

## Personfokusert gruppeterapi (PFG) 2027

Kurset arrangeres av Institutt for Mentalisering

Lærer er professor Sigmund Karterud

Sted: Holberg Terrasse Kurs- og konferansesenter, Stensberggaten 27, Oslo.

Kursdager:

**Teoretisk-empirisk bakgrunn:** Gruppelitteraturen har til nå neglisjert betydningen av enkeltindividets personlighet for konstruktive gruppeprosesser. Teori og praksis for mentaliseringsbasert gruppeterapi (MBT-G) har vært et svar på dette for klienter med svært alvorlige personlighetsproblemer. De aller fleste klienter i norsk psykologisk/psykiatrisk praksis har ikke alvorlige personlighetsforstyrrelser, men en **kombinasjon av symptomlidelser (eksempelvis angst- og depresjonslidelser) og lettere til moderate personlighetsproblemer**, der de siste bidrar til å opprettholde symptomene. Institutt for Mentalisering har i flere år drevet kurs om individuell Personlighetsfokusert terapi der en har bygget på det beste hos Sigmund Freud, Heinz Kohut, S. H. Foulkes, John Bowlby, Robert Stolorow, Jeremy Safran, Jon Monsen, Irvin Yalom, Nancy McWilliams, Peter Fonagy, Allan Abass, Leslie Greenberg, med fler. Denne rike klinisk tradisjonen har blitt integrert med moderne nevroaffektiv teori (Jaak Panksepp) så vel som med en selvets filosofi med referanse til Georg Hegel, Paul Ricoeur og Charles Taylor. Personlighetsteorien om temperament, tilknytning og mentalisering (TAM) har bundet det hele sammen. Kurset har lagt til grunn boken «**Personlighetsfokusert terapi**» (Karterud 2022).

Vi har nå utvidet denne tilnærmingen til også å gjelde gruppeterapi. Det teoretisk-praktiske grunnlaget er utviklet gjennom en rekke artikler og bokutgivelser de senere årene: **Gruppeanalyse og psykodynamisk gruppeterapi (Karterud 2023), Group Analysis. A Modern Synthesis (Karterud, 2023) og Mentalizing and Group Analysis (Karterud, 2026)**. Det handler spesielt om en syntese av moderne selvpsykologi, gruppeanalyse og MBT. For gruppeformatet har vi valgt begrepet «personfokusert» i stedet for «personlighetsfokusert». Dette har vi gjort fordi «person» tydeliggjør bedre hvilke utfordringer som følger med å være en person i et gitt samfunn/gruppe. Eksistensielle spørsmål og personlig ansvar kommer derved tydeligere til sin rett. Modellen det jobbes etter vil dermed kalles **TAMP** (Temperament, Attachment, Mentalizing and Personhood).

Personfokusert gruppeterapi (PFG) er relevant for terapeuter med IGA og IAP bakgrunn som ønsker en mer aktiv og moderne spissing av egen praksis, men også for terapeuter som søker mer fordypning i senere faser av mer ordinær MBT-G. Tilnærmingen egner seg godt for både DPS og privat psykologisk/psykiatrisk praksis. Tenkningen er fremtidsrettet i den forstand at den er godt forenelig med ICD-11 som er i ferd med å bli innført i Norge. ICD-11 legger til grunn en dimensjonal forståelse av personlighetsfungering med vekt på selv-integrasjon (identitet og målrettethet) og interpersonlig fungering (empati og nærhet).

Forutsetning for deltakelse er relevant egen praksis som dynamisk gruppeterapeut, enten i offentlig eller privat regi.

**Læringsmål:** Viktigste læringsmål er at deltakerne får en grundig forståelse av sammenhengen mellom gruppe-medlemmers personlighetsfungering- og profil, hvordan dette spiller seg ut i gruppa, betydningen av allianse og engasjement for terapien, hvordan aktivt fremme helsefremmende **mentaliserende dialoger** i grupper med klienter der symptomer og personlighetsproblemer er innvevd i hverandre, hvordan bruke pedagogiske virkemidler som pragmatiske kasusformuleringer og pedagogiske intervensjoner, mobilisere ubevisst allianse

og kunne gjennomarbeide personlighetsproblemer som opprettholder symptomlidelser, med spesiell vekt på økt emosjonsbevissthet, evne til nærhet og bedre mentaliseringsevne, og derigjennom selv- og personlighetsutvikling.

**Arbeidsform:** Deltakerantallet 9 personer og sentralt i kurset er **egenterapi i gruppe** med to sesjoner á 1,5 timer hver kursdag med kursleder som terapeut. På denne måten vil terapiformen demonstreres og egne erfaringer vil forhåpentligvis befrukte påfølgende teoretisk-kliniske diskusjoner, detaljerte videostudier og gjennomgang av deltakernes egne refleksjonsnotater.

Dagene starter med egenterapi i gruppe. Deretter følger undervisning og diskusjon om utvalgte temaer som øker i kompleksitet gjennom kursåret. Tematikken hver gang belyses med problemnotater og/eller video-opptak av deltakernes egne grupper. Etter lunsj er det ny egenterapi i gruppe og ny undervisning og diskusjon med egne erfaringer. Deltakerne skal altså lage fortløpende refleksjonsnotater over utført gruppeterapi som skal legges frem og drøftes på kurset. Det er plass til to refleksjonsnotater per gang. Disse skal illustrere hovedtema til hver gang. En skal ha med kopi av notatene til alle. Det er utmerket, men ikke noe krav, om notatene kan ledsages av video-opptak av terapien.

Til første gang skal deltakerne ha med en kasusformulering om seg selv pluss en kortfattet versjon som egner seg for å presentere i gruppa. Det sendes ut mal for slik kasusformulering. På første gruppemøte skal deltakerne presentere seg gjennom dette.

Notatene skal inneholde følgende:

**Til gang 1:**

Notat om en av klientene i gruppa og vedkommendes nivå av personlighetsfungering, personlighetsprofil, emosjonsbevissthet, mentaliseringsevne, symptomer, sammenheng mellom symptomer og personlighetsstruktur og kort kasusformulering.

**Til gang 2:**

Notat om egne erfaringer med dilemmaet individuelt fokus versus fokus på gruppa gjennom konkret eksempel.

**Til gang 3:**

Notat om egen bruk av pedagogiske intervensjoner gjennom konkret eksempel.

**Til gang 4:**

Notat om nivå av gruppefunksjon i egen terapigruppe belyst ved eksempler.

**Til gang 5:**

Notat om vurdering av egen stil som gruppeterapeut ut fra skala om kompetanse. Eksempler som belyser sterke sider og sider som kan utvikles bedre.

**Til gang 6:**

Notat om egen erfaring med supplerende individuelle timer eller om klienter der dette kunne være nyttig.

**Til gang 7:**

Notat om eksempel på arbeid med ekstern mentaliseringssvikt og med eksempel fra rupture and repair i gruppa.

**Til gang 8.**

Notat om klinisk arbeid med følelser i gruppa.

**Litteratur:**

- Karterud, S. (2022). *Gruppeanalyse og psykodynamisk gruppeterapi*. Oslo: Pax forlag.  
Karterud, S. (2026). *Mentalizing and Group Analysis*. London: Routledge.  
Karterud, S. (2025). *Hvordan bli en bedre utgave av seg selv gjennom gruppeterapi?*  
Oslo: Kolofon forlag.  
Karterud, S. (2022). *Personlighetsfokuserert terapi*. Oslo: Gyldendal.  
Karterud, S., Folmo, E. & Kongerslev, M. (2020). *Mentaliseringsbasert terapi (MBT)*.  
Oslo: Gyldendal.  
Karterud, S. (2017). *Personlighet*. Oslo: Gyldendal  
*I tillegg anbefales:*  
Karterud, S., Wilberg, T. & Urnes, Ø. (2017). *Personlighetspsykiatri*. Oslo: Gyldendal.  
Stanghellini, G. (2017). *Lost in dialogue*. Oxford: Oxford University Press.

I tillegg til ovennevnte litteratur vil det bli sendt ut utvalgte artikler.

**Generell struktur:**

- 09.05 -10.35 Egenerfaring i gruppe.  
10.50 -12.00 Forelesning. Gjennomgang av refleksjonsnotat, teoretisk-klinisk  
diskusjon av video-materiale.  
12.00 -12.45 Lunsj.  
12.45 – 14.15 Egenerfaring i gruppe.  
14.30 – 16.00 Forelesning. Gjennomgang av refleksjonsnotat, teoretisk-klinisk  
diskusjon av video-materiale.

**1 gang:**

**Hovedtema og forelesning:** Om begrepene personlighet og person. Nivå av personlighetsfungering, personlighetsprofil og sammenhengen mellom symptomer og personlighetsfungering. Skriftlig og muntlig kausformulering. Mål for terapien. Hvor omfattende bør individuelt forarbeid være?

**Litteratur:** «Personlighetsfokuserert terapi» kapittel 2 og 6.

**2 gang:**

**Hovedtema og forelesning:** Hva innebærer psykoterapi gjennom gruppeprosessen? Kunsten å balansere behov for utvikling av gruppa som helhet som et forpliktende prosjekt kjennetegnet ved en mentaliserende diskurs og individets behov for fordypning i egne problemområder. Om ytterpunktene individualterapi i gruppe og frittflytende gruppeassosiasjoner. Teoretiske premisser og terapeutiske implikasjoner.

**Litteratur:** «Gruppeanalyse og psykodynamisk gruppepsykoterapi» s. 410-430.

**3 gang:**

**Hovedtema og forelesning:** Alliansen og bruk av pedagogikk. Hvordan kan gruppeanalyse og MBT gruppeterapi integreres?

**Litteratur:** *Hvordan bli en bedre utgave av seg selv gjennom gruppeterapi?* (Karterud, 2025). «Mentalizing and Group Analysis», kapittel 1).

**4 gang:**

**Hovedtema og forelesning:** Hva kjennetegner en godt fungerende psykoterapigruppe? Om grupperes utviklingsstadier. Skala for gruppefungering.

**Litteratur:** «Gruppenanalyse og psykodynamisk gruppeterapi», s. 218-230 og 444-460.

**5 gang:**

**Hovedtema og forelesning:** Hva kjennetegner god funksjon som gruppeterapeut?  
Skala for terapeutisk kompetanse.

**Litteratur:** Manual for generisk psykodynamisk gruppeterapi.

**6 gang:**

**Hovedtema og forelesning:** Individuelle timer for å fokusere prosessen og arbeide med kriser? Reformulering av kasesbeskrivelsen.

**Litteratur:** «Gruppenanalyse og psykodynamisk gruppepsykoterapi» s. 410-444.

**7 gang:**

**Hovedtema og forelesning:** Arbeid med mentaliseringssvikt, eksternt og ved terapeutiske brudd i gruppa. Rupture and repair.

**Litteratur:** «Mentaliseringsbasert terapi» s.111-117.

**8 gang:**

**Hovedtema og forelesning:** Hva innebærer fokus på følelser? Hvordan arbeide med drømmer i gruppe? Hvordan avslutte et gruppeterapeutisk forløp?

**Litteratur:** «Gruppenanalyse og psykodynamisk gruppepsykoterapi» s. 540-560.