

Personlighetsfokusert terapi. Del 1 teori.

Professor Sigmund Karterud

Felix møtesenter, Aker brygge, Oslo 19 november 2020

Dette dagskurset er en innføring i en moderne og overordnet personlighetsteori som kan reorganisere den kunnskapen vi allerede har om personlighet og personlighetsforstyrrelser, som kan formulere dette i et forståelig og anvendelig språk og danne grunnlaget for effektive behandlingstiltak i psykologisk/psykiatrisk praksis. Denne teoretiske del 1 vil følges opp av en del 2 som vil omhandle personlighetsfokusert psykoterapi i praksis. Til sammen vil del 1 og del 2 danne grunnlaget for å delta i en senere regelmessig veiledningsbasert gruppe. Kursene er også nyttige som enkeltstående kurs og de kan bidra til å sette ens tidligere teoretisk-praktiske ståsted i nytt perspektiv. Pasienter som egner seg for personlighetsfokusert terapi er de som utgjør flertallet i en vanlig psykologisk/psykiatrisk praksis, dvs. pasienter med ulike symptomlidelser med mer eller mindre underliggende personlighetsproblematikk, uten å ha en alvorlig personlighetsforstyrrelse. Det vil ofte handle om terapier av kortere varighet, i størrelsesorden 10-20 timer. Personlighetsteorien gjør at terapeuten raskt kan begrunne et fokus og i sin praksis bearbeide dysfunksjonelle emosjoner, relasjoner og mentaliseringsevne, inkludert traumer. Tilnærmingen har relevans for både individual- og gruppepsykoterapi.

Teorikurset vil gi en innføring i personlighetens tre hovedkomponenter og hvordan de bygger på hverandre. Disse komponentene er Temperament, Attachment/tilknytning og Mentalisering/selv-bevissthet (TAM). Kurset vil drøfte personlighetsforstyrrelser i lys av TAM-teorien og terapeutiske implikasjoner.

Programmet:

09.00-10.00: Hva er personlighet? Historisk tilbakeblikk. Behovet for en moderne personlighetsteori. Styrker og svakheter ved eksisterende teorier (fem-faktor-modellen, psykoanalytisk teori, sosial-kognitiv teori). Krav til en moderne personlighetsteori.

10.00 – 10.15 Pause

10.15-11.15: TAM-teorien. Første grunnleggende bestanddel: temperament/primære emosjoner. Det genetiske/evolusjonære grunnlaget for personlighetsegenskaper. Panksepps teori. Emosjoner som handlingsprogrammer versus bevisste følelser. Om det nødvendige energibegrepet og bro til Freuds teori om utladning. Neurobiologi og fenomenologi ved primære emosjoner.

11.15-11.30 Pause

11.30 – 12.30 Andre grunnleggende bestanddel: Tilknytning. Som bygger på primære emosjoner. Tilknytningsmønster (TKM) som dimensjonale fenomener. Måling av TKM. Fenomenologi av TKM i klinikken. TKM og (objekt-)relasjonsmønstre.

12.30-13.15: Lunsj

13.15- 14.15 Tredje grunnleggende bestanddel: Mentalisering og selvbevissthet. Når oppstår bevissthet i evolusjonshistorien? Når og hvorfor oppstår mentaliseringsevne og selvbevissthet? Hvordan skjer dette i ontogenesen? Er det noen forskjell på metakognisjon, sosial kognisjon og mentalisering? Mentalisering og psykisk helse. Mentalisering og sosiopolitisk strategitenkning. Hvem skal jeg henge med og hvorfor?

14.15 – 14.30 Pause

14.30-15.30. Hva kjennetegner god versus problematisk personlighetsfungering? Personlighetsproblemer og -forstyrrelser i lys av temperament, tilknytning og mentalisering. Betydning for forståelse av viktige forskjeller som krever forskjellig terapeutisk tilnærming: Borderline versus engstelig unnvikende versus narsissistisk personlighetstype.

Litteratur:

- Karterud, S., Urnes, Ø. & Wilberg, T.: Personlighetspsykiatri. Gyldendal forlag, 2017
- Karterud, S.: Personlighet. Gyldendal forlag, 2017
- Karterud, S. & Kongerslev, M. T. (2019). A Temperament, Attachment and Mentalization-based (TAM) theory of personality and its disorders. *Frontiers in Psychology*, doi: 10.3389/fpsyg.2019.00518
- Karterud, S. (2019). Jeg samarbeider, derfor er jeg. *Morgenbladet* 18/10.19.
- Karterud, S. (2019). Omkamp om libidoteorien? *Tidsskrift for Norsk Psykologforening*, 56(1): 44-46
- Karterud, S. (2019). Eros? *Tidsskrift for Norsk psykologforening*, 56(2).
- Karterud, S. (2019). Glemmer primære emosjoner. *Tidsskrift for Norsk Psykologforening*, 56(3): 190-191.
- Karterud, S. & Kongerslev, M. (2019). Skisse til en moderne personlighetsteori. *Tidsskrift for Norsk Psykologforening*, 56(11): 834-843.
- Karterud, S. (2019). Manual for gruppekurs om personlighet og personlighetsproblemer. Oslo: Gyldendal.
- Karterud, S., & Kongerslev, M. T. (2020). Psychotherapy of personality disorders needs an integrative theory of personality. *Journal of Psychotherapy Integration*. <https://doi.org/10.1037/int0000196>