

Karakteranalytiske dialoger - kropp og relasjon i psykoterapi II

Boka er rik på kliniske historier og vignetter med problemstillinger som bør være gjenkjennbare for enhver terapeut.

PUBLISERT 5. februar 2014



Norsk karakteranalytisk
institutt, 2012. 355 sider

Denne boka er nummer to i en bokserie knyttet til Norsk Karakteranalytisk Institutt. Første bok ble kalt *Den terapeutiske dansen*, og denne gang er *Karakteranalytiske dialoger* i fokus. Hovedinntrykket av boka er at den er rik på kliniske historier og vignetter med relevante problemstillinger som bør være gjenkjennbare for enhver kliniker. Tilstandsbilder som omhandler personlighetsproblematikk, dissosiative lidelser, tilknytning i parforhold og seksuelle vansker, blir omtalt. Videre får leserne mer kjennskap til hva det karakteranalytiske perspektiv representerer – sett i lys av historisk og moderne kontekst.

«Språket som benyttes, risikerer
å fremstå som preget av en
intellektuell stemning rettet kun
mot særlig interesserte»

Gode leseropplevelser

Først og fremst: boka innbyr til en rekke gode leseropplevelser. Det er interessant, varmende og oppbyggende å få ta del i disse klinikernes vurderinger av eget arbeid, hvor det helt klart fremkommer genuint medfølelende og aksepterende holdninger overfor pasientene. Jeg kunne trukket frem flere eksempler, men Susanne Wroldsens ærlige fremstilling av terapien med Nina på 10 år («Villkatten») som strevde med alvorlig avvisningsproblematikk, berørte særlig. Dette møtet krevde høy grad av kunnskap, relasjonelle egenskaper og ikke minst kreativitet fra terapeutens side. Jeg synes det er modig av bidragsyterne å by så ærlig og åpent på eget arbeid, vi vet jo hvor sårbart det kan være, og jeg synes det blir gjort på en solid måte.

Det bør nevnes at jeg ikke har vært en nøytral leser av boka. Jeg har som kliniker og gjennom doktorgradsarbeid brukt tid på å studere affekter/følelser og deres ulike funksjoner knyttet til relasjoner og mental helse. Det er med utgangspunkt i denne interessen at jeg applauderer bokas fokus. *Karakteranalytiske dialoger* viser flere ulike måter man kan arbeide med følelser på: utforske følelsenes kroppslige uttrykk, og deres viktige rolle i tidlige og nåværende relasjonelle erfaringer – særlig i møtet med terapeuten og i den terapeutiske helingsprosessen. Det som kanskje er særlig spennende med tilnærmingen, er fokuset på nonverbale opplevelser og sanseinntrykkene man får i møte med den andre, og hvordan denne informasjonen kan uttrykkes til pasienten for å fremme den terapeutiske prosessen.

Språket kan stenge

En kritisk bemerkning: Språket som benyttes, risikerer å fremstå som preget av en intellektuell stemning rettet kun mot særlig interesserte. Det tas i bruk et svært bredt og sammensatt begrepsapparat hvor det ikke fremkommer tydelig interesse for videre empirisk undersøkelse gjennom forskning. Dette kan føre til skråsikre verdi- og teoriladde slutninger om hva som bidrar til terapeutisk endring. Det er et viktig, men uavklart spørsmål i feltet vårt: Hvilke prosesser leder til bedring av psykisk helse i psykoterapi? Men uansett bør det ikke være kontroversielt å oppfordre til terapeutisk fokus på kropp, følelser og relasjon.

Anmeldt av Lene Berggraf, psykolog og ph.d.

Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 51, nummer 2, 2014, side