

SKRÆMMENDE SKØNT

Er du vild med et godt gys? Det føles måske som lidt af et paradoks, men nydelsen ved gys har faktisk en funktion. Du træner nemlig at håndtere negative følelser og faresituationer

TEKST
JOSEFINA
ESTRADA IL-
LUSTRATION
FILMPLAKAT
TIL JAWS



En lun sommeraften på en strand. To berusede, unge mennesker løber grinende mod havet. Kvinden er hurtigst og hopper i, mens manden er bagefter. Hun svømmer væk fra bredden, kalder på ham, men han er stadig på land. Perspektivet skifter, og vi ser nu kvinden nedefra. Hendes ben sparker, så hun holder sig oven vande. Musikken intensiveres. I hurtige ryk kommer benene tættere og tættere på.

Sådan begynder Steven Spielbergs gyserseriefilm *Jaws* (på dansk *Dodens gab*) fra 1975, og selv de, der ikke har set den, vil kunne gætte, hvad der sker efterfølgende: Kvinden bliver ædt af en haj. Eller stærkt skambidt. Uanset hvad, det ender ikke godt for hende. Den søde følelse af panik, vi oplever i takt med, at musikken intensiveres, og benene kommer tættere på, er velkendt for gyserseriefilmfans. Det er uhyggen, der gør, at vi ser gyserseriefilm. Men hvorfor er det så lystfyldt at blive skræmt? Det forklarer gyserseriefilmforsker Mathias Clasen:

»Vi er biologisk indrettet til at føle nydelse ved negative følelser, der udløses i en sikker kontekst. Det vil sige, vi nyder at blive skræmt, så længe vi sidder sikkert i sofaen. Det skyldes, at vi på den måde træner vores måde at håndtere ubehag, kriser og farer på,« forklarer forskeren.

Det lystfyldte ubehag er typisk for gyserseriefilm, men det er også til stede, når vi f.eks. kaster os ud i bungyjump og eks-

Trænger du til et godt gys?

Gyserfilmforskerens 10 anbefalinger:

- ▶ The Exorcist – 1973
- ▶ Jaws (Dødens gab) – 1975
- ▶ Halloween (Maskernes nat) – 1978
- ▶ The Thing (Det grusomme udefra) – 1982
- ▶ Nightmare on Elm Street (Morderisk mareridt) – 1984
- ▶ Scream – 1996
- ▶ Drag Me to Hell – 2009
- ▶ The Cabin in the Woods – 2011
- ▶ It Follows – 2014
- ▶ The Witch – 2016

tremssport. Mange af de lege, som børn vender tilbage til, f.eks. fangeleg, kan give samme negative følelsesmæssige stimulering.

Det, der sker, når vi ser en gyserfilm, er, at vi på den ene side føler angst eller afsky og på den anden side logisk ved, at det er en film, som vi kan slukke for når som helst. Vi leger med vores angst, rykker måske grænsen for, hvad vi kan tåle, og over, hvordan vi skal reagere på ubehag. Hjernen skelner ikke mellem følelser i forhold til fiktion og følelser i forhold til virkelige hændelser. Følelser er følelser. Den angst, du føler, når hajen i filmen nærmer sig sit offer, er ægte. Ligesom den tristhed, du mærker, når du ser en film, hvor et kræftramt barn dør, også er ægte. På den måde er det jo ikke for sjov – men alligevel er det. For selv om følelserne er ægte, er filmen ikke virkelighed, og det kan vi hele tiden fortælle os selv. Ydermere kan vi til enhver tid slukke skærmen eller forlade biografen, for vi er i kontrol, og denne pointe er afgørende, fastslår Mathias Clasen:

»Du skal have kontrol for at opleve nydelse ved uhygen. Mareridt minder jo i indhold og struktur om gyserfilm, men ingen opsøger frivilligt mareridt, for det opleves ikke som fiktion. Og du kan ikke afbryde det, når du vil.«

55 PROCENT AF OS VIL GYSE. Ifølge gyserfilmforskeren er det cirka 55 procent af os, der frivilligt opsøger gyserfilm, 15-20 procent går med til at se gys i gode venners selskab, mens 20-25 procent helt undgår gyserfilm. Man skulle måske tro, at det var de mest frygtløse, der så gyserfilm, men sådan hænger det ikke nødvendigvis sam-

men, forklarer Mathias Clasen, som er i gang med et større forskningsprojekt netop for at afdække, hvem det er, der ser gyserfilm.

»Nogle mennesker går i panik, hvis de glemmer deres pung i Fakta. Jeg tror ikke, de folk ser gyserfilm. Til gengæld er der også dem, der valser frygtløst gennem livet, og de keder sig, når de ser gyserfilm,« forklarer han.

Dem, der får mest ud af en gyserfilm, er altså dem, der bliver så skræmt, at de har lyst til at forlade biografen, men samtidig er så nysgerrige, at de er nødt til at blive.

Selvom du træner farehåndtering, når du ser gyserfilm, mener Mathias Clasen ikke, at alle bør se dem:

»Jeg ville aldrig anbefale folk med alvorlige angstlidelser at se gyserfilm. Man skal nok heller ikke vise gyserfilm for børn,« siger han og forklarer, at børnene endnu ikke har den neurologiske ballast, der skal til for at kunne adskille fiktion fra virkelighed, og så kan en gyserfilmsoplevelse udvikle sig til et traume. Til gengæld mener han, at forældre bør introducere deres børn langsomt til gys:

»De fleste børn vil på et tidspunkt støde på noget skræmmende – måske en gyserfilm, de ikke er klar til – så man kan som forældre hjælpe sine børn til at skille fiktion fra virkelighed ved at se gyserfilm med dem og sige undervejs »det er ketchup« eller »det er bare en film«. Helt at afskærme sine børn er at gøre dem en bjørnetjeneste.«

Selvom der ikke er meget empirisk forskning på området, er Mathias Clasen sikker på, at gyserfilm gør godt: »Hvis man ikke er et meget neurotisk menneske eller et barn, er gyserfilm jo risikofri erfaring.« **S**

»Jeg ville aldrig anbefale folk med alvorlige angstlidelser at se gyserfilm. Man skal nok heller ikke vise gyserfilm for børn«

Mathias Clasen, lektor og gyserfilmforsker