

Drøftet ikke effekt



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

Artikkelforfatteren vil presisere at han beskriver en spesifikk terapi-dyade som illustrasjon for viktige trekk ved dagens karakteranalyse. Han går ikke inn på om terapiformen i seg selv har effekt eller ikke.



Jon Sletvold

Foto: Henrik Whalby

I sin kommentar i oktoberutgaven av Psykologtidsskriftet skriver Bernhardt et al. (2025) at min omtale av deres forskning (Bernhardt et al., 2020) *kan leses* som at karakteranalyse har effekt. Jeg regner med at denne lesingen henger sammen med at publiseringen kom midt i diskusjonen om karakteranalyse som evidensbasert terapi. De første utkastene til min artikkel om karakteranalysens utvikling ble imidlertid sendt redaksjonen før denne diskusjonen kom opp.

Bernhardt et al. (2025) fremhever videre at deres forskningsprosjekt ikke er rettet mot karakteranalyse, men mot gode utviklingsprosesser i psykoterapi. Jeg vil i den sammenheng presisere at det jeg vektlegger i min artikkel, begrenser seg til kasuset som beskrives i den nevnte forskningsartikkelen (Bernhardt et al., 2020), altså ikke forfatterens forskningsprosjekt som helhet. Jeg bruker så å si bare sitater fra denne artikkelen. Jeg gjør det fordi artikkelen etter mitt syn framhever mye av det jeg anser som det viktigste og beste ved dagens karakteranalyse, ikke minst det dyadiske. I min artikkel beskriver jeg det dyadiske som den største forskjellen på den opprinnelige karakteranalysen og dagens karakteranalyse.

Jeg avslutter omtalen av Bernhardt et al. (2020) med at de fremhever at omfattende litteratur understreker verdien av terapeutens ikke-verbale kommunikasjon på tvers av tilnærminger. Det vil si evnen til å være rotfestet i seg selv, kroppsholdning, øyekontakt, ansiktsuttrykk, bruk av mindre lyder. I den sammenheng mener de deres studies funn er i tråd med tidligere forskning, og kan ha relevans utover dette spesielle kasuset og karakteranalytiske terapier.

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*, 31(5), 682–694. <https://doi.org/10.1080/10503307.2020.1808728>



Bernhardt, I. S., Nissen-Lie, H. A. & Råbu, M. (2025). Vi forsket ikke på karakteranalyse. *Tidsskrift for Norsk psykologforening*, 62(10), 627. www.psykologtidsskriftet.no/html/artikkel/2025as10ae-Vi-forsket-ikke-pa-karakteranalyse