

Karakteranalyse er ikke en løsrevet metode



Alexandra Tenebroso
Fekjær psykiatriske senter

Anne Kulseng Berg
Privat praksis, Oslo

Alexandra Tenebroso er kandidat ved og sitter som leder av medlemsutvalget ved Norsk Karakteranalytisk Institutt.
Anne Kulseng Berg er veileder, lærer og læreanalytiker ved Norsk Karakteranalytisk Institutt. I tillegg sitter hun både i medlemsutvalget og driver etter- og videreutdanningen i arbeid med seksuell helse som holdes i regi av instituttet.

Vi forstår ikke hva Psykologforeningen mener skiller karakteranalysen så drastisk fra våre beslektede naboretninger at vi blir forsøkt definert ut av våre røtter og den psykodynamiske paraplyen.



Alexandra Tenebroso og Anne Kulseng Berg

Foto: Jolanta Nowak

Vi har fulgt debatten rundt hvordan vårt institutt, Norsk Karakteranalytisk Institutt (NKI), har mistet regodkjenningen som spesialitet i psykoterapi hos Norsk psykologforening. Vi har også vært involvert i selve søknadsprosessen og besvarelsen av evidenskravene, og ønsker å adressere noen vesentlige punkter som ikke kommer tilstrekkelig frem i debatten.

Karakteranalyse er en terapiform innenfor paraplyen av psykodynamiske retninger. Opprinnelig en videreutvikling av psykoanalytisk teknikk og teori. Etter hvert har den utviklet seg til å bli en særnorsk tradisjon innenfor psykoanalysen, slik Jon Sletvold påpeker i sitt innlegg datert 09.04.25. De psykodynamiske tilnærmingene hviler på samme fundament og har overlappende evidensgrunnlag. Ulike psykoanalytiske/psykodynamiske retninger vektlegger ulike aspekter av den menneskelige dynamikk og utvikling. En kan si at ulike psykodynamiske retninger innebærer varianter av lytteperspektiver og holdninger.

Slik Vincent Stephen poengterer i sitt innlegg datert den 10.04.25, er det vanskelig å forstå hva Psykologforeningen mener skiller karakteranalysen så drastisk fra våre beslektede naboretninger at vi blir forsøkt definert ut av våre røtter og den psykodynamiske paraplyen.

Ulik behandling



Psykologforeningen ber ikke Norsk psykoanalytisk institutt (NPI) og Institutt for psykoterapi (IPSY) om å fremvise egne separate effektstudier for lacaniansk psykoanalyse kontra klassisk freudiansk psykoanalyse eller kleiniansk objektreasjonsteori som tilnærming. De ovenfornevnte stilartene blir ikke definert som metoder, mens karakteranalysen blir det. Implikasjonen virker å være at karakteranalyse som stilart hadde vært uproblematisk å godkjenne, hadde det ikke vært viet et eget institutt til det?

Som stilart fokuserer karakteranalyse blant annet på typisk væremåte og personlighet – karakter – som viktig variabel i terapeutisk arbeid. Dette synes helt ukontroversielt når det kommer fra våre psykoanalytiske kollegaer (se Killingmo, 2007; Gullestad & Killingmo, 2013; Anthi, 2020). Sentralt i dette er overføring og motoverføring og et konkret fokus på det helhetlige uttrykket pasienten gir i relasjon med terapeuten, noe som plasserer dagens karakteranalyse godt innenfor den store paraplyen relasjonell psykoanalyse, som er vårt evidensgrunnlag.

Karakteranalytisk utdanning skiller seg tydeligst fra våre psykodynamiske slektninger ved en egen karakteranalytisk veiledningsmodell og søkelys på målrettet ferdighetstrening. Særegenhetene ved vår utdanning og tilnærming er ingen statshemmelse, og gjengis ganske åpent også i nyere internasjonal litteratur, deriblant *The Embodied Analyst* (Sletvold, 2014) og *Talking Bodies* (Brothers & Sletvold, 2023).

Den utfordrende kroppen

Så kan vi undres om det som er utfordrende, er den uttalte oppmerksomheten karakteranalysen vier kroppen i psykoterapi. Siden Reich har vi jobbet med å integrere fenomener som kroppslige tilstandsendringer, emosjonsregulering og implisitte relasjonelle mønstre m.m. Fenomener de fleste psykoterapeuter vil kunne anse som rimelig ukontroversielle, i alle fall når de blir presentert under andre godkjente tilnærminger. Det kan virke som om NKIs synd er å ha integrert kunnskap om flere «metoder», og tilby noe mer. Bestanddelene blir godkjent, men ikke helheten.

Vi er altså ikke uenige med Johnson et al. (09.04.25), Høstmælingen et al. (12.04.25) og øvrige kollegaer i påstanden om at klinisk praksis kvalitetssikres blant annet gjennom studier på gruppenivå. Vår reaksjon handler om krumspringet med å skille karakteranalysen ut fra evidensgrunnlaget og felle det som en egen metode, som om den ikke er forankret i veletablert psykodynamisk tradisjon og dens evidensgrunnlag. Enten må alle psykodynamiske retninger forkastes, eller ingen.

For øvrig minner dette om da den norske psykoanalysen ble kastet ut av det internasjonale psykoanalytiske selskapet fordi den ikke var psykoanalytisk nok (Friis Nilsen, 2022). Den norske psykoanalysen var rett og slett for karakteranalytisk.

Referanser

- Anthi, P. R. (2020). Wilhelm Reich's character analysis revisited. *The Scandinavian Psychoanalytic Review*, 43(1), 40–49. <https://doi.org/10.1080/01062301.2020.1797436>
- Brothers, D. & Sletvold, J. (2023). *A New Vision of Psychoanalytic Theory, Practice, and Supervision – Talking Bodies*. Routledge.
- Gullestad, S. E. & Killingmo, B. (2013). *Underteksten – Psykoanalytisk terapi i praksis* (2. utgave). Universitetsforlaget.

- Høstmælingen, A., Bækkelund, H., Coldevin, M., Hagen, R., Herheim, Å., Holmén, A., Lerstad, K., Siqveland, J., Hjelen Stige, S. & Svendsen, H. (2025, 12. april). Hvem er psykologene for? *Tidsskrift for Norsk psykologforening*. <https://www.psykologtidsskriftet.no/artikkel/2025as04ae-Hvem-er-psykologene-til-for->
- Johnson, S. U., Rognan, E. & Hoffart, A. (2025, 9. april). Viktig debatt om evidens og autonomi. *Tidsskrift for Norsk psykologforening*. <https://www.psykologtidsskriftet.no/artikkel/2025as04ae-Viktig-debatt-om-evidens-og-autonomi>
- Killingmo, B. (2007). Relasjonsorientert karakteranalyse: En posisjon i dagens psykoanalyse. *Tidsskrift for Norsk psykologforening*, 44(2), 125–131. <https://doi.org/10.52734/>
- Nilsen, H. F. (2022). *Du må ikke sove – Wilhelm Reich og psykoanalysen i Norge*. Aschehoug & Co.
- Sletvold, J. (2014). *The Embodied Analyst: from Freud and Reich to relationality*. Routledge.
- Sletvold, J. (2025, 9. april). Sjekkerende kansellering av karakteranalyse. *Tidsskrift for Norsk psykologforening*. <https://www.psykologtidsskriftet.no/artikkel/2025as04ae-Sjekkerende-kansellering-av-karakteranalyse>
- Stephen, V. (2025, 10. april). Karakteranalyse er en faglig solid, terapeutisk tilnærming. *Tidsskrift for Norsk psykologforening*. <https://www.psykologtidsskriftet.no/artikkel/2025as04ae-Karakteranalyse-er-en-faglig-solid-terapeutisk-tiln-rming>

