

Vi forsket ikke på karakteranalyse



Ida Stange Bernhardt
Psykologisk institutt, Universitetet i Oslo
i.s.bernhardt@psykologi.uio.no

Helene Amundsen Nissen-Lie
Psykologisk institutt, Universitetet i Oslo

Marit Råbu
Psykologisk institutt, Universitetet i Oslo

Vi ser at Sletvolds omtale av vår forskning kan leses som at vi fant støtte for at karakteranalyse har effekt. Vi ønsker derfor å komme med noen presiseringer. I septemberutgaven av Psykologtidsskriftet skrev Jon Sletvold en artikkel om karakteranalysens utvikling (Sletvold, 2025). Han omtaler funn fra en kasusartikkel som er forfattet av oss (Bernhardt et al. 2021), som har blitt trukket inn i ordskiftet om karakteranalyse og Karakteranalytisk institutt. Vi er glade for at artikkelen vår blir lest og satt pris på. Samtidig ser vi at Sletvolds (2025) omtale av vår forskning *kan* leses som at vi har utført en uavhengig studie av karakteranalytisk psykoterapi, og at vi har funnet at dette er en ekstra god terapimetode. Begge lesninger er misvisende, og vi ønsker derfor å komme med noen presiseringer.

Forskningsprosjektet vårt (Råbu et al., 2013) var ikke rettet mot å undersøke hverken karakteranalyse eller andre metodiske retninger innen psykoterapi. Vi var ute etter å studere gode utviklingsprosesser i psykoterapi. Bare en av 17 terapeuter som deltok i prosjektet, hadde videreutdanning fra Karakteranalytisk institutt. Denne terapeuten og pasienten hans ble valgt til en kasusstudie fordi de hadde bidratt med et rikt datamateriale, som passet godt til å utdype hvordan terapeutens personlige og profesjonelle tilstedeværelse opplevdes å bidra til endring. Terapiprosessen var ikke nødvendigvis bedre enn de andre terapidyadene vi undersøkte, til sammen 11 dyader (Råbu & Moltu, 2021).

Videre har et sentralt tema i forskningen vår vært hvordan personlige og profesjonelle egenskaper virker sammen hos terapeuter med ulike teoretiske orienteringer og metodiske videreutdanninger (Bernhardt, 2020; Bernhardt et al., 2018). Et viktig funn var at terapeutens kontinuerlige evne til å opprettholde refleksjon omkring hvordan det personlige og profesjonelle uunngåelig virker sammen, er avgjørende i all terapeututvikling, uavhengig av terapeutens teoretiske orientering og metodiske forankring (Bernhardt, 2020).

Referanser

- Bernhardt, I. S. (2020). *Bridging the personal and the professional domain through reflective practice: how psychotherapists experience their personal qualities to influence their therapeutic work: Vol. no. 782*. Universitetet i Oslo, Psykologisk institutt.
- Bernhardt, I. S., Nissen-Lie, H. A., Moltu, C., McLeod, J. & Råbu, M. (2018). "It's both a strength and a drawback." How therapists' personal qualities are experienced in their professional work. *Psychotherapy Research*, 7, 959–970. <https://doi.org/10.1080/10503307.2018.1490972>.
- Bernhardt, I. S., Nissen-Lie, H. A. & Råbu, M. (2021). The embodied listener: A dyadic case study of how therapist and patient reflect on the significance of the therapist's personal

presence for the therapeutic change process. *Psychotherapy Research*, 31, 682–694. <https://doi.org/10.1080/10503307.2020.1808728>



Råbu, M. & Moltu, C. (2021). People engaging each other: A dual-perspective study of interpersonal processes in useful therapy. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 51, 67–75. <https://doi.org/10.1007/s10879-020-09469-1>

Råbu, M., Moltu, C. & McLeod, J. (2013). *The art and science of conducting psychotherapy – how collaborative action between client and therapist generates and sustains productive life change*. Universitetet i Oslo, Psykologisk institutt.

Sletvold, J. (2025). Utviklingen av karakteranalysen i Norge. *Tidsskrift for Norsk psykologforening*, 62(9), 522–529. www.psykologtidsskriftet.no/html/artikkel/2025as06ae-Utviklingen-av-karakteranalysen-i-Norge