteratur: Sjangrar og teksttypar. Cappelen Damm AS.

Bjorvand, A.-M. (2012). Når barn leser bildebøker. I A.-M. Bjorvand, & E. S. Tønnessen (red.), Den andre leseopplæringa. Utvikling av lesekompetanse hos barn og unge. 2. Utgave. (ss. 69-80). Universitetsforlaget.

Bjørkøy, A.-M. B. (2017). Når mor er gullfisk. Edda, 104(1), 43–62.

<https://doi.org/10.18261/issn.1500-1989-2017-01-04>

Bjørlo, B. W., & Goga, N. (2020). Bildebokanalyse. I Master i norsk: Metodeboka 1 (s. 62–79). Universitetsforlaget.

Bjørndal, K. E. W., & Bergan, V. (2020). Skape rom for folkehelse og livsmestring i skole og lærerutdanning. Universitetsforlaget.

Cappelen Damm (2022) Biografi om Gro Dahle.

<https://cappelendamm.no/forfattere/Gro%20Dahle-scid:401>

Chevalier, J., & Gheerbrant, A. (1996). The Penguin Dictionary of Symbols. Penguin Books.

Dahle, G., & Nyhus, K. D. (2021). Dagen (1. utgave.). Cappelen Damm.

Dalland, O. (2017). Metode og oppgaveskriving (6. utg.). Gyldendal Akademisk.

Evensen, M., Hart, R., Godøy, A. A., Hauge, L. J., Lund, I. O., Knudsen, A. K. S., Grøtting, M. W., Surén, P. & Reneflot, A. (2021). Impact of the COVID-19 pandemic on mental healthcare consultations among children and adolescents in Norway: a nationwide registry study . <https://www.medrxiv.org/content/10.1101/2021.10.07.21264549v2.full.pdf>

Fallmyr, Ø. (2020). Følelshåndtering og relasjonsbygging i skolen: en emosjonsfokusert tilnærming (2. utgave.). Universitetsforlaget.

- Gadamer, Hans-Georg. (2010). "Tidsavstandens hermeneutiske betydning". Sannhet og metode. Grunntrekk i en filosofisk hermeneutikk. Oslo
- Genette, Gérard (1997). Paratexts: Thresholds of Interpretation. Cambridge University Press.
- Gentikow, B. (2005), Hvordan utforsker man medieerfaringer? Kvalitativ metode, IJ-forlag, Kristiansand.
- Gross, J. J. (2015). The Extended Process Model of Emotion Regulation: Elaborations, Applications, and Future Directions. *Psychological Inquiry*, 26(1), 130–137.
<https://doi.org/10.1080/1047840X.2014.940781>
- Hallberg, K. (1982). Litteraturvetenskapen och bilderboksforskningen. *Tidsskrift för litteraturvetenskap* vol. 3-4, s. 163-168.
- Hammond, M. M. & Kim, S. J. (2014). Rethinking Empathy through Literature. Taylor and Francis. <https://doi.org/10.4324/9781315818603>
- Heradstveit, B. og Bjørge, T. 1992. Politisk kommunikasjon: Introduksjon til semiotikk og retorikk. Oslo: Tano AS
- Jakhelln, R. Leming, T. (2009). Emosjoner i forskning og læring. Tiller, T. (Red.), Eureka forlag. <https://munin.uit.no/bitstream/handle/10037/3378/book.pdf?sequence=1>
- Johannesen. (2019). Bildebøker og emosjonelle lesereaksjoner. *Edda*, 106(4), 279–293.
<https://doi.org/10.18261/issn.1500-1989-2019-04-04>
- Kress, G. (2003). Literacy in the New Media Age. Routledge.
<https://doi.org/10.4324/9780203299234>
- Kriström, A. K. 2008. De gränslösa böckerna. Om Hans Alfredson och Barbro Lindgren i 60- och 70-talens allålderslitteratur. Stockholm: Eriksson & Lindgren.
- Krokstad, S., Weiss, D. A., Krokstad, M. A., Rangul, V., Kvaløy, K., Ingul, J. M., Bjerkeset, O., Twenge, J. & Sund, E. R. (2022) Divergent decennial trends in mental health according to age reveal poorer mental health for young people: repeated cross-sectional population-based surveys from the HUNT Study, Norway *BMJ Open* 2022;12:e057654. doi: 10.1136/bmjopen-2021-057654 <https://bmjopen.bmj.com/content/bmjopen/12/5/e057654.full.pdf>
- Kümmerling-Meibauer, B (2014). Picturebooks: Representation and Narration. Routledge.

Kunnskapsdepartementet. <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/nou-2015-8/id2417001/>

Kunnskapsdepartementet (2017). Overordnet del – verdier og prinsipper for grunnopplæringen. Fastsatt som forskrift ved kongelig resolusjon. Læreplanverket for Kunnskapsløftet 2020. <https://www.udir.no/lk20/overordnet-del/prinsipper-for-laring-utvikling-og-danning/tverrfaglige-temaer/folkehelse-og-livsmestring/>

Kunnskapsdepartementet (2019). Læreplan i norsk (NOR01-06). Fastsatt som forskrift. Læreplanverket for Kunnskapsløftet 2020. <https://data.udir.no/k106/v201906/laereplaner-lk20/NOR01-06.pdf>

Kvale, S. & Brinkmann, S. (2015). Det kvalitative forskningsintervju (3. utg.). Oslo: Gyldendal akademisk.

Lothe, J. (2003). Fiksjon og film. Narrativ teori og analyse (2. utg.). Oslo: Universitetsforlaget.

Løvland, A. (2010). Multimodalitet og multimodale tekster. Viden om Læsning, (7), 1-5. <https://videnomlaesning.dk/media/1607/anne-lovland.pdf>

Martinez, M., Harmon, J., Hillburn-Arnold, M., Willburn, M., (2020). An Investigation of Color shifts in Picturebooks. Journal of Children's Literature (Vol. 2020:46). <https://www.proquest.com/openview/60c3f7fed6d90c84191f845986f5c4cc/1>

Mathiesen, K. S., Kjeldsen, A., Skipstein, A., Karevold, E., Torgersen, L., & Helgeland, H. (2007). Trivsel og oppvekst, barndom og ungdomstid. In Folkehelseinstituttet (Ed.), (Vol.2007:5). www.folkehelseinstituttet.no: Folkehelseinstituttet.

Meld. St. 28 (2015-2016). Fag – Fordypning – Forståelse: *En fornyelse av Kunnskapsløftet*. Kunnskapsdepartementet

Miall, D. S., & Kuiken, D. (2002). A feeling for fiction: becoming what we behold. *Poetics (Amsterdam)*, 30(4), 221–241. [https://doi.org/10.1016/S0304-422X\(02\)00011-6](https://doi.org/10.1016/S0304-422X(02)00011-6)

Nergård, M. E. (2011). Bildenes dronning og baklandet. Kirke og Kultur, 116(1), 42–49. <https://doi.org/10.18261/ISSN1504-3002-2011-01-05>

NOU 2015: 8. Fremtidens skole – Fornyelse av fag og kompetanser.

Nikolajeva, M. (1998). *Barnbokens byggklossar*. Studentlitteratur.

- Nikolajeva, M. (2000). *Bilderbokens pusselbitar*. Lund: Studentlitteratur.
- Nikolajeva, M., & Scott, C. (2006). *How Picturebooks Work*. Routledge. <https://doi-org.ezproxy.uis.no/10.4324/9780203960615>
- Nicolajeva, M. (2010). *Interpretative codes and implied readers of children's picturebooks*. I T. Colomer, B. K. Meibauer, & C. Silva-Díaz(red.), *New Directions in picturebook research* (ss. 27-40). New York: Routledge.
- Nikolajeva, M. (2012). Reading Other People's Minds Through Word and Image. *Children's Literature in Education*, 43(3), 273–291. <https://doi.org/10.1007/s10583-012-9163-6>
- Nikolajeva, M. (2013). Picturebooks and Emotional Literacy. *The Reading Teacher*, 67(4), 249–254. <https://doi.org/10.1002/trtr.1229>
- Nikolajeva, M. (2014). The Penguin Looked Sad. *Picturebooks, Empathy and Theory of Mind*. I B. Kümmerling-Meibauer (red.) (2014): *Picturebooks. Representation and Narration*. New York: Routledge. s. 121-138.
- Nussbaum, M. C. (2016). *Litteraturens etikk. Følelser og forestillingsevne*. Oslo: Pax forlag
- Oatley, K. (2011). *Such Stuff as Dreams: The Psychology of Fiction*. Wiley-Blackwell.
- Ommundsen, Å.M. (2007). Kanskje det fins flere helt usynlige jenter? *Bildeboka Snill av Gro Dahle og Svein Nyhus*. I A-M. Bjorvand & S. Slettan (red.) (2007): *Barneboklesninger. Norsk samtidslitteratur for barn og unge*. Bergen: Fagbokforlaget. s. 204-217.
- Ommundsen, Å. M. (2016). *Billedbøger mellem læsere. Kontroversielle billedbøger i Norge og Danmark*. (s. 29-48). <https://hdl.handle.net/10642/5184>
- Ommundsen, Å. M. (2018). *Bildeboka*. I R. S. Stokke & E. S. Tønnessen (Red.), *Møter med barnelitteratur: introduksjon for lærere* (s. 149-170). Universitetsforl.
- Piaget, J. (1970). Piaget's theory. In P. H. Mussen (Ed.), *Handbook of child psychology* (Vol. 1, pp. 703-732). Wiley.
- Pinker, S. (2011). *The Better Angels of Our Nature: Why Violence Has Declined*. Viking Penguin.

- Rakel, R. E. (1999). Depression. *Prim Care*. 1999 Jun;26(2):211-24. doi: 10.1016/s00954543(08)70003-4. PMID: 10318745.
- Rhedin, U. (1992). *Bilderboken: På väg mot en teori*. (Doktorgradsavhandling, University of Gothenburg)
- Rosenblatt, L. M. (1995). *Literature as exploration* (fifth edition). New York: The Modern Language Association of America.
- Salisbury, M., & Styles, M. (2012). *Children's Picturebooks: The Art of Visual Storytelling* (2. utg.). Laurence King Publishing.
- Solstad, T. (2018). *LES MER! Utvikling av lesekompetanse i barnehagen*. 2.utgave. Oslo: Universitetsforlaget.
- St. meld. nr. 28 (2015-2016). *Fag – Fordypning – Forståelse — En fornyelse av Kunnskapsløftet*. Kunnskapsdepartementet.
<https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/meld.-st.-28-20152016/id2483955/?ch=1>
- Sipe, L. R., & McGuire, C. E. (2006). Picturebook Endpapers: Resources for Literary and Aesthetic Interpretation. *Children's Literature in Education*, 37(4), 291–304.
<https://doi.org/10.1007/s10583-006-9007-3>
- Thacker, D. C. (2011). *Symbolism in Children's Books*. Routledge.
- Thibodeau, P. H., & Boroditsky, L. (2011). Personification: A cognitive perspective. *Language and Cognitive Processes*, 26(9), 1427-1455. doi: 10.1080/01690965.2010.543279
- Traavik, I. (2012). *På liv og død: Tabu i bildeboka: Analyser og refleksjoner*. Gyldendal akademisk.
- Tørnby, H. (2020). *Picturebooks in the classroom*. Fagbokforlaget.
- UNICEF. (2012). *Global Evaluation of Life Skills Education Programmes*. Evaluation Office, (August), 177. <https://evaluationreports.unicef.org/GetDocument?fileID=241>
- UNICEF. (2021). *Comprehensive life skills framework*.
<https://www.unicef.org/india/media/2571/file/Comprehensive-lifeskills-framework.pdf>

Videbech, P. (2020). *Hvad er depression? Bliv klogere på årsager behandlinger og forebyggelse*. Fadl's forlag.

Wall, Barbara. 1991. *The Narrator's Voice. The Dilemma og Children's Fiction*. Basingstoke: Macmillan

Wehus, W. (2021, 07. Oktober). Dagen [Anmeldelse av boken Dagen, av G. Dahlen. Barnebokkritikk. <https://www.barnebokkritikk.no/dagen-som-aldri-tar-slutt/>

Willroth, E. C., Young, G., Tamir, M., & Mauss, I. B. (2023). Judging Emotions as Good or Bad: Individual Differences and Associations with Psychological Health. *Emotion*. Advance online publication. <https://dx.doi.org/10.1037/emo0001220>

World Health Organization. (2003). *Skills for Health: Skills-Based Health Education Including Life Skills: An Important Component of a Child-Friendly/Health-Promoting School*. <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/42818/924159103X.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Zunshine, L. (2003). *Theory of Mind and Experimental Representations of Fictional Consciousness*. USA: The Ohio State University.

Zunshine, L. (2004). *Richardson's Clarissa and a Theory of Mind*. Ashgate publishing.

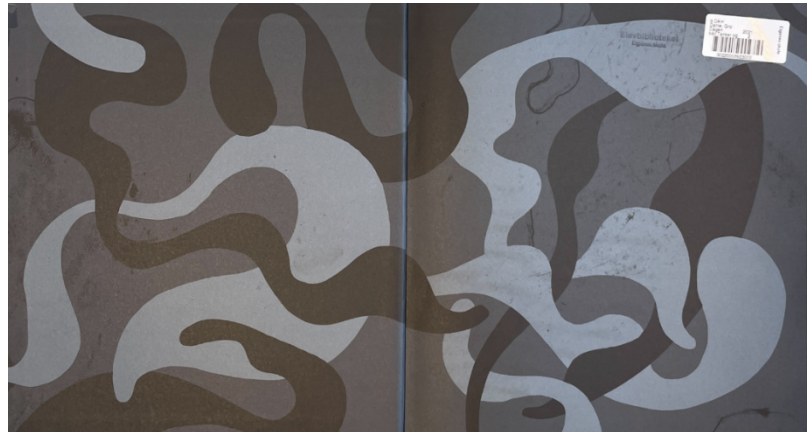
Zunshine, L. (2006). *Why we read fiction. Theory of mind and the novel*. USA: The Ohio State University.

Vedlegg 1:

Dette vedlegget viser de mest relevante oppslagene å ta med i oppgaven. De er alle hentet fra *Dagen* (2021) skrevet av Gro Dahle og illustrert av Kaia Linnea Dahle Nyhus.



Forsiden



Innsidepermen



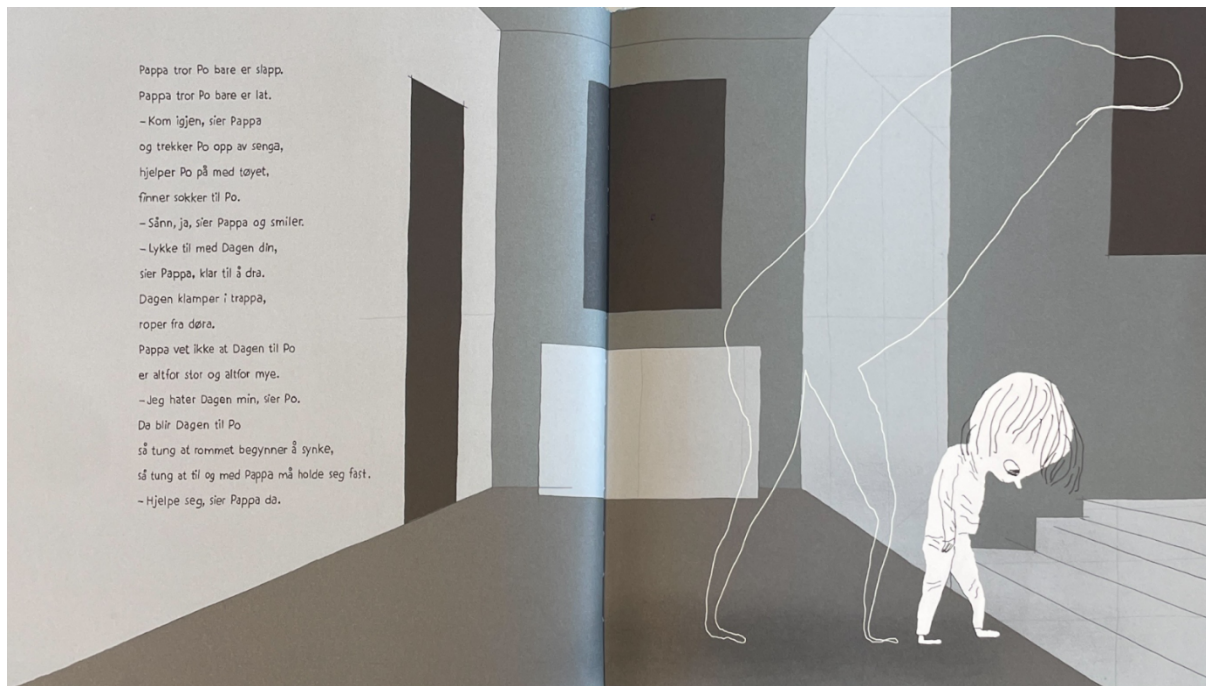
Preliminærsidene



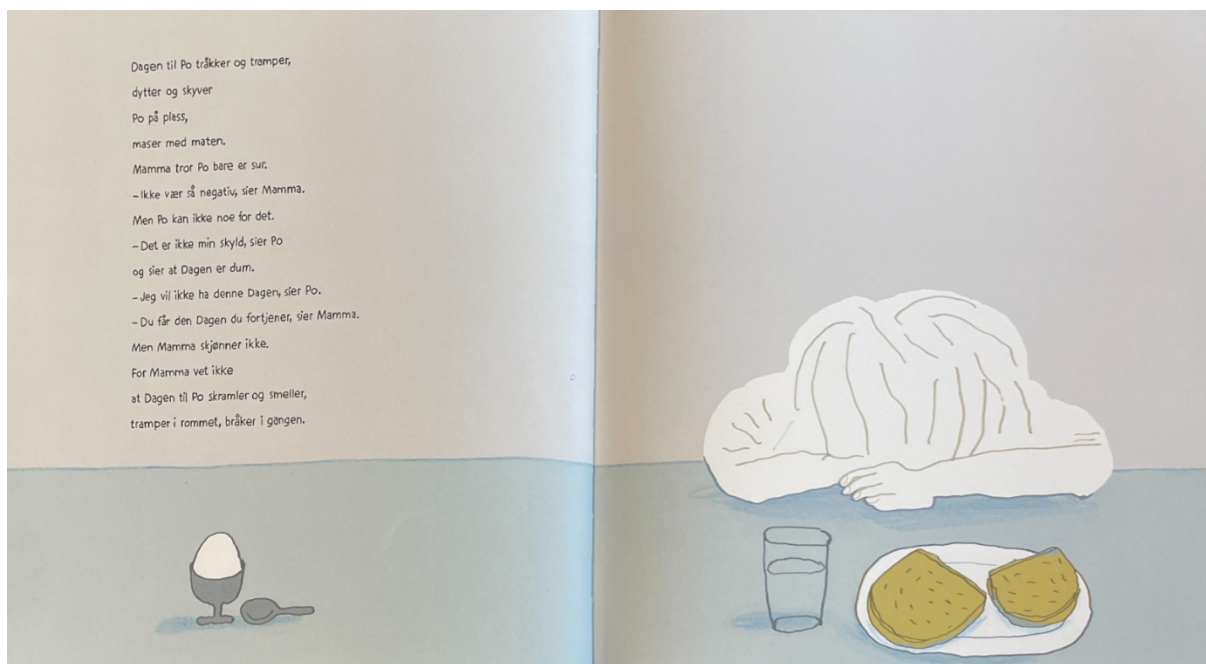
Oppslag 1



Oppslag 2



Oppslag 3



Oppslag 4



Oppslag 5



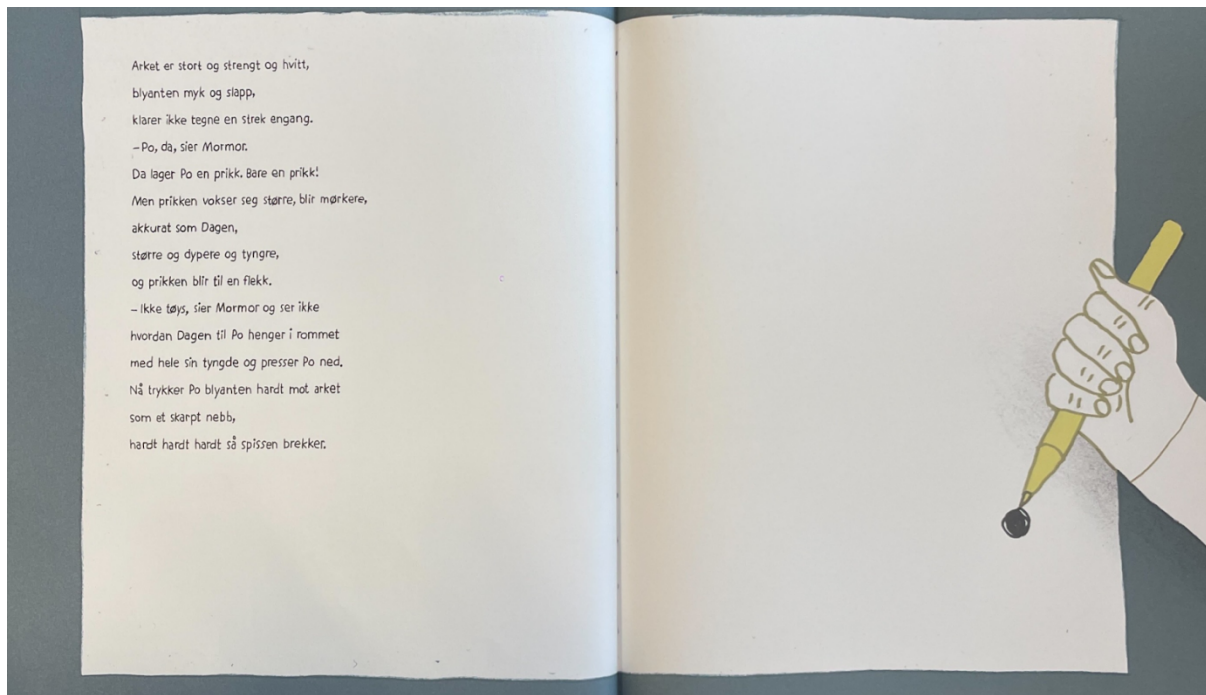
Oppslag 6



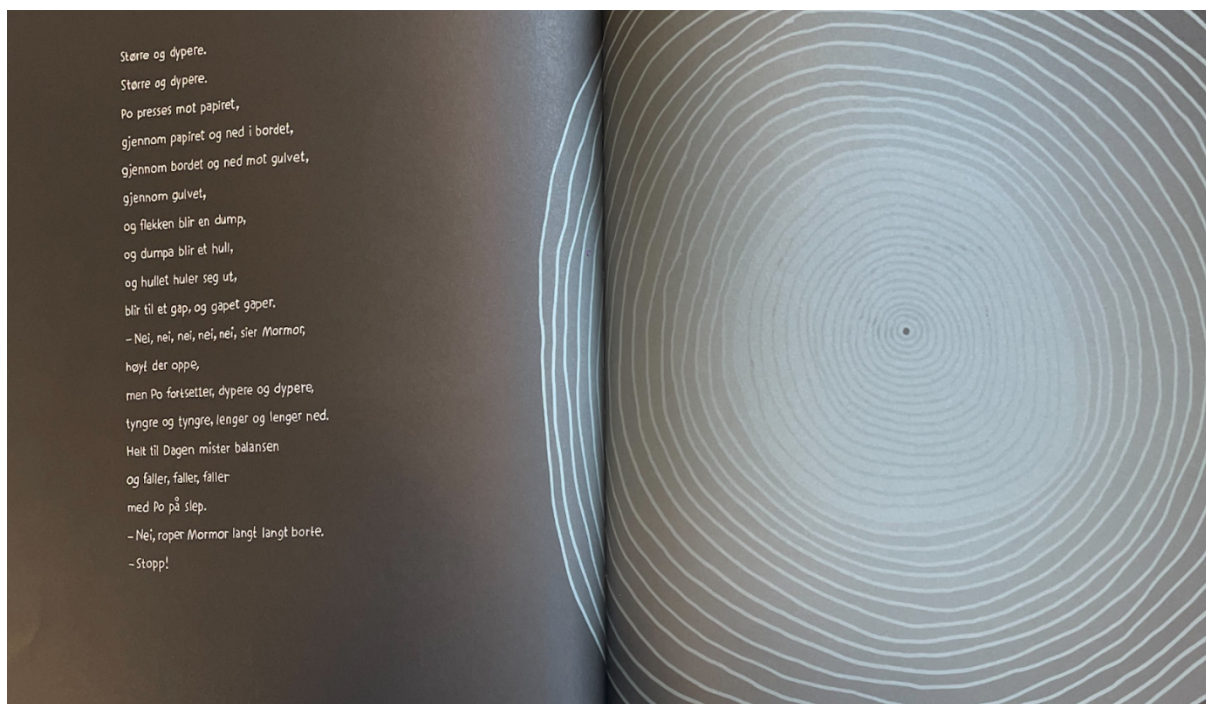
Oppslag 8



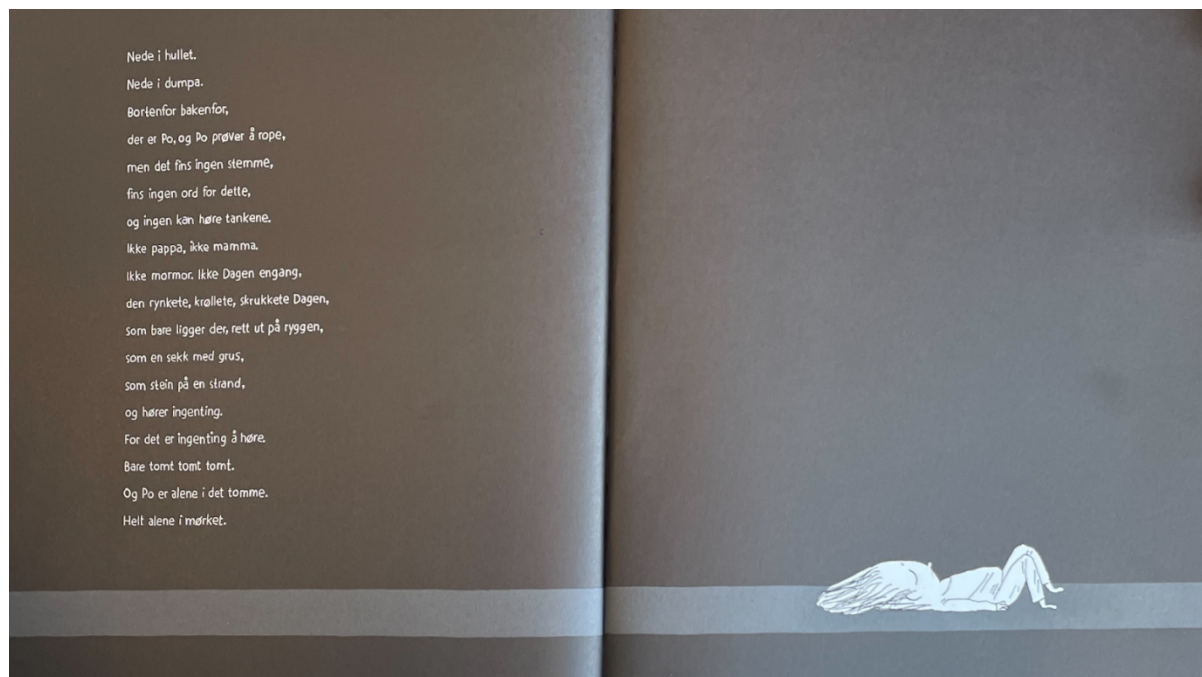
Oppslag 9



Oppslag 10



Oppslag 11



Oppslag 14



Oppslag 16



Oppslag 17



Oppslag 18



Det er lang vei, mange skritt å gå.
– Kom igjen, sier Dagen og skyver.
– Ett skritt om gangen, sier Dagen
og gir vind i ryggen, peker
på rare hunder, forsiktige katter.
For det fins fine ting i Dagen,
Det fins ting som blinker
i nesten alle dager.

Se! Pappa kommer på sykkel,
og Po får sitte bakpå,
og Mamma er der også, støtter med hånden.
– Er vi venner nå? spør Dagen.

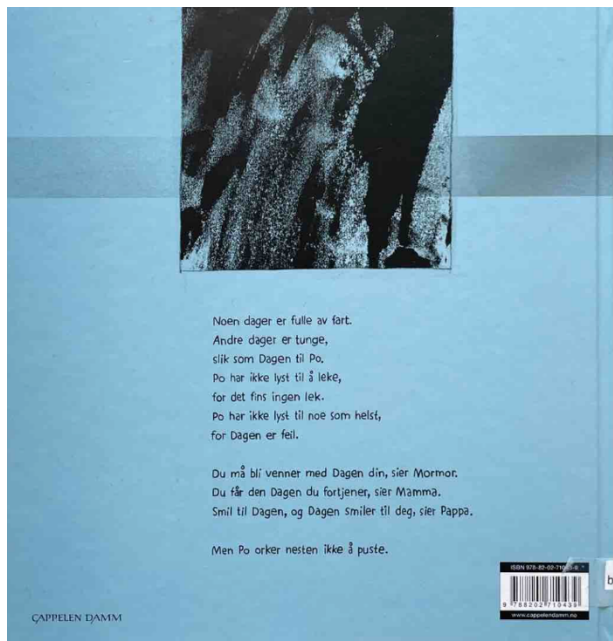
Oppslag 19



Det blir bedre. Det blir lettere.
Det blir andre Dager, nye Dager.
Og Dagen har sko på beina
og spør om Po vil klatre,
for denne Dagen er en klatredag,
en gyngedag, en svevedag.
Po er tung i beina, men det er fint i treet.
Det er vind i bladene, luft og lys.
Det er plass til de som vil klatre,
til de som vil gyngje,
og til de som bare vil sitte på bakken.

– Middag! roper Pappa.
Og Po kjenner etter,
jo, magen er sulten.
Og Dagen er en venn
som løper foran gjennom gresset!
Smilegress og sol
og verdens beste spagetti.

Oppslag 20



Baksiden