

EXPLORATION OF EXPLICIT AND IMPLICIT MOTIVATIONS OF
CANDIDATE PSYCHOTHERAPISTS FOR PRACTICING PSYCHOTHERAPY

A THESIS SUBMITTED TO
THE GRADUATE SCHOOL OF SOCIAL SCIENCES
OF
MIDDLE EAST TECHNICAL UNIVERSITY

BY

MUSTAFA ÇEVİRİM

IN PARTIAL FULFILLMENT OF THE REQUIREMENTS
FOR
THE DEGREE OF MASTER OF SCIENCE
IN
THE DEPARTMENT OF PSYCHOLOGY

SEPTEMBER 2017

Approval of the Graduate School of Social Sciences

Prof. Dr. Tlin Genz
Director

I certify that this thesis satisfies all the requirements as a thesis for the degree of Master of Science.

Prof. Dr. Canan Smer
Head of Department

This is to certify that we have read this thesis and that in our opinion it is fully adequate, in scope and quality, as a thesis for the degree of Master of Science.

Prof. Dr. Tlin Genz
Supervisor

Examining Committee Members

Asst. Prof. Dr. Bahar z	(METU, PSY)	_____
Prof. Dr. Tlin Genz	(METU, PSY)	_____
Asst. Prof. Dr. Meltem Anafarta Őendaė	(Ufuk Uni., PSY)	_____

I hereby declare that all information in this document has been obtained and presented in accordance with academic rules and ethical conduct. I also declare that, as required by these rules and conduct, I have fully cited and referenced all material and results that are not original to this work.

Name, Last name : Mustafa Çevrim

Signature :

ABSTRACT

EXPLORATION OF EXPLICIT AND IMPLICIT MOTIVATIONS OF CANDIDATE PSYCHOTHERAPISTS FOR PRACTICING PSYCHOTHERAPY

Çevrim, Mustafa

M.S., Department of Psychology

Supervisor : Prof. Dr. Tülin Gençöz

September 2017, 101 pages

The main aim of this thesis was to explore the explicit and implicit motivations of candidate psychotherapists for practicing psychotherapy. A qualitative approach was employed to achieve this purpose. Semi-structured interviews were conducted with 5 candidate psychotherapists, and data was analyzed through Interpretative Phenomenological Analysis (IPA). Three super-ordinate themes emerged from the obtained data, which were (1) what were the characteristics of candidate psychotherapists?, (2) what motivated candidate psychotherapists to become a psychotherapist?, and (3) perceiving psychotherapy profession as a personal rescuer status. The emerged themes and clinical implications were discussed in line with the relevant literature.

Keywords: Practicing Psychotherapy, Candidate Psychotherapists, Motivation, Interpretative Phenomenological Analysis, Qualitative Methodology

ÖZ

ADAY PSİKOTERAPİSTLERİN PSİKOTERAPİ UYGULAMALARINDAKİ AÇIK VE ÖRTÜK MOTİVASYONLARININ İNCELENMESİ

Çevrim, Mustafa

M.S., Psikoloji Bölümü

Tez Yöneticisi : Prof. Dr. Tülin Gençöz

Eylül 2017, 101 sayfa

Bu tezin temel amacı, aday psikoterapistlerin psikoterapi uygulamalarındaki açık ve örtük motivasyonlarını incelemektir. Bu hedefe ulaşmak amacıyla nitel bir yaklaşım yürütülmüştür. 5 aday psikoterapistle yarı-yapılandırılmış görüşmeler gerçekleştirilmiştir ve elde edilen veriler Yorumlayıcı Fenomenolojik Analiz ile analiz edilmiştir. Analiz sonucunda (1) aday psikoterapistlerin karakter özellikleri nelerdir? (2) aday psikoterapistleri psikoterapist olmaya ne motive etti? ve (3) psikoterapistliği kişisel kurtarıcı statüsünde algılamak olmak üzere üç üst tema oluşturulmuştur. Oluşan temalar ve klinik etkiler ilgili literatür doğrultusunda tartışılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Psikoterapi Uygulaması, Aday Psikoterapistler, Motivasyon, Yorumlayıcı Fenomenolojik Analiz, Nitel Metodoloji

To my loneliness; my misery and my remedy...

ACKNOWLEDGEMENTS

I would like to express my gratitude to my supervisor, Prof. Dr. Tülin Gençöz, for her guidance, advice and criticism throughout the research. Her professional stance and support motivated me to work decisively on what I am curious about. I am also thankful to my examining committee members Assist. Prof. Dr. Bahar z and Assist. Prof. Dr. Meltem Anafarta ŒendaĖ for their enlightening feedbacks and encouraging comments and suggestions.

I also would like to express my deepest gratitude to Dr. Yağmur Ar, for her mentorship, patience, friendship and encouragement. Thank you Yağmur! It was impossible for me to finish this thesis in time and in this quality without your limitless support. This is much more valuable to me than having a master degree.

I am also very grateful to Bilgesu Kaan, we could motivate each other throughout this process with daily phone calls and ease the burden by standing together. I want to thank to my lovely friends Kutlu Kağan Trkarslan and Deniz Okay, for their support and friendship during entire graduate education. I also would like to express my gratitude to my colleagues at Ufuk University; Melisa, Furkan, zgn, Duygu and Dilara; they have always been relaxing and motivator in my difficult times.

I am also thankful to my dear friends Onur KarakuŒ, Selva lbe and Ekin Doğa Kozak, as I felt their support from kilometres away. Again, I want to thank to Yce sisters, Eda and Ece, for their patience and hard work on my writings.

Besides, I am grateful to Gken Bulut since she always reminded to me “the unbearable lightness of being” at every step and every stop and by being who she is.

Last but not the least, I would like to express my gratitude to my family, you believed me and encouraged me throughout my life.

TABLE OF CONTENTS

PLAGIARISM.....	iii
ABSTRACT.....	iv
ÖZ.....	v
DEDICATION.....	vi
ACKNOWLEDGEMENTS.....	vii
TABLE OF CONTENTS.....	viii
CHAPTER	
1. INTRODUCTION.....	1
1.1. Conceptual Definitions.....	1
1.1.1. Motivation.....	1
1.1.2. The Candidate Psychotherapist.....	3
1.2. Factors Affecting Psychotherapy Outcome.....	4
1.2.1. Patient-Based Factors.....	4
1.2.2. Process-Based Factors.....	5
1.2.2. The Therapist as a Factor Affecting Psychotherapy Outcome..	6
1.3. The Effect of Therapist's Self-Awareness on Therapy Outcome.....	8
1.4. "Motivations for Becoming a Psychotherapist" as a Part of Psychotherapists' Self-Awareness.....	9
1.4.1. Resolution for Personal Problems and Conflicts.....	10
1.4.2. Personal Experiences.....	11
1.4.3. Personal Growth.....	12
1.4.4. Personal Characteristics.....	12
1.4.5. Altruism.....	12
1.4.6. Vocational Benefits.....	13
1.4.7. Unconscious Motivations.....	13
1.5. Aim of the Study.	14
2. GENERAL METHODOLOGY.....	16

2.1. Methodological Background.....	16
2.2. Ethical Considerations.....	17
2.3. Participants.....	17
2.4. Procedure.....	18
2.5. Data Analysis.....	19
2.6. Trustworthiness of the Study.....	20
3. RESULTS AND DISCUSSION.....	24
3.1. What are the Characteristics of Candidate Psychotherapists?	24
3.1.1. The Candidate Psychotherapist (CT) as an Avoidant Person.....	25
3.1.1.1. Discussion of the Excerpts referring to the “The Candidate Psychotherapist as an Avoidant Person” Theme.....	28
3.1.2. The Candidate Psychotherapist as an Obsessive Person.....	30
3.1.2.1. Discussion of the Excerpts referring to the “The Candidate Psychotherapist as an Obsessive Person” Theme.....	32
3.1.3. The Anxious Therapist Fearing “Separation”, “Loss of Loved Ones” or “Others’ Opinions”	34
3.1.3.1. Discussion of the Excerpts referring to the “The Anxious Therapist Fearing “Separation”, “Loss of Loved Ones” or “Others’ Opinions” Theme.....	39
3.2. What Motivated Candidate Psychotherapists to Become a Psychotherapist?.....	41
3.2.1. Searching for Meaning.....	41
3.2.1.1. Discussion of the Excerpts referring to the “Searching for Meaning” Theme.....	43
3.2.2. Personal Qualities.....	43
3.2.2.1. Discussion of Excerpts referring to the “Personal Qualities” Theme.....	45
3.2.3. Underlying Motivations.....	46
3.2.3.1. Negative Personal Experiences in the Past.....	47
3.2.3.1.1. Discussion of the Excerpts referring to the “Negative Personal Experiences in the Past” Theme.....	50

3.2.3.2. Underlying Personal Needs.....	51
3.2.3.2.1. Discussion of the Excerpts referring to the “Underlying Personal Needs” Theme.....	56
3.3. Perceiving Psychotherapy Profession as a Personal Rescuer Status.....	58
3.3.1. Psychotherapy as a Remedy for Personal Problems.....	58
3.3.2. Psychotherapy as a Growth Experience.....	60
3.2.3. Discussion of the Excerpts referring to the “Perceiving Psychotherapy Profession as a Personal Rescuer” Theme.....	63
4. GENERAL DISCUSSION.....	64
4.1. General Conclusions.....	64
4.2. Clinical Implications.....	65
4.3. Limitations and Directions for Future Research.....	66
REFERENCES.....	67
APPENDICES	
A. INFORMED CONSENT.....	79
B. QUESTIONS OF THE SEMI-STRUCTURED INTERVIEW.....	81
C. TURKISH SUMMARY / TÜRKÇE ÖZET.....	82
D. TEZ FOTOKOPİSİ İZİN FORMU.....	103

CHAPTER 1

INTRODUCTION

“Broken, mends broken”

Ursula K. Le Guin, *Voices*

This study aims to explore explicit and implicit motivations of candidate psychotherapists behind the decision of choosing this profession. Firstly, the related concepts with this topic and the factors affecting psychotherapy outcome will be explained. Then, the effect of psychotherapists’ self-awareness on psychotherapy outcome will be covered. Lastly, motivations for becoming a psychotherapist will be identified in detail.

As a beginner psychotherapist in clinical training, the researcher (Çevrim) started to question his choices and decisions, and his way of living. His reasoning about himself aroused his curiosity about motivations of himself and others to be a psychotherapist. These concerns prompted him to discover explicit and implicit motivations of candidate psychotherapists.

1.1. Conceptual Definitions

1.1.1. Motivation

The broad meaning of motivation concerns with the attributes of people which move them to do or not to do something (Broussard, 2004). It refers to a process that has an impact on the continuity, direction, and intensity of a behavior (Bremner et. al, 2009). David McClelland (1985), noted two types of motives in his “The Need Theory”: The implicit motives mainly include unconscious needs or desires which direct behaviors and decisions of people and energize them. By contrast, explicit motives are shaped

by values, beliefs or norms of individuals which are conscious and determinant of choices, decisions, and actions they perform (Hagemeyer, Neberich, Asendorpf, & Neyeret, 2013).

There are various perspectives investigating the notion of motivation. From the perspective of “Humanistic Psychology”, one of the most known theories is Maslow’s Hierarchy of Needs which states that people are motivated to fulfill their needs, and some of these needs have higher priority as compared to others. Maslow proposed that (1954) people can concentrate on their psychological needs, such as belongingness/love and esteem, or self-actualization at the highest level, only after satisfying their basic needs named as physiological and safety needs. The psychoanalytic approach has explorations on the topic of motivation, as well. Freud’s theory of motivation basically explains that motivations of individuals are unconscious and they are shaped by two basic instincts called; “eros”, which is the life instinct, and “thanatos”, which is the death instinct (Freud, 1955). Freud proposed that all human beings are essentially motivated either to reach pleasure or to avoid pain. Desire is another motivation-related concept within psychoanalytic theory. In Freud’s original writings, “Wunsch”, “begierde” and “lust” are the terms used as interchangeably and basically means wish, desire and lust governed by pleasure principle (Owen, 1993). According to Freud, “Wunsch” refers an unconscious wish for seeking fulfillment (Gaddini, 1992). However, for Lacan, desire is different from Freud’s concept of wish with its central meaning for the theory (Roudinesco, 1990). The desire is distinguished from the need and the demand in Lacanian view. Nasio states that desire exists between the demand, which is for satisfaction, and the need, which is for love (2007). Moreover, Lacan explains that “Man’s desire is the desire of the Other” (Lacan, 1979, p.235). That is, people are motivated by desire for recognition by Others, and by others’ desires, that is they desire to fulfill the lack of Other (Hewitson, 2010). Other psychoanalysts explained conceptualized unconscious motivation with regard to object seeking (Klein, 1952), attachment (Bowlby, 1958), or will for establish and maintain self-cohesiveness (Kohut, 1971). Finally, Lichtenberg, (2011) conceptualized the motivation in a 5-step system which is

composed of (1) the need for psychic regulation of physiological requirements, (2) the need for attachment-affiliation, (3) the need for exploration and assertion, (4) the need to react aversively through antagonism or withdrawal, and (5) the need for sensual enjoyment and sexual excitement” (p.17).

1.1.2. The Candidate Psychotherapist

The therapists in the current study were referred to as candidate psychotherapists since they had not finished their theoretical graduate clinical training in order to be eligible for practicing psychotherapy. In the literature, few studies investigating experiences and motives of candidate psychotherapists used the term novice psychotherapy trainees referring to those having only a few years of clinical experience after graduation (Orlinsky & Rønnestad, 2005). It was claimed that these therapists might encounter many challenges in both personal and professional issues, as they are at the beginning of their professional life. Hence, it is of utmost importance understanding candidate psychotherapists’ conscious and unconscious motives and experiences before and while conducting psychotherapy in order to enhance efficacy of clinical training programs all over the world.

The research with novice psychotherapist has so far mainly focuses on developmental processes (Bischoff, Barton, Thober & Hawley, 2002; Orlinsky, Bottermans & Rønnestad, 2001; Rønnestad & Skovholt, 2003) or practical and personal challenges throughout conducting psychotherapy and receiving clinical supervision (Briggs, 2007; Hill, Sullivan & Knox., 2007; Skovholt & Rønnestad, 2003). Nevertheless, although a considerable amount attention has been spent on the common and unique experiences of experienced psychotherapists (Henry, Sims & Spray, 1973; Farber, Manevich, Metzger, Saypol, 2005; Sussman, 2007) motivations of candidate psychotherapists to become psychotherapists has still been left as an area to be further investigated.

1.2. Factors Affecting Psychotherapy Outcome

The American Psychological Association has agreed upon a definition of psychotherapy which is adopted by Norcross: "Psychotherapy is the informed and intentional application of clinical methods and interpersonal stances derived from established psychological principles for the purpose of assisting people to modify their behaviors, cognitions, emotions, and/or other personal characteristics in directions that the participants deem desirable" (1990, p. 218). In this process, there are many factors having an impact on outcome of the psychotherapy. These factors have been investigated with both qualitative and quantitative studies for many years to improve effectiveness of psychotherapy or to make recommendations for psychotherapy training. Although it is difficult to explain all these factors in detail, these factors can be classified under three main headings, which are (1) patient-based factors, (2) process-based factors, and (3) therapist-based factors, respectively (Barber, 2007). Research revealed that outcome of a psychotherapy process might be affected by either all these factors separately or as result of the interaction of these factors with each other.

1.2.1. Patient-Based Factors

Research on psychotherapy effectiveness indicated that patient-related factors had a stronger impact on psychotherapy outcome than the other factors (Clarkin & Levy, 2004; Lambert, 1992; Wampold, 2001). Firstly, characteristics of patients were claimed as potent predictors of an effective psychotherapy process. The patient characteristics which seem to have facilitator effects on the psychotherapy outcome are high-functioning cognitive skills, psychological mindedness, interpersonal relationship skills, willingness for change, and having psychological problem with mildest intensity (Clarkin & Levy, 2004). On the other hand, maladaptive attachment patterns, severity and comorbidity of psychological problems, suffering from ego-syntonic symptoms and poor cognitive functioning, and problematic object relations

seem to have inhibitory effects on the effectiveness of the psychotherapy outcomes (Feinstein, Heiman & Yager, 2015; Ryum, Stiles & Vogel, 2007). Moreover, hope and positive expectancies of patients about treatment improve the effectiveness of psychotherapy outcomes, as well. (Prochaska & Norcross, 2006). Finally, patients' negative self-image about themselves and poor social support networks had a negative association with positive psychotherapy outcomes (Björck, Clinton, Sohlberg, & Norring, 2007).

1.2.2. Process-Based Factors

It is suggested that process-based factors should be considered as possible mediators these factors could be evaluated and changed during the treatment, and might be affected by other psychotherapeutic factors (Barber, 2007; Kraemer, Wilson, Fairburn, & Agras, 2002). These factors basically concern with the interactional patterns between the therapist and patient in psychotherapy process.

Therapeutic alliance was reported to be one of the most essential element of psychotherapy effectiveness. It basically refers to the relationship between patients and therapists and the way how both parties express their feelings and attitudes to each other (Gelso & Hayes, 1998). Most researchers have found that a strong therapeutic alliance in which relational obstacles are handled effectively has potentially positive effects on psychotherapy outcome (Crits-Christoph, Gibbons, Hamilton, Ring-Kurtz & Gallop, 2011; Norcross, 2002). Moreover, it was found that secure attachment styles of both patients and therapists contribute to a stronger therapeutic alliance, which is also associated with a successful psychotherapeutic change process (Levy, Ellison, Scott & Bernecker, 2011).

In addition, there are some relational concepts which are implemented by psychotherapists that have contribution to psychotherapy outcome, as well. It is found that empathy, acceptance, warmth, positive regard and genuineness of the psychotherapists during the sessions play a significant role in the effectiveness of

psychotherapy (Hubble, Duncan & Miller, 1999). Furthermore, consensus on therapy goals and collaboration of therapist and client during treatment process also seem to improve positive psychotherapy outcomes (Norcross & Wampold, 2011; Tryon & Winograd, 2011).

The effect of therapy duration and frequency of sessions on psychotherapy outcome were investigated from a dose-effect perspective in relation with different psychotherapy approaches. These research showed that therapy duration and frequency may have a significant effect on psychotherapy outcome depending on the other factors such as symptom severity, theoretical orientation or therapy techniques (Kraft, Puschner, & Kordy, 2006; Reardon, Cukrowicz, Reeves, & Joiner, 2002). Lastly, extra-therapeutic factors might also have a possible impact on psychotherapy outcome. These factors that clients bring into therapy include external life events taking place during psychotherapy process. It seems that life events like marriage or promotion in a job may affect psychotherapy outcome positively. On the other hand, the negative events like divorce, loss or trauma might hinder or slow down the dynamic changes during psychotherapy process (Prochaska & Norcross, 2006; Miller, Hubble, Chow, & Seidel, 2013).

1.2.3. The Therapist as a Factor Affecting Psychotherapy Outcome

Amongst factors having an impact on psychotherapy outcome, the ones related with psychotherapists seem to be least examined topic in the psychotherapy literature, so far. However, limited studies found that therapist related factors tend to have a more significant influence on outcome of psychotherapy (Wampold & Brown, 2005), and these factors were recommended to be examined as they are more amenable to change through an effective supervisory process or a personal therapy experience. Existing studies mainly considered personal and professional traits of psychotherapists and indicated that more experienced and competent psychotherapists produced better outcomes in psychotherapy when compared to their novice counterparts (Beutler, 1997; Leon, Martinovich, Lutz & Lyons, 2005; Wampold & Imel, 2015).

In addition, some skills and capacity of psychotherapists tend to be among the determinants of psychotherapy outcome. To illustrate, ability to provide empathy, repair alliance ruptures, an inclination for positive regard, and genuineness were positively associated with positive psychotherapeutic change (Feinstein, Heiman & Yager, 2015; Laska, Gurman & Wampold, 2014; Norcross & Wampold, 2011; Safran, Muran & Eubanks-Carter, 2011). The effects of these factors may be more apparent in terms of psychotherapy outcomes because they are part of therapeutic alliance, rather than just being professional traits of psychotherapists.

Apart from all these theoretical and practical features, it was proposed that psychotherapists carry their personal dynamics and personal qualities to the sessions either consciously or unconsciously. Although it is hard to distinguish personal and professional traits from each other most of the time, it is clear that psychotherapists' beliefs, values, attributions and ways of living have a possible influences on their performance and roles in the sessions (Pipes, Holstein & Aguirre, 2005). Personality traits of psychotherapists which have influence on psychotherapy outcome are heavily related with their cognitive, emotional and interpersonal capacities (Orlinsky & Ronnestad, 2005; Schöttke, Flückiger, Goldberg, Eversmann & Lange, 2015). To illustrate, Wampold specifies that interpersonal skills of effective psychotherapists as "verbal fluency, interpersonal perception, affective modulation and expressiveness, warmth and acceptance, empathy and focus on others' needs" (2011, p.3). On the other hand, some traits of psychotherapists such as being critical, distant, nervous and distracted were proposed to have a negative effect on psychotherapy outcome (Ackerman & Hilsenroth, 2003). Furthermore, Arthur and his colleagues stated that psychotherapists who were socially aware and capable of influencing others in their personal relationships and those who had ability for organization and planning were more likely to be effective therapists during their professional careers (Arthur, Day, McNelly & Edens, 2003; Dilchert & Ones, 2009).

Moreover, emotional well-being of psychotherapists was also claimed to have an influence on their effectiveness during psychotherapeutic process (Chui, Hill, Kline,

Kuo & Mohr, 2016). While general stress level, emotional exhaustion and personal burdens of psychotherapists were negatively associated with therapeutic alliance; positive mood and personal satisfaction had positive contributions to a successful psychotherapy outcome (Briggs & Munley, 2008; Gnilka, Chang & Dew, 2012; Nissen-Lie, Havik, Hoglend, Monsen & Ronnestad, 2013). Therefore, ability of managing emotions and countertransference become crucial for psychotherapists in order to monitor and handle their negative personal experiences on their patients and psychotherapy process (Consoli, Beutler & Bongar, 2017). To be able to ensure this, psychotherapists were strongly encouraged to be open to investigate their own personal dynamics throughout either supervision or professional psychotherapy experiences.

1.3. The Effect of Therapist's Self-Awareness on Therapy Outcome

Regarding therapists, self-awareness is defined as “therapists’ momentary recognition of and attention to their own thoughts, emotions, physiological responses, and behaviors” (Williams & Fauth, 2005, p.443). The psychoanalytic approach emphasized that psychoanalytically oriented therapists have to work on themselves, their own unconscious layers and responses in sessions in order to be able to understand their clients deeply (Gelso & Hayes, 2007) as well as to handle their own countertransference experiences.

Self-awareness is the essential component for an effective psychotherapist and positive psychotherapy outcomes (Jennings & Skovholt, 1999; Safran & Muran, 2000). The reason behind is that when psychotherapists become more self-aware, they also become more capable of managing countertransference issues (Gelso & Hayes, 2007), negative emotions (Chui et al., 2016) or anxiety (Woody & Rodriguez, 2000). In addition, Williams and Fauth (2005) found that increasing self-awareness levels of novice psychotherapists were associated with positive outcomes in psychotherapy and those trainees with higher level of insight felt more interpersonally engaged in the sessions, which in turn seemed to enhance the outcome of the therapy.

Apart from its relevance with effectiveness, developing insight about one's own problems as a therapist, is also an issue related with ethical issues. As defined by the ethical codes of American Psychological Association (2002), psychologists hold responsibility to be aware of potential effects of their physical and mental health or personal needs and conflicts on their patients and psychotherapeutic process. It means that psychotherapists should have a motivation to explore those needs, desires or goals of themselves for those needs and desires not to influence the therapeutic process. In that respect, "their own needs, areas of 'unfinished businesses,' personal conflicts, defenses, and vulnerabilities; and how all these could influence their therapeutic work" are the issues that psychotherapists should address either during supervision or their own personal therapy (Corey, Corey & Callanan, 2011, p.45). Hence, improving self-awareness is a necessary part of professional development of novice trainees, and clinical supervisions and personal therapies might help them foster their awareness and understand themselves.

1.4. "Motivations for Becoming a Psychotherapist" as a Part of Psychotherapists' Self-Awareness

As it is mentioned before, to be motivated about something refers to seeking for fulfilling certain needs and desires. These needs and desires have roles in the decisions of individuals for choosing a profession, as well. In other words, a profession may serve as a motivator for satisfaction of a personal need (Wosket, 1999). For psychotherapists, to detect and understand their own motivations to practice psychotherapy become more important as compared to other professions, since their explicit and implicit motivations could potentially effect well-being of their patients. First of all, questioning and exploration of motivations is a part of self-awareness process. Being self-aware about motivations that drive oneself to make this decision help practitioners to identify their personal needs and desires, as well. Thus, they could be more successful practitioners and foster their professions by being attuned to their needs and to the things satisfying themselves. In line with this, awareness about one's own motivations minimizes risk of neglecting needs of

patients and improve their skills to handle issues aroused in the therapeutic and supervisory relationship. That is, if psychotherapists do not explore and face up to their explicit and implicit motivations, they are at risk of not being able to separate their own problems from those of their patients' (Sussman, 2007).

Apart from its probable advantages, becoming a psychotherapist is a career that is full of personal and professional challenges and responsibilities, and could be overwhelming for many individuals as there is always a difficulty to overcome or possibility to confront with emotionally devastating situations. In both cases, the question of "what motivates them for becoming a psychotherapist" is crucial in order to understand impelling factors affecting their psychotherapeutic stance. There is a commonality in terms of motivations that direct psychotherapists to choose this profession either explicitly or implicitly. These factors which motivates psychotherapists are: (1) resolution for personal problems and conflicts; (2) personal experiences; (3) personal growth; (4) personality characteristics; (5) altruism; (6) vocational benefits; and (7) unconscious motivations, respectively.

1.4.1. Resolution for Personal Problems and Conflicts

Sussman (2007) argued that "an important determinant of the desire to practice psychotherapy involves the attempt to come to terms with one's own psychological conflicts" (p. 175). Research in line with his theory revealed that one of the main motivators for psychotherapists directing them to perform psychotherapy is their unresolved conflicts and problems (Bager-Charleson, 2010; Kottler, & Shepard, 2008). Psychotherapists reported that they had inner desires of making sense of and overcoming the personal difficulties which they experienced during their childhood (Sriram, 2016). These personal conflicts were usually related with emotional and interpersonal problems or therapists' personal anxieties (Geller, Norcross, & Orlinsky, 2005; Ivey & Partington 2012). In that regard, they usually evaluate psychotherapy process as an opportunity not to merely solve their personal problems,

but to enhance clinical formulation through comparing their own difficulties with those of their patients (Guttman & Daniels, 2001).

1.4.2. Personal Experiences

The personal experiences of psychotherapists also seem to be among the determining factors of their career choice. Barnett (2007) argued that personal negative experiences might play a pivotal role on decision for becoming a psychotherapist. These distressing experiences might include lonely and unhappy childhood period, loss or absence of parents, physical or psychological disorders and experiences of trauma, abuse or neglect (Farber, 2016; Geller, Norcross & Orlinsky, 2005; Norcross & Guy, 2007). Decision of being a psychotherapist might be affected not only by personal difficulties in the past, but also troubles which are experienced in the family. Murphy and Halgin (1995) identified the family-related factors that affect career choice of psychotherapists as: “(a) the experience of feeling emotionally responsible for or taking care of parents, (b) the experience of taking care of other family members in the household, (c) the experience of family conflict, (d) the experience of physical illness in one's family, (e) the experience of mental illness in one's family, and (f) the experience of substance abuse in one's family” (p.424). Likewise, Farber (2016) and Bager-Charleson (2010) addressed the roles that are assigned to psychotherapists within their own families. They proposed that the role of psychotherapists such as problem solver, soother or care provider, might have an influence on practicing psychotherapy. The motivation for becoming a psychotherapist might be affected from different experiences, as well. The history of personal psychotherapy of a psychotherapist as a patient (Corey et al., 2011) or engagement with people or materials related with psychology (Rønnestad & Skovholt, 2003) might be among the other motivating factors for the psychotherapists to choose this profession.

1.4.3. Personal Growth

Wosket (1999) explained that practicing psychotherapy is an opportunity for psychotherapists to experience intellectual, emotional and spiritual growth. In that sense, some common motivations of psychotherapists for this profession is to understand themselves and others and to learn more about interpersonal relationships (Richardson, Sheean, & Bambling, 2009). For psychotherapists, practicing psychotherapy ensures them to enhance self-discovery and self-improvement by being aware of personal strengths and weaknesses (Guttman & Daniels, 2001). Moreover, it was found that desires of having strong self-confidence and being assertive are among the other motivators driving them to become psychotherapists (Sussman, 2007).

1.4.4. Personal Characteristics

There seem to be certain personality traits enhancing motivations of psychotherapists to become a psychotherapist. Being curious, patient, accepting; having efficient interpersonal relationship skills like capacity for empathy and having capacity for introspection are among the motivating qualities for clinical psychologist to perform psychotherapy (Gladding, 2004; Sriam, 2016). Kottler and Shepard (2008) explained that psychotherapists might be motivated towards this profession through thinking they are “qualified”, as their already existing characteristics that they think are essential components of an effective psychotherapy process.

1.4.5. Altruism

Having an eagerness to provide emotional and psychological help to others is another primary motivations of psychotherapists for practicing psychotherapy. They are usually motivated by their desire to help people both at a personal and societal level, and to contribute their growth and positive change (Mander, 2004). In that respect, Kottler (2017) described the altruism as a “driving force behind motives and actions

of helpers” (p.41). However, researchers noted that motive for helping others needs further investigation as it may be related with other personal satisfactions or cloak for fulfilling personal needs (Barnett, 2007; Norcross, Farber & Orlinsky, 2005; Sussman, 2007).

1.4.6. Vocational Benefits

Psychotherapists stated that they were motivated for becoming a psychotherapist also because of the vocational benefits of the profession (Guttman & Daniels, 2001; Murphy & Halgin, 1995). They reported that becoming a psychotherapist would bring them prestige and privilege in social status because of perceived wise and enlightening role of a therapist. They were attracted to this profession, as it offers opportunities to encounter with many different stories and people. Moreover, this profession would provide them financial security and different career opportunities. They explained that becoming a psychotherapist would make them feel significant and autonomous because they will have capacity to solve problems of both themselves and their patients.

1.4.7. Unconscious Motivations

Indeed, unconscious motivations do not mean totally a different categorization from other aforementioned motivations. Unconscious motivations might be evaluated as an inclusive headline because all prior motivations might pertain to unconscious conflicts and desires of a psychotherapist to a certain extent. In the literature, unconscious motivations for becoming a psychotherapist were investigated within psychoanalytic models of drive, self and object relations (Kottler, 2017; Sussman, 2007). According to the studies which examined this topic, the reason of practicing psychotherapy is related with fulfillment of certain needs and desires (Barnett, 2007; Guttman & Daniels, 2001). To illustrate, for psychotherapists, practicing psychotherapy might be an opportunity for fulfillment of their narcissistic needs. According to Kottler and Shepard, (2008) psychotherapists satisfy their needs of

power and control by rescuing others who have emotional problems; and through providing psychotherapy, they experience gratification of influencing others' lives in a positive manner. Moreover, psychotherapists might vicariously benefit from therapeutic relationship to fulfill their need for intimacy. In addition, being accepted, respected and loved by patients satisfy narcissistic needs of psychotherapists such as omnipotence, grandiosity and being admired (Guttman & Daniels, 2001). In fact, Gelso & Hayes (2007) associated the need for helping others with rescue fantasies of psychotherapists. Accordingly, psychotherapists' role of solving problems that had been given to him during his childhood in the family or their desire for saving needy parents have significant role in their choice of profession. Finally, practicing psychotherapy may serve to satisfy either sexual or aggressive instinctual needs of psychotherapists. To illustrate, Kottler (2017) stated that psychotherapists vicariously fulfill their voyeuristic needs by getting involved into all aspects of their patients' lives. Moreover, therapeutic situation may provide therapists to discharge their sadistic impulses. Clinical interventions, such as pointing out patients' weaknesses, problematic behaviors or issues that they must confront, may satisfy aggressive instincts of psychotherapists (Sussman, 2007). Besides, Sussman (2007) added that psychotherapists repress their aggression through focusing on helping others.

1.5. Aim of the Study

There seems to be various implicit and explicit factors motivating psychotherapists to practice psychotherapy. It is always beneficial for psychotherapists to be aware of these motivations in order to enhance their performance and to prevent possible exhausting effects of this profession. The candidate psychotherapists have usually a limited awareness about their motivations, needs and desires as they are at the beginning of their professional careers (Hill et al., 2007). Therefore, exploring and understanding these motivations during clinical training is crucial in order to prevent potential ethical violations and enhance effective clinical supervision processes.

The present study aims to provide an in-depth understanding on the experiences of candidate psychotherapists before they have started to practice psychotherapy and receive psychotherapy supervision. To reach this aim, a qualitative approach was employed. The reason behind the use of a qualitative methodology in psychology is to discover, identify and interpret personal experiences of individuals without restricting their accounts to pre-determined quantitative measures (Smith, Flowers, & Larkin, 2009). A qualitative research emphasizes the unique experiences of participants and attempts to capture specific and personal meanings in their lifeworld. In the literature, there are both qualitative and quantitative studies aiming to understand different psychological dynamics of psychotherapists' conducting therapy sessions. Nevertheless, quantitative studies were usually criticized as they might fail to capture the investigated phenomenon in a detailed, personal and holistic way (Roth & Fonagy, 2005). As the current study tries to focus on the idiosyncratic and common psychological dynamics of candidate psychotherapists, a qualitative approach was purposefully employed. Besides, psychological dynamics of candidate psychotherapist were expected to be both explicit and implicit which necessitates interpretative activity on behalf of the research team. Thus, the qualitative method fits for this study since it enables to investigate the phenomenon by enriching rather than simplifying.

Moreover, to our best knowledge, there are no studies investigating motivations of psychotherapists for practicing psychotherapy in Turkey. Therefore, current study will respond the need of an in-depth study which focuses on explicit and implicit motivations of becoming a psychotherapist in Turkey.

CHAPTER 2

GENERAL METHODOLOGY

2.1. Methodological Background

Interpretative Phenomenological Analysis (IPA) was adopted as the most suitable method for this study because it aims to explore in detail participants' personal lived experiences and how they made sense of that particular experience (Smith & Osborn, 1999). IPA is based on the phenomenological philosophy which is the "study of human experience and the way in which things are perceived as they appear to consciousness." (Langdridge, 2007). Phenomenological approach rejects the idea of an objective reality for personal experiences and it states that meaning and reality are not independent of subjective human experience, rather they are re-created with perceived subjective experiences (Frost, 2011). Moreover, IPA is linked with the hermeneutic paradigm. As a prerequisite of phenomenology, hermeneutics tradition explains that the whole manner in which human experience is lived is subject to an interpretative process and the experience can best be understood through interpretative activity of the researcher (Gray, 2004). In addition, IPA is strongly connected with social constructivism which underlies the premise that truth and meaning created by interactions of individuals with the world and with each other (Gray, 2004). Consistently, IPA involves a double hermeneutic process. That is, while the participant is trying to make sense of his or her personal and social world, the researcher simultaneously tries to make sense of this sense-making activity of the participant (Smith & Osborn, 2003). IPA is also explicitly idiographic, meaning that it deeply focuses on and analyzes particular experiences of a subject before moving on the experiences of other participants. Consequently, philosophical background and principles of IPA are consistent with the aim of this study to investigate subjective and personal experiences of candidate psychotherapists. Additionally, according to

Williamson (2013), it is appropriate to use IPA while conducting a research on issues related to psychotherapy process. The reason behind is that both IPA and psychotherapy process, value the individual's' unique and personal experiences. Furthermore, these experiences become meaningful in a dyadic relationship between the therapist and patient just as parallel to the relationship between the researcher and participant.

2.2. Ethical Considerations

Before starting semi-structures interviews, ethical approval was obtained from Human Ethics Committee of Middle East Technical University. In addition, informed consent form, which includes information about the aims and process of the study, was provided to participants by hand before conducting interview sessions (see Appendix A). Written permission was also obtained for the audio-recording of each interview. Confidentiality of the participants was ensured, and they were informed about their right to withdraw the interview at any time, in case of any personal discomfort. Moreover, personal information of the participants was distorted during the transcription of the interviews in order to protect anonymity. For this purpose, in the result section the only male participant was referred to as “she”, to keep his anonymity.

2.3. Participants

In line with the data-analytic principles of IPA, purposive sampling strategy was employed, and a small and homogeneous sample was formed for this study with 5 candidate psychotherapists who had not conducted psychotherapy under systematic supervision. The sample size was coherent with the IPA guidelines which recommend between three to six participants in order to allow sufficient in-depth engagement with data for examining similarity and differences of individual experiences (Smith, 2008). The sample size was also determined as sufficient since saturating of categories was achieved and the data starts to repeat itself. Our inclusion criteria were

being first-year master-degree students on clinical psychology program of Middle East Technical University who had not yet started to practice psychotherapy under a systematic clinical supervision. Word of mouth was used to recruit the participants.

The ages of candidate psychotherapists ranged between 24 and 26. Four of the participants were female and one of them was male. Only two of the participants had experience in practicing psychotherapy when they were doing their internships, but these experiences did not include a regular and a systematic supervision process. Two of these participants had received psychiatric treatment in the past due to their symptoms of depression and panic attack. One of them had experience of 3 years of personal psychotherapy with intervals which had an eclectic approach, and one of them had been in an ongoing psychoanalytic psychotherapy.

One of the participants neither practiced psychotherapy nor took any professional help. Moreover, all participants had an experience in conducting an intake interview which was obligatory throughout their graduate training. We believe that previous personal psychotherapy experiences of candidate psychotherapists were beneficial during conducting semi-structured interviews, an argument consistent with Shadley's (2000) suggestion that participants having certain amount of professional experience of being psychotherapists increases the likelihood of recognizing their own personal characteristics closely and help them to share their experiences in detail during the interviews.

2.4. Procedure

Before starting each interview, the peer debriefing technique was employed. A group of colleagues who had experience in qualitative methodology shared their suggestions about the process of the study. Consistently, interview questions were formed via feedbacks received from the research team and the first researcher (Çevrim) improved his interview skills through practicing role-plays in this group setting. A pilot interview was held with a beginner therapist from Ankara University

in order to test clarity and order of questions, and to further improve the researcher's interview skills such as probing and exploration. Interview questions were reshaped with the research team to increase clarity and richness after the pilot interview. Furthermore, the researcher had feedback about his personal style as an interviewer and as a clinical psychologist.

In line with the guidelines of IPA (Smith & Osborn, 2003), semi-structured interviews were conducted with participants in the therapy rooms of Ayna Clinical Psychology Support Unit of Middle East Technical University. Interviews held in two weeks and they lasted between 107 minutes and 178 minutes. 10 open ended and non-directive questions were asked to candidate psychotherapists (Appendix B). The questions were expanded and elaborated during and after each interview. Through the sessions, participants were encouraged to share their experiences in detail by using prompts and with the collaboration of the researcher (Çevrim).

2.5. Data Analysis

The interviews were audiotaped and the recordings transcribed verbatim. The data analyzed based on the IPA guidelines (Howitt, 2010; Smith & Osborn, 2003). As IPA has an idiographic approach to the data-analytic process, the analysis began with the first case and progressed to other cases. Firstly, in order to enhance familiarization with the data, transcripts were read a number of times and the left-hand margin was used to take notes and add comments for the next steps. At this stage, initial themes started to be developed from the comments and noted right-hand margin of the transcripts. These emergent themes were listed in a separate table to make meaning connections between them. Some themes were clustered together based on their similarities and relatedness, and some of them were dropped. This process of reordering and restructuring themes proceeded continuously by checking the newly formed emergent themes with each case separately. Then, the super-ordinate themes were developed with their sub-ordinate themes and they were linked with the related passages in the texts. These steps were repeated for all the transcripts, and a final

table of master theme list was formed. During the analysis process, the research team provided continuous feedback related to the clustering and coding of the data. Finally, my thesis advisor (Gençöz) audited the master theme list and the final form of sub- and super-ordinate themes.

2.6. Trustworthiness of the Study

The criteria for assessing the strength of the qualitative research are different from those of the quantitative studies. There are many types of guidelines that can be used to evaluate trustworthiness of the study (Morrow, 2005). Jonathan Smith, who is the pioneer of IPA methodology, and his colleagues (2009), recommended Yardley's guidelines (2000) to evaluate the quality of an IPA study. According to Yardley (2000), trustworthiness for a study could be ensured with the following four principles: (1) sensitivity to context, (2) commitment and rigor, (3) impact and importance, and (4) coherence and transparency.

- (1) Sensitivity to context is defined as the responsiveness of the researcher during the process of data analysis and interpretation to the relevant theoretical and empirical literature, to the perspectives of the participants and to the interaction between the researcher and participants (Yardley, 2000). For this purpose, the first researcher (Çevrim) included empirical and theoretical data from the literature into both Introduction and Discussion sections. Moreover, he considered dynamics of his personal relationships between him and the participants. All of the participants were in deed his colleagues and he had acquaintance with them although he had not intimate bonds with some of the participants. He tried to encourage participants to respond freely and his prior acquaintance seem to help participants to express their thoughts and emotions more comfortably. However, he realized that he felt more comfortable while interpreting the data of participants who were interpersonally closer to him since he had more in-depth knowledge of these participants' personal dynamics.

- (2) Commitment and rigor refer to the engagement of the researcher with the in-depth involvement to the research and developing sufficient breadth and skills for the purpose of the study (Yardley, 2000). To ensure this, as an inexperienced IPA researcher, the first researcher (Çevrim) sought to gain knowledge about IPA, through taking a graduate course on qualitative research methods. In addition, to improve his interview skills we performed several role-plays in the peer debriefing group which were conducted apart from the pilot interview. Moreover, he believed that he gained competency in analyzing and interpreting the personal dynamics of the participants throughout the clinical supervisions he had engaged during his master education. In that respect, he believed that the psycho-analytic orientated supervisions that he took and his readings on psychoanalytic theories provided him a broader perspective about implicit dynamics of human psychology.
- (3) Impact and importance point the usefulness of the findings of a research both in the theoretical and practical settings (Yardley, 2000). Hence, the possible implications of the current findings on psychotherapy and supervision processes were discussed after presenting each findings of the study.
- (4) Coherence of a study indicates compatibility between the adopted theoretical approach, the methods employed and the method used for the interpretation of the data. On the other side, transparency of a study refers to the clarity of the stages of the research processes to the readers (Yardley, 2000). To ensure these two criteria, rationale of the use of IPA as an appropriate methodology was explained in detail by defining its theoretical and philosophical underpinnings. Moreover, all data-analytic steps were delineated in accordance with IPA's guidelines. To further enhance credibility of the study a research team closely followed the data collection and analysis procedures, and a clinical psychologist who had expertise in IPA coded a randomly selected interview.

In addition, as a component of transparency, reflexivity is another principle for evaluating the trustworthiness of the study. It refers to “the awareness of the researcher’s contribution to the construction of meanings with him/her assumptions, personal experiences, position throughout the research process” (Fischer, 2009; Willig, 2008). To ensure reflexivity, a researcher has to make these factors visible and clear to the self and others through identifying and describing. For this purpose, researchers would provide information about themselves, the reason for choosing this topic to investigate and other factors which may have an effect on this research:

“I (Çevrim) am a 25 years old psychologist and currently am about to complete my master's degree in clinical psychology program at METU. I have been practicing psychotherapy for about one year. Also, I had a regular and systematic supervision experience as part of my clinical training. In addition, I have started my own personal psychotherapy during this period, which has a psycho-analytic perspective. Regarding my theoretical stance, I would describe myself having a psychoanalytic perspective. In my practice, I mainly work on early life experiences of patients, their developmental processes, and their unmet needs or desires through studying interpersonal relationship patterns both in the therapy and in their personal lives. I also try to work on unconscious material in the sessions by including free association or interpretation of dreams, lapsus and therapeutic ruptures in terms of transference.

I have always been in an inquiry about the origins of my feelings and behaviors or about the existence of the human being. I also noticed that I enjoy observing behaviors or attitudes of individuals and have an inclination to understand them. I decided to study clinical psychology because I thought that I could find answers to my questions about myself or life by practicing psychotherapy and receiving psychotherapy supervision. Moreover, I was good at listening to others and help them handle their emotional problems. So, I believed that being a psychotherapist is a profession that I could manage easily and well. After starting my clinical training and reading on psychoanalytical theories, I sensed that there should be more unconscious motivations directing me to choose this profession. I thought that other factors such

as my unmet needs and unconscious desires or relationships with my family of origin might have an effect on my decision of becoming a psychotherapist.

Finally, insider perspective is a crucial strength of a qualitative study (Todres, Galvin & Dahlberg, 2014). During the process of gathering information from participants throughout semi-structured interviews, I was also in a position of a candidate psychotherapist. I believe that this insiderness helped me to be able to capture the perspectives of my participants about being a psychotherapist. Moreover, as all of the participants were my colleagues, this acquaintance made easy to detail or exemplify their professional and personal experiences”.

“I (YA) (Ph.D.) am practising clinical psychologist and a female academician almost for 8 years. I mainly adopted schema therapy and psychoanalysis in my clinical practice. I have a special sensitivity to focusing on transformative nature of therapeutic ruptures throughout the sessions.”

“I (TG) provide psychotherapy and clinical supervision based on Lacanian psychoanalytic theory; moreover, I offer graduate courses on Lacanian psychoanalysis”.

CHAPTER 3

RESULTS AND DISCUSSION

In this section, results and discussion of each finding will be explained in a complimentary manner. According to the results of the Interpretative Phenomenological Analysis, three super-ordinate themes emerged from the raw data across five cases. These themes were “*What are the characteristics of candidate psychotherapists?*”, “*What motivated candidate psychotherapists to become a psychotherapist?*”, and “*Perceiving psychotherapy profession as a personal rescuer status*”. In order to increase transparency of the results, quotations from participants’ accounts will also be given for each sub-ordinate theme.

3.1. What are the Characteristics of Candidate Psychotherapists?

Before giving detailed information about the personality characteristics of candidate psychotherapists, a note to caution is due here. Readers should be aware that these sub-themes do not mention any personality disorders or psychopathology. They did not include all clinical features of avoidant, obsessive and anxious personality structures. Rather, these themes were just used to refer to the behavioral patterns and the ways through which candidate psychotherapists make sense of the world. The categorization is mainly based on participants’ core characteristic features, knowledge about their relationships and their coping styles. These sub-themes were formed after detailed discussions of the clinical profile of the candidate psychotherapists by the research team. Consequently, essential characteristics of candidate psychotherapists were determined as “avoidant”, “obsessive” and “anxious”.

3.1.1. The Candidate Psychotherapist (CT) as an Avoidant Person

When it is asked to candidate psychotherapist what they would say about themselves, all participants gave examples from their personality traits which were reminder of avoidant characteristics. All of them stated that they had difficulties in sharing their emotions or problems with others as they believed they could be despised, criticized or misused. All of the participants, except for one, defined their positions in social relationships as refraining from being intimate. They characterized their social environment as narrow with only a few people who could be described as trustworthy. As an avoidant coping style, all participants mentioned that they tried to solve their problems by themselves and did not demand any help from others. Moreover, some of the therapists told that they avoided the intensity of the problem by using mechanisms like humor or intellectualization. These therapists also avoided the real problems through “hiding from them”, rather than evaluating and confronting with these issues. Finally, denial and repression were other avoidant coping strategies of candidate psychotherapists. Participants answered the question about how to cope after a traumatic event and they stated that their main attempts were to ignore the problem or endeavor to forget it.

To illustrate, CT 1 said that she knew a few people who could be defined as intimate. She stated that she did not have “healthy” relationships since she avoids being intimate with others and hides her emotions and thoughts about them: “Ama dediğim gibi kafamdan geçenleri ilişkilerimde çok söyleyemediğim için öyle mükemmel, sağlıklı ilişkiler kurabildiğimi düşünmüyorum.” Moreover, she talked about how she avoided establishing close relationships with others: “Yani bir şeye çok bağlanmayı sevmiyorum. Yani şey yapayım, ilişkiler için de geçerli bu aynı şekilde. Bir mesafemiz olsun yani ben kendi hayatıma da devam edeyim.”

As an example of avoidant coping strategy, CT 1 said that she did not show her problems to others when she was together with them, and she tried to solve her problems alone: “Hani bir sıkıntım varsa da onlarla çok uğraşmamayı seçiyorum.

Kendim kaldığımda da daha onların üstüne düşünmeyi, kendim şey yapmayı seviyorum... Genelde karşı tarafa çok bir şey söylemiyorum. İçime atayım da ben bunu sonra çözerim gibi şey.”

Also, she explained how she minimized the intensity of a problem or an emotion by transforming it or using passive-aggressive strategies:

Çok duygusal yoğunluğu olan bir şey anlatırken, kendimi de ondan soğutup bir savunma gibi gülerek de anlatabilirim... Bunu yapabilirim de konunun ağırlığı çok ağır, onunla yüzleşemiyorsam kendi kafamı dağıtıp bir savunma kullanıyorum belki. ... Mesela bu kendini çekme karşı taraftan, karşı tarafı cezalandırma yolu gibi sanki. Hani sevgini çekiyorsun o taraftan, bir şey paylaşmamaya başlıyorum bu da öyle bir yöntem oluyor. Veya bunu başkalarına, bu konuyu bozulduğumu anlatırım ama kişiye anlatmam. Bunu çok yapıyorum, kesinlikle sağlıklı bir yol ama böyle indirekt yollarla yapıyorum.

CT 2 described herself as a person who hides her emotions from others and does not demand any help for her problems. Also, she emphasized that her close friends described her as “avoidant” which she agreed upon:

Mesela yakın arkadaşım kaçınanlığımdan rahatsız biraz. Şey oluyor mesela, tartışıyoruz bir konuyla ilgili, ben sinirlenebiliyorum, ben sinirlenince de kalkıp gidebiliyorum. O da bundan çok rahatsız. Hani "otur konuşalım" diyor ben de diyorum şu an çok sinirliyim gitmek istiyorum, yalnız kalmak istiyorum. Böyle çok kaçınan bir tavırm var... Başka... Duygularımı çok belli etmiyormuşum o var. Bazen çok yardım istemiyorum yardıma ihtiyacım olduğu anlarda o da var.

Additionally, CT 2 defined her social relationships as limited in terms of both number and degree of intimacy:

Sınırlı ilişkiler kuruyorum çok böyle "enmeshed" gibi değil daha böyle sınırlı. Sosyal hayatım böyle çok insanın olduğu değil, daha sınırlı ilişkilerim var. Sınırlı derken burada sayı olarak. ... Böyle çok yapışkan, benim her şeyimi anlattığım veya karşı tarafın her şeyini anlattığı, ya da en kaygılı anında benim ona gittiğim ya da onun bana geldiği gibi değil de... O da sınırlı.

As can be inferred from CT 2's explanations, she also seem to use avoidant coping strategies while handling interpersonal relationship problems. For example, when she confronted with a problem, she either waited for the problem to be resolved by itself or she avoided negative emotions aroused from that problem through suppression: "Hani genelde böyle o kaygı anında bastırmalı, ortam düzeltilmeli gibi bir tavrım vardı dolayısıyla hani ben de o kaygıdan kaçıyorum genel olarak. Üstünü örtmek gibi bir şey aslında o."

Avoidant characteristics of CT 3 become apparent mainly in her descriptions of social relationships. She stated that she gave importance to be alone and needed "loneliness". She preferred a personal distance in her social relationships, even with the closest persons to her:

Sanki bunu daha şeffaf paylaşabilirim bence, sansürlemek istedim ama istemiyorum şu anda. Sanki böyle bir mesafe varmış gibi hissediyorum, en yakın bulduğum insanla da. Kardeşimi çok yakın bulurum, çok yakındır ama yine de bir mesafe var gibi böyle. Aşırı yakın gibi hissetmiyorum, bir boşluk var orada gibi. Sanırım bunu diğer insanlarla da hissediyorum, tabii ki hissediyorum.

In addition, she explained how she withdrew herself in social environments in which she did not feel comfortable: "Yani dönem dönem kendimi kapatabiliyorum kendimi ama bu da nasıl derler... Ne bileyim, mesela sınıf ortamında çok iletişim kurmaya da çalışmıyorum gibi, geri çekiyorum kendimi gibi hissediyorum."

Likewise, CT 4 avoids showing her emotions to the outside world and refrains from sharing her problems with others:

Şöyle oluyor genelde. Dışarıya çok fazla belli etmiyorum hislerimi, o yüzden insanlar şey sanıyor. Ben sanki hiçbir şey hissetmiyorum, yaşamıyorum gibi algılıyorlar. Ama sadece dışarıdan bunu göremedikleri için benden. ... Ama şey işte mesela, çok böyle dert anlatmak... Derdimi hiç anlatmam mesela, o var. Ama işte şey o da herkesin derdi olduğunu "default" olarak bildiğimiz için, senle paylaşmak istemiyordur yani.

Regarding avoidant coping strategies, she told that she either used repression or postponed her reactions until she felt ready for confronting with problems. Also, she shared that humor and “dirty jokes” were particularly useful for her to overcome her problem of “shyness” in the social life: “Bastırma. Şöyle bastırma, ilk aşamada bastırma yani. Kafayı toplayıp üzerine derinlikli düşünene kadar bir tepki vermeme mesela bu da bir yöntem. Zaman zaman çok severek kullandığımız bir yöntem efendim.”

As different from the rest of the participants, CT 5 seem not to have prominent avoidant characteristics at the beginning of her relationships. She defined herself as an extrovert person who tries to establish new bonds with others. However, it was difficult for her to share her problems with someone else, even with the ones who are closest to her. Furthermore, she added that it was struggling to demand help from others when she was in trouble.

Genelde bir sıkıntı hissettiğimde onu ifade etmekte güçlük yaşıyorum. Şu aralar onu biraz daha aşmaya başladım. Söylemeye çalışıyorum bunu. Aslında şöyle oluyor. Söylememeye o kadar çok alışmışım ki, söyleyemeyip daha sonra reaksiyon beslemeye. ... Bir de şey var hani. Sorun olduğunda, ben karşımdaki sorunlu olduğunda ona yaklaşabiliyorum ama ben yardım isteyemiyorum. Orada çok zorlanıyorum. Genelde isyan ediyor artık annem, babam ya da yakın arkadaşlarım "konuş bir sıkıntın var, niye uzaklaşıyorsun" diye. Onlara kızdığımı düşünüyorlar hatta uzaklaştığım için, halbuki ben içime kaçmış oluyorum. Sık yaşadığım sorunlar bunlar.

3.1.1.1. Discussion of the Excerpts referring to the “**The Candidate Psychotherapist as an Avoidant Person**” Theme

It seems that candidate psychotherapists mainly refrained from being intimate, showing their emotions and problems to others and confronting with problems directly. The current participants evaluated being distant in social relations as a lack or a problem. The things which make them distant in social relationships are fear of being overly enmeshed or not being able to find the right person to get closer to. Hence, they abstained from sharing their inner world with others. Although an

avoidant tendency was evident in their social relationships and their use of coping styles, these therapists' also had a high motivation for becoming psychotherapists whom are expected to form close and empathic relationships with their patients. This interesting controversy might be explained by a study conducted by Henry and his colleagues: According to this study, therapists had tendency to experience struggles in their personal relationships, and they attempted to resolve these personal problems in a controlled setting like therapy sessions (as cited by Sussman, 2007). In a therapy room, there is a higher degree of intimacy and communication between both parties. So, practicing psychotherapy may provide a secure atmosphere to avoidant psychotherapists in which they could compensate for their feelings of loneliness and lack of intimacy in their personal lives (Kottler, 2017). Furthermore, as Guttman and Daniels stated that as therapeutic context limits intimacy with professional confines, the therapy room becomes a safe and ideal place for psychotherapists, who need intimacy or having fears about unlimited intimacy (2001). As therapists are usually expected not to disclose their personal experiences with their patients, this lack of self-disclosure might provide a safe place for our therapists who had a tendency to avoid negative emotions in their personal lives. Besides, the time between each session could also provide a chance for these therapists to evaluate and assess the therapeutic problems over an extended time period, rather than directly confronting with them. Nevertheless, this avoidant style might also result in problems both during therapy sessions and supervisory process. It is possible that avoidant therapists might have similar difficulties forming close relations with their supervisors as psychotherapy supervision also requires a close relationship between the supervisor and therapist (Falender & Shafranske, 2014; Lambert & Goles, 2007). Supervision aims to enhance a therapist's professional and interpersonal skills and studies showed that quality of a supervisory relationship is the most important component in terms of positive therapy outcomes (Falender & Shafranske, 2014). In that respect, it is probable that candidate therapists who avoided personal closeness in fear of being despised and rejected might also experience difficulties in their relationships with the prospect supervisors. These problematic patterns could also be harmful on the behalf

of the patients as an ineffective supervision process was associated with negative therapy outcomes (Falender & Shafranske, 2014).

3.1.2. The Candidate Psychotherapist as an Obsessive Person

In the interviews, participants gave information about themselves which represented obsessive sides of their personality. “Perfectionism”, “orderliness”, “being preoccupied with details, rules, and orders or making mental controls” were common features of participants. To exemplify, CT 1 explained that:

Bazı şeyleri çok kafaya takabilen bir insan olduğumu da düşünüyorum. Bir şey üstüne çok düşünüp şu şöyle midir bu böyle midir diye düşünmek çok yoruyor bazen. ... Biraz mükemmeliyetçilik var o geldi aklıma. İşte böyle işleri bir düzgün yapayım da şöyle yapayım böyle yapayım, yıllardır süregelen bir mükemmeliyetçilik durumu var. Böyle ailede herhalde şey olduğu için. Önünde bir anne baba görüyorsun ikisi de çok başarılı. Çevre de hep "sen onların çocuğusun yani sen de öyle olacaksın" belki öyle olmak istemiyorum ama içten içe o sindiği için o aşamaya erişmem gerekiyormuş gibi. Her şeyi düzgün yapayım şunda şöyle olsun bu da böyle olsun gibi özelliğim var.

Similarly, CT 2 described herself as being “super-egotic” and having rigid rules about life which seem to be compatible with obsessive personality characteristics: These descriptions about herself seem to be related to obsessive characteristics as well: “Süper-egotik bir tarafım da var... Yani neyin nasıl olması gerektiğine dair, o var... Böyle hayat düzeniyle veya ilişkilerle alakalı hani. Örnek... Mesela saygı, olması gereken bir şey gibi öyle.”

CT 3 described herself as disciplined and always feeling a pressure to keep her promises. She believed that she resembled her mother in terms of having a desire to be in control and to interfere with the life problems. She also mentioned that she had a tendency to overthink about problems in an attempt to provide a “mental control”: “Çok düşünüyorum, bence bu olumsuz bir özellik. Çok hoş olmuyor, ruminasyona giriyor bir noktadan sonra o düşünceler dallanıp budaklanınca. "An"da kalamıyorum

dolayısıyla, bu aralar dert ettiğim şey de o biraz.” CT 3 also complained that her obsessive features like being a detailer or being sensitive to others’ body language or words resulted in problems in her social relationships:

Ama biraz hassasiyetim var işte o beden diline o kullanılan kelimelere, işte sezinliyorum ya da belki de varsayıyorum ki karşı taraf kırılmış yani. Belki başka birisi bunlara hiç takılmadan devam ediyordur ve sorun olmadan o günlerde öyle biraz sorunlu geçip sonrasında ilişki normal seyrinde devam ediyordur. Ama ben takıldığım için genel olarak buna, o sorun hala hallolmadı ya. Bence o sorun orada kalıyor genel olarak, gerçi sonra yine değişebiliyor da. Hassasiyet işte. Fazla hassasiyet, olumlu bir şeyden bahsetmiyorum burada. Olumsuz bir hassasiyet var. Sanırım bundan kaynaklanıyor. Belki detaycılık falan da olabilir yine. Yine olumsuz bir özellik olarak detaycılık. Bu sorunlara da yol açıyordur, sorunları büyütüyordur falan.

CT 4 explicitly referred herself as an “obsessive person” and she perceived this pattern as an unpleasant feature of herself: “Yani ilk aklıma gelen beğenmediğim olarak takıntılı olmak. Her konuda olabiliyor bu.” She continued that she was not happy with herself for not being spontaneous and relaxed in life:

Evet, zamanla ilgili belirsizlik daha çok rahatsız ediyor. Öyle çok spontane şeyler yapmayı sevmem, hadi gidiyoruz gibisinden. Eğer şöyleyse, ben kafamda bir plan yapmadıysam, o gün için işte ben şunu yapacam, şunu edecem genelde o şey de benim kendime vakit ayırmam ile ilgili bir şeydir muhtemelen. Öyle bir şey olmadığında yaparım muhtemelen giderim de, öyle bir şey varsa öyle bir teklif gelirse geriye beni biraz. Yani o tarafı da kırmak istemiyorsun, bu tarafı da kırmak istemiyorsun şey oluyor. Yani mesela bilgisayarda her şeyimi klasörlerim falan bir garip yani, belki bilgisayarda yapmaktan odadakine vakit kalmıyor. Öyle rahatsız eder beni bilgisayardaki dosyalarımın dağınık olması. Mesela makalelerimin falan hepsini arşivledim, konularına ayırdım öyle yani.

Furthermore, obsessive features were also evident in the coping styles. It seems that her main coping strategy was to prevent the occurrence of a problem in advance through performing mental control. To illustrate, she wished to find a partner who is almost “like a twin sister to her” in order not to have problems in the intimate relation.

Finally, CT 5 also complained about her perfectionism and stated that her perfectionism and feelings of incompetence greatly interfered with their daily life:

Şu sene biraz mükemmeliyetçi olduğumu fark ettim. Benim bir yetersizlik hissim var kendimle ilgili. Bu beni çoğu zaman motive ediyor aslında okul hayatında. Ama bu sene çok yoğun bir dönemden geçtik biliyorsun. O yoğunluk üstüme gelmeye başladıkça o yetersizlik beni biraz kösteklemeye başladı. Mesela uyuyamamaya başladım, uykumu almamaya başladım vaktim olmasına rağmen. Ya da kendimi çok aşağılamaya başladım işte, bölüm arkadaşlarım benden daha iyi, ben buraya kazara mı geldim gibi şeyler vardı kendi içimde. O zamanlarda fark ettim biraz mükemmeliyetçi olduğumu. O da bu işte hani hislerimi gören arkadaşlarım, yakın arkadaşlarım böyle bir şey olabilir diye geri bildirim verdiler. "Hep işte daha ayrıntılı düşünüyorsun, iş bitirmeye odaklanmıyorsun da kendi kafandaki standarda yükselmeye çalışıyorsun. O yüzden yetersiz hissediyorsun" diye geri bildirim aldım. O yüzden öyle bir şey olabileceğini düşünüyorum.

She, also mentioned a so-called “mental check-list” that she used to determine whether she had a mental problem like depression: “Kafamda bir check-list vardır benim, o DSM şeylerini takip ederim bak hani iki hafta geçti, düşünüyorsun deyip git bir şeyler yap aktive et kendini falan derim.”

3.1.2.1. Discussion of the Excerpts referring to the “**The Candidate Psychotherapist as an Obsessive Person**” Theme

Current findings indicated that candidate psychotherapists had anal-retentive characteristics, which are marked with perfectionism and overly-detailer personality organization in Freudian psychoanalysis (Freud, 1905). Indeed, there might be an association between obsessive personality characteristics and the decision of being a psychotherapist. Firstly, an obsessive personality structure is usually organized around control desires like being orderliness, giving importance to rules and details. Taking into consideration a therapist’s role in psychotherapy sessions, particularly those focused on immediate symptom reduction (like in CBT) rather than trying to discover the individual specific reasons of emotional and behavioral reactions together with the patient (like in psychoanalysis); psychotherapists tend to take an

active controller position during the sessions who structure and organize the therapy process consistent with the idiosyncratic needs of the respective patient, thus where psychotherapist, rather than the patient, is in a position who is supposed to know. Thus, psychotherapy (but not psychoanalytic) settings might be ideal for people who desire mental and behavioral control over situations. Moreover, as it is cited in Holmes (2012), Rycroft stated that: “Obsessional characters are often attracted to psychology, since it seems to hold out the possibility of knowing about and therefore being able to control precisely those aspects of themselves and others which are most elusive and unpredictable” (p.117). So, candidate psychotherapist might become interested in psychology in an attempt to be able to control their personal issues and uncomfortable sides which they do not want to share with others. Secondly, ruminative thinking and giving importance to details actually can be useful skills for candidate psychotherapists in terms of monitoring patients’ explicit, but not implicit, problems during sessions. On the other hand, this ruminative and controlling style of therapists may create an important problem while dealing with implicit problems of the patients. The interpretations about the implicit problems brought by the therapists would only reflect their imaginary but not the patients’ unique situation. Thus therapist’s position of “subject supposed to know” prevents the patients from discovering their own unique features, furthermore their features may become contaminated with the therapists’ imagery which makes it even harder to reach the Real.

Thus, therapists’ desire to have control over situations and being a perfectionist might also run some risks for the psychotherapy practices. Psychotherapy inherently requires a dynamic relationship between a therapist and a patient. As the inner conflicts of the patient become evident throughout the sessions, unpredictable relational ruptures might also evolve which necessitates a flexible and open approach on the behalf of the psychotherapist (Gelso & Hayes, 2007). In that respect, candidate therapists’ intolerance to uncertainty might prevent them from assessing and intervening effectively with the therapeutic obstacles.

3.1.3. The Anxious Therapist Fearing “Separation”, “Loss of Loved Ones” or “Others’ Opinions”

Almost all therapists reported to suffer from some form of anxiety while describing their personality organization. Two types of anxiety were evident in their accounts, which were “separation anxiety” and “social anxiety”, respectively.

Separation anxiety of candidate psychotherapists refers to “the fear of being alone” and/or “fear of losing loved ones”. They became significantly distressed in the face of a possible separation, and worried about losing their parents or significant people in their social relationships. It seems that some form of real or imaginary loss evoked intense anxiety and fear reactions for the candidate psychotherapists. To illustrate, CT 1 said that she had difficulties in separation and she believed that this fear of separation was the main source of all of her problems. She realized that her separation anxiety particularly intensified after losing her grandmother:

Yani mesela ayrılmayla ilgili, ayrılıklarla ilgili ayrılık anksiyetesi gibi bir şeyim var büyük ihtimalle. Yani şu ana kadar yaşadığım birçok sorunun bu yüzden kaynaklandığını bu dönem fark ettim ve çok duygusal yük oldu bu üstümde. Bu işte ölümlere aşırı tepki vermek, ayrılıklarda çok zorlanmak, insanlara iyi davranmak sürekli. Her şey her şey yani.

Similarly, CT 2 reported that she experienced intense sadness and anxiety after leaving her family for university education:

Ben okula ilk geldiğimde işte yurda geldim. Hazırlıktayım. Annemle ablam beni Ankara’ya getirdi. İşte kayıt falan gece otobüse binip gittiler. O ayrılması benim için çok zordu. 3 ay boyunca ağlamıştım mesela. O seperasyon beni çok zorlamıştı ama olması gereken de ve hatta iyi olan bir şey gibi de düşündüm. O 3 ay ama o ilk dönem bayağı kötüydüm.

Furthermore, CT 2 spontaneously explained that illness or death of a family member would be very difficult to overcome for her emotionally, which might be an indication of her anxiety in response to an imaginary loss situation:

Bir hastalık olması durumu. Bu benim için de geçerli ailem için de geçerli onu düşünüyorum, nasıl başa çıkabilirim diye. Çıkabilecek miyim onu zaman gösterecek belki. Ailemin hasta olması, kendi hasta olmam o kadar korkutmuyor aslında hani. Şey gibi sadece işte kanser oldunuz diyelim, ölüm olabilir. Ben öleceksem o kadar sorun olmaz gibi geliyor, sadece arkada bıraktıklarım arkadaşlarım, ailem çok üzülür gibi düşünüyorum.

CT 3 said that she did not lose any close relatives of her so far. However, she naturally compared her emotional breakups to the physical loss experiences and reported to experience intense sadness after such romantic break-ups:

Yakın birini kaybetmedim şimdiye kadar, yakın aile çevresinde. Dedem falan ölmüş ama ben 5-6 yaşındayken ölmüş tanımıyordum. Başka bir ilde yaşadığı için tanımadığım için travmatik olmadı. Ama ilişkilerde bir kayıp yaşıyorum gibi. Gerçek bir kayıp değil ama benim için kayıp gibi oluyor. Nasıl baş ediyorum mu? Geçmişte şey gibiydi. Çok da es vermeden... Gerçi öyle de değil ya. Kendimce işte o esnada bir acı yaşıyorsam, bir tökezlediysem, bir zaman veriyorum gibi kendime. "Tamam, kötüyüm, hayatımın bu döneminde kötüyüm, sevdiğim kişi artık hayatımda yok, bir ilişkimiz yok" deyip böyle o depresif semptomları yaşıyordum, yaşamaya izin veriyordum.

CT 4 answered the question of which problems were hard to cope with for her as: "Genelde... İşte bitecek olması kaygı yaratan bir şey. En azından son birkaçında, hepsinde... Biteceğini bilmek kaygı yaratıyor." Her biggest fear was also related to losing her parents, and she reported to feel helpless when she imagined such a loss situation. She stated that she had to accept that there was nothing else she could do as "everything has an end":

Mesela şu an gündem, ama benim önceden de gündemimdi. Bastırıyordum çok fazla çıkarmıyordum da gerçi. Bizimkilerin yaşları çok var hani, çok düşük bir ihtimal değil, yaşamın gittiği yer ölüm. Mesela onları kaybetme durumu olacak. Bu beni bayağıdır kaygılandırıyor zaten de. Şey gibi geliyor hani, benim düşündüğüm gibi olsa sanki çok farklı olacakmış gibi. Sonuçta ben onlarla abimlerle kıyaslayınca daha az vakit geçirmiş bir insanım, yaş şeyine baktığımda. Hani o vakti çok kaliteli mi geçirdim, hayır; onlar mı çok kaliteli geçirdi, hayır? Ama işte onların ömrünü çok az bir kısmını onlarla paylaşıyor olma hissi var yani. Yani onları kaybetmek, çok koyacak ama o da bir yerde şey... Yani benim bu kadar çok kabullenmeme sebep olan şey uzun zamandır aklımda olması. Ne bileyim, annesi babası 40 yaşında olan birisi

için onu şok eder. Ama bana şey geliyor; ben bunu yaşayacağım, bekliyorum, yapabileceğim bir şey yok.

As CT 2, CT 5 also experienced a loss situation in the previous year. She stated that she used defensive coping styles such as repression or denial to overcome negative emotions associated with the separation and loss:

Genelde uzun süren bir bastırma sürecine giriyorum ölüm ve travma dediğin zaman aklıma geldi. Aynen. Birkaç ay sonra çıkıyor onun acısı benden. Dedem öldü benim geçen sene. Dedem öldüğünde bilerek, isteyerek gittim cenazesine, ölüsünü görmeye falan çünkü şeyi fark ettim. Onun gömüldüğünü görmezsem ben hep inkar edeceğim gibi gelmişti bana. Biraz inkarım var sanırım o konuda. O bile yaramadı yani. Çünkü yüzünü görmedim. Cesedini gördüğüm zaman bile şeydi, dini gereklilikler gereği buraları falan kapalıydı. Siluetini görüyorum o. Ama yok yani, o kafa sürekli inkar ediyor. Bu ölüm ya da ayrılık gibi travmalar olduğunda genelde bir içe çekilme, yok sayma durumu olabiliyor. Bazen çok eyleme koyabiliyorum. Oturup yas tutmayı reddedip, sürekli dışarıda olabiliyorum, sürekli gülüyor olabiliyorum. Konuşmuyorum kimseyle o şey hakkında. Birkaç ay sonra acısı çıkıyor ama. Bana ağır bir şekilde geri dönüyor. O zaman da onu process etmeye çalışıyorum artık. Hatırlamadığım bile oluyor hatta. Ayrılık konseptinde bu daha çok geçerli, ölümü unutmak mümkün değil ama. Bazı şeyleri unuttuğum sildiğim, hiç hatırlamadığım zaman oluyor. Hatta dissosiyasyona mı girdim dediğim zaman oluyor. Ama onun datası bir sene içinde geri geliyor bana ama. Öyle bir şeyim var. Çok da çözemiyoymuşum anladığım kadarıyla.

In conclusion, fear of losing loved ones was a recurrent theme in therapists' accounts although there were not any explicit questions in the semi-structured interviews investigating loss and separation experiences. All therapists reported to experience intense fear and sadness in response to either a real or imaginary loss situation.

Social anxiety was another type of anxiety that candidate psychotherapists reported. It was conspicuous that all of the participants were overly interested with others' views and thoughts about them. In addition, they worried about being negatively evaluated since they were sensitive to be rejected by others. Although all therapists expressed some form of social anxiety in their accounts, the sources of this anxiety seems to differ from each other. While some therapists have "fears of not being

admired or liked”, other therapists had “fears of being rejected” or “fears of being the center of all attention”. To illustrate, CT 1 described herself as “receptive” and “non-judgmental” and she purposefully displayed these characteristics in an attempt not to be rejected or criticized by others. She mentioned that she stayed away from others’ criticisms and sought acceptance from others by showing herself “nice and friendly” especially at the beginning of her relationships: “Biraz çok Pollyannacılık yaptığımı düşünüyorum ilişkilerde... Hani çok sanki herkes ilk tanışırken iyi, hiç şey yok böyle unrealistic bir imaj yaratıyorum.” She also purposefully, did not reflect her problems as she feared to offend others due to her own emotions:

Niye içimde tutuyorum da söylemiyorum, böyle bir iyi gözükme çabası varmış gibi kendimde insanlara gibi... Daha rahat konuşabilme ve daha rahat kafamdan geçenleri söylemek isterdim. Sanki birilerini kıracaktım gibi bir düşünce geliyor aklıma. ... Dediğim gibi dışarıdan şey gözüküyorum ama içeride başka bir dünyam var. Daha çok kendime özgü bir yer. Açtığım kişi sayısı zaten çok az ve bu gizliliğe önem veriyorum ben. Gizli kalmalı, sen biliyorsan da hani bu şeyle yüzleşmeyi çok sevmiyorum. Konuşurum ama biri de onu sürekli hatırlayarak "bunu bu yüzden mi yapıyor" bak kafasından "bunun şöyle özellikleri vardı, ondan yapıyor" gibi düşünmesini, sürekli bana onu hatırlatmasından hoşlanmıyorum.

Similarly, CT 2 stated that “getting attention of others” or “not being understood by others” caused a significant anxiety for her. She described that this anxiety was the center of her relational problems:

Mesela benden olan beklentilerle alakalı olabilir. O hani ben, bana nasıl hissettirdiğini, veya bu cümleyle bana bir şey söyledi, nasıl hissettirdiğinden bahsedebiliyorum. Onu anlayamıyor ya da çok farklı bir perspektiften bakabiliyor, ya da hani benim söylediğim şeyi kabul etmeyebiliyor yani. ... Yine ilgi göstermek gibi aslında. Sorun gibi değil ama ilgi gösterilince de kaçabiliyorum.

Others’ views and opinions had an important place in CT 3’s life, as well. “Transparency and honesty” were mentioned as very crucial themes in her social relationships. She prioritized these features as she felt uncomfortable in her social relations when a problem arises. Although she values transparency in her

relationships, CT 3 explained that she could hide her negative emotions from others in an attempt not to upset them. She also refrained from showing her “anxious” personality to others:

Yani iyi aile çocuğu rolü çizersin ya. Gerçekte öyle değildir ama benim ailemle kurduğum ilişki o en azından. Nasıl derler. Mesela gece 12'den sonra dışarı çıkmak onlar için hala korkutucu bir şey, ben de kalkıp gece 12'den sonra çıkıyorum demiyorum. “Tabii tabii yurttan konuşuyorum” falan diyorum mesela. Dolayısıyla iyi aile çocuğu imajı çiziyorsun memnun kalıyorlar falan filan gibi. Hoş bir şey değil, bundan memnun değilim ama onların içi rahat ediyor... Kaygı yaşıyorum ama dışarıya böyle karşı tarafı sallamayan, umursamayan bir imaj çiziyorum gibi oluyor bazen ama o yas içimde bir kaygı yaşıyorum o anda yani. Hani elimi kolumu nereye koyacağımı, ne diyeceğimi şaşıyorum. O yüzden böyle içsel olarak bunu yaşarken, dışsal olarak belki çok soğuk bir insan imajı çiziyorum.

Similarly, CT 4 mentioned her “timidity” when she was with authority figures: “Çekingenlik var. Bu yakın ilişkilerde de böyle, bir otorite figürüyle kurulan ilişkide de bayağı çekingenim. Yani aslında olmuyormuş gibi gözüküyor da olabilirim ama çekingenlik oluyor yani.” Furthermore, she said that although she desired to take attention of others who have similar interests with her, she also felt uncomfortable when others realized her distinct personality style:

Fantastik edebiyat zaten, fantastik bilim kurgu biliyorsun Yüzüklerin Efendisi, Star Wars'lar falan dış görünüşüme de yansıyan şeyler, dışarıya verdiğim mesajlar arasında var. ... Yani onu düşündüm aslında mesela, şeyden rahatsız olduğumu fark ediyorum. Böyle dikkat çekmesinden. Aslında dikkat çekiyorsun, saçını pembeye boyatmıyorsun ama normalin dışında bir görünüş sergilediğinde, t-shirt olarak da olsun, insanların dikkatini çekiyor ama hani bu da benim insanların dikkatini çekmek istemememe tezat bir şey bir yerde. Ama onu da şey olarak düşündüm, bu tarz şeylerle ilgilenen insanların sayısı çok az ve bu bir şey gibi hani. Bu mesajı dışarı vererek o insanların görmesini kolaylaştırma belki, o şekilde onlarla iletişim kurma aracı gibi bir şey olduğunu düşündüm.

Being liked, admired and accepted seem to very important dynamics for CT 5 social relations, as well. She shared her concerns of being liked and accepted by others especially in close relationships:

İlk başlarda çok sevilme çabam oluyor onu fark ettim. ... İki cinsiyete karşı da kendimi iyi gösterme, sevdirme ihtiyacım olduğumu hissettim. Bu kadınlara yönelik zamanla azaldı, büyüdükçe azaldı. ... Olduğum gibi kabul edildiğim zaman arkadaşlık kuruyorum, kabul edilmezsem de belli bir düzeyde kalıyor. Ama erkeklere karşı hala bir sevdirme çabam olduğunu fark ettim bu sene.

Moreover, she continued that she spent an intentional effort to make a good impression especially at the beginning of the relationships with authority figures:

Hiç tanımadığım, tanışacağım kişiler gibi mi konuşuyorsun? Şey oluyorum.... Bir anda böyle kurallı ve anlamlı cümleler kuran birisi haline geliyorum. Yaşıtlım değilse özellikle. Yaşıtımsa da bir kibarlık olmaya başlıyor hani. “Eleve” olma durumu sonradan geliyor. Elim kolum çok oynar zaten ama. İşte ilk tanışmada, staj ortamı olsun, iş ortamı olsun ya da yaşıtlım olsa bile dediğim gibi daha sakın, daha dingin, hani böyle hanımefendi tribine giriyorum herhalde. Onun da şöyle olduğunu düşünüyorum, o şekilde yetiştirildik. Annem bana hep "prensensim" der, prenses gibi olmamı isterdi ama ben biraz daha serseri gibiydim yani onların standartlarına göre. Ama yeni biriyle tanışırken bir prenses olmasa da bir lady tribine giriyorum sanırım, onu öyle tanımlayabilirim.

3.1.3.1. Discussion of the Excerpts referring to the “**The Anxious Therapist Fearing “Separation”, “Loss of Loved Ones” or “Others’ Opinions”** Theme

It can be inferred from the participants’ accounts that fear of loss and separation was an important determiner of candidate psychotherapists’ daily life practices. Such a theme brought us to the question of “Why do people with separation anxiety choose to become psychotherapists?” It could be suggested that practicing psychotherapy can be an opportunity for candidate psychotherapists to struggle with separation in a controlled situation. As Sussman (2007) proposed therapists could have a chance to increase their capacity for separation through practicing psychotherapy. By nature of the psychotherapy, both parties experience psychological connectedness and separation, simultaneously. For psychotherapists, their clients could either terminate therapy process or drop out of therapy. In one sense, this would be a challenging experience for psychotherapists who have intense separation anxiety. On the other hand, with these recurrent separations, psychotherapists might allay their separation

anxiety as they would have a chance to focus on it either at supervision sessions or at their own analytic process. Furthermore, these separations function as preparatory stage for candidate psychotherapists who have excessive worries about losing their closest ones. Nevertheless, such an anxiety in the face of an imagined loss could also run some risks for psychotherapy practices. To illustrate, due to their personal fears of abandonment, therapists might spend excessive efforts to keep their patients in the therapy like refraining from confrontations. They might also interpret each psychological withdrawal of their patients as a sign of abandonment. As separation and death anxiety were usually associated with problematic early attachments with parental figures, a supervision process which directed therapists to work on their early life representations could be especially helpful to process their fear of imagined or real separation and loss experiences (Bowlby, 1956).

Practicing psychotherapy might be challenging especially for novice psychotherapists who had some form of social anxiety in their interpersonal relationships. These features can keep away the novice psychotherapists from making annoying or enraging comments to the clients in order to avoid negative evaluation of their patients. Moreover, they might have a tendency to be overly compliant with the instructions of their supervisors because of their performance anxiety. Thus, they might lose their spontaneity and flexibility in the sessions. On the contrary, it is also possible that candidate psychotherapists may not avoid situations that might trigger their anxiety related with being evaluated or criticized. Rather than their own anxiety, they might exclusively focus on patients' behaviors both during therapy sessions and supervisions. Moreover, the psychotherapist may not undertake the negative evaluations and criticism of the clients personally, and as a kind of countertransference may associate their own negative emotions with patients' own psychopathology.

In the literature, previous studies mostly focused on proficiency, theoretical orientation, intended motivations, qualities or values while describing the characteristics of psychotherapists (Bulut, 2015; Farber et. al. 2005; Luborsky &

Luborsky, 2006; Ronnestad & Skovholt, 2003; Sriram, 2016). However, there is a lack of research in the literature about common personality structures of candidate or experienced psychotherapists. Although different manifestations of personality structures were evident in participants' accounts; avoidant, obsessive and fearful features seem to be common elements in their intrapsychic and interpersonal dynamics. All in all, those characteristics of candidate psychotherapists gave us portraits of characters who were at the beginning of their professional journey. As a matter of fact, there is a mutual relationship between their characteristics and their personal interests, qualities, experiences and needs which motivate them to become a psychotherapist. So, in the following part explicit and implicit motivations of candidate psychotherapists were examined to understand what brought them to begin such a journey.

3.2. What Motivated Candidate Psychotherapists to Become a Psychotherapist?

Our second super-ordinate theme had four sub-ordinate themes which were “searching for meaning”, “personal qualities”, “negative personal experiences in the past” and “underlying personal needs”, respectively. Each of these sub-ordinate themes included answers of participants to the question of “how did you decide to be a psychotherapist” in the interviews. Recurrent themes were formed through discussions of the research team about answers of candidate psychotherapists to the questions about themselves. Findings indicated that candidate psychotherapists had both conscious and unconscious motivations to join the profession of psychotherapy.

3.2.1. Searching for Meaning

All participants explained that their interest in clinical psychology and psychotherapy practice began with “a search for meaning”. To illustrate, CT 1 stated that although she was interested in cognitive psychology at first, explanations of this approach about human behaviors did not satisfy her scientific curiosity: “Sonra 2. sınıfta falan bir kognitif geldi, staj falan yapmıştım. Sonra tamam bu var da, tamam bunun nedeni

ne, şunu şunu niye yapıyoruz. Nedene gelince zaten öyle gene başladığım yere döndüm.”

Likewise, CT 2 explained that her searching for meaning about herself, her family and sources of the problems motivated her to work as a clinical psychologist: “Kendimle ilgili düşünerek karar verdim aslında. Yani böyle şeyi sorgulardım. Nasıl bir insanım, hani ailem nasıl insanlar? İşte sorunlarımızın kaynağı ne, benim sorunlarımın kaynağı diyerek psikolojiye başladım.”

CT 3 also seem to be attracted to clinical psychology and psychotherapy practice through seeking explanations for the emotions and behaviours of other people:

Şeydi, bunu hep düşünüyordum. İlk 2013'te mülakata girdiğimde de onu söylemiştim. Biraz kendimi tanımak falan hoşuma giden bir şey. ... Ne bileyim bir kitap okuyorum kendime yakın bir şey görüyorum, kendimle ilgili ilgimi çekiyor falan. Yine bu süreç de öyle bir şey biraz. Yani bir başkasını tanıırken kendimi de tanıdığımı düşünüyorum. Herhangi bir şeyi dünyaya anlamlandırmaya çalışırken de kendime dair bir şeyler anlamlandırmaya çalışıyorum falan.

CT 4 explained that searching for a higher meaning is an on-going activity for her to make sense of the world and other people: “Hayatta karşılaştığım şeyleri anlama anlamlandırma çabası hep var zaten. Onlarla yaşantımı anlamlandırmaya çalışırken kendimi iyice klinik psikolojinin içinde buldum yani.”

Finally, CT 5 gave a similar account and stated that self-questioning is a common characteristic for all psychotherapists and her biggest motivation was to make sense of her own emotions and behaviours:

Şu vardı, en büyük motivasyonum herhalde, çoğumuzun da ilk üniversiteye geldiğimizde aynı şeylerin çıktığını hatırlıyorum. Anlamaya çalışmak, bu neden oluyor? İnsanlar bir sorun hissettiğinde iç dünyasında bir şey hissediyorum, bana ne oluyor, neden oluyor diye soruyorsun ve sebebini aramaya başlıyorsun. Bence bu klinikçi olmak için büyük bir özellik gibi geliyor. En büyük motivasyonum bu bence.

3.2.1.1. Discussion of the Excerpts referring to the “**Searching for Meaning**” Theme

Seeking for meaning and the need to understand oneself, others and dynamics of human behavior seem to be the salient motivations for candidate psychotherapists to practice this profession. Therapists stated that they had this personal need for a long while, and it could be inferred that this need directed them to be interested with clinical psychology before choosing this profession. Farber et. al. (2005) asserted that, this need of psychotherapists to understand others might be associated with their stressful experiences during their childhood. As they try to make sense of the problems that they had in themselves or in their families, searching for answers and understanding them might be a way for helping with their negative emotions associated with early life recollections. Similarly, their needs for knowing and making sense of the world around them might also be related with their needs for power and control. Being able to understand and explain things might provide them some form of self-confidence. From the perspective of existential psychology, this questioning and curiosity is considered as a basic motivation of human-beings as well (Frankl, 1984). Reading on psychology and being interested with psychological subjects might have allowed them to discover and recognize the facts about themselves or world.

3.2.2. Personal Qualities

Candidate therapists explained that some particular personal qualities shaped their choice of becoming a psychotherapist. Generally, they described themselves as “listeners with whom others feel comfortable to speak”. Also, they mentioned that becoming a psychotherapist was compatible with “the altruistic side” of their personalities.

For example, CT 1 said that she chose being a psychotherapist as she was emotionally sensitive and cared about helping others: “Özelliklerimle de, insanlara bir yardımım

olsun gibi özelliklerimin de uyduğunu düşündüğüm için şey yaptım. Böyle çok duyarsız ve uzak, duygudan yoksun bir meslekte olabileceğimi düşünmüyordum.” She also defined herself as a person who enjoys listening to others and makes empathy in her relationships: “Anlamaya çalışan diyebiliriz, anlayan dinleyen. Aşırı gerçekten anlamayı dinlemeyi seviyorum. Yani her ilişkimde empati kurmaya çalışıyorum karşı tarafla. Belki o yadırgamayan, kabullenicilik de buradan geliyor yani.”

Likewise, CT 2 also described helping and “being sensitive to others’ needs” were distinctive qualities of her that motivated her to be a psychotherapist: “Onun dışında yardımcı olmaya severim, yardım ederim. Yani sorumluluk sahibi gibi düşünüyorum kendimi, o var. Böyle hani insanlara ilgi gösteren, o anda üzgün oldu bir şey oldu o sırada böyle "care" edebilen bir tarafım var.”

For CT 3, “being receptive” and “being open to communication” are her prominent personal qualities that directed her to perform this profession: “Yakın zamanda birkaç birinden şu geri bildirimi aldım. Çok rahat konuşabiliyorum seninle, başkalarıyla konuşamazken bu konuyu sana rahatça anlatabiliyorum, çünkü yargılanmadığımı biliyorum diye bir geri bildirim yakın zamanda.”

As for CT 4, she described herself as a person who was not “open to others” regarding personal problems, but good at listening others problems. She believed that others’ easily sharing private information with her might be what motivated her to become a psychotherapist. She also believed that “being a good listener” while not ventilating on her own problems was an important quality for an “idealized therapist”:

Romantik olsun olmasın, arkadaş ilişkilerinde insanlar çok fazla açılır bana. Onların bu davranıştan çıkarsamaya çalışıyorum. Normalde bana vermeleri gerekenden çok fazla şey anlatırlar ilişkilerin çok erken seviyesinde. Ben de şeyimdir hani çok fazla kendimden bahsetmediğimden, aslında eski dönem açısından daha ideal bir terapist. Hani karşı tarafı dinleyen, kendinden çok fazla bahsetmeyen, daha çok karşı tarafa odaklanan. Zaten öyle bir şeyim vardı arkadaşlarımla hani. Ama şeyi anlamlandırmazdım çok fazla, "bunu

niye anlattı ki bunu bana, niye bu kadar çok açtı ki kendini bana" gibisinden. Hala olan bir şey bu, insanlar şey yapıyor. Belki onlar da motive etmiş olabilir beni bu konuda yani.

Consistent with the accounts of all therapists, for CT 5, being a good communicator was a useful quality for practising psychotherapy and she was happy to have this quality inherently: "İnsan ilişkilerim konusuna artı verebilirim. Özenli olduğumu düşünüyorum yani. Çoğu insanla iyi bir ilişkim, iletişimim var. Hani yüzeysel düzeyde de derin düzeyde de olsa olumlu bir izlenim bırakıyorum en azından."

3.2.2.1. Discussion of Excerpts referring to the "**Personal Qualities**" Theme

Findings suggested that being sensitive to others needs, having motivation to help others' emotional problems and being a good listener were at least at the conscious level the personal qualities that directed candidate psychotherapists to choose clinical psychology and psychotherapy as a profession. In fact, these aforementioned personal qualities motivating them to choose this profession were consistent with the findings highlighted in the literature. The study of Hill and his colleagues (2007) on novice trainees indicated that good listening skills and a desire for helping others encouraged these therapists to practice psychotherapy.

It appears that becoming a psychotherapist is a way for candidate psychotherapists to benefit from their already existing personal features. As Norcross and Farber (2005) stated that being acceptive, helping and being an attentive listener are all desirable features supporting both professional and social development of psychotherapists. Beyond that, for candidate psychotherapists, there might be other reasons explaining their tendency to be sensitive and altruistic. These features might be gained unintentionally, as a result of their early life experiences or the roles assigned to them within their families. Consequently, they might still perpetuate the patterns they had developed in response to toxic early life experiences. Furthermore, these qualities of candidate psychotherapists are also coherent with their personality characteristics described in the first super-ordinate theme. For instance, listening or helping other

people were ways for CT 5 in order to obtain love and admiration from others. Besides, remaining in a listener position might be comfortable for people having avoidant characteristics, as could be observed from the accounts of Therapist 2, 3 and 4.

As Sriram (2016) suggested it is very important to decide to perform profession, and one important requirement is choosing a profession providing ways to enhance already existing personal qualities, especially for the people working in the field of psychology. We think that these qualities and interests will supply necessary endurance and focus to the mental health workers throughout their career even at the times when practicing becomes too demanding. In addition, as it is mentioned in the article of Miller et al. (2013), these skills had significant effects on the outcome of the therapy, as well. Nevertheless, the same personal qualities of candidate psychotherapists might also evoke potential negative effects on the psychotherapy practices. First of all, “an idealized therapist image who should provide help unconditionally” might create emotional exhaustion in the long run. Furthermore, insistence on providing help without examining idiosyncrotic needs of the patients might also result in ruptures in the therapeutic relationship. Hence, it would be very important to target the roots, functions and extend of these personal qualities of novice therapists during supervisions in order to observe effects of those qualities on therapy and supervision processes.

3.2.3. Underlying Motivations

In the interviews, candidate psychotherapists shared both their personal experiences and needs. Therapists did not directly state that their experiences and emotional needs led them to become a psychotherapist. However, throughout the detailed discussions of transcripts, research team inferred that these experiences and needs had implicit impacts on therapists’ decisions of joining to the profession. These underlying motivations of candidate psychotherapists were generally related with their personal distress, problems or inadequacies in their family of origins and their roles adopted

within the family. It should be noted that there was a mutual and complementary relationship between these experiences and emotional needs. That is to say, while some experiences were the result of certain needs, some needs seemed to arise from certain significant experiences.

3.2.3.1. Negative Personal Experiences in the Past

Personal experiences of candidate psychotherapists seem to be the underlying motivation directing them to choose being a psychotherapist. These experiences included personal distress, receiving professional help and specific roles adopted within the family.

CT 1 mentioned that she had experienced significant relational difficulties in high school, for which she appealed to the help of a psychology book. She explained that she benefited from this self-help book to overcome her problems, and this experience was a determinant factor for her to practice clinical psychology: “O zaman lisedeydik ve lisedeki ilişkilerden, o şeylerden insanlardan çok uzaklaşmıştım ve kendimi kötü hissediyordum. O batağın içinden çıkarıp, kafamı rahatlatacak bir şeydi.” Similarly, CT 3 sought for emotional help from others upon a traumatic experience. She stated that she had realized benefit of taking emotional support from others and of consulting someone to overcome difficult problems at that period of her life:

Onun dışında kapkaç olayı yaşamıştım iki sene önce İstanbul'da. Travmatik bir olaydı benim için. O post travmatik belirtileri, TSSB dair belirtileri bir ay ciddi bir şekilde yaşadım öyle. Sokakta iki erkekti işte falan, çantamı almaya çalışan bir yandan da kolumu çekiştirmeye çalışmışlardı falan. Öyle bir ay falan sokakta yürüdüğümde işte erkeklerden korktum, kıyafetine baktım, bana göre kötü giyimliyse “aa kesin bir şey olacak” falan gibi. Ama o süreçte de hep şey üzerineydi. İnsanlarla konuştum onu. O zamanlar böyle kliniğe kadar bilgim yoktu ama iyi gelmişti böyle anlatmak, işte. Bir tane hocama anlatmıştım. İşte yoga hocama anlatmıştım o da ne demişti acaba... Çok hatırlamıyorum dediğini ama aldığımı falan hatırlıyorum çok iyi gelmişti o zaman. Abimlerin yanında kalıyordum, onların da durumdan haberi vardı. Destek alıyorum sanırım. Bir sorun yaşadığımda evet, diğerlerinden destek

alıyorum gibi. Konuşmak, fikir alışverişinde bulunmak iyi geliyor. Çünkü göremiyorsun yani, takılıp kalıyorsun bir noktaya gibi.

Moreover, CT 3 said that receiving professional help had a positive impact on her decision to be a clinical psychologist. She realized her gains through this process increased her interest towards clinical psychology:

İşte mesela terapi süreci ile birlikte ders çalışmaya başladım. İşte ödevlerimi zamanında yapmaya başladım, okulu önemsemeye başladım. Örneğin, ilk senemde ortalamam 1,80 falandı. Sonra işte 3,43'le mezun oldum gibi. Bir sürü işte ne bileyim spora başladım falan, spor da o zamana kadar yaptığım bir şey değildi. Sağlığıma dikkat etmeye başladım. Uyku çok önemlidir ya biliyoruz artık uykunun, uyku hijyeninin çok önemli bir şey olduğunu. O zamanlar ben bilmiyordum ya da o süreçte... Belki zaten doğasında da öğrenecektim bunları psikoloji eğitimiyle birlikte ama o süreçte de öğrenmiş oldum, terapide de ele alındı onlar gibi gibi böyle. Temel olarak bunlar, bir sürü şey oldu tabi yani.

Likewise, CT 5 also shared that a depressive episode that she experienced in high school and consequently receiving help from a psychologist directed her curiosity to understand intriguing nature of human psychology:

Benim o zamanki dönemimim, lisedeyken işte rahatsızlığım başlamadan önce de psikoloji okumak istiyordum. Rahatsızlığım tavan yaptığı sırada şeydim, umutsuzluğum oraya da yansiyordu. "Ben psikolog olmak istiyordum, ben hasta oldum." diyordum. Hatta beni o zaman da en güzel de psikiyatristim teşvik etmişti toparlanmaya başladığımda. "Bir süreç yaşamak ve bunu atlatabilmek, sen bunu atlatabildiğin için çok faydalı görebilirsin" demişti. Ve şey demişti "İnsanların işte hani kişisel rahatsızlık yaşaması buna bir engel değil, hatta olumlu bile olabilir" demişti. Ben de olumlu etkilediğini düşünüyorum en azından.

Roles of candidate psychotherapist which they adopted within their family dynamics also seem to have an impact on determining to practice psychotherapy. Therapists usually defined their roles in the family of origin as “problem solver”, “soother”, “care provider” and “nurturing”. Their accounts revealed that our therapists usually parented their own parents, negotiate arguments and spent efforts to eliminate the conflicting atmosphere at home.

To exemplify, CT 1 defined her mother as an “anxious and niggling” woman especially when they made some plans together. She explained that her main role in the family was “not upsetting” others and “solving possible problems”. She continued that she and her sister always tried to sooth their mother by saying that they had completed the tasks that they were responsible for even when they had not finished them. By this way, she believed that she protected herself from transmission of her mothers’ worries: “Sorduğunda tamam hallettik diyorum mesela ama onun dediği şeyleri halletmemiş olabiliyorum yani. Ben bir gün önce bile yaparım, yani. O yani tamam diyorum ki o kaygı geçmesin bana.”

Similarly, CT 3 also described herself as a “problem solver and soother” within the family. She said that she was the person who was responsible for finding solutions during family crisis:

Aile için de ilk aklıma gelen şu oluyor. Bunu seviyorum da biraz, adaptif bir şey. Bir kriz anında hemen böyle tamam sakın olalım deyip, insanları makul bir noktaya çeken biri olabiliyorum mesela. Bu adaptif iyi bir şey oluyor o esnada. Ya da daha böyle makul bir bakış açısı sunabilen, daha farklı bakış açılarını sunabilen biri olabiliyorum.

Although CT 4 did not explicitly gave information about her roles adopted within the family, it can be inferred from her social relationships that she could not tolerate an uneasy atmosphere. She particularly felt uncomfortable when some people in her environment was offended and she spent a great effort to reconcile them. In that respect, she usually played “the problem-solver” role in her relationships in order to set peace between parties:

Ya ilişkilerim arkadaşlarımla iyi yani. Şey mesela çok rahatsız eder beni, biriyle böyle, sevdiğim biriyle kūs kalmayı hayatta istemem. İlişkiyi onarmak için bayağı çaba sarf ederim. Mesela takarım yani düzelsin diye. Şey bile oldu mesela en son, üzerime vazife değil de diğer insanları barıştırmak istedim, o tarz şeylerim de vardır böyle.

It seems that there was a confusion in CT's 5's family in terms of roles and boundaries. Although she stated that her roles in the family were in a constant state of flux, she usually was in the position of someone "caring, nurturing and making peace" to resolve conflicts:

Babama çok bir evlat gibi değilim, daha çok bir eşi gibi miyim, ebeveyni gibi miyim bilmiyorum. Anneme karşı da şey gibiyim. Hani kız evlat gibi hissettiğim zamanlar genelde paraya ihtiyacım olduğu, hastalandığım zamanlar. Onun dışında ben ebeveynmişim gibi hissediyorum. İyi zamanlarında onların arkadaş gibi, kötü zamanlarında ebeveyn gibi hissediyorum.

3.2.3.1.1. Discussion of the Excerpts referring to the **"Negative Personal Experiences in the Past"** Theme

Participants of the present study indicated that their negative personal experiences and their previous therapy experiences in response to negative life events directed their motivation towards becoming a psychotherapist. In fact, this finding was in line with the study of Orlinsky and Ronnestad (2005), which showed almost 50 % of the therapists had some level of insight into their past personal experiences, and this insight was an important factor motivating them to become a psychotherapist. Similarly, according to Beatty (2012), more than half of the therapists had gone through some form of personal therapy before entering the field. Thus, it can be inferred that being in the patient position regarding family dynamics and therapy experience seem to intensify our therapists' motivation to provide psychological help to ones who are in a similar psychological position to themselves.

Additionally, various family experiences of candidate psychotherapists might have critical influences on their decision to practice psychotherapy, and this finding seem to be consistent with the previous literature on the motivations of novice and experienced psychotherapists. Several researches showed that negative family experiences in childhood or adulthood, like social isolation or loneliness and crises in the family, were important determinants of career choices of psychotherapists

(Bager-Charleson 2010; Barnet, 2007; Ronnestad & Skovholt, 2003). As Barnett (2007) proposed, candidate psychotherapists might have a implicit desire to compensate these negative past experiences in the therapy room through providing treatment to patients. Additionally, roles of the candidate psychotherapists were also found to be similar to those expected from a psychotherapist. To exemplify, as it is cited in Sriram (2016), Jurkovich analysed roles of the family therapists in their families and psychotherapy, and found that these therapists had a tendency to assume the role of problem solver in the therapy room, which was also their roles in their family of origins. In this regard, candidate psychotherapist might have desires to keep their past roles in the therapy room, either through repeating the same personal dynamics or through a need for reparation of their own personal problems. Regardless of therapists' motivations, it seems that unresolved past conflicts have a possible influence on therapist-patient relationships. In that respect, an effective supervision process should highlight the importance of these unresolved issues on therapy outcomes; and direct novice therapists to their personal psychotherapy.

3.2.3.2. Underlying Personal Needs

This sub-theme emerged from the data through analyzing candidate psychotherapists' experiences in their lives, things they complained about and their implicit or explicit wishes. Consequently, we found that narcissistic needs and need for reparation were the main personal needs of the participants as underlying motivation to become a psychotherapist.

Lack of emotional communication and intimacy within the family were evident in the accounts of almost all of the candidate psychotherapists. They usually described either a lonely or a parentified child. These negative family experiences in which early emotional needs seem to be compromised might account for their current needs for intimacy, attention and admiration as psychotherapists. To illustrate, both CT 1 and CT 4 defined their fathers "as an introvert and as a concealer of emotions". Similarly, CT 3 and CT 5 explained that their fathers were "emotionally unstable" and "easily

irritable". In addition, characteristics of parents of all candidate psychotherapists were similar in many respects. Candidate psychotherapists defined their mothers as "controller, niggling and anxious" and, they believed that these personality characteristics created distance in their relationships. Specifically, CT 2 shared her pop-up thoughts on not being able to receive enough attention from her mother and also not being loved enough by her mother: "Bazen annemden çok sevgi almış olduğumu, ilgi almış olduğumu düşünmüyorum. Şöyle bir aklıma gelince hissetmiyorum."

Apart from parenting, other factors might also have contributed to the enhancement of these narcissistic needs. For example, age differences between both CT 3 and 4 with their parents and siblings might have an effect on this situation. In addition, CT 3 said that she had ten siblings. The number of siblings might prevent to take special attention and intimacy from her parents as well. The extracts which are given below illustrate latent motivations of candidate psychotherapist to fulfill their narcissistic needs by practicing psychotherapy.

For CT 1, becoming a psychotherapist could be an opportunity for fulfilling needs of intimacy and being admired and actually these two needs seem to be interrelated with each other. She described that being intimate was an essential of a healthy relationship as she could reflect her emotions and thoughts completely in such a relation: "...işte o kafamdan geçeni paylaşamadığımda ne kadar yakın olabilirim yani o kişiyle. Çünkü tam olarak kendini yansıtmamış oluyorsun o insana. Yakınlığın da bu olduğunu düşünüyorum tanım olarak." She complained about her past romantic relationships on that: "Mesela son ilişkimde karşı taraf hakkında hiç böyle bir şey bilmiyordum. Kendisini soğuk tutması ve kendisini hiç açmaması beni delirtiyordu artık. Bir şey anlat diyordum artık ya bir şey aç kendini böyle duygusal bir bağ..."

She also explained that she felt like as if she had not been valued and appreciated when her closest ones did not disclose any personal information to her. Her accounts

indicated that she felt valuable and accepted as long as others shared their emotional problems with her:

Ev arkadaşım da çok duygularını söylemeyen biri. O yani hiç söylemiyor. Ve işte onda da böyle o değer sanki eksik gibi. Çok da değerli hissetmiyorum o ilişkide. Şöyle mesela büyük ihtimalle, böyle diyorum çünkü bilmiyorum yani. Sevgilisiyle beraber yaşamaya başladı ama bunu söylemiyor. Niye söylemiyor? Hiçbir fikrim yok. Sen bana hiçbir şey vermiyorsan ben sana neden anlatayım kendimle ilgili şeyleri. Dediğim değer vermekle ilgili bir sorun diye düşünüyorum.

When expressing her choice of becoming a psychotherapist, CT 1 emphasized that psychotherapy especially appeals her attention as it enabled to establish an emotional bond with patients. It seems that she desired to be valued and admired by her patients through conducting psychotherapy: “Böyle bu kadar duyarlı bir meslek olmadığını düşünüyorum. Tamam, avukatlık da yardım ediyor ama ondan duygusal bir bağ yok. Böyle insanlara duygusal olarak da yardım edebileceğim bir şey istiyordum.”

For CT 2, lack of intimacy shows itself as an absence of emotional sharing in the family, distance in social relationships and demanding closeness in romantic partners. As a future psychotherapist, she expected to establish intimate relationships with her patients in a safe environment that she could not practice in her personal life: “Düşünüyorum... Paylaşım bence, duygu paylaşımı olarak bir de hani belli sınırlar içerisinde aslında onu paylaşmış olmak. İşte siz böyle bir şey yaptınız ve bu beni biraz hayal kırıklığına uğrattı gibi.”

CT 4 explained that she suffered from loneliness and craved for signs of intimacy: “Yani şöyle bir şey var benim hayatımda, çok uzun süredir şey yaptığım; neyi yaparsam yapayım, tek başıma yapmaktan sıkıldım artık gerçekten. ...Demek ki şu an için şey diyebilirim, artık yalnızlığın bunalttığı bir insan olmuşum diyebilirim.” As it was also evident from her expectations from romantic relationships (expecting a soul twin as a romantic partner), CT 4 seem to have a desire for intimacy and

connectedness in her relationships. Nevertheless, she also warned about being careful for the situations of “countertransference” to the patients whom she felt close for:

İlla ki şeyler falan olacak. Bazı insanlarla daha ilk kapıdan girdiğinde bile kanın ısınır falan. Onları böyle fark edip çok bir aktarıma çevirmeden, sen babası annesi gibi karşı aktarıma dönüştürmeden... O süreçte ister istemez deneyimleme fırsatı bulacağım, bunlarla nasıl başa çıkacağımı falan.

Moreover, all of the participants shared their concerns on their roles as a therapist in their social relationships. It was thought that this concern reflected their needs for attention and admiration as it included having an identity and being accepted by others through their professional identity. Also, it is consistent with participants’ avoidant and anxious characteristics in their relationships, psychotherapy room can be a secure place for them to be intimate with others.

Brown (as cited in Barnett, 2007) defines the need of reparation as an unconscious motivation for psychotherapists. Brown believed that psychoterapists try to repair their problematic childhood experiences through “healing others”. In that respect, adopted roles of the candidate psychotherapists within their families might also unconsciously motivate them for a reparation effort. It can be seen from the therapists’ account that all of the participants had a tendency to maintain their roles like caring, soothing, and problem solving through practicing psychotherapy. Besides these roles, we thought that some of the candidate psychotherapists had specific motives for overcoming this need.

For example, CT 2 stated that she did not feel to provide sufficient emotional support to her family members even when their family members claimed the opposite. For her, becoming a psychotherapist might be a chance of reparation for feelings of insufficiency she felt in her family:

Çok fazla kendi hayatımla ilgili şey paylaşmıyorum onlarla duygu paylaşmama kısmı da oradan geliyor olabilir. Ablamla daha yakınım, çok yakın bir ilişki kurduğumu düşünüyorum. Mesela ama şeyi söylerken de

aklıma geldi. Ablam da bana bir sorununu söylüyor ama benim aklımda başka bir şey varsa onun tarafına tam geçemiyorum. Hani o şeyi söylerken de ablam aklıma gelmişti mesela bir yerden. Daha yakınız ve bana bir yerde annelik yapıyor gibi. Ben de onun çocuğu rolüne geçebiliyorum. Hani işte şunu yapmam gerekiyor, bana yardımcı ol şeyini yapabiliyorum mesela. Ondan aldığım feedback de şu şekilde. Nasıl desem bunu... Hani iyi ki sen varsın diyor. Bana çok destek. O öyle görüyorum ama ben bilmiyorum. Onun algısı benim algımla uyuşmuyor o anlamda. Öyle...oluyorsun diyor ama ben ne kadar destek olabiliyorum kendi bakış açımıyla ondan emin değilim.

Likewise, CT 4 discovered an underlying motivation for becoming a psychotherapist during the interview while she was talking about her desire of breaking up from her romantic relationship. She said that this feeling may come from conflicts between her and her mother as she is uncomfortable with the interfering and over- controlling behaviors of her.

Çünkü şeyi fark ettim, yok fark etmedim, şu an mı fark ettim bunu. Şeyi yaptığımı fark ettim, o uyum yoksa kişiyi değiştirmeye çalıştığımı fark ettim. Son böyle bir iki ilişki falan çok şeydi, patolojik ilişkilerdi gerçekten. Yani başından belliydi bunun sonunun böyle biteceği ama yine kendimi oralara soktum. Belki bir şeyler yapabilirim falan filan diye. Belki hani klinik psikolojiye yönelmenin bir sebebi de bu olabilir. Burada yüksek lisans mülakatında da bahsetmiştim, annemi değiştirmeye ilgili şeyim vardı. Şey diyorlardı bana annemle falan sürtüşmelerimizde "alttan al, idare et" falan diye. Ben de şey diyordum "O hiçbir şey yapmıyor, hiçbir çaba göstermiyor bu konuda" ama işte "o değişmez kaç yaşında falan" diyorlardı. O yüzden kişiyi değiştirmek isteme gibi bir çabam var herhalde.

It seems that she is in a search for reparing her relationship with her mother through becoming a psychotherapist. So, for her, being a psychotherapist might be an opportunity to repair the relationship with her mother as well as it would fulfill the needs of power and control by changing others.

CT 5 also defined her father as someone who is in need of psychological help for his problems. She explained that she gained her father's admiration and approval only as a clinical psychologist:

Çünkü babamı anladığım kadarıyla şey olarak görüyormuşum, onun desteklenmeye ihtiyacı var, çünkü o şey bir insan hani tepkilerini çok kontrol edemeyen, konuştuğu çok dağılan, dolayısıyla girdiği çoğu ortamda haksız duruma düşmeye mahkum bir insan. Biraz rahatsız yani, annem babama ruh hastası der, ruh hastası değil ama kesinlikle bir şeylere ihtiyacı var onun. Bir terapiye, uzun süreli bir terapiye hiç değilse ihtiyacı var. Kendini ifade edemedikçe öfke olarak çıkıyor onda. Beni çok sevmesinin sebebi, üçüncü sınıftan beri, benim onu sürekli desteklemem. O biraz klinikle alakalı. Ona hep yumuşak yüzleştirmeler yapmam, onu hep anlamaya çalışmam, çok konuştuğunda onu kesmeye çalışmam.

In that sense, becoming a psychotherapist might be a way of repairing her father's disturbances in one sense. Also, as she took admiration from her father as a psychologist, practicing psychotherapy may become a latent purpose for fulfilling needs of parental admiration.

3.2.3.2.1. Discussion of the Excerpts referring to the “**Underlying Personal Needs**” Theme

“What brings you here?” is a question that is asked by both Sussman (2007) and Barnett (2007) to investigate unconscious motivations of those who choose to become psychotherapists. Motivations of altruism or making sense of the world and human behavior were the first answers that come to the minds of the psychotherapists. However, as could be inferred from the findings of the current study, there might be other factors that underline the decision for choosing this profession. These underlying motivations might include needs, experiences and desires of candidate psychotherapists although they were not consciously aware of them. Evaluating these motivations in the context of participants' development, family backgrounds and dynamics in their relationship are the most useful ways to understand them.

As underlying motivation, narcissistic needs refers to the needs for intimacy, the attention, admiration, power and control. According to Kohut's Self-Psychology Theory, narcissistic needs that were not met adequately in infancy or early childhood through “good-enough” parenting, have a significant impact throughout adult life in

an unconscious manner (1971). Hence, insufficient fulfillment of these needs throughout childhood might result in a desire for love, intimacy, attention and admiration, later in the adulthood. Consistent with this theory, it seems that candidate psychotherapists had unsatisfied emotional needs throughout their childhood like acceptance, nurturance and admiration. In that regard, their expectations and their opinions about becoming a psychotherapist to provide a professional help to other might indicate their underlying motives to overcompensate these needs.

Moreover, findings of this study are parallel with the argument of Guttman and Daniels highlighting that practicing psychotherapy provides an opportunity for therapists to fulfill their unmet psychological needs and drives (2001). Specifically, Barnett (2007, p. 259) described psychotherapists as adults “having experiences of loss and deprivation, especially in early life, and their caregivers often failed to meet the normal narcissistic needs of childhood.” He suggested that these unsatisfied narcissistic needs led therapists satisfy them through practicing psychotherapy in various ways, such as being needed for clients. The results of the present study indicated that psychotherapists have a tendency to meet their desire of being intimate, by being together with their patients in a therapy room. Also, for participants, practicing psychotherapy seemed to be a substitute form of taking admiration and attention which were not provided sufficiently by their caregivers.

Participants' underlying needs for reparation can be also interpreted in the context of rescue fantasy. Rescue fantasy of therapists has been discussed widely in the literature by many theorists (Greif, 1985; Gutheil, 1989; Kaslow & Friedman, 1984) (as cited in Sussman, 2007). Kottler (2017) defined psychotherapists' wish to heal others as a sublimated form of rescuing their own troubled family members. In this study, it could be inferred that the candidate psychotherapists had an urge to reach their troubled family member and to fix their disturbances. Practicing psychotherapy might be a way for candidate psychotherapists to satisfy their own deficiency while they sooth and heal their clients' through providing psychotherapy. This replacement can

also be understood from similarity between their early role of resolving conflict within their families and their role as therapists while practicing psychotherapy.

3.3. Perceiving Psychotherapy Profession as a Personal Rescuer Status

Our last super-ordinate theme describes how candidate psychotherapists make sense of becoming a psychotherapist. All the participants in this study shared their expectations on how practicing psychotherapy would affect them. Two sub-ordinate themes emerged as “psychotherapy as a remedy for personal problems” and “psychotherapy as a growth experience”, respectively.

3.3.1. Psychotherapy as a Remedy for Personal Problems

All participants stated that practicing psychotherapy would help them overcome the personal problems they experienced in their families and in their interpersonal relationships. Particularly, they believed that there would be positive changes on their problematic behavioral patterns and their use of coping styles.

CT 1 said that practicing psychotherapy would make her relaxed in her relationships and help her establish more intimate emotional bonds: “Dediğim gibi gene söyleyeceğim için karşı tarafa duygularımı ve düşüncelerimi daha rahat bir şekilde daha öyle kendimi ilişkilerde daha rahat hissedeceğimi ve daha samimi demiştik başlarda. O samimiyete daha ulaşacağımızı düşünüyorum.” In addition, she expected that becoming a psychotherapist would ease her anxiety about imaginary and actual separations:

Böyle örnek getiremiyorum ama yani mesela bu anlattığım ayrılma korkusundan işte bahsederken bunu zamanla mesela o süreçte de, o sürecin de yardımı olacağını düşünüyorum. Mesela bunu o zaman keşfettim ve bunu işlemeye başladım. Bunu aştığım zaman, mesela birisinden ayrılırken daha rahat olacağım, daha bilincinde olacağım gibi. Bir kaygının yatışması olabilir belki.

While talking about the possible effects of practicing psychotherapy, CT 2 mostly expressed her concerns that it would be tiresome to go through such a self-exploratory process. Still, she believed that it would be easier for her to share her negative emotions with others after practicing psychotherapy with her clients:

Mesela öfke gösterebileceğim kişilere, aile yakın arkadaşlar gibi. Öfke gösterme sıklığım artar mı diye düşündüm şu anda... Çünkü bir yerde duygularımı daha en azından normalize etmiş oluyorum, çalışıyorum. Ama bunlar dışarıdaki hayatımda patlak verebilir mi gibi mesela. Gösterirsem belki böyle daha fazla bir öfke gösterebilirim

Likewise, both CT 3 and CT 4 highlighted their positive expectations. CT 3 indicated that becoming a psychotherapist would make her less prejudiced against people and events:

Mesela daha az ön yargılı gibi. Ben kendimi az ön yargılı bir insan olarak tanımlıyorum ama bazen o toplumun genel ön yargılarından azade değiliz ya... Nasıl derler, birini görüyorsun. Ataerkil bakış açısı ne mesela, mini etekli birini gördün ya da birini gördün. Bedenini sergileyen birisi. Otomatik bir düşünce geliyor mesela ya. İşte güya biz eğitilmiş kesimliyiz, sosyal bilinçliyiz, biraz daha bunların farkındayız ama o otomatik düşünce geliyor ara ara gibi. Ay bilemedim... Tamam, ön yargılarımızı törpüler diyelim.

As for CT 4, she believed that personal experiences in the therapy room would make her “a calmer and a less reactive person”:

Aile ilişkilerinin daha reaktif olduğu durumlar olabiliyor. Bunların önüne geçmeyi kolaylaştırır diye düşünüyorum çünkü o danışan mesela öfkesini çıkaracak falan ya. Seni sinirlendiren bir şey olduğunda, orada da daha temkinli, daha sakin durabilmeyi sağlayacak muhtemelen.

CT 4 continued that that she would have a chance to use more adaptive coping strategies in her life while being a role model for her patients. Moreover, she told that practicing psychotherapy would compensate “her desire for changing others in a positive manner”:

Şimdi bir insanla uğraşıyorsun ya işte onu değiştirmeye çalışıyorsun falan. Onu terapide yaptığından belki artık ilişkide yapmak istemezsin herhalde yani. Zaten bir yerde yaptığın için oraya sapmaz. Çok bencilce bir yorum oldu bu ama. Hani sen onu illa ki yapacaksın ama kime yapacağına karar veriyorsun işte.

CT 5 also made an emphasis on the development of more functional coping strategies after practicing psychotherapy. She believed that she would be able to adopt a solution focused approach when she faced with the problems after providing psychological help for her patients: “Beni sorun çözmeye ve çözüm aramaya daha çok iteceğini düşünüyorum. Çünkü şu var hani, benim temel özelliklerimden birisi kaçınanlık ve reaktiflikse bu iki özelliğini kullanarak başa çıkamazsın danışanla bence.” Also, she expected that working with the patients who have different personality and mental characteristics would make her a more tolerant person in her interpersonal relationships:

Belki bu bitmemiş meselelerim olduğu insanlara karşı daha insancıl hale gelebilirim. Karşımda bir insanın her halini göreceğim için. Bana öfkeli de gelecek, üzgün de gelecek, mutlu da gelecek deyip, o yüzden de "evet, bunlar yaşanan gerçek şeyler" deyip bu affedemediğim bazı insanlara karşı... Affedemediğim değil de affetmediğim özelliklere karşı biraz daha tolere edebilirim belki. Annem olur, babam olur, geçmişte kötü bitirdiğim ilişkiler olur.

3.3.2. Psychotherapy as a Growth Experience

Candidate psychotherapists believed that practicing psychotherapy would help them “grow up” both personally and professionally. That is to say, as their skills as a psychotherapist improved through practice, they would have expanded insight into their personal dynamics and become more “self-sufficient and qualified” individuals.

CT 1 explained that after starting her practice she would be a spontaneous therapist in time: “Daha rahat olabilmeyi... Tamam, bilgiler var da dediğim gibi ilk başladığımızda çok doğal olmayacakmış gibi geliyor ama zamanla bir akış kazanıp

ona artık içgüdüsel olarak falan terapide götürmeyi öğreneceğim herhalde.” Furthermore, she expected to be “a more acquiescent and empathic person” who was able to see problems from different perspectives:

Kabullencililiğimin daha da artabileceğini düşünüyorum. Şu yüzden benim sinirimi bozuyor dedim, şu ilişkiye zarar verir, yadırgayan biri veya anlatan biri. İnsanlara yani böyle daha tamam bunu yaptı, tamam şu yüzden yapmış olabilir, çok da üstüne gitmemek lazım gibi. Ya da bu durumu düzeltmenin farklı yollarını bulurum diye düşünüyorum hani o terapi odasındaki ilişkide gördükçe. Yani farklı yöntemler yaklaşım açısından bulurum diye.

CT 2 believed that she would have an awareness of her own behaviors and emotions through questioning herself to examine her impact on therapeutic process. She also thought that confronting with personal dynamics might make her feel more depressed initially, which might drive her to start her own personal therapy: “Bu süreç beni nasıl etkileyecek hakikaten bu kişilik olarak o şeyleri tepkilerimin benden kaynaklı olduğunu, olabileceğini karşı taraftan kaynaklı olamayabileceğini göreceğim ve bu beni hakikaten kendi terapime başlama konusuna itiyor yani. O tarafa yitiyor.” Additionally, she expected to develop adequate therapeutic skills, also a progress in the self-expression throughout conducting psychotherapy with her patients:

Belki kendimi iyi ifade edebileceğim, bu sözlü anlamda. Ve belki de hani kelimeleri daha... Nasıl desem, orta yollu seçmek gibi. Yani şu, hani hep konuşuruz ya işte, partneriniz demek işte kadın, sevgiliniz, kadın-erkek gibi o kısım gibi örnek olarak. Yani daha az yargılayıcı cümleler ve karşı tarafı reaksiyona sokmayacak şekilde kendini ifade etme.

From a different perspective, CT 3 believed that not only practicing psychotherapy, but also receiving supervision from experienced psychotherapists would lead a growth and maturation process for her:

Ben şey gibi görüyorum, o lisans eğitimi de psikoloji eğitimi de hayatımı çok güzel etkiledi. Sorunlu bir lise hayatı yaşadım, kendi terapim de bence çok olumlu yerlere getirdi beni. Gitgide geliyorum, büyüyorum, olgunlaşıyorum gibi hissediyorum. İşte terapi yapabiliyor olmak evresinde de şeyden geçiyor olacağım ya. Süpervizyon alıyor olacağım, onların eşliğinde terapi yapıyor

olacağım ve sonrasında da işte ben terapistim gibi o kimliğe ulaşacağım ya işte hep böyle olumlu etkileyecekmişim gibi geliyor. Kör noktalarımı göreğim, çözmeye çalışacağım falan gibi gibi. Olumlu atfım var.

As for CT 4, she expected to learn a lot about life, people and herself: “O kadar çok şey öğreneceğim ki hem kendimle hem de insanlarla ilgili. Duyguları anlama, anlamlandırma, duyguları idare etme anlamında”. Also, she expected to be a more emphatic person both in professional and private life after providing psychological help to her patients:

Mesela kişiyi anlamaya çalışmak, empati yapmaya çalışmak, bunlar hep çalışmak kısmında kalıyor. Bunları daha böyle eyleme götürecektir şeyler olacak. Yapıyorum demek yürek ister demiştim ya empatiyi falan. Onları artık o ortamda yapmaya çalışmaktan eyleme dönüştürme şeyi olacak gibi geliyor. Empati yapmaya çalışıyorum değil de, kişinin kendi hissetmesi gibi bir şey herhalde, o süreçlerde gerçekleşecek.

At the end of the interview CT 5 noted that she realized to have big expectations about being a psychotherapist. She explained her concerns about being disappointed and explained that she should realize her idealization and normalize being a psychotherapist through setting realistic expectations:

Ben kendimde şunu fark ettim. Terapi almaktan da terapi vermekten de belki de çok şey bekliyorum şu an için. İşte bu benden kaynaklanıyor olabilir, deneyimsizlikten kaynaklanıyor olabilir. Aslında çok şey beklemek rahatsız ediyor bir yandan da. Niye bu kadar çok şey bekliyorum falan diye düşünüyorum. Herhâlde en büyük etkisi psikoterapi almanın da vermenin de ileride bunları biraz daha normalleştirme olacak. Hem beklentileri normalleştirmek hem de şu an büyük beklentiler içerisinde olmak normal deyip, onları hayatının major bir parçası değil de hayatının bir parçası haline gelmesine yardımcı olacak diye düşünüyorum ve öyle olmasını istiyorum terapi almanın da vermenin de.

3.3.3. Discussion of the Excerpts referring to the “**Perceiving Psychotherapy Profession as a Personal Rescuer**” Theme

It was a common theme for our candidate psychotherapists that they expected to overcome their personal problems through practicing psychotherapy as they believed being a psychotherapist would provide them essential skills for handling problems, which in turn help them to feel more comfortable. In addition, all participants assumed that they would experience a self-improvement in terms of insight and use of effective coping strategies after starting to practice psychotherapy. They thought that they would gain an awareness about their strengths and weaknesses, would be able to express themselves better and make sense of the world from a broader perspective. In that respect, expectations of candidate psychotherapists about the positive changes after practicing psychotherapy seem to be consistent with the findings investigating “how does practicing psychotherapy affect personal and professional lives of psychotherapists?” (Kottler, 2017; Rabu, Moltu, Binder & McLeod, 2015; Ronnestad & Skovholt, 2003). Literature findings emphasized that psychotherapy is a dialectical process in which both therapists and clients experience the benefits and difficulties in a dynamic fashion. In addition, these expected changes can be interpreted in terms of participants’ idealizations to become a psychotherapist. Candidate psychotherapists can experience a burden if their expectations are not met, especially at the beginning of their careers. So, it is crucial to be aware of possible exhausting effects of practicing psychotherapy in their lives and being able to allow themselves to face with them.

CHAPTER 4

GENERAL DISCUSSION

In this chapter, general conclusions; clinical implications, and limitations and directions for future research will be presented, respectively.

4.1. General Conclusions

In conclusion, the current thesis presents a general picture of candidate psychotherapists unique and common experiences regarding their personality characteristics, and their implicit and explicit motivations to become a psychotherapist, and their perceptions of and expectations from practicing psychotherapy. Although many themes were common for the participants, the combination of their characteristics, motivations, and perceptions interacted with each other in a way reflecting the uniqueness of each individuality. This study aimed to underline some important points to enlighten the outlook of psychotherapists both on their personal and professional lives.

First of all, the roots of the decision to become a psychotherapist could be inferred through tracing back the history of personal development and family origins of candidate psychotherapists. Psychotherapists can find reasons that impel them to be a psychotherapist by questioning their personality characteristics, early life experiences, the adopted roles within their families or relationship dynamics.

Secondly, it seems vital that psychotherapists have to gain an awareness of their own underlying needs and desires which might have profound influence on their psychotherapy and supervision experiences. Otherwise, this deficiency in self-knowledge might cause difficulties in separating therapists' needs and issues from

those of their patients'. Gaining insight about their own personal dynamics will help them deal with countertransference issues and handle the boundary problems in psychotherapy. At this point, personal therapy of psychotherapists and their supervisions become more of an issue with regard to investigate these latent desires.

Finally, questioning the decision of being a psychotherapist can help them be prepared for possible burden experiences in their lives. In addition, having a realistic view about these expectations on becoming a psychotherapist ensures them to make use of benefits which are derived from practicing psychotherapy.

4.2. Clinical Implications

For the development of psychotherapists, supervision is a foremost part of clinical training shaping a clinical psychologist as an effective psychotherapist. In the literature, there is a long-standing debate about whether an effective clinical supervision process should have a therapeutic nature or not in order to monitor and handle therapists' own impacts on their patients (Driver, & Mander, 2002). While some approaches stressed out that a supervisor should offer a throughout clinical formulation of the relation between the therapist and patient; and should investigate the possible personal impacts of therapists on their patients, others claimed that clinical supervision should have a more technique-based orientation.

Beyond and above this discussion, our results indicated that it is vital for clinical supervisors to encourage particularly candidate psychotherapists to explore their own motivations, needs, and desires that would influence therapeutic dyad in the sessions. Therefore, we strongly recommend to have an effective supervisory process that would direct the psychotherapists to investigate their own personal dynamics either through direct or indirect ways. The supervisory process should at least guide inexperienced therapists to undergo their own personal therapies both to sit in a patient's position and to have an educated framework to understand their possible influence on their patients. In order to do this, the supervisors need to evaluate

therapists' relationships with their patients throughout and should conceptualize this relation from a clinical perspective, by referring to the therapist's effects on the patient within the framework of the clinical formulation. In line with this, clinical training programs might include a supervision process with a therapeutic emphasis, as well. In addition, these programs might require that candidate psychotherapists engage with their personal therapies. Finally, the courses addressing transference-countertransference issues and therapist-patient relationships adequately might be beneficial for candidate psychotherapists in terms of improving self-awareness.

4.3. Limitations and Directions for Future Research

This study is not free from limitations. First of all, the current study does not cover how these different motivations affect the practice of psychotherapists through and after receiving clinical supervision. Hence, how these motivations change, how much psychotherapists gain insight about their own motivations, and these personal dynamics impact on therapist-patient dyad could be explored in longitudinal studies. In other words, to follow up candidate psychotherapists' personal and professional journey after starting to practice psychotherapy and receiving supervision might provide a more comprehensive framework for understanding how these motivations affect their practice and also clinical supervision processes.

Moreover, psychotherapists' extend of satisfaction they derive while practicing psychotherapy might be examined by referring to their implicit and explicit motivations, in the future studies. Sussman (2007) explained that psychotherapists might found new motives for practicing psychotherapy as they engage in more sessions and receive clinical supervision. Thus, future research studying the changing nature of motivations with experienced psychotherapists might address presence of some new motivations.

REFERENCES

- Ackerman, S. J., & Hilsenroth, M. J. (2003). A review of therapist characteristics and techniques positively impacting the therapeutic alliance. *Clinical Psychology Review, 23*, 1–33.
- American Psychological Association (2002). "Ethical principles of psychologists and code of conduct". *American Psychologist, 57*, 1060–1073. doi: 10.1037/0003-066x.57.12.1060
- Arthur, W., Jr, Day, E. A., McNelly, T. L., & Edens, P. S. (2003). A meta-analysis of the criterion-related validity of assessment center dimensions. *Personnel Psychology, 56*, 125–154.
- Bager-Charleson, S. (2010). *Why therapists choose to become therapists? A practice-based enquiry*. London: Karnac Books.
- Barber, J. P. (2007). Issues and findings in investigating predictors of psychotherapy outcome: Introduction to the special section. *Psychotherapy Research, 17*, 131-136.
- Barnett, M. (2007). What brings you here? An exploration of the unconscious motivations of those who choose to train and work as psychotherapists and counsellors. *Psychodynamic Practice, 13*(3), 257–274.
<https://doi.org/10.1080/14753630701455796>
- Beatty, E. (2012). *A study of motivations amongst contemporary trainee counsellors for pursuing a career in psychotherapy*. (Unpublished master's thesis). Dublin Business School, Dublin. Retrieved from:
<http://esource.dbs.ie/handle/10788/830>
- Beutler, L. E. (1997). The psychotherapist as a neglected variable in psychotherapy: An illustration by reference to the role of therapist experience and training. *Clinical Psychology: Science and Practice, 4*, 44-52.

- Beutler, L. E., Malik, M., Alimohamed, S., Harwood, T. M., Talebi, H., Nobel, S., & Wong, E. (2004). Therapist variables. In M. J. Lambert (Ed.), Bergin and Garfields *Handbook of psychotherapy and behavior change* (5th ed.). (pp. 227–306). New York: John Wiley & Son, Inc.
- Bischoff, R. J., Barton, M., Thober, J., & Hawley, R. (2002). Events and experiences impacting the development of clinical self-confidence: A study of the first year of client contact. *Journal of Marital and Family Therapy*, 28(3), 371-382. doi: 10.1111/j.1752-0606.2002.tb01193.x
- Björck, C., Clinton, D., Sohlberg, S., & Norring, C. (2007). Negative self-image and outcome in eating disorders: Results at 3-year follow-up. *Eating Behaviors*, 8, 398-406. doi: 10.1016/j.eatbeh.2006.12.002
- Bowlby, J. (1956). Mother-child separation. *Mental Health and Infant Development*, 1, 117-122.
- Bremner, A., Holt, N., Passer, M.W., Smith, R.E., Sutherland, E., & Vliek, M. (2009). *Psychology: The Science of Mind and Behaviour*. McGraw-Hill Higher Education.
- Briggs, D. (2007). *Burnout in novice counselors: A handbook to reduce its occurrence*. (Unpublished master's thesis). Campus Alberta Applied Psychology Counselling Initiative, Alberta, Canada.
- Broussard, S. C. (2004). The relationship between classroom motivation and academic achievement in elementary-school-aged children. *Family and Consumer Sciences Research Journal*, 33(2), 106-120. doi:10.1177/1077727x04269573
- Bulut, G. (2015). *Perceived theoretical orientation choices of psychotherapists*. (Unpublished master's thesis). Middle East Technical University, Ankara.
- Chui, H., Hill, C. E., Kline, K., Kuo, P., & Mohr, J. J. (2016). Are you in the mood? Therapist affect and psychotherapy process. *Journal of Counseling Psychology*. <http://dx.doi.org/10.1037/cou0000155>

- Clarkin, J. F., & Levy, K. N. (2004). The influence of client variables on psychotherapy. In M. J. Lambert (Ed.), *Bergin and Garfield's handbook of psychotherapy and behavior change* (5th ed.). (pp. 194–226). Hoboken, NJ: Wiley.
- Consoli, A., Beutler, L. E., & Bongar, B. (Eds.). (2017). *Comprehensive textbook of psychotherapy: Theory and practice* (2d ed.). New York: Oxford University Press.
- Corey, G., Corey, M. S., & Callanan, P. (2011). *Issues and ethics in the helping professions* (8th ed). Belmont CA: Brooks/Cole.
- Crits-Christoph, P., Connolly Gibbons, M.B., Hamilton, J., Ring-Kurtz, S., & Gallop, R. (2011). The dependability of alliance assessments: the alliance-outcome correlation is larger than you might think. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 79, 267–278.
- Dilchert, S., & Ones, D. S. (2009). Assessment center dimensions: Individual differences correlates and meta-analytic incremental validity. *International Journal of Selection and Assessment*, 17(3), 254–270. doi: 10.1111/j.1468-2389.2009.00468.x
- Driver, C., & Martin, E. (Eds.). (2002). *Supervising psychotherapy*. London: Sage.
- Falender, C. A., & Shafranske, E. P. (2014). Clinical supervision: The state of the art. *Journal of Clinical Psychology*, 70, 1030–1041.
- Farber, S. (2016). *Celebrating the Wounded Healer Psychotherapist*. Routledge. <https://doi.org/doi:10.4324/9781315683058>
- Farber, B. A., Manevich, I., Metzger, J., & Saypol, E. (2005). Choosing psychotherapy as a career: Why did we cross that road? *Journal of Clinical Psychology*, 61(8), 1009–1031. doi: 10.1002/jclp.20174
- Feinstein, R. E., Heiman, N., & Yager, J. (2015). Common factors affecting psychotherapy outcomes: Some implications for teaching psychotherapy. *Journal of Psychiatric Practice*, 21(3), 180–189.

- Fischer, C.T. (2009). Bracketing in qualitative research: Conceptual and practical matters. *Psychotherapy Research*, 19(4–5): 583–590.
- Frankl, V. E. (1984). *Man's search for meaning*. New York: Washington Square Press.
- Freud, S. (1905). Three Essays on the Theory of Sexuality. Reprinted in *the Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud, Volume VII (1901- 1905): A Case of Hysteria, Three Essays on Sexuality and Other Works* (trans. J. Strachey). London: Hogart Press and Institute of Psychoanalysis.
- Freud, S. (1955). *The major works of Sigmund Freud*. Chicago: Encyclopædia Britannica.
- Frost, N. A. (Ed.). (2011). *Qualitative research methods in psychology: Combining core approaches*. Maidenhead: Open University Press.
- Gaddini, E. (1992). *A Psychoanalytic Theory of Infantile Experience : Conceptual and Clinical Reflections*, ed. A. Limentani. London: Tavistock/Routledge.
- Geller, J., Norcross, J., & Orlinsky D. (Eds.). (2005). *The psychotherapist's own psychotherapy: client and clinician perspectives*. New York, NY: Oxford University Press.
- Gelso, C. J., & Hayes, J. A. (1998). *The psychotherapy relationship: Theory, research, and practice*. New York, NY: John Wiley.
- Gelso, C. J., & Hayes, J. A. (2007). *Countertransference and the therapist's inner experience: Perils and possibilities*. Mahway, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Gladding, S.T. (2004). *Counseling: A comprehensive profession* (5th ed.). Upper Saddle River, NJ: Merrill/Prentice Hall.

- Gnilka, P., Chang, C., & Dew, B. (2012). The relationship between supervisee stress, coping resources, the working alliance, and the supervisory working alliance. *Journal of Counseling and Development, 90*, 63-70.
- Gray, D. (2004). *Doing Research in the Real World*. London: Sage.
- Guttmann, J., & Daniels, S. (2001). What do school counsellors gain from their role as psychotherapists? *Educational Psychology, 21*(2), 203-218.
- Hagemeyer, B., Neberich, W., Asendorpf, J. B., & Neyer, F. J. (2013). (In)Congruence of implicit and explicit communal motives predicts the quality and stability of couple relationships. *Journal of Personality, 81*, 390–402. doi: 10.1111/jopy.12016
- Henry, W., Sims, J. H., & Spray, S. (1973). *Public and private lives of psychotherapists*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Hewitson, O. (2010, May 09). *What Does Lacan Say About Desire?* Retrieved August 05, 2017, from <http://www.lacanonline.com/index/2010/05/what-does-lacan-say-about-desire/>
- Hill, C. E., Sullivan, C., Knox, S., & Schlosser, L. Z. (2007). Becoming psychotherapists: Experiences of novice trainees in a beginning graduate class. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training, 44*(4), 434-449. doi: 10.1037/0033-3204.44.4.434
- Holmes, J. (2012). *Storr's the art of psychotherapy* (3rd ed.). London: Hodder, Arnold.
- Howitt, D. (2010). *Introduction to qualitative methods in psychology*. Harlow: Pearson Education Ltd.
- Hubble, M. A., Duncan, B. L., & Miller, S. D. (1999). *The heart and soul of change: What works in therapy?* Washington, DC: American Psychological Association.

- Ivey, G., & Partington, T. (2012). Psychological woundedness and its evaluation in applications for clinical psychology training. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 21, 166-177.
- Jennings, L., & Skovholt, T. M. (1999). The cognitive, emotional, and relational characteristics of master therapists. *Journal of Counseling Psychology*, 46(1), 3-11. doi: 10.1037/0022-0167.46.1.3
- Klein, M. (1952). The mutual influences in the development of ego and id., *In Envy and Gratitude and Other Works* London: Hogarth, 1975
- Kohut, H. (1971). *The analysis of the self*. New York: International Universities Press.
- Kottler, J. A. (2017). *On being a therapist* (5th ed.). New York, NY: Oxford University Press.
- Kottler, J. A., & Shepard, D. S. (2008). *Introduction to counseling: voices from the field* (7th ed.). Thompson-Brooks/Cole
- Kraemer, H. C., Wilson, T., Fairburn, C. G., & Agras, W. S. (2002). Mediators and moderators of treatment effects in randomized clinical trials. *Archives of General Psychiatry*, 59, 877-883.
- Kraft, S., Puschner, B., & Kordy, H. (2006). Treatment intensity and regularity in early outpatient psychotherapy and its relation to outcome. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 13(6), 397-404. doi: 10.1002/cpp.505
- Lacan, J. (1979). *The Seminar of Jacques Lacan, Book XI: The Four Fundamental Concepts of Psychoanalysis, 1963-1964*. London: Hogarth Press/Penguin
- Lambert, M. J. (1992). Psychotherapy outcome research: Implications for integrative and eclectic therapists. In J. C. Norcross & M. R. Goldfried (Eds.), *Handbook of psychotherapy integration* (pp. 94–129). New York: Basic Books.

- Lambert, M., & Goles, B. (2007). The effectiveness of psychotherapy supervision. *Journal of Counseling Psychology*, 7(1), 48-53.
- Langdrige, D. (2007). *Phenomenological psychology: theory, research and method*. London: Pearson Prentice Hall.
- Laska, K. M., Gurman, A. S., & Wampold, B. E. (2014). Expanding the lens of evidence-based practice in psychotherapy: a common factors perspective. *Psychotherapy*, 51, 467-481. <http://dx.doi.org/10.1037/a0034332>
- Leon, S. C., Martinovich, Z., Lutz, W., & Lyons, J. S. (2005). The effect of therapist experience on psychotherapy outcomes. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 12(6), 417-426. doi: 10.1002/cpp.473
- Levy, K. N., Ellison, W. D., Scott, L. N., & Bernecker, S. L. (2011). Attachment style. *Journal of clinical psychology*, 67(2), 193-203.
- Lichtenberg, J. D., Lachmann, F. M., & Fosshage, J. L. (2011). *Psychoanalysis and Motivational Systems, A New Look*. New York: Routledge.
- Luborsky, L., & Luborsky, E. (2006). *Research and psychotherapy: The vital link*. Oxford: Rowman & Littlefield Publishers.
- Mander, G. (2004). The selection of candidates for training in psychotherapy and counselling. *Psychodynamic Practice*, 10, 161 – 172.
- Maslow, A. H. (1954). *Motivation and personality*. New York: Harpe.
- McClelland, D. C. (1985). How motives, skills, and values determine what people do. *American Psychologist*, 40(7), 812-825.<http://dx.doi.org/10.1037/0003-066X.40.7.812>
- Miller, S.D., Hubble, M.A., Chow, D., & Seidel, J. (2013). The outcome of psychotherapy: Yesterday, today, and tomorrow. *Psychotherapy*, 50, 88-97.

- Morrow, S. L. (2005). Quality and trustworthiness in qualitative research in counseling psychology. *Journal of Counseling Psychology*, 52, 250-260.
- Murphy, R. A., & Halgin, R. P. (1995). Influences on the career choice of psychotherapists. *Professional Psychology: Research and Practice*, 26, 422–426.
- Nasio, J. D. (2007). *Jacques Lacan'ın Kuramı Üzerine Beş Ders*. (Ö. Erşen, M. Erşen, Trans.). Ankara: İmge Kitabevi. (Original work published 1992)
- Nissen-Lie, H. A., Havik, O. E., Hoglend, P. A., Monsen, J. T., & Ronnestad, M. H. (2013). The contribution of the quality of the therapists' personal lives to the development of the working alliance. *Journal of Counseling Psychology*, 60, 483-493.
- Norcross, J.C. (1990). An eclectic definition of psychotherapy. In J.K. Zeig & W.M. Munion (Eds.), *What is psychotherapy? Contemporary perspectives* (218-220). San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Norcross, J. C. (Ed.). (2002). *Psychotherapy relationships that work: Therapist contributions and responsiveness to patients*. New York: Oxford University Press.
- Norcross, J. C., & Farber, B. A. (2005). Choosing psychotherapy as a career: Beyond “I want to help people.” *Journal of Clinical Psychology*, 61, 939 –943. <http://dx.doi.org/10.1002/jclp.20175>
- Norcross, J. C., & Guy, J. D., Jr. (2007). *Leaving it at the office: A guide to psychotherapist self-care*. New York: Guilford Press.
- Norcross, J. C., & Wampold, B. E. (2011). Evidence-based therapy relationships: Research conclusions and clinical practices. *Psychotherapy*, 48, 98-102.
- Orlinsky, D. E., Botermans, J. F., & Rønnestad, M. H. (2001). Toward an empirically grounded model of psychotherapy training: Four thousand therapists rate influences on their development. *Australian Psychologist*, 36, 1–10.

- Orlinsky, D. E., & Rønnestad, M. H. (2005). *How psychotherapists develop: A study of therapeutic work and professional growth*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Owen, I. R. (1993). On desire: Its development and some clinical examples. *The British Journal of Medical Psychology*, 66(3), 229-238.
- Pipes, R. B., Holstein, J. E., & Aguirre, M. G. (2005). Examining the personal-professional distinction: Ethics codes and the difficulty of drawing a boundary. *American Psychologist*, 60, 325-334.
- Prochaska, J. O., & Norcross, J. C. (2006). *Systems of psychotherapy: A transtheoretical analysis* (6th ed.). Pacific Grove, CA: Brooks-Cole.
- Råbu, M., Moltu, C., Binder, P., & McLeod, J. (2015). How does practicing psychotherapy affect the personal life of the therapist? A qualitative inquiry of senior therapists' experiences. *Psychotherapy Research*, 1-13. doi: 10.1080/10503307.2015.1065354
- Reardon, M. L., Cukrowicz, K. C., Reeves, M. D., & Joiner, T. (2002). Duration and regularity of therapy attendance as predictors of treatment outcome in an adult outpatient population. *Psychotherapy Research*, 12, 273-285.
- Richardson, J., Sheean, L., & Bambling, M. (2009). Becoming a psychotherapist or counsellor: a survey of psychotherapy and counselling trainers. *Psychotherapy in Australia*, 16, 70-80.
- Rønnestad, M. H., & Skovholt, T. M. (2003). The journey of the counselor and therapist: research findings and perspectives on professional development. *Journal of Career Development*, 30, 5-44.
- Roth, A., & Fonagy, P. (2005). *What works for whom? A critical review of psychotherapy research* (2nd ed.). New York: Guilford Press.
- Roudinesco, R. (1990). *Jacques Lacan & Co.: A history of psychoanalysis in France 1925 - 1985*. (J. Mehlman Trans.) London: Free Association Books

- Ryum, T., Stiles, T. C., & Vogel, P. A. (2007). Effektivitet ved psykoterapeutisk behandling gjort av viderekomne studenter [Effectiveness in psychotherapeutic therapy, conducted by advanced students]. *Tidsskrift for norsk psykologforening*, 44, 1005-1011. Retrieved from http://www.psykologtidsskriftet.no/index.php?seks_id=29034&a=2&sok=1.
- Safran, J. D., Muran, J.C., & Eubanks-Carter, C. (2011). Repairing alliance ruptures. *Psychotherapy*, 48:1, 80-87.
- Schöttke, H., Flückiger, C., Goldberg, S. B., Eversmann, J., & Lange, J. (2015). Predicting psychotherapy outcome based on therapist interpersonal skills: A five-year longitudinal study of a therapist assessment protocol. *Psychotherapy Research*, 26(1), 1-11. doi: 10.1080/10503307.2015.1125546
- Shadley, M. L. (2000). Are all therapists alike? Revisiting research about the use of self in therapy. In M. Baldwin (Ed.), *The use of self in therapy* (pp.191-212). New York: The Haworth Press.
- Skovholt, T. M., & Ronnestad, M. H. (2003). Struggles of the novice counselor and therapist. *Journal of Career Development*, 30(1), 45-58.
- Smith, J. A. (2008). *Qualitative psychology: A practical guide to research methods*. London: Sage.
- Smith, J. A., Flowers, P., & Larkin, M. (2009). *Interpretative phenomenological analysis: Theory, method and research*. London: Sage.
- Smith, J., & Osborn, M. (2003). Interpretive phenomenological analysis. In J.A. Smith (Ed.), *Qualitative psychology: A practical guide to research methods* (pp.51-80). London: Sage.
- Smith, J. A., Osborn, M., & Jarman, M. (1999). Doing interpretative phenomenological analysis. In M. Murray & K. Chamberlain (Eds.), *Qualitative health psychology: Theories and methods*, 218–241. London: Sage.
- Sriram, S. (Ed.). (2016). *Counselling in India: Reflections on the process*. Singapore: Springer.

- Sussman, M. B. (2007). *A curious calling: unconscious motivations for practicing psychotherapy*. Lanham, MD: Jason Aronson.
- Todres, L., Galvin, K. T., & Dahlberg, K. (2014). 'Caring for insiderness': Phenomenologically informed insights that can guide practice. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being*, 9. doi: 10.3402/qhw.v9.21421
- Tryon, G., & Winograd, G. (2011). Goal consensus and collaboration. *Psychotherapy*, 48, 50-57.
- Wampold, B. E. (2001). *The great psychotherapy debate: Model, methods, and findings*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Wampold, B. E., & Brown, G. S. (2005). Estimating therapist variability: A naturalistic study of outcomes in managed care. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 73, 914-923.
- Wampold B. E. (2011). *Qualities and actions of effective therapists*. American Psychological Association Education Directorate. Retrieved from <http://www.apa.org/education/ce/effective-therapists.pdf>
- Wampold, B. E., & Imel, Z. E. (2015). *The great psychotherapy debate: The evidence for what makes psychotherapy work*. (2nd ed.). Taylor and Francis Inc. doi: 10.4324/9780203582015
- Williams, E. N., & Fauth, J. (2005). A psychotherapy process study of therapist in-session self-awareness. *Psychotherapy Research*, 15, 374–381.
- Williamson, R. (2013). *Exploring the therapeutic self*. (Unpublished Doctoral thesis). City University, London.
- Willig, C. (2008). *Introducing Qualitative Methods in Psychology: Adventures in Theory and Method* (2nd Ed.). London: Open University Press.

Woody, S. R., & Rodriguez, B. F. (2000). Self-focused attention and social anxiety in social phobics and normal controls. *Cognitive Therapy and Research*, 24, 473-488.

Wosket, V. (1999). *The therapeutic use of self: Counselling practice, research and supervision*. London: Routledge.

Yardley, L. (2000). Dilemmas in qualitative health research. *Psychology and Health*, 15(2), 215-228.

APPENDICES

APPENDIX A: INFORMED CONSENT FORM

GÖNÜLLÜ KATILIM FORMU

Bu çalışma, Orta Doğu Teknik Üniversitesi Psikoloji Bölümü Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Öğrencisi Mustafa Çevrim tarafından, Psikoloji Bölümü öğretim üyelerinden Prof. Dr. Tülin Gençöz'ün danışmanlığında tez çalışması kapsamında yürütülmektedir. Çalışmanın amacı psikoterapi uyguluyor olmanın terapistin kişisel hayatına olan etkisini incelemektir.

Çalışmaya katılım tamamıyla gönüllülük temelindedir. Çalışma kapsamında yapılacak olan görüşmelerde psikoterapi hizmeti veriyor olmanın kişisel hayata etkileri açık uçlu sorularla anlaşılmalı çalışılacaktır. Görüşmeler sırasında ses kaydı altında araştırmacı sorularına verdiğiniz cevaplar tamamen gizli tutulacak ve sadece araştırmacı ile tez danışmanı tarafından değerlendirilecektir. Bu çalışmadan elde edilecek bilgiler gizlilik esasına uygun bir biçimde, kişilerin kimlik bilgilerinin kesin gizliliği esas alınarak, sunum ve bilimsel yayınlarda kullanılabilecektir.

Yapılacak olan görüşmeler yaklaşık 60-90 dakika sürecek olup genel olarak kişisel rahatsızlık verecek soruları içermemektedir. Ancak katılım sırasında sorulardan ya da herhangi başka bir nedenden ötürü kendinizi rahatsız hissederseniz, görüşmeleri yarıda bırakıp çıkmakta serbestsiniz. Bu çalışmaya katıldığınız için şimdiden teşekkür ederiz.

Çalışma hakkında daha fazla bilgi almak için aşağıdaki iletişim bilgilerini kullanabilirsiniz:

Araştirmacı: Mustafa evrim

ODTÜ Psikoloji Bölümü

Tel: (0535) 921 1967

E-posta: mustafacevrimm@gmail.com

Bu çalışmaya tamamen gönüllü olarak katılıyorum ve istediğim zaman yarıda kesip çıkabileceğimi biliyorum. Verdiğim bilgilerin bilimsel amaçlı yayımlarda kullanılmasını kabul ediyorum. (Formu doldurup imzaladıktan sonra uygulayıcıya geri veriniz).

Ad Soyad:

Tarih:

İmza:

APPENDIX B: QUESTIONS OF THE SEMI-STRUCTURED INTERVIEW

YAPILANDIRILMIŞ GÖRÜŞME SORULARI

1. Kendini nasıl biri olarak tanımlarsın?
2. Genel olarak ilişkilerin hakkında ne söyleyebilirsin?
3. İlişkilerinde sorunlar yaşar mısın?
4. Hayatta karşılaştığın zorluklara karşı tutumun nedir?
5. Daha önce hiç psikoterapi yardımı aldın mı?
6. Psikoterapist olmaya nasıl karar verdin?
7. Daha önce psikoterapi uyguladın mı?
8. Psikoterapi uygulamasının kişilik özelliklerin üzerinde nasıl bir etkisi olabilir/ oldu?
9. Psikoterapi uygulamasının ilişkilerin üzerinde nasıl bir etkisi olabilir/ oldu?
10. Psikoterapi uygulamasının sorunlarla başa çıkma becerilerin üzerinde nasıl bir etkisi olabilir/ oldu?
11. Psikoterapi yardımı talep eden kişilerle ilgili düşüncelerin nedir?
12. Sence terapi yapıyor olmak hayatını başka hangi alanlarda etkileyecektir? Nasıl?
13. Psikoterapi yapıyor olmanın sana olan etkileri konusunda, sormadığım ama senin eklemek istediğin başka bir şeyler var mı?

APPENDIX C: TURKISH SUMMARY/TÜRKÇE ÖZET

ADAY PSİKOTERAPİSTLERİN PSİKOTERAPİ UYGULAMALARINDAKİ AÇIK VE ÖRTÜK MOTİVASYONLARININ İNCELENMESİ

BÖLÜM 1

GİRİŞ

1.1. Kavramsal Açıklamalar

1.1.1. Motivasyon

Motivasyon genel anlamda insanları bir şeyleri yapmaya ya da yapmamaya iten özelliklerle ilgilenir. (Broussard, 2004). Davranışın devamlılığı, yönü ve yoğunluğu üzerine etkisi olan bir süreci tarifler (Bremner ve diğerleri, 2009). David McClelland (1985), iki tür güdüden söz eder: Örtük güdüler, insanların davranışlarını ve kararlarını yönlendiren ve onları harekete geçiren bilinçdışı ihtiyaç ve arzuları içerir. Aksine, açık güdüler bilinçlidirler; bireylerin değerleri, inançları ve normları ile şekillenirler ve onların seçimlerinin, kararlarının ve eylemlerinin belirleyicisidirler. (Hagemeyer, Neberich, Asendorpf, & Neyeret, 2013).

Motivasyon kavramını inceleyen çeşitli yaklaşımlar vardır. Hümanistik Psikoloji bakış açısından Maslow'un İhtiyaçlar Hiyerarşisi bunların en bilinenlerindendir. Psikanalitik yaklaşımda Freud'un teorisine göre; bireylerin motivasyonları bilinçdışıdır ve “eros” ve “thanatos” denen iki tür içgüdü tarafından şekillenirler (Freud, 1955). Freud tüm insanların temel motivasyonlarının acıdan kaçmak ve hazzı

ulaşmak olduğunu ifade eder. Arzu, psikanalitik kuramda motivasyonla ilgili bir başka kavramdır ve Lacan'ın teorisinde merkezi bir öneme sahiptir (Roudinesco, 1990). Lacan, insanların, öteki tarafından tanınma, öteki'nin eksikliğini kapatma arzularıyla motive olduklarını belirtir (Hewitson, 2010). Diğer psikanalistler ise bilinçdışı motivasyonu nesne arayışı (Klein, 1952); bağlanma (Bowlby, 1958) ya da kendilik bütünlüğünü kurma ve devam ettirme isteği (Kohut, 1971) gibi çeşitli kavramlarla açıklamışlardır. Son olarak, Lichtenberg (2011) motivasyonu 5-adımlı bir sistem ile kavramsallaştırmıştır.

1.1.2. Aday Psikoterapist

Bu çalışmadaki terapistler, psikoterapi uygulayabilme yetkinliğine sahip olmaları için gereken lisansüstü klinik eğitimlerini henüz tamamlamadıklarından aday psikoterapist olarak adlandırılmışlardır. Literatürde aday psikoterapist üzerine yapılan çalışmalar genellikle onların gelişimsel süreçleri üzerine (Bischoff, Barton, Thober & Hawley, 2002; Orlinsky, Bottermans & Ronnestad, 2001; Rønnestad & Skovholt, 2003) veya terapi uygulama ve klinik süpervizyon alma aşamalarında karşılaştıkları kişisel ve mesleki zorluklar üzerine odaklanmıştır (Briggs, 2007; Hill, Sullivan & Knox, 2007; Skovholt & Rønnestad, 2003). Tecrübeli psikoterapistlerin ortak ve özgün deneyimleri üzerine önemli derecede eğilinilmişse de, aday psikoterapistlerin, psikoterapist olma motivasyonları hala daha çok araştırılmayı gerektiren bir alan olarak kalmıştır.

1.2. Psikoterapi Sonucunu Etkileyen Faktörler

Psikoterapi süreci içerisinde, terapisinin sonucunu etkileyen birçok faktör vardır. Bu faktörler, terapisinin etkinliğini artırmak ve psikoterapi eğitimine öneriler sağlamak adına niteliksel ve niceliksel çalışmalar uzun yıllardır araştırılmaktadır. Tüm faktörleri detaylı bir şekilde vermek güç olsa da, bu faktörler sırasıyla (1) danışan-temelli faktörler, (2) süreç-temelli faktörler ve (3) terapist-temelli faktörler olarak üç

başlık altında toplanabilir (Barber, 2007). Araştırmalar, psikoterapi sürecinin sonucunun, her bir faktörden ayrı ayrı olduğu gibi bu faktörlerin birbirleriyle etkileşimi neticesinde de etkilenebileceğini ortaya çıkarmıştır.

1.2.1. Danışan-Temelli Faktörler

Psikoterapinin etkililiği üzerine yapılan araştırmalar, diğer faktörlere nazaran danışan-temelli faktörlerin sonuç üzerinde daha güçlü etkileri olduğunu göstermiştir (Clarkin & Levy, 2004; Lambert, 1992; Wampold, 2001). Öncelikle, danışanın, yüksek-işlevli bilişsel becerileri, psikolojik düşünceliliği, kişilerarası ilişki becerileri, değişime olan istekleri ve psikolojik sorunun derecesinin hafifliği, danışanın tedavi hakkındaki umudu ve olumlu beklentileri psikoterapi süreci üzerinde kolaylaştırıcı etkiye sahiptir (Clarkin & Levy, 2004). Diğer yandan, bağlanma örüntülerindeki uyumsuzluğun, psikolojik sorunların şiddeti ve eşzamanlılığının, sorunlu nesne ilişkilerinin varlığının, danışanın kendisiyle ilgili olumsuz kendilik imajının ve zayıf sosyal destek kaynaklarının psikoterapinin etkililiği açısından kısıtlayıcı etkilere sahip olduğu gözlemlenmiştir (Feinstein, Heiman & Yager, 2015; Rym, Stiles & Vogel, 2007).

1.2.2. Süreç-Temelli Faktörler

Bu faktörler temelde terapi sürecinde terapist ve danışan arasındaki etkileşimsel örüntülerle ilgilidir. Çoğu araştırmacı, ilişkisel engellerin etkili bir şekilde ele alındığı güçlü bir terapötik ittifakın psikoterapi sonucu üzerinde potansiyel olarak olumlu etkileri olduğunu bulmuştur (Crits-Christoph, Gibbons, Hamilton, Ring-Kurtz & Gallop, 2011; Norcross, 2002). Buna ek olarak, terapist tarafından seanslar sırasında uygulanan empati, olumlu kabul ve içtenlik gibi bazı ilişkisel kavramların da psikoterapinin etkililiği üzerinde önemli rol oynadığı bulunmuştur (Hubble, Duncan & Miller, 1999). Dahası, terapi hedefleri üzerinde ortaklık ve danışan ile terapistin işbirliğinin tedavi sürecinde olumlu psikolojik sonuçları artırdığı görülmektedir

(Norcross & Wampold, 2011; Tryon & Winograd, 2011). Araştırmalar terapi süresinin ve sıklığının; semptomun şiddeti, teorik oryantasyon veya terapi teknikleri gibi diğer faktörlere bağlı olarak, terapi sonucu üzerinde önemli etkisi olabileceğini göstermiştir (Kraft, Puschner, & Kordy, 2006; Reardon, Cukrowicz, Reeves, & Joiner, 2002). Son olarak, terapidisı faktörlerin de psikoterapi sonucu üzerinde muhtemel bir etkisi olabilmektedir.

1.2.3. Psikoterapi Sonucunu Etkileyen Bir Faktör Olarak Terapist

Literatürde sınırlı olarak araştırılan terapistle ilgili faktörlerin, terapi sonucu üzerinde önemli derecede etkisi olduğu bulunmuştur (Wampold & Brown, 2005). Bu konudaki çalışmalar, deneyimli ve yetkin psikoterapistlerin, acemi olanlara göre daha iyi sonuçlar elde ettiklerini; bazı beceri ve yeterliklerinin psikoterapi sonucunda belirleyici olduğunu göstermiştir. Profesyonel özelliklerinin yanı sıra, psikoterapistler kişisel dinamiklerini ve özelliklerini bilinçli veya bilinçdisı düzeyinde seanslara taşıdıklarından, kişisel özelliklerinin, kişilerarası ilişkilerdeki yetkinliklerinin de psikoterapi sonucu açısından etkili olduğu bilinmektedir. Ayrıca, psikoterapistlerin duyguları ve karşıaktarımı yönetebilme becerisi, psikoterapi sürecinde ve danışanların olumsuz kişisel deneyimlerini izlemek ve başa çıkmak açısından önemlidir (Consoli, Beutler & Bongar, 2017). Bunu sağlamak adına, psikoterapistlerin kendi kişisel dinamiklerini süpervizyon veya kişisel psikoterapi deneyimlerinde araştırmaları şiddetle önerilir.

1.3. Terapistin Özfarkındalığının Terapi Sonucu Üzerindeki Etkisi

Özfakındalık etkin bir psikoterapist ve olumlu psikoterapi sonuçları için gerekli bir bileşendir (Jennings & Skovholt, 1999; Safran & Muran, 2000). Etkililiği ile ilişkisinin yanında, psikoterapistin kendi sorunlarıyla ilgili içgörü geliştirmesinin etik meselelerle ilgisi vardır. Psikoterapistler, terapi sürecini etkilememesi adına, kendi kişisel ihtiyaçlarını, arzularını veya hedeflerini araştırmak için motivasyona sahip olmalılardır. Özfarkındalığı artırmak, aday psikoterapistlerin profesyonel

gelişimlerin gerekli bir parçası olduğundan, klinik süpervizyonların ve kişisel terapilerin kendilerini anlama ve farkındalıklarını artırma açısından yardımcı olabilir.

1.4. Psikoterapistlerin Öz farkındalıklarının Bir Parçası Olarak “Psikoterapist Olma Motivasyonları”

Psikoterapistleri bu mesleği seçmeye iten açık ve örtük motivasyonlar konusunda ortaklık vardır. Psikoterapistleri motive eden faktörler sırasıyla: (1) kişisel sorunlara ve çatışmalara çözüm; (2) kişisel deneyimler; (3) kişisel gelişim; (3) kişisel özellikler; (5) özgecilik; (6) mesleki faydalar; ve (7) bilinçdışı motivasyonlardır.

1.4.1. Kişisel Sorunlara ve Çatışmalara Çözüm

Araştırmalar, psikoterapistlerin, çocukluklarında deneyimledikleri zorluklardan da gelebilen, çözülmemiş çatışmalarını ve sorunlarını çözmek motivasyonu ile psikoterapist olmayı seçtiklerini göstermektedir. Bu bağlamda, psikoterapistler psikoterapi sürecini sadece kendi sorunlarının çözümü için değil, kendi zorluklarını danışanlarıyla karşılaştırarak klinik formülasyonu güçlendirme fırsatı olarak görürler (Guttman & Daniels, 2001).

1.4.2. Kişisel Deneyimler

Psikoterapist olma kararında, geçmişteki zorlu deneyimlerin olduğu kadar aile içindeki sorunların da etkisi vardır. Psikoterapistlerin aile içinde edinmiş oldukları rollerin de psikoterapi uygulama sürecine etkisi olabilir. Ayrıca, danışan olarak kişisel psikoterapi deneyimi olması (Corey et al., 2011) ya da psikoloji ile ilgili kişi veya gereçlerle bağlantılar da (Ronnestad & Skovholt, 2003) psikoterapistlerin bu mesleği seçmelerine etki eden faktörler arasında olabilir.

1.4.3. Kişisel Gelişim

Wosket (1999), psikoterapi uygulamanın psikoterapistler için entelektüel, duygusal ve manevi gelişim deneyimleme açısından fırsat olduğunu açıklamıştır. Psikoterapi uygulamak, onlara kendi güçlü ve zayıf yanlarıyla ilgili farkındalıklar kazandırarak, kendilerini keşfetmelerini ve geliştirmelerini sağlayabilir (Guttman & Daniels, 2001).

1.4.4. Kişisel Özellikler

Meraklı, sabırlı, kabullenici olmak; empati gibi etkili ilişkisel özelliklerde veya içgözlem konusunda yetkin olmak gibi kimi özellikler, psikoterapistleri terapi yapmaya motive eden özellikler arasındadır (Gladding, 2004; Sriam, 2016).

1.4.5. Özgeciliği

Başkalarına duygusal ve psikolojik yardım sağlama istekliliği, psikoterapistlerin psikoterapi uygulamaya yönelik birincil motivasyonlarıdır. Genellikle hem kişisel hem de toplumsal düzeyde insanlara yardım etmek, onların büyümelerine ve olumlu değişimlerine katkıda bulunmak için motive olurlar (Mander, 2004).

1.4.6. Mesleki Faydalar

Psikoterapist olmanın, bilge ve aydınlatıcı bir rol olarak algılanmasından ötürü sosyal statüde saygınlık ve ayrıcalık getireceği söylenmiştir. Ayrıca, bu meslek psikoterapistlere farklı kariyer imkânları ve ekonomik güvence de sağlamaktadır.

1.4.7. Unconscious Motivations

Bu konuyla ilgilenen araştırmalar, psikoterapi uygulama nedenini belirli ihtiyaçların ve arzuların doyumu ile ilişkilendirmiştir (Barnett, 2007; Guttman & Daniels, 2001). Psikoterapistler narsisistik ihtiyaçlarının yanı sıra, güç ve kontrol, yakınlık ve

saygınlık görme gibi ihtiyaçlarını bu yolla karşılamak gibi içsel motivasyona sahiptirler. Ayrıca psikoterapi uygulamak kurtarma fantezilerine, cinsel ve agresif ihtiyaçların doyumuna hizmet edebilir.

1.5. Çalışmanın Amacı

Bu çalışma, psikoterapi uygulamamış ve klinik süpervizyon almamış aday psikoterapistlerin deneyimlerine yönelik derinlemesine bir anlayış sağlamayı hedeflemektedir. Çalışma, aday psikoterapistlerin özgün ve ortak psikolojik dinamiklerine odaklanmaya çalışacağından nitel bir yaklaşım benimsenmiştir. Ayrıca, bilindiği kadarıyla Türkiye’de psikoterapistlerin, psikoterapi uygulamalarındaki motivasyonu inceleyen çalışma olmadığından, mevcut çalışma açık ve örtük motivasyonlara derinlemesine odaklanarak bu eksikliğe de karşılık olacaktır.

BÖLÜM 2

GENEL YÖNTEM

2.1. Yöntemsel Arka Plan

Yorumlayıcı Fenomenolojik Analiz (YFA), katılımcıların kişisel deneyimlerini ve onları nasıl anlamlandırdıklarını derinlemesine araştırmayı amaçladığından, bu çalışma için en uygun yöntem olarak seçilmiştir (Smith, Osborn, 1999). Ayrıca YFA’nın felsefi arka planı ve ilkeleri, aday psikoterapistlerin öznel ve kişisel deneyimlerini araştırmayı hedefleyen bu çalışma için tutarlıdır. Ek olarak, psikoterapi süreçleriyle ilgili araştırmalar yürütülürken YFA’nın kullanılması önerilmektedir (Williamson, 2013).

2.2. Etik Hususlar

Yarı-yapılandırılmış görüşmelere başlamadan ODTÜ Etik Komitesi'nden gerekli izin alınmıştır. Katılımcılara bilgilendirilmiş onam formu verilmiştir. Her görüşmede ses kaydı için izin alınmıştır. Katılımcıların bilgilerinin gizlilikleri garanti altına alınıp, anonimliği korumak adına kişisel bilgileri transkripsiyon aşamasında çarpıtılmıştır.

2.3. Katılımcılar

YFA ilkeleri doğrultusunda amaçlı örnekleme kullanılmıştır ve 5 aday psikoterapistten oluşan küçük bir örneklem oluşturulmuştur. Kapsam ölçütü, ODTÜ Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı'nda eğitiminin ilk senesinde olan ve sistematik bir klinik süpervizyon altında henüz psikoterapi uygulaması yapmamış öğrenci olmaktır. Katılımcıların yaşları 24 ve 26 arasında olup, dördü kadındır. Katılımcıların ikisinin stajlarında gerçekleştirdikleri, düzenli süpervizyon sürecini içermeyen psikoterapi uygulama deneyimleri vardır. Katılımcılardan ikisi geçmişte psikiyatrik görüşme desteği alırken, birisinin üç yıllık, diğerinin ise devam etmekte olan bireysel psikoterapi deneyimleri vardır. Bir katılımcı ise hiçbir şekilde terapi uygulaması yapmamış ve profesyonel destek almamıştır.

2.4. Prosedür

Görüşmelere başlamadan önce, uzman incelemesi tekniği ile görüşme soruları oluşturulmuş, bu grup içerisinde gerçekleştirilen canlandırmalarla birinci araştırmacının (Çevrim) görüşme becerileri geliştirilmiştir. Soruların açıklığını ve derinliğini test etmek adına bir pilot görüşme gerçekleştirilmiştir ve araştırma ekibi ile sorulara son hali verilmiştir. YFA ile uygun olarak katılımcılarla süresi 107 ve 178 dakika arasında değişen yarı-yapılandırılmış görüşmelerde yönlendirici olmayan 10 açık uçlu soru aday psikoterapistlere sorulmuştur (Ek B) ve araştırmacı tarafından deneyimlerin detaylandırılması için teknikler kullanılmıştır.

2.5. Veri Analizi

Tüm görüşmelerin ses kaydı alınmıştır ve veriye aşina olmak amacıyla yazı dökümü yapılan görüşmeler tekrar tekrar okunmuş ve incelemiştir. Veri YFA esasları doğrultusunda analiz edilmiştir. (Howitt, 2010). Analiz ilk katılımcının yazı dökümünün kodlanması ve ortaya çıkan temaların kaydedilmesi ile başlamıştır. Aynı şekilde diğer katılımcının yazı dökümleri için gerçekleştirilen süreçte, her bir katılımcı sonrası temalar detaylı bir şekilde karşılaştırılmış, benzerliğine ve ilgisine göre gruplanmıştır. Bu işlemlerin ardından en son tema listesi oluşturulmuştur. Bu süreç, araştırma ekibi tarafından izlenmiş ve geri bildirimler alınmıştır.

2.6. Çalışmanın Güvenilirliği

Bu çalışmanın niteliğini değerlendirmek adına, Yardley'in (2000) ilkeleri temel alınmıştır. Bu doğrultuda, güvenilirliği sağlamak için şu dört ilke izlenmiş ve gerekli adımlar atılmıştır: (1) bağlama duyarlılık, (2) bağlılık ve kesinlik, (3) etki ve önem ve (4) uyumluluk ve şeffaflık. Şeffaflık ilkesinin bir gereği düşünümsellik, yani araştırmacının öznelliğinin ve bunun araştırma sürecine olası etkilerine yönelik farkındalığıdır. Bu bağlamda araştırma ekibi araştırılan konu ile ilişkilerini araştırma metninde paylaşmışlardır.

BÖLÜM 3

SONUÇLAR VE TARTIŞMA

Analiz sonucunda (1) *aday psikoterapistlerin karakter özellikleri nelerdir?* (2) *aday psikoterapistleri psikoterapist olmaya ne motive etti?* ve (3) *psikoterapistliği kişisel kurtarıcı statüsünde algılamak olmak üzere üç üst tema oluşturulmuştur.*

3.1. Aday Psikoterapistlerin Karakter Özellikleri Nelerdir?

Bu kategori katılımcıların temel karakteristik özellikleri, ilişkileri ve başa çıkma biçimleriyle ilgili bilgiye dayanarak oluşturulmuştur. Sonuç olarak, aday psikoterapistlerin temel karakter özellikleri “kaçıngan”, “obsesif” ve “kaygılı” olarak belirlenmiştir.

3.1.1. Kaçıngan Bir Kişi Olarak Aday Psikoterapist (AP)

Katılımcılardan kendilerini tanıtmaları istendiğinde kaçıngan kişilik özelliklerini örnekleyecek yanıtlar vermişlerdir. Hepsi, küçümsenecekleri, eleştirilecekleri ya da suistimal edileceklerine inandıklarından kendi duygularını ve sorunlarını diğerleriyle paylaşmakta güçlük çektiklerini belirtmişlerdir. Bir katılımcı hariç tümü, sosyal ilişkilerdeki rolünü yakınlıktan kaçınan olarak tanımlamış ve güvenilebilecek birkaç kişiden oluşan dar bir sosyal çevreye sahip olduklarını ifade etmişlerdir. Kaçıngan başa çıkma yöntemi olarak tüm katılımcılar sorunlarını başkalarından yardım istemeden kendi başlarına çözdüklerinden ve sorunlardan kaçmak için çeşitli mekanizmalar kullandıklarından söz etmişlerdir.

3.1.1.1. “Kaçıngan Bir Kişi Olarak Aday Psikoterapist” Temasına İlişkin Alıntıların Tartışılması

Terapi odasında, her iki taraf arasında yüksek seviyede yakınlık ve iletişim vardır. Yani, psikoterapi uygulamak kaçıngan psikoterapistler için, yalnızlık hislerini ve ilişkilerindeki yakınlık eksikliğini telafi edebilecekleri güvenli ortamı sağlayabilir. (Kottler, 2017). Dahası Guttman ve Daniels’e göre, yakınlık terapötik bağlamda profesyonel sınırlarla kısıtlandığından, terapi odası yakınlık arayan veya sınırsız yakınlıkla ilgili korkuları olan psikoterapistler için güvenli ve ideal bir yer olmuş olur (2001). Bunun yanında, seanslar arasındaki zaman aralığı, terapide karşılaşılan sorunlarla doğrudan yüzleşmek yerine psikoterapistlere onları değerlendirme olanağı sağlar. Yine de bu kaçıngan tarz, terapi seansları esnasında veya süpervizyon

sürecinde, psikoterapistin yakın ilişkilerinde deneyimlediklerine benzer sorunların yaşanmasına neden olabilir. Bu açıdan, kaçınan psikoterapistin süpervizörüyle deneyimlediği ilişki, psikoterapi sonucunu olumlu veya olumsuz yönde etkileyebilir.

3.1.2. Obsesif Bir Kişi Olarak Aday Psikoterapist

Görüşmelerde katılımcılar, kişiliklerinin obsesif taraflarını yansıtan bilgiler vermişlerdir. “Mükemmeliyetçilik”, “düzenlilik”, “ayrıntılar, kurallar ve talimatlarla meşgul olmak ve zihinsel kontroller yapmak” katılımcıların ortak özelliklerindendir.

3.1.2.1. “Obsesif Bir Kişi Olarak Aday Psikoterapist” Temasına İlişkin Alıntıların Tartışılması

Obsesif kişilik özellikleri ile psikoterapist olma kararı arasında bir ilişki olabilir. Özellikle bireylerin duygusal ve davranışsal tepkilerinin nedenlerinin danışanla birlikte araştırılmasının amaçlandığı psikanalizin aksine; BDT’deki gibi belirti azaltmaya odaklanan seanslardaki psikoterapistin rolü düşünüldüğünde, psikoterapistler, süreci yapılandıran ve düzenleyen “aktif kontrolcü” ve danışandansa kendisinin “bilmesi gereken özne” olduğu rollerindedirler. Bu yüzden, psikoterapistlik zihinsel ve davranışsal kontrolü arzulayan kişiler için ideal olabilir. Ayrıca aday psikoterapistler, diğerleriyle paylaşmak istemedikleri veya rahatsız oldukları kendi meselelerini bilmek ve kontrol etmek amacıyla da psikolojiye ilgi duymuş olabilirler. Terapistlerin durumu kontrol etme arzuları ve mükemmeliyetçilikleri terapötik müdahaleler konusunda kimi riskleri beraberinde getirmektedir.

3.1.3. “Ayrılıktan”, “Sevdiklerini Kaybetmekten” ve “Diğerlerinin Fikirlerinden” Korkan Kaygılı Terapist

Neredeyse tüm terapistler kendilerindeki, sırasıyla “ayrılık kaygısı” ve “sosyal kaygı” olmak üzere iki tür kaygının varlığından söz etmişlerdir. Aday psikoterapistlerin

ayrılık kaygısı “yalnız kalma korkusuna” ve/veya “sevdiklerini kaybetme korkusuna” işaret etmektedir. Olası bir ayrılıktan veya ebeveynlerini, kendileri için önemli birilerini kaybetmekten ciddi derecede endişelenmektedirler. Sosyal kaygı, aday psikoterapistlerin belirttiği diğer bir kaygı türüdür. Tüm katılımcıların, ötekilerin bakışları ve düşünceleriyle aşırı ilgili oldukları göze çarpmıştır. Ek olarak, başkaları tarafından reddedilmeye karşı hassas olduklarından olumsuz değerlendirileceklerine yönelik kaygıları vardır. Katılımcıların sosyal kaygılarının kaynağı birbirlerinden farklıdır. Kimileri “beğenilmemekten ya da takdir görmemekten” korkarken, diğerlerinde ise “reddedilme” veya “tüm ilginin merkezi olma” kaygıları vardır.

3.1.3.1. “Ayrılıktan”, “Sevdiklerini Kaybetmekten” ve “Diğerlerinin Fikirlerinden” Korkan Kaygılı Terapist” Temasına İlişkin Alıntıların Tartışılması

Böyle bir tema “Ayrılık kaygısı olanlar neden psikoterapist olmayı seçer?” sorusunu akıllara getirebilir. Psikoterapi uygulamanın aday psikoterapistler için ayrılık kaygısıyla başa çıkmak için bir fırsat olduğu söylenebilir. Terapide sıkça deneyimlenen ayrılıklar, psikoterapistlerin ayrılık kapasitelerini artırma açısından fırsat olabileceği gibi çok yoğun ayrılık kaygısı yaşayanlar için zorlayıcı deneyimlere dönüşebilirler. Ayrıca, bu ayrılıklar yakınlarını kaybetmekten ötürü aşırı korkuları olan aday psikoterapistler için hazırlayıcı bir aşama olabilir. Fakat bu kaygı, danışanın terk etmesini önlemek adına terapi sürecinde gerekli yüzleştirmeleri yapmaktan kaçınma gibi kimi riskleri beraberinde getirebilir.

Psikoterapi uygulamak kişilerarası ilişkilerde sosyal kaygısı olan aday psikoterapistler için zorlayıcı olabilir. Bu terapistler danışanlarının olumsuz değerlendirmelerinden kaçınmak için onları rahatsız edici veya kızdırabilecek yorumlardan kaçınabilirler. Böylelikle seanslarda doğallıklarını ve esnekliklerini kaybedebilirler. Ayrıca, bu aday psikoterapistler değerlendirilecekleri endişesiyle süpervizyonlarda kendilerinden çok danışanlarının davranışlarına fazlaca odaklanabilirler.

Literatürde aday veya deneyimli psikoterapistlerin kişilik özelliklerine yönelik çalışmalarda eksiklik vardır. Sonuç olarak, bu kişilik özellikleri bize profesyonel yolculuklarının başlarında olan aday psikoterapistlerin portrelerini vermektedir. Esasen, bu karakter özellikleri ile kendilerini motive eden kişisel ilgileri, nitelikleri, deneyimleri ve ihtiyaçları arasında karşılıklı bir ilişki bulunmaktadır.

3.2. Aday Psikoterapistleri Psikoterapist Olmaya Ne Motive Etti?

İkinci üst temanın sırasıyla “anlam arayışı”, “kişisel nitelikler”, “geçmişteki olumsuz kişisel deneyimler” ve “altta yatan kişisel ihtiyaçlar” olmak üzere dört alt teması vardır.

3.2.1. Anlam Arayışı

Tüm katılımcılar klinik psikolojiye ve psikoterapistliğe olan ilgilerinin “anlam arayışı” ile başladığını açıklamışlardır. Örneğin AP 2, kendisini, ailesini ve sorunlarının kaynağı ile ilgili anlama arayışının klinik psikolog olarak çalışmaya motive ettiğini söylemiştir: “Kendimle ilgili düşünerek karar verdim aslında. Yani böyle şeyi sorgulardım. Nasıl bir insanım, hani ailem nasıl insanlar? İşte sorunlarımızın kaynağı ne, benim sorunlarımın kaynağı diyerek psikolojiye başladım.”

3.2.1.1. “Anlam Arayışı” Temasına İlişkin Alıntıların Tartışılması

Farber ve arkadaşlarının (2005) belirttiği üzere, psikoterapistlerin anlamlandırma arayışları çocukluklarındaki stresli deneyimlerle ilgili olabilir. Kendilerindeki ve ailelerindeki sorunlar için cevaplar aramak ve bunları anlamak, onlar için olumsuz duygularına yardımcı olmuş olabilir. Benzer şekilde, bilmeye ve anlamlandırmaya duydukları ihtiyaç onların güç ve kontrol ihtiyaçlarıyla da ilgili olabilir. Varoluşçu psikoloji açısından, sorgulama ve merak insanların temel bir motivasyonu olarak değerlendirilebilir.

3.2.2. Kişisel Nitelikler

Aday psikoterapistler belirli kişisel niteliklerin, psikoterapist olma seçimlerinde etkileyici olduklarını söylemişlerdir. Kendilerini genelde “başkalarının konuşurken rahat hissettiği dinleyiciler” olarak tanımlamışlardır. Ayrıca, psikoterapist olmanın, kişiliklerinin özgeci yanıyla da uyumlu olduğundan bahsetmişlerdir. Örneğin, AP 5 etkili bir iletişimci olmanın psikoterapi uygulamak için işe yarar bir nitelik olduğunu ve doğuştan buna sahip olmaktan mutlu olduğunu ifade etmiştir: “İnsan ilişkilerim konusuna artı verebilirim. Özenli olduğumu düşünüyorum yani. Çoğu insanla iyi bir ilişkim, iletişimim var. Hani yüzeysel düzeyde de derin düzeyde de olsa olumlu bir izlenim bırakıyorum en azından.”

3.2.2.1. “Kişisel Nitelikler” Temasına İlişkin Alıntıların Tartışılması

Aday psikoterapistlerin, kendilerini bu mesleği seçmelerinde motive edici olduğunu söyledikleri kişisel niteliklerine dair bulgular literatürdekilerle uyumludur. Psikoterapist olmak, aday psikoterapistler için var olan kişisel niteliklerinden fayda görmenin bir yolu olarak görülmektedir. Sahip oldukları kimi yardımseverlik veya duyarlılık gibi kimi özellikler, erken dönem yaşantılarının veya aile içinde kendilerine atanan rollerin bir sonucu olarak kazanılmış olabilir. Bu nitelikler, Miller ve arkadaşlarının (2013) çalışmalarında söz ettiği gibi psikoterapi sonucu üzerinde önemli etkisi olabilir. Yine de aynı kişisel nitelikler aday psikoterapistler için uygulamalarında, duygusal tükenme yaratma gibi potansiyel olumsuz etkileri taşımaktadır.

3.2.3. Altta Yatan Motivasyonlar

Görüşmelerde aday psikoterapistler, psikoterapist olmaya motive eden deneyimlerinden veya duygusal ihtiyaçlarından doğrudan söz etmemişlerdir. Fakat yazı döküm üzerine yapılan detaylı tartışmalar sonucu belirli deneyimlerin ve

ihtiyaçların örtük olarak psikoterapistlerin bu mesleği seçmelerinde etkisi olduğu görülmüştür.

3.2.3.1. Geçmişteki Olumsuz Kişisel Deneyimler

Bu deneyimler aday psikoterapistlerin kişisel sıkıntılarını, profesyonel yardım almış olmayı ve aile içinde sahip oldukları belli roller içermektedir. Terapistler aile içindeki rollerini “problem çözücü”, “yatıştırıcı”, “bakım veren” ve “ana” olarak tanımlamışlardır.

3.2.3.1.1. “Geçmişteki Olumsuz Kişisel Deneyimler” Temasına İlişkin Alıntıların Tartışılması

Katılımcıların bu çalışmada, kendilerini psikoterapist olmaya motive ettiğini belirttikleri olumsuz kişisel deneyimler ve olumsuz yaşantılar literatürdeki bulgularla uyumludur. Çeşitli araştırmalar çocukluktaki veya erişkinlikteki, sosyal yalıtm, yalnızlık veya aile içi krizler gibi bazı olumsuz aile deneyimlerinin psikoterapistlerin kariyer seçimlerinde önemli belirleyiciler olduğunu göstermiştir. Barnet’ın (2007) da söylediği gibi, aday psikoterapistler danışanlarına tedavi sağlayarak bu olumsuz deneyimleri terapi odasında telafi etmek gibi örtük bir arzuya sahip olabilirler. Ayrıca, aday psikoterapistler ailelerindeki geçmiş rollerini terapi odasında sürdürerek kendilerine veya ailelerine yardımcı olma motivasyonu taşıyor olabilirler. Terapistlerin motivasyonlarından bağımsız olarak, geçmişteki çözülmemiş ve incelenmemiş bu olumsuz deneyimler terapist-danışan ilişkisini etkileyecektir.

3.2.3.2. Altta Yatan Kişisel İhtiyaçlar

Katılımcıların narsisistik ihtiyaçlarının ve onarma ihtiyacının, psikoterapist olma motivasyonları için altta yatan ihtiyaçlar olduğu bulunmuştur. Tüm katılımcılarda ortak olan ailedeki duygusal iletişim ve yakınlık eksikliğinin, psikoterapistleri yakınlığı, dikkati ve takdiri sağlamak adına psikoterapist olmaya yönelttiği

görülmektedir. Ayrıca, tüm katılımcılar terapistlik rolünün sosyal ilişkilerinde getirebileceği sorunlara ilişkin kaygılardan söz etmişlerdir. Bu kaygılar aynı zamanda aday psikoterapistlerin, terapistlik kimliğine sahip olarak diğerleri tarafından dikkat çekme ve takdir alma ihtiyaçlarını yansıtmaktadır.

Onarma ihtiyacı, psikoterapistlerin bilinçdışı motivasyonudur ve psikoterapistlerin sorunlu çocukluk deneyimlerini “diğerlerini iyileştirerek” onarmaya çalıştıkları düşünülmektedir. Ayrıca, aday psikoterapistlerin kendi sorunu aile üyelerine yardımcı olma istekleri ile bu onarma ihtiyacının ilişkisi vardır.

3.2.3.2.1. “Altta Yatan Kişisel İhtiyaçlar” Temasına İlişkin Alıntıların Tartışılması

Katılımcıların bilinçdışı motivasyonlarını kişisel gelişimleri, aile arka planları ve ilişkilerindeki dinamikler bağlamında değerlendirmek, onları anlamak için en iyi yoldur. Altta yatan motivasyon olarak narsisistik ihtiyaçlar, Kohut’un Kendilik Psikolojisi Teorisi çerçevesinde değerlendirilebilir. Buna göre, psikoterapist olma motivasyonunun arkasında çocuklukta yeterince doyurulmamış sevgi, yakınlık, takdir gibi kimi ihtiyaçları erişkinlikte telafi etmek olabilir. Katılımcıların bu ihtiyaçlarını ikame bir şekilde psikoterapi uygulayarak doyurduklarını gösteren bu çalışmanın bulguları literatür ile uyumludur.

Katılımcıların altta yatan onarma ihtiyaçları, kurtarma fantezisi bağlamında yorumlanabilir. Kottler (2017) psikoterapistlerin diğerlerini iyileştirme isteklerinin kendi sorunlu aile üyelerini kurtarmanın yüceltilmiş hali olduğunu belirtmiştir. Bu çalışmada da görüldüğü gibi, aday psikoterapistler için psikoterapi uygulamak, bir danışanlarını iyi ederken kendi ihtiyaçlarının doyurmanın bir yolu olabilmektedir.

3.3. Psikoterapistliği Kişisel Kurtarıcı Statüsünde Algılamak

Son üst tema, aday psikoterapistlerin psikoterapist olmayı nasıl anlamlandırdıklarını açıklamaktadır ve katılımcıların psikoterapist olduktan sonraki beklentileri

öğrenilerek oluşturulmuştur. Buna göre; “kişisel sorunlara tedavi olarak psikoterapi” ve “bir büyüme deneyimi olarak psikoterapi” şeklinde iki alt ortaya çıkmıştır.

3.3.1. Kişisel Sorunlara Tedavi Olarak Psikoterapi

Tüm katılımcılar, psikoterapi uygulamanın, kişisel, aile içinde ve ilişkilerinde deneyimledikleri sorunların üzerinden gelmede kendilerine yardımcı olacağını belirtmişlerdir. Özellikle, kimi sorunlu davranış örüntülerinde ve başa çıkma biçimlerinde olumlu değişimler olacağına inanmışlardır.

3.3.2. Bir Büyüme Deneyimi Olarak Psikoterapi

Aday psikoterapistler, psikoterapi uygulamanın kendilerini hem kişisel hem de profesyonel anlamda büyüteceğine inanmışlardır. Uygulamalarla birlikte terapistlik becerilerinin gelişeceğini beklemenin yanı sıra; kişisel dinamiklerine dair geniş bir içgörüye sahip olacaklarını ve “kendine yeten ve nitelikli” bireyler olacaklarını düşünmüşlerdir.

3.3.3. “Psikoterapistliği Kişisel Kurtarıcı Statüsünde Algulamak” Temasına İlişkin Alıntıların Tartışılması

Aday psikoterapistlerin, psikoterapi uygulamanın getireceği olumlu değişimlerle ilgili beklentiler; “psikoterapi uygulamak psikoterapistlerin kişisel ve profesyonel yaşamlarını nasıl etkiler” konusunu araştıran çalışmalarla uyumludur (Kottler, 2017; Rabu, Moltu, Binder & McLeod, 2015; Ronnestad & Skovholt, 2003). Katılımcıların bekledikleri değişimler, psikoterapist olmaya dair idealizasyon açısından da değerlendirilebilir. Aday psikoterapistler, özellikle kariyerlerinin başında bu beklentileri karşılanmadığında tükenmişlik yaşayabilirler. Bu yüzden, bu olası tüketici deneyimle ilgili farkında olmaları ve bunu deneyimleme konusunda kendilerine izin vermeleri önemlidir.

BÖLÜM 4

GENEL TARTIŞMA

4.1. Genel Sonuçlar

Bu tez, aday psikoterapistlerin, kişilik özelliklerini, psikoterapist olmadaki örtük ve açık motivasyonlarını ve psikoterapi uygulamasındaki beklentilerini gözeterek özgün ve ortak deneyimlerine ilişkin genel bir resim sunmaktadır. Öncelikle, psikoterapist olma kararının kökeni, aday psikoterapistin kişisel gelişiminin tarihçesi ve aile geçmişi incelenerek yorumlanabilir. İkinci olarak, psikoterapi ve süpervizyon sürecini etkileyeceğinden, psikoterapistlerin kendi altta yatan ihtiyaçları ve arzuları ile ilgili farkındalık kazanmaları olmazsa olmazdır. Son olarak, psikoterapist olma motivasyonunu sorgulamak, aday psikoterapistlere yaşamlarında karşılaşılabilecekleri olası tüketici deneyimlere hazırlıklı olma açısından yardımcı olacaktır.

4.2. Klinik Etkiler

Araştırmanın sonuçları, süpervizörlerin, aday psikoterapistleri kendi motivasyonlarını, ihtiyaçlarını ve arzularını keşfetmeleri konusunda teşvik etmelerinin oldukça önemli olduğunu göstermiştir. Bu doğrultuda, etkili bir olabilmesi için, deneyimsiz psikoterapistlere kişisel dinamiklerini doğrudan veya dolaylı yollardan sorgulatan ve gerekli noktada kişisel terapisine yönlendiren bir süpervizyon sürecini önermekteyiz. Bunu yapabilmek için, süpervizörlerin, terapistleri, danışanlarıyla olan ilişkileriyle birlikte değerlendirmeleri ve bu ilişkiyi terapistin danışan üzerindeki etkilerini içeren bir klinik formülasyon içerisinde kavramsallaştırmaları gerekmektedir. Buna paralel olarak, klinik programlarda terapötik vurgusu olan süpervizyonların verilmesi ve bu programların aday psikoterapistlerden kişisel terapilerine katılmalarını talep etmeleri önerilmektedir.

Son olarak, aktarım-karşıaktarım ve terapist-danışan ilişkilerine işleyen derslerin aday psikoterapistlerin özfarkındalıklarını artırması açısından faydalı olacağı düşünülmektedir.

4.3. Sınırlılıklar ve Sonraki Araştırmalar İçin Yönergeler

Mevcut çalışma bu farklı motivasyonların psikoterapistlerin klinik süpervizyondan geçtikten ve sonrasında uygulamalarını nasıl etkilediğini kapsamamaktadır. Aday psikoterapistlerin bu motivasyonlarının nasıl değiştiği, bunlarla ilgili ne kadar içgörü sağladıkları ve bu kişisel dinamiklerinin terapist-danışan ikilisine etkisi boylamsal çalışmalarla incelenebilir.

Ayrıca, psikoterapistlerin psikoterapi uygularken edindikleri tatmin düzeyleri gelecekteki çalışmalarda örtük ve açık motivasyonlarına bakarak incelenebilir. Sussman (2007), psikoterapistlerin uygulama yaptıkça ve süpervizyon aldıkça psikoterapiyi uygulamak için yeni motivasyonlar bulabileceğini söyler. Bu nedenle, deneyimli psikoterapistlerin motivasyonlarının değişen doğasını araştıran gelecek araştırmalar, bazı yeni motivasyonların varlığına değinebilir.

APPENDIX D: TEZ FOTOKOPİSİ İZİN FORMU

ENSTİTÜ

Fen Bilimleri Enstitüsü	<input type="checkbox"/>
Sosyal Bilimler Enstitüsü	<input checked="" type="checkbox"/>
Uygulamalı Matematik Enstitüsü	<input type="checkbox"/>
Enformatik Enstitüsü	<input type="checkbox"/>
Deniz Bilimleri Enstitüsü	<input type="checkbox"/>

YAZARIN

Soyadı : Çevrim
Adı : Mustafa
Bölümü : Psikoloji

TEZİN ADI (İngilizce) : Exploration Of Explicit And Implicit Motivations
Of Candidate Psychotherapists For Practicing Psychotherapy

TEZİN TÜRÜ : Yüksek Lisans ☒ Doktora ☐

1. Tezimin tamamından kaynak gösterilmek şartıyla fotokopi alınabilir. ☐
2. Tezimin içindekiler sayfası, özet, indeks sayfalarından ve/veya bir bölümünden kaynak gösterilmek şartıyla fotokopi alınabilir. ☐
3. Tezimden bir (1) yıl süreyle fotokopi alınamaz. ☒

TEZİN KÜTÜPHANEYE TESLİM TARİHİ: