

Utviklingen av karakteranalysen i Norge



Jon Sletvold
Norsk Karakteranalytisk Institutt
j-sle@online.no

Forfatteren oppgir ingen interessekonflikter.

William Reichs opprinnelige karakteranalyse har påvirket dagens praksis og *the turn toward embodiment* innen psykoanalyse og psykoterapi.



Jon Sletvold

Foto: Henrik Whalby

Tradisjonen karakteranalyse har utviklet seg fra siste del av 1920-tallet og fram til i dag. En betydelig andel av utviklingen har foregått i Norge, mye på grunn av psykoanalytikeren William Reich. Reich ble født i 1897 i Østerrike-Ungarn (senere del av Ukraina) og døde i 1957. Som alle jødiske psykoanalytikere måtte Reich forlate Tyskland da Hitler kom til makten i 1933. Han valgte å reise til Danmark. På det tidspunktet hadde han for lengst etablert seg som en ledende og nyskapende psykoanalytiker i kretsen rundt Sigmund Freud (Nilsen, 2022). Deretter kom han til Norge i 1934 etter invitasjon fra professor Harald Schjelderup, og ble her til 1939.

I det følgende redegjør jeg for utviklingen av karakteranalysen i Norge. Jeg tar først for meg Reichs viktigste bidrag, inkludert en beskrivelse av karakteranalytisk vegetoterapi, også kalt orgonterapi. Deretter går jeg inn på hvordan det norske fagmiljøet vendte tilbake til Reichs opprinnelige karakteranalyse. Jeg beskriver i den sammenheng prosessen rundt opprettelsen av Norsk Karakteranalytisk Institutt (NKI) og en moderne karakteranalytisk utdanning. Videre gjennomgår jeg forskning på dagens karakteranalyse i Norge, og ser til slutt på norsk karakteranalyse i en internasjonal kontekst. Her fremkommer det hvordan karakteranalysen, på engelsk betegnet *embodied analysis*, de senere år har blitt sentral i *the turn toward embodiment* (Brothers & Sletvold, 2022b) innen psykoanalyse og psykoterapi.

Reichs to viktigste bidrag



Reichs første viktige bidrag var at han fra 1920-tallet av forsvarte og videreutviklet Freuds teori om seksualiteten som kjernen i nevrosen (Reich, 1942/1978), og utviklet psykoanalysen i retning av det som han kalte karakteranalyse (Reich, 1933/1972). I 1952 blir Reich intervjuet av Kurt Eissler for Freud-arkivene om hans syn på Freud (Higgins & Raphael, 1967). Reich beskriver det han ser som den viktigste forskjellen mellom Freuds syn og sitt eget. Han vektlegger at man i psykoanalysen arbeider med ord og ubevisste ideer, mens karakteranalysen utviklet lesingen av det emosjonelle uttrykk. «Mens Freud åpnet en verden av ubevisste sinn, tanker, ønsker osv., lyktes jeg med å lese emosjonelt uttrykk. Inntil da kunne vi ikke #lese sinnet. Vi kunne bare forbinde verbale assosiasjoner» (Higgins & Raphael, 1967, s. 4, egen oversettelse).

Reich utviklet begrepet karakteranalysen mellom 1925 og 1935. I første del av perioden ledet han det som ble kalt *Det tekniske seminaret* i Wien, som fokuserte særlig på den latente negative overføring. Det essensielle i den opprinnelige karakteranalysen var at Reich identifiserte motstanden ikke så mye i ordenes innhold, men i kommunikasjonens *form*: «i måten pasienten snakker på, ser på og hilser analytikeren, ligger på benken, stemmens preg, graden av konvensjonell høflighet» (Reich, 1933/1972, s. 49, egen oversettelse).

Ved siden av den gamle freudske teknikks «hva» plasserte jeg «hvordan». Jeg visste allerede at «hvordan», dvs. atferdens og kommunikasjonens form, var langt viktigere enn hva pasienten fortalte analytikeren. [...] Jeg lærte i tidens løp å forstå kommunikasjonens form som direkte uttrykk for det ubevisste. (Reich, 1942/1978, s. 152–153, egen oversettelse)

Formuleringene viser at Reich hadde en meget åpen beskrivelse av hva hans nye erkjennelse dreide seg om. Det handlet om å se og ta hensyn også til det som ikke ble sagt med ord. I 1952 sammenfattet han dette som «å lese det emosjonelle uttrykket» (Higgins & Raphael, 1967, s. 4, egen oversettelse). Reichs mål var altså i utgangspunktet ikke å utforme en ny form for psykoanalyse eller psykoterapi.

Det andre viktige bidraget til Reich var at han videreutviklet karakteranalysen til det han kalte karakteranalytisk vegetoterapi eller orgonterapi. Han ble mer og mer interessert i kosmologi og naturfilosofi, og den såkalte orgonteorien. Karakteranalytisk vegetoterapi ble et samlebegrep for den norske tradisjonen, og er begrepet jeg anvender videre i teksten.

I karakteranalytisk vegetoterapi hadde ordet liten plass. I det samme intervjuet som er nevnt over, legger Reich til en fotnote der han i komprimert form sammenfatter nettopp utviklingen fra karakteranalyse til karakteranalytisk vegetoterapi.

Oppdagelsen av *muskelpanseret* nødvendiggjorde utviklingen av en ny teknikk skapt for å frigjøre bundne vegetative energier og derved gjenopprette pasientens vegetative bevegelse. Den senere oppdagelse av *organismisk orgonenergi* («bio-energi») og konsentrasjonen av atmosfærisk orgonenergi ledet til den videre utviklingen av karakteranalytisk vegetoterapi til en inkluderende, biofysisk orgon-terapi. (Higgins & Raphael, 1967, s. 4, egen oversettelse)

Som vi ser, og i kontrast til hans opprinnelige karakteranalyse, begynner Reich å bruke mer avgrensende og tingliggjørende begreper som *karakterpanser*, *muskelpanser* og *bundne vegetative energier*.



Teknikken i vegetoterapi/orgonterapi var å la pasienten ligge seg ned i undertøyet og indusere dyp pust. Terapeuten observerte hvor energien var blokkert, og øvde fra tid til annen press på gjenstridige muskler. Pasienten ble oppmuntret til å rapportere alle «vegetative» fornemmelser av «strømninger». Dette var tegnet på at panseret smuldret, og at pasienten var på vei til å oppleve orgasmerefleksen. Reich var tidlig blitt overbevist om at det han kalte orgasmerefleksen, var det endelige tegnet på psykisk sunnhet (Reich, 1942/1978). Jeg vil senere beskrive hvordan den norske tradisjonen i løpet av 1980- og 1990-tallet forlot den vegetoterapeutiske teknikken til fordel for karakteranalysen.

Av Reichs norske elever var det Ola Raknes som helt og fullt sluttet opp om karakteranalytisk vegetoterapi (Raknes, 1970). Nic Waal ble inspirert av Reich, men reservert seg mot det han kalte *biofysikken*, som hun, som lege, mente hun ikke hadde tilstrekkelig faglig bakgrunn for å ta stilling til.

Etter krigen kom særskilt Raknes og Waal til å vekke interessen for Reich hos en ny generasjon av norske psykoterapeuter, særlig psykologer. Først i 1972 fikk interessen et organisatorisk uttrykk ved at Forum for karakteranalytisk vegetoterapi ble opprettet (Harbitz & Sletvold, 2019). I 1975 ga medlemmer av forumet ut boken *Det levande i muskelpanseret* (Faleide et al., 1975/2007). Einar Dannevig, som var psykolog og psykoanalytiker, skrev innledningen i boken. Her beskriver han det særegne ved den post-reichianske tradisjonen i Norge. Han poengterer at skjønt orgonteorien som lå til grunn for karakteranalytisk vegetoterapi, spilte en stor rolle for Raknes selv, forsøkte han aldri å presse sine elever til å akseptere formuleringer og postulater som ikke var i overensstemmelse med deres egen faglige bakgrunn og personlige erfaring. «Om interessen for de mer orgonteoretiske sider av Reichs arbeider vil øke, vil fremtiden vise» (Dannevig, 1975/2007, s. 12).

Hva *karakteranalytisk* i begrepet karakteranalytisk vegetoterapi sto for, var imidlertid høyst uklart. Mitt inntrykk da jeg ble medlem av Forum for karakteranalytisk vegetoterapi i 1989, var at karakteranalytisk sto for *psykodynamisk*, mens *vegetoterapi* sto for *kroppsterapi* i en eller annen form.

«Og så tror jeg ikke det er karakteranalyse du trenger,» fortsatte hun (Nic Waal). Jeg visste så altfor godt hva karakteranalyse var. Det var å høre igjen og igjen om alle sine feil og mangler.

«Jeg tror du kunne ha godt av litt vegetoterapi nå.» Vegetoterapi, det var å ligge i fred på en divan, slappe av og puste rolig og av og til kjenne ei hånd på stramme steder på kroppen.

Ovennevnte sitater viser til en samtale mellom den norske legen, psykoanalytikeren og barnepsykiateren Nic Waal og forfatter og spesialpedagog Marit Nordby som fant sted på midten av 1950-tallet. Sitatene er hentet fra Nordbys manus «Lyset og den lådne hånda» (Sletvold, 2017, s. 67). Om enn noe spissformulert er de godt egnet til å illustrere kontrasten mellom de to terapiformene Wilhelm Reich utformet: den opprinnelige karakteranalysen og vegetoterapi.

Tilbake til opprinnelig karakteranalyse

De eneste av Reichs elever som holdt fast ved hans opprinnelige karakteranalyse, var Harald Schjelderup (Schjelderup, 1941/1988; Sletvold, 2010) og Tage Philipson (Sletvold, 2017). Schjelderup mente at den opprinnelige karakteranalysen var det viktigste bidraget til psykoterapien etter Freud

(Schjelderup, 1955, 1956; Sletvold, 2010). I Norge ble Nils H. Strand den fremste eleven til Philipson. Han ble også min læreanalytiker (Sletvold, 2017).



Rolf Grønseth var en av de som etablerte Forum for karakteranalytisk vegetoterapi. Senere kom han til å stå for det mest radikale bruddet med nettopp den vegetoterapeutiske teknikken. Han var i utgangspunktet en lojal elev av Ola Raknes, men kom etter hvert i sterk tvil om den vegetoterapeutiske teknikken. Han konkluderte med at det er feil «å gjøre noe med pasienten» (Grønseth, 1991). Arbeidet burde begrenses til å sette ord på det som ble observert. Teoretisk holdt han imidlertid fast ved vegetoterapien og betegnet sin nye tilnærming eksistensiell karakteranalytisk vegetoterapi (Grønseth, 1991; Hanve et al., 2017).

Einar Dannevig foreslo på sin side å gi opp begrepet karakteranalytisk vegetoterapi, og gå tilbake til den opprinnelige karakteranalysen. I 1994 inviterte han til et toårig videregående seminar i karakteranalyse. Seminarene han ledet på siste del av 90-tallet, kom imidlertid til å handle mest om moderne psykoanalyse og lite spesifikt om karakteranalyse. Ikke så merkelig, ettersom det knapt fantes noen oppdatert karakteranalytisk litteratur.

En prosess i siste halvdel av 1990-tallet resulterte i at Norsk Karakteranalytisk Institutt (NKI) ble opprettet i 1999 (Harbitz & Sletvold, 2019). Både den gang og i dag er instituttet så langt jeg vet den eneste utdanningen, både i Norge og internasjonalt, som legger Reichs karakteranalyse til grunn.

Det hører til den norske historien at Reichs karakteranalyse også øvet innflytelse innen Norsk psykoanalytisk forening. Det var sannsynligvis grunnen til at foreningen ikke fikk fornyet sitt medlemskap i Den internasjonale psykoanalytiske forening (IPA) etter krigen (Anthi & Haugsgjerd, 2013; Sletvold, 2014). I de senere år har særlig Per Anthi (2007) og Siri Erika Gullestad (2022) fremhevet Reichs betydning for psykoanalysen i Norge.

Karakteranalysen i Norge i dag

Med dagens karakteranalyse mener jeg retningen som er blitt utformet ved NKI siden slutten av 1990-tallet. Jeg vil fremheve det jeg ser som de viktigste likhetene og forskjellene mellom Reichs opprinnelige karakteranalyse og dagens karakteranalyse.

Den grunnleggende likheten ligger i erkjennelse av at vi snakker like mye med hele kroppen og det vi omgir oss med, som med ord. Den viktigste forskjellen består i erkjennelsen av at det ikke lenger bare er pasientens kropp som snakker til terapeuten, men like mye terapeutens kropp som snakker til pasienten. Med den såkalte relasjonelle vendingen gikk psykoanalyse og psykoterapi fra «å behandle en pasient» til å bli et møte mellom to eller flere som kan ha et godt eller et mindre godt utfall (Jørgensen, 2018; Sletvold, 2014). Pasienter har alltid visst dette. De har på det viset alltid vært karakteranalytikere. Se for eksempel *Ulvemannens* beretning om sin analyse hos Freud (Brothers & Sletvold, 2023; Klevstrand-Kruse, 2024).

Når fokuset blir på møtet mellom to eller flere, oppstår det automatisk et *vi* (Brothers & Sletvold, 2023), et *tredje* (Benjamin, 2017) eller et *nytt felt* (Stern, 2022). Utdanningen ved NKI har tatt sikte på i praksis å bryte med ideen om en terapeut eller en analytiker som behandler en pasient. I stedet er fokuset rettet mot å skape et fruktbart møte. Jeg tror det er riktig å si at utdanningen ved NKI ble en pioner i dette.

I utdanningen legges det vekt på imitasjon for å få en best mulig forståelse av pasienten. Allerede Freud erkjente betydningen av imitasjon. «En vei leder fra identifisering ved hjelp av imitasjon til empati, det vil si, til forståelse av den mekanisme som overhodet setter oss i stand til å ta stilling til en annens sjelsliv» (1921/1955, s.110, fn. 2, min oversettelse). Reich på sin side formulerte det slik:

«Pasientens ekspressive bevegelser skaper automatisk en imitasjon i vår egen organisme. Ved å imitere disse bevegelsene «sanser» vi og forstår uttrykket i oss selv og dermed i pasienten» (1949/1972 s. 362, min oversettelse). I de senere år er denne forståelsen blitt understøttet av studier av medfødt imitasjonsevne hos nyfødte (Meltzoff & Moore, 1995) og oppdagelsen av et speilnevrons system (Gallese, 2009). Samtidig vil jeg her bemerke viktigheten av å forbli ydmyk og unngå overdreven sikkerhet om at vi kan leve oss helt inn i en annen person ved imitasjon.



I tillegg til, og relatert til, imitasjon for å bli kjent med pasienten blir det i dagens utdanning lagt vekt på terapeutens egen opplevelse av og kroppslige reaksjon på pasienten. I både seminarundervisning og veiledning blir det videre vektlagt å styrke evnen til å «keep in mind» både egen opplevelse og pasientens perspektiv.

Mine egne bidrag til utviklingen av dagens karakteranalytiske tradisjon i Norge kan deles i to. En teoretisk del som særlig handler om å fremheve Reichs opprinnelige karakteranalyse (Sletvold, 2010, 2011), som beskrevet tidligere i innledningen. Og en praktisk del som handler om utvikling av nye kroppsfokuserte utdanningspraksiser (Sletvold, 2012, 2013). Bruk av kroppslige øvelser var ikke noe nytt innen post-reichianske terapier og andre kroppsterapier. Det som imidlertid var felles innen disse terapiformene, var at det var pasientens kropp man øvde på å behandle. Høsten 1999, mens jeg ledet mitt første videregående seminar ved NKI, ba jeg den som skulle legge fram kasus, om å stille seg opp og stå som pasienten uten å gi noen verbal informasjon til resten av gruppen først. Dette hadde en frapperende virkning, og ble starten på en pedagogisk praksis der seminardeltagerne både observerer, kjenner på egne reaksjoner og imiterer sin pasient som står, går, ligger eller sitter som «sin pasient», før verbal informasjon om pasienten presenteres (Nylund & Sletvold, 2009; Sletvold, 2012).

Etter hvert utviklet vi ved NKI en veiledningsmetode som bygde på de samme premisene (Brothers & Sletvold, 2023; Sletvold, 2012). Tilnærmingen skiller seg ganske sterkt fra mer veletablerte tilnærminger ved at veileders fokus er på å hjelpe kandidaten til å bevisstgjøre mer av egen erfaring, i stedet for at veileder primært bidrar med egen kunnskap. Kandidaten blir først bedt om å sette søkelys på sine egne kroppslige opplevelser i den situasjonen hen vil utforske, og så imitere pasienten, for deretter å danne seg et bilde av hva som skjer mellom de to.

Dybdeanalyse av karakteranalytisk terapi

Ved Universitetet i Oslo har en forskergruppe som er uavhengig av NKI, relativt nylig utført forskning på dagens karakteranalyse. Forskningen er gjort av Ida Stange Bernhardt, Helene Nissen-Lie og Marit Råbu (2020). De har foretatt en dybdeanalyse av en karakteranalytisk terapi både ved å intervjuere terapeuter og ved å gjøre en dyadisk kasus-studie. Hensikten var å forstå mer av den dyadiske prosessen og hvordan terapeutens måte å være på blir opplevd og reflektert over av både pasient og terapeut. De ønsket å undersøke hvordan terapeutens personlige tilstedeværelse bidrar til forandring, som oppfattet av både pasienten og terapeuten. Resultatet indikerer at terapeutens måte å være på, som opplevd av både terapeut og pasient, beskrives med begrepet *embodied listening*.

Studien legger til grunn en forståelse i tråd med det jeg har pekt på som hovedforskjellen på den opprinnelige en-persons karakteranalysen og psykoanalyse og dagens to-persons karakteranalyse. Mens den klassiske naturlig nok hadde hovedfokus på terapeutens/analytikerens opplevelse av pasienten, er pasientens opplevelse av terapeuten i dag erkjent som minst like viktig, altså det forskerne kaller det dyadiske.

I studien ble 16 terapeuter intervjuet om hvordan de brukte og kombinerte kunnskap fra egen livserfaring og profesjonell ekspertise. Alle arbeidet i det offentlige helsevesenet i Norge. De ble vurdert av sine ledere som i stand til å etablere konstruktive psykoterapi-prosesser med pasienter. Videre ble

terapeutene bedt om å invitere en av sine pasienter til å delta i prosjektet, og forskerne valgte en av de 16 dyadene for en separat analyse.



Valget av dyaden var basert på at studiens mål var å forstå hvordan terapeutens personlige væremåte bidrar til å forme en terapeutisk endringsprosess. Den valgte dyaden utmerket seg ved at den aktuelle terapeuten brukte sin kroppslige, ikke-verbale tilstedeværelse i sitt terapeutiske arbeid. Terapeuten var i ferd med å gjennomføre et femårig utdanningsprogram i karakteranalyse.

Forskerne siterer hvordan terapeuten begynner arbeidet med en ny pasient ved å fokusere på sin egen kroppslige tilstedeværelse for å gripe hva pasienten trenger:

Jeg bruker hele meg på en måte. Jeg spør meg selv: «Hva trenger denne personen fra meg? Med hensyn til emosjonell regulering, liter han for mye på seg selv, eller lener han seg for mye på andre?» Disse spørsmålene manifesterer seg i kroppen. Det er så automatisk, intuitivt og ubevisst for mange. (Stange Bernhardt et al., 2020, s. 6)

Videre fortalte terapeuten at han hadde taklet egne helseproblemer ved ikke å snakke om dem og ved å sette egne behov til side inntil han opplevde det han kalte en kollaps. Han forsto kollapsen som et resultat av å ikke lytte til kroppslige signaler, hverken fysiske eller emosjonelle. Han opplevde sin egen terapeuts kroppslige tilstedeværelse som et viktig aspekt ved den terapeutiske relasjonen som gjorde ham i stand til å bli klar over og forandre sitt maladaptive mønster.

Gjennom oppmerksomheten, intimiteten og autentisiteten som min terapeut viste meg, ble jeg på en måte mer virkelig. Jeg ble viktig. Jeg kunne lett ha gått gjennom år med terapi ved bare å snakke, bli analysert eller vært gjenstand for atferdsterapi, men jeg tror hans måte å være kroppslig til stede koblet seg til meg på et annet nivå – det tillot meg en utvikling fra å være en som tilpasser seg og akkomoderer til hva andre trenger. Dette var kjernes spørsmålet i min personlige terapi. (Stange Bernhardt et al., 2020, s. 6)

I det neste tekstutdraget beskriver pasienten hvordan hun opplevde terapeuten. Beskrivelsen understreker terapeutens helhetlige fokus og hvordan han lyttet til henne med en distinkt kroppslig tilstedeværelse.

Han ga aldri råd i kontrast til hva jeg forventet da jeg startet terapi. Terapien har fungert veldig bra fordi han har gitt meg rom og tid til å snakke om meg selv. Han tar opp og gjentar små ting, og jeg trenger det – at han sier det samme om igjen fra ulike synsvinkler. Så er det hans fokus på de kroppslige aspekter; han kan fortelle meg når jeg er nervøs, og han kan fortelle meg om pusten min, han observerer ... (Stange Bernhardt et al., 2020, s. 6)

Jeg har valgt disse korte utdragene fra en omfattende forskningsrapport. I dagens karakteranalyse er det som sagt ikke bare et spørsmål om at terapeut/analytiker opplever hvordan pasienten snakker med hele kroppen. Prosessen er minst like avhengig av hvordan pasienten opplever terapeuten. Og dermed av hvordan dette møtet skaper et *tredje* eller et *vi*. Pasienten:



Jeg føler vi har kjemi – vi er en god match, som betyr at jeg kan være meg selv sammen med han. Jeg kan bruke min ironi og humor og – kanskje tror han jeg er litt gal av og til, han ler, men han bringer meg alltid tilbake til *sakens kjerne*. (Stange Bernhardt et al., 2020, s. 7)

Terapeuten:

Min utdanning i karakteranalyse utfordret min personlige styrke og sårbarhet, på grunn av fokuset på både den empatiske og den autentiske delen av terapeuten: Det empatiske ved å være i stand til å se og føle den andre personen, det autentiske ved å bli i stand til å komme fram med seg selv på en klarere og mer selvsikker måte. (Stange Bernhardt et al., 2020, s. 9)

Pasienten ga uttrykk for hva hun mente var nødvendig for forandring: «Jeg føler at det er en kroppslig komponent som det trengs å bli arbeidet med. Det er ikke bare tankene, men også hvordan kroppen reagerer på tankene» (Stange Bernhardt et al., 2020, s. 9).

Stange Bernhardt et al. (2020) viser til at både 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. Deres egne funn støtter antagelsen. Terapeutisk meningsfulle og tidsriktige selv-avsløringer var også viktige holdepunkter for å forstå hvordan dette kasuset utviklet seg mot en helsebringende avslutning (Stange Bernhardt et al., 2020).

Både terapeut og pasient i dyaden understreker terapeutens kroppslige fokus og bruk av ikke-verbale intervensjoner som avgjørende for den terapeutiske endringen. Dette kan, ifølge forskerne, tilskrives denne terapeutens spesielle teoretiske orientering, karakteranalyse – en kroppsfokusert psykodynamisk tilnærming (Stange Bernhardt et al., 2020). Samtidig bemerker Stange Bernhardt et al. (2020) 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, ansiktsuttrykk, bruk av mindre lyder (Stange Bernhardt et al., 2020). På denne måten kan studiens funn ha relevans utover dette spesielle kasuset og karakteranalytiske terapier. For min egen del vil jeg si at karakteranalysens verdi handler nettopp om fenomenene den setter fokus på, ikke om navnet på en tradisjon.

Karakteranalysen i internasjonal kontekst

Historien jeg har fortalt så langt, har handlet om en faglig utvikling som har foregått i Norge. Innholdet i fagutviklingen – med vektleggingen på det non-verbale – har etter mitt syn likevel lite med Norge å gjøre, men skyldes historiske omstendigheter. På samme måte var det spesielle omstendigheter som gjorde at objektrelasjonsteori ble utformet i Storbritannia, og selvpsykologi og interpersonlig/relasjonell psykoanalyse ble utviklet i USA. Men få vil hevde at det er noe spesielt britisk eller amerikansk ved disse faglige nyvinningene. Få vil også hevde at det er noe særegent østerriksk/tysk, for ikke å si jødisk, ved den opprinnelige psykoanalysen.

Utviklingen av dagens karakteranalyse representerte en viktig nyvinning (Sletvold, 2005). Det ble naturlig å publisere utviklingen også internasjonalt. Dette resulterte først i tre artikler (Sletvold, 2011, 2012, 2013) og så i boken *The Embodied Analyst – From Freud and Reich to relationality* (Sletvold, 2014). Meg bekjent var dette første gang siden Reichs brudd med psykoanalysen i 1934 at artikler som fremhevet hans bidrag, ble publisert i anerkjente (psykoanalytiske) tidsskrifter. *The Embodied*



Analyst inkluderer forskningsmessig støtte fra etiologi, nevropsykologi, filosofi, spedbarns- og tilknytningsforskning. Boken fikk god mottakelse og fine omtaler, særlig i USA og Kina (Akhtar, 2014; Peichao, 2000; Jun, 2000), og vant *Gradiva Award* som beste psykoanalytiske bok i 2015. Oppmerksomheten bidro til starten på et internasjonalt samarbeid, blant annet årlige workshops i London og New York. Workshopene i New York, med fellesbetegnelsen *Steps towards an Embodied Psychoanalysis and Psychotherapy*, har foregått ved The New School for Social Research. Samme institusjon ga Reich en stilling og gjorde det mulig for ham å komme med den siste amerikabåten fra Norge før utbruddet av andre verdenskrig.

I 2015 møtte jeg for første gang Doris Brothers, ph.d., psykolog og psykoanalytiker. Vi utviklet et nært faglig samarbeid (Brothers & Sletvold, 2023) og underviste blant annet i Shanghai og Beijing om det kroppslige perspektivet. Pandemien satte foreløpig en stopper for flere turer til Kina. Det var imidlertid stor interesse for videre undervisning og veiledning over internett.

Et resultat av arbeidet er at *The Embodied Analyst* i 2020 ble oversatt til kinesisk. I forordet av oversettelsen bemerker den kinesiske psykoanalytikeren Peichao noe de fleste vil være enig i, nemlig at den kroppslige dimensjonen har vært sekundær i psykoanalytisk og psykodynamisk terapi. Men Peichao legger til at mangelen ikke eksisterer i kinesisk tradisjon, fordi der har kropp og sinn alltid vært én. Min erfaring fra undervisning og veiledning av kinesiske terapeuter har bekreftet dette. De har hatt variert utdanningsbakgrunn, fra godt utdannede psykologer og psykoanalytikere til terapeuter med beskjeden utdanning innen mental helse-feltet. Men uavhengig av utdanningsnivå har det vært slående hvor lett og naturlig det har vært for de kinesiske terapeutene å inkludere et kroppslig fokus, til forskjell fra mange høyt utdannede europeiske og amerikanske terapeuter.

De senere årene har Brothers og jeg undervist ved ulike psykoanalytiske foreninger og institutter, særlig i USA. Vi har tydelig merket en økende interesse for å bringe kroppen mer eksplisitt inn i psykoanalyse og psykoterapi – både teoretisk og praktisk. Et resultat er at vi i 2022 kunne redigere et spesialnummer av tidsskriftet *Psychoanalytic Inquiry* under tittelen *The turn toward embodiment* (Brothers & Sletvold, 2022b). Spesialnummeret hadde bidrag fra Donnel B. Stern (2022), Siri E. Gullestad (2022), William F. Cornell (2022), Gianni Nebbiosi og Susanna Federici, (2022), Steven H. Knoblauch (2022), foruten Brothers og meg (Sletvold & Brothers, 2022a).

I 2023 tok Brothers og jeg initiativ til *The Wilhelm Reich Center for the Study of Embodiment* (wilhelmreichcenter.org). Siktemålet er å skape diskusjon om alle de mest sentrale kliniske problemstillinger innen karakteranalyse, psykoanalyse og psykoterapi.

Sammenfatning og konklusjon

Reichs første utvikling av karakteranalyse innebar en erkjennelse av at vi snakker med hele kroppen, ikke bare med ord. Deretter videreutviklet Reich denne erkjennelsen til det han betegnet som karakteranalytisk vegetoterapi og orgonterapi.

I Norge gikk utviklingen i løpet av 1980- og 1990-tallet mer og mer tilbake til den opprinnelige karakteranalysen, en utvikling som førte til at Norsk Karakteranalytisk Institutt (NKI) ble opprettet i 1999. Fra begynnelsen av 2000-tallet utformet det nye karakteranalytiske instituttet en unik ny utdanning ved en syntese av Reichs karakteranalyse, den nyeste utviklingen innen psykoanalytisk teori og praksis og nye kroppsbaserte undervisnings- og veiledningsmetoder, ikke minst med fokus på imitasjon. Utdanningen er fortsatt den eneste som kan betegnes som karakteranalyse eller *embodied analysis*.

I artikkelen har jeg også redegjort for hvordan den karakteranalytiske utdanningen blir støttet av psykoterapiforskning, og at karakteranalysen inspirerer *the turn towards embodiment* internasjonalt innen dagens psykoanalyse og psykoterapi.



Referanser

- Akhtar, S. (2014). The embodied analyst: from Freud and Reich to relationality. *Psychoanalytic Psychotherapy*, 28(4), 416–419. <https://doi.org/10.1080/02668734.2014.964501>
- Anthi, P. (2007). Commentary on P. Fonagy and M. Target: The rooting of the mind in the body. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, online edition, letter to the editor, 10/01/2007.
- Anthi, P. & Haugsgjerd, S. (2013). A note on the history of the Norwegian Psychoanalytic Society in the years 1933 to 1945. *The International Journal of Psychoanalysis*, 94, 4, 715–724.
- Benjamin, J. (2017). *Beyond Doer and Done to: Recognition Theory*. Routledge Taylor & Francis.
- Brothers, D. & Sletvold, J. (2022a). Talking Bodies: A New Vision of Psychoanalysis. *Psychoanalytic Inquiry*, 42(4), 289–302. <https://doi.org/10.1080/07351690.2022.2059292>
- Brothers, D. & Sletvold, J. (2022b). The turn toward embodiment. *Psychoanalytic Inquiry*, 42(4), 227–228. <https://doi.org/10.1080/07351690.2022.2059269>
- Brothers, D. & Sletvold, J. (2023). *A New Vision of Psychoanalytic Theory, Practice and Supervision: TALKING BODIES*. Routledge Taylor & Francis.
- Cornell, W. F. (2022). Wishing I Weren't Here: Therapeutic Engagement with Disembodied States. *Psychoanalytic Inquiry*, 42(4), 253–265. <https://doi.org/10.1080/07351690.2022.2059281>
- Dannevig, E. T. (2007). Innleiing. I A. Faleide, R. Grønseth & B. Urdal (Red.), *Det levande i muskelpanseret. Om kropp og sjel, muskelspenningar, seksualitet og tilhøve mellom barn og vaksne* (s. 9–13). Universitetsforlaget. (Opprinnelig utgitt 1975)
- Faleide, A., Grønseth, R. & Urdal, B. (2007). *Det levande i muskelpanseret. Om kropp og sjel, muskelspenningar, seksualitet og tilhøve mellom barn og vaksne*. Universitetsforlaget. (Opprinnelig utgitt 1975)
- Freud, S. (1955). Group Psychology and the Analysis of the Ego. I J. Strachey (Red. & oversettelse), *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud* (Bd. 18, s. 65–144). The Hogarth Press. (Opprinnelig utgitt 1921)
- Gallese, V. (2009). Mirror neurons, embodied simulation, and the neuronal basis of social identification. *Psychoanalytic Dialogues*, 19, 519–536. <https://doi.org/10.1080/10481880903231910>
- Grønseth, R. (1991). Eksistensiell karakteranalytisk vegetoterapi. I A. Faleide, E. Grønseth & R. Grønseth (Red.), *Karakteranalytisk vegetoterapi. I kjølvannet av Wilhelm Reich* (s. 195–223). Spartacus forlag.
- Gullestad, S. E. (2022). Finding the mind in the body. *Psychoanalytic Inquiry*, 42(4), 244–252. <https://doi.org/10.1080/07351690.2022.2059277>
- Hanve, Ø., Hidle, L., Kjos, T. H., Larsen, T., Lien, M. H. & Lien, C. (2017). *La være – men ikke i fred. Rolf Grønseths eksistensielle karakteranalytiske vegetoterapi*. Kolofon forlag AS.
- Harbitz, P. & Sletvold, J. (2019). *Fra muskelpanser til kropp i dialog*. Norsk Karakteranalytisk Institutt, Giutbok.no AS.
- Higgins, M. & Raphael, C. M. (1967). *Reich speaks of Freud*. Farrar, Straus and Giroux.
- Jun, X. (2000). Forord. I J. Sletvold. *The Embodied Analyst* (kinesisk utgave).
- Jørgensen, K. F. (2018). Karakteren – selvets relasjonelt tilgjengelige og erfaringsnære utside. *Tidsskrift for Norsk psykologforening*, 55(6), 468–477.

- Klevstrand-Kruse, S. (2024). Det kroppslig relasjonelle perspektivet i psykoterapi. *Tidsskrift for Norsk psykologforening*, 61(1), 20–25. <https://www.psykologtidsskriftet.no/artikkel/2023as12ae-Det-kroppslig-relasjonelle-perspektivet-i-psykoterapi>
- Knoblauch, S. H. (2022). The Body as Subject, Intersubject, Fluid, and Reticular: A Series of Considerations Coming from Different Models. *Psychoanalytic Inquiry*, 42(4), 278–288. <https://doi.org/10.1080/07351690.2022.2059289>
- Meltzoff, A. N. & Moore, M. K. (1995). Infants' Understanding of People and Things: From Body Imitation to Folk Psychology. In J. L. Bermudez, A. Marcel, & N. Eilan, *The Body and the Self* (s. 43–69). MIT Press.
- Nebbiosi, G. & Federici, S. (2022). Miming and Clinical Psychoanalysis: Enhancing Our Intersubjective Sensibility. *Psychoanalytic Inquiry*, 42(4), 266–277. <https://doi.org/10.1080/07351690.2022.2059285>
- Nilsen, H., F. (2022). *Du må ikke sove – Wilhelm Reich og psykoanalysen i Norge*. Aschehoug.
- Nylund, T. & Sletvold, J. (2009). Å få kjennskap til den andre ved hjelp av imitasjon. I J. Sletvold & M. Børstad (Red.), *Den terapeutiske dansen. Kropp og relasjon i psykoterapi* (s. 53–61). Kolofon Forlag.
- Peichao, Z. (2000). Forord. I J. Sletvold, *The Embodied Analyst* (kinesisk utgave).
- Raknes, O. (1970). *Wilhelm Reich and Orgonomy*. Universitetsforlaget.
- Reich, W. (1978). *The Function of Orgasm*. Pocket Books. (Opprinnelig utgitt 1942)
- Reich, W. (1972). *Character analysis*. Farrar, Straus and Giroux. (Opprinnelig utgitt 1933)
- Schjelderup, H. (1955). Lasting effects of psychoanalytic treatment. *Psychiatry*, 18, 109–133.
- Schjelderup, H. (1956). Personality-changing processes of psychoanalytic treatment. *Acta Psychologica*, 12, 47–64.
- Schjelderup, H. (1988). *Nevrosene og den nevrotiske karakter*. Universitetsforlaget. (Opprinnelig utgitt 1941)
- Sletvold, J. (2005). I begynnelsen var kroppen ... Kroppen i psykoterapi: teoretisk grunnlag og terapeutiske implikasjoner. *Tidsskrift for Norsk psykologforening*, 42(6), 497–504. <https://www.psykologtidsskriftet.no/artikkel/2005as05ae-I-begynnelsen-var-kroppen-Kroppen-i-psykoterapi-teoretisk-grunnlag-og-terapeutiske-implikasjoner>
- 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. (2011). «The reading of emotional expression». Wilhelm Reich and the history of embodied analysis. *Psychoanalytic Dialogues*, 21, 453–467. <https://doi.org/10.1080/10481885.2011.595337>
- Sletvold, J. (2012). Training analysts to work with unconscious embodied expressions. *Psychoanalytic Dialogues*, 22, 410–429. (Norsk versjon i M. Børstad og J. Sletvold, *Karakteranalytiske dialoger*)
- Sletvold, J. (2013). The Ego and the Id revisited. Freud and Damasio on the body ego/self. *International Journal of Psychoanalysis*, 94, 1019–1032. <https://doi.org/10.1111/1745-8315.12097>
- Sletvold, J. (2014). *The Embodied Analyst – From Freud and Reich to relationality*. Routledge Taylor & Francis.
- Sletvold, J. (Red.). (2017). *Tage Philipson – Kjærlighet og identifisering*. Norsk Karakteranalytisk Institutt, Kolofon forlag.
- Stange Bernhardt, I., 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*, 31(5), 682–694. <https://doi.org/10.1080/10503307.2020.1808728>

Stern, D. B. (2022). Feels Like Me: Formulating the Embodied Mind. *Psychoanalytic Inquiry*, 42(4), 232–243. <https://doi.org/10.1080/07351690.2022.2059275>

The Wilhelm Reich Center for the Study of Embodiment (u.å.). Hentet 6. Mai 2025 fra www.wilhelmreichcenter.org

