

Sjokkerende kansellering av karakteranalyse



Jon Sletvold
j-sle@online.no

Ingen oppgitte interessekonflikter.

Det er bare å håpe at vedtaket om å frata Norsk Karakteranalytisk Institutt (NKI) godkjenningen sin blir omgjort så raskt som mulig.



Jon Sletvold

Foto: Henrik Whalby

Det var mildt sagt sjokkerende for meg å motta opplysningen om at Norsk Karakteranalytisk Institutt (NKI) har mistet godkjenning for psykoterapispesialiteten. Mitt sjokk har særlig to årsaker. Den ene grunnen er at jeg på begynnelsen av 2000-tallet var sentral i å utvikle en karakteranalyse for vår tid. Den andre grunnen er at jeg i samme tidsrom var leder av psykoterapiutvalget i Norsk psykologforening, og tok initiativ til å åpne psykoterapispesialiteten for korttids- og metodespesifikke terapiutdanninger.

Eneste og eldste psykoterapitradisjon

Jeg refererer til karakteranalysen som den eldste og eneste norske psykoterapitradisjonen. Selv om dette er riktig, er det jo i seg selv ikke noe argument for at karakteranalysen fortsatt er liv laga. Men det kan være én av mange grunner til å ikke skyve karakteranalyse ut i mørket i en tid hvor den vinner mer og mer internasjonal anerkjennelse (Sletvold, 2025, under trykking).

Når jeg omtaler karakteranalysen som Norges eldste psykoterapi, er det fordi den allerede omkring 1930 ble Harald Schjelderups foretrukne form for psykoanalyse og bidro til at han inviterte Wilhelm Reich til Norge i 1934 (Sletvold, 2010).

Med Norges eneste psykoterapitradisjon mener jeg at karakteranalysen så langt jeg vet er den eneste tradisjonen som er fullt og helt utformet i Norge.

Låst metode kan svekke kvalitet



Før Psykologforeningen konkluderer med avslag, har de mye positivt å si om utdanningen, men det avgjørende punktet ser ut til å være manglende evidens for at det er en «metode». Dette har NKI på ingen måte benektet. For min egen del, ut fra mange års erfaring og min kjennskap til forskningen, vil jeg si at jo mer en psykoterapeut stenger seg inne i en metode, for eksempel kognitiv atferdsterapi eller ISTDP (Intensiv dynamisk korttidsterapi), jo større blir faren for at det går ut over terapiens kvalitet. Om dette går sammen med manglende egenanalyse, øker faren for at karaktermessig rigiditet vil prege terapeutens arbeid (Sletvold, 2022).

Men om vi velger å se metode i bred forstand, kan vi godt si at også karakteranalyse er en «metode». En metode som vektlegger at vi snakker, ikke bare med ord, men med hele kroppen. Hvor begeistret ville ledelsen i Psykologforeningen ha vært for et teaterstykke der skuespillerne bare snakket med ord? Meg bekjent er det ved teaterhøyskolene og NKI at det gis systematisk undervisning i hvordan vi snakker med hele kroppen.

Kroppslig og ikke-verbal

Bernhardt et al. (2000), som har gjennomført en dyadisk dybdeanalyse av en karakteranalytisk terapi, viser til at empiri og teori tyder på at for at terapeuter skal være til hjelp, må de være i stand til å adressere egne erfaringer og følelser med samme åpenhet og fleksibilitet som de forsøker å fasilitere i pasienten. Både terapeut og pasient understreket i denne analysen terapeutens kroppslige oppmerksomhet og bruk av ikke-verbale intervensjoner som avgjørende for den terapeutiske endringen. Betydningen av det kroppslige og ikke-verbale kan, ifølge forskerne, tilskrives terapeutens spesielle teoretiske orientering, karakteranalyse – en kroppsfokusert psykodynamisk tilnærming.

Samtidig bemerker forskerne at omfattende litteratur understreker verdien av terapeutens ikke-verbale kommunikasjon – også på tvers av tilnærminger. Det vil si evnen til å være rotfestet i seg selv, kroppsholdning, øyekontakt og ansiktsuttrykk. På denne måten kan studiens funn ha relevans utover dybdeanalysens spesielle kasus og karakteranalytiske terapier (Bernhardt et al., 2020).

For min egen del vil jeg si at karakteranalysens verdi handler nettopp om fenomenene den setter søkelys på, ikke om navnet på en tradisjon.

Det er bare å håpe at vedtaket om å frata NKI godkjenningen sin blir omgjort så raskt som mulig.

Referanser

- Bernhardt, I. S., Nissen-Lie, H. A. & Råbu, M. (2020). The embodied listener: a dyadic case study of how therapist and patient reflect on the significance of therapist's personal presence for the therapeutic change process. *Psychotherapy Research*. <https://doi.org/10.1080/10503307.2020.1808728>
- Sletvold, J. (2010). Harald Schjelderup og den karakteranalytiske tradisjon. *Tidsskrift for Norsk psykologforening*, 47(1), 16–22. <https://www.psykologtidsskriftet.no/artikkel/2010as01ae-Harald-Schjelderup-og-den-karakteranalytiske-tradisjon>
- Sletvold, J. (2022). Å holde spørsmålene åpne: Hva er karakteranalyse, psykoanalyse, psykoterapi? I J. Sletvold (red.), *Stillheten mellom orda* (s. 13-18). Giutbok.no.
- Sletvold, J. (2025). Utviklingen av karakteranalysen i Norge. *Tidsskrift for Norsk psykologforening*. (Under trykking)