



Viti i VIII-të i Botimit, Nr.1,
Korrik 2017

PERCEPTIME TË PSIKOTERAPISTËVE RRETH MOMENTEVE KRITIKE NË RRIJTEN E TYRE PROFESIONALE

Roksana Poçi

Departamenti i Psikologjisë, Fakulteti i Shkencave të Edukimit, Universiteti “Aleksandër Xhuvani”, Elbasan

Adresë kontakti: roksana.poci@uniel.edu.al

Përmbledhje

Objektivi: Studimi synon të eksplorojë momente kritike ose përcaktuese gjatë praktikës profesionale të psikoterapistëve me ndikim në rritjen e tyre personale dhe profesionale. Ai ka për qëllim të evidentojë ngjarje, njerëz, rrethana në jetën profesionale që kanë patur ndikim në përjetimin e tyre të vetes si profesionistë dhe në perceptimin e tyre të rritjes profesionale.

Metoda: Eksplorimi i përvojave subjektive të momenteve kritike përshtat qasjen deskriptive fenomenologjike bashkuar me teknikën cilësore të intervistimit të incidenteve kritike. Si metodologji e studimit në mbledhjen e të dhënave është zbatuar intervista e thelluar me psikoterapistët pjesëmarrës.

Rezultatet: Rezultoi se momentet më të raportuara të të mësuarit për psikoterapistët kanë qenë ato të vendosjes dhe të mbajtjes së kufijve gjatë procesit terapeutik, konsultimi me mentorët dhe puna me pacientë të një psikopatologjie të caktuar. Natyra e momenteve të tilla mund të shërbejë si tregues i stadii të tyre aktual të zhvillimit profesional me prirje drejt zotërimit të kompleksitetit të marrëdhënies terapeutike dhe integritit të aspekteve personale dhe profesionale në procesin psikoterapeutik.

Konkluzione: Kategoritë e momenteve kritike të identifikuara në studim shërbejnë si bazë për formulimin e prirjeve të rritjes profesionale. Këto përfshijnë rritje të vetëdijes të rëndësisë së marrëdhënies terapeutike, rëndësinë e mjediseve mbështetëse në mirëmbajtjen e konfidencës profesionale, sfidat e punës me klientët si katalizatorë të rritjes profesionale dhe rolin e ngjarjeve të jetës personale në zgjerimin e konceptit të kujdesit për tjetrin.

Fjalë çelës: *incident kritik, zhvillim profesional i psikoterapistëve, momente kritike, rritje profesionale, psikoterapist.*

PSYCHOTHERAPISTS' PERCEPTIONS OF CRITICAL MOMENTS IN THEIR PROFESSIONAL GROWTH

Abstract

Objective: The study aims to explore critical or defining moments during professional practice which have had an impact on the professional growth of psychotherapists. It aims toward exploring events, people or circumstances both in personal and professional life that

have had an influence on psychotherapists' feelings of professional self and on their self perceptions of professional growth.

Methodology: The study adopts the descriptive phenomenological approach in exploring subjective experiences of critical moments endorsing critical incident technique in data gathering. As main methodology for collecting data, depth interview were conducted with psychotherapists participants in the study.

Results: It resulted that the most reported learning moments for psychotherapists were those dealing with boundaries maintenance along the therapeutic process, consultations with mentors and work with patients of particular psychopathology. The nature of reported critical moments may serve as indicators of the current trend in professional development toward mastering the complexity of the therapeutic relationship and integration of personal and professional aspects in the therapeutic process.

Conclusions: Categories of critical moments serve as basis toward formulation of trends in professional growth, which address a growing awareness toward importance of therapeutic relationship, the role of supporting environments in keeping an adequate level of professional confidence, challenges in work with patients as catalysts for professional growth and the impact of events in personal life toward further elaboration of meaning of care toward the other.

Key words: *Critical incident, critical moments, professional development of psychotherapists, professional growth, psychotherapist professional.*

Hyrje

Ideja sipas së cilës personi i psikoterapistit është themelor për procesin psikoterapeutik, ka qenë vazhdimisht e pranishme që nga koha e themelimit të vetë psikoterapisë me Frojd (1, 2). Norcross & Wampold (3) arrijnë në përfundimin se variablat e terapistit kontribuojnë më shumë në rezultatin e psikoterapisë sesa teknikat. Studime të tilla zgjuan interesin rreth zhvillimit personal dhe profesional të psikoterapistëve (4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14). Ata hodhën dritë mbi modelin e zhvillimit profesional dhe personal të psikoterapistëve. Në studimin e Orlinsky et al. (9, 15) u identifikuan faktorët me ndikimin më të madh në zhvillimin profesional të psikoterapistit pas analizimit të të dhënave nga 12.000 psikoterapistë në të gjithë botën. Studime të mëvonshme janë marrë me identifikimin e situatave apo faktorëve të tjerë që lidhen me jetën personale dhe marrëdhënien me klientët dhe kolegët (16, 17), duke identifikuar faktorë dhe rrethana ndikuese në rritjen profesionale të psikoterapistëve.

Qëllimi studimit

Profesioni i psikoterapistit është shfaqur në spektrin e profesionistëve të shëndetit mendor në vendin tonë gjatë dekadës së fundit pas një historie gjysmëshekullore të ndalimit ideologjik gjatë ish-regjimit komunist. Në këtë kontekst, psikoterapistët si grup profesionistësh ngjallin kuriozitet, interes dhe habi, në mënyrë të veçantë veprimtaria dhe zhvillimi i tyre profesional, që ndikohen nga natyra novatore dhe e paprecedentë e shërbimit psikoterapeutik në shoqërinë tonë. Qëllimi i studimit përfshin hulumtimin e ngjarjeve, rrethanave apo faktorëve që kontribuojnë në rritjen profesionale të psikoterapistëve.

Metoda

Studimi përdor teknikën e incidenteve kritike (IK) zhvilluar nga Flanagan (18). Një incident është *kritik* nëse kontribuon në mënyrë domethënëse, qoftë negativisht ose pozitivisht, në qëllimin e përgjithshëm të një aktiviteti (kuptohet që përkufizimi i rëndësisë së kontributit varet nga natyra e aktivitetit). Incidentet kritike (IK) përkufizohen këtu si momente domethënëse të të mësuarit, momente kthese ose realizimi që njihen dhe identifikohen nga profesionistët si kontribues madhorë në rritjen e tyre profesionale (19, 17). Duke u nisur nga sa më lart, një kriter madhor përcaktues në përcaktimin e një ngjarjeje si IK është nëse perceptohet nga individit me ndikim në punën e tij ose të saj (17).

Pjesëmarrësit

4 psikoterapiste me moshë mesatare ($M=34$) dhe me përvojë pune nga minimale 2 vjet dhe maksimale, 8 vjet ($M=4,5$), u ftuan të marrin pjesë në studim. Ato i përkasin orientimeve psikoterapeutike si më poshtë, ai psikanalitik ($n=1$), kognitiv - bihejvioral ($n=2$) dhe psikodramë ($n=1$). Prej tyre ($n=2$) kanë përfunduar trajnimin formal në psikoterapi dhe janë certifikuar me titullin profesional “*psikoterapist*” në modalitetin përkatës. Të tjerat ($n=2$) janë në përfundim të trajnimit të tyre formal. Format i psikoterapeutik më i përdorur prej tyre është ai individual, dhe vetëm njëra prej tyre përdor formatin psikoterapeutik të grupit. Të gjithë pjesëmarrësit praktikojnë në mënyrë private në qendra të shërbimit psikologjik dhe psikoterapeutik.

Procedura

Psikoterapistët që morën pjesë në studimin tonë, u intervistuan rreth incidenteve kritike (17) në historinë e tyre të formimit profesional në psikoterapi, që sipas tyre kanë patur impakt në rritjen profesionale. Historitë e vogla të kujtuara dhe rrëfyera prej tyre, demonstrojnë se si ata kanë ndërtuar veten, identitetin dhe karrierën, pasi historitë janë mjete pune për ndërtimin e identiteteve dhe karrierave të marra nga sfondi i ndërveprimeve komplekse sociale (20).

Analiza e të dhënave

Intervistat u dëgjuan të plota në audio në fillim dhe gjatë kësaj kohe u krijuan përshtypje të disa kategorive që dilnin nga të dhënat (21). Makronarrativat (intervistat totale të transkriptuara) u ndanë në njësi kuptimore Meaning Unit (MU) sipas metodës deskriptive fenomenologjike të Amedeo Giorgi (22, 23, 24, 21). Gjithsej u identifikuan 18 (MU). Secila prej tyre u kodua (25) dhe paralelisht u organizuan në kategori në bazë të kriterit të kuptimeve të përbashkëta ose ngjarjeve të përbashkëta.

Rezultatet

Kategoritë e mëposhtme të Incidenteve kritike (IK) dolën në pah përgjatë analizimit të të dhënave. Ato raportohen të kenë kontribuar më shumë në zhvillimin e mëtejshëm profesional. Rezultatet si më poshtë janë paraqitur në mënyrë të përmbledhur përmes tabelës 1.

Tabela 1. **Kategoritë e momenteve kritike**

Kategoritë Nënkategoritë		Përshkrime të kategorive dhe nënkategorive	Ilustrime
1.	Vendosja e kufijve	Vendosja e kufijve përmbledh një sërë situatash që kanë të bëjnë me vendosjen e orareve të takimeve, anulimet e seancave dhe çështje të pagesës. Praktika ndihmon të kuptuarin se ndërtimi i marrëdhënies terapeutike nuk ndodh si në libra, është një marrë-dhënie, d.m.th., kontribut i dy personave në kontekstin e psikoterapisë. Vendosja e kufijve mundëson që marrëdhënia të jetë terapeutike dhe të garantohen kushtet e respektit, besimit dhe përgjegjësisë.	<i>“nuk mund t’i japësh një personi gjithçka edhe për një situatë, ose më saktë ka të bëjë me vendosjen e limiteve, që do të thotë që nuk mund të jemi kaq shumë të shpërndarë dhe komplet për personin përballë por duhet edhe ne të vendosim të respektojmë vetveten...”</i>
	<i>Të ndjerit i tradhtuar dhe i refuzuar</i>	Gjendja e të qenit i refuzuar është një gjendje afektive tek psikoterapisti që përfshin të ndjerit keq personalisht, ankth, lëkundshmëri emocionale, ëndrra me pacientin gjatë natës, imagjinata të bisedës me të në takimin e radhës dhe zemërim, që buron nga vendosmëria e pamjaftueshme e terapistit për të ruajtur kufijtë. Psikoterapisti kupton nga përvoja se vendosja e limiteve e shkarkon atë vetë nga ngarkesa të panevojshme.	<i>“por kjo si të them më vuri në një ndryshim që OK unë dua të ndihmoj njerëzit, por ka edhe limite, ka kufij, edhe gjithmonë që në seancën e parë, duhen vendosur limite të tilla”.</i>
	<i>Ndjenja të sikletshme me pagesën e psikoterapisë</i>	Çështja e pagesës paraqitet disi e komplikuar për të integruar gjithë vetë-konceptin profesional deri aty sa të ketë ndikuar në vonimin e identitetit profesional si psikoterapist.	<i>“Deri vonë, jam ndjerë më mirë me titullin “psikolog” sesa “psikoterapist” për arsye të pagesës.”</i>
2.	Mbështetja nga supervizorët	Supervizimi dhe <i>self experience</i> (grupet e vetë – përvojës) raportohen si dy përvojat më formuese nga ana profesionale.	
	<i>Të ndjerit i mbështetur emocionalisht</i>	Supervizioni raportohet të ofrojë lehtësim emocional nga ndarja me dikë e dyshimeve, dilemave dhe ngarkesave emocionale.	<i>“I tregova supervizorit tim edhe për ndjesitë e mia dhe zemërimin që kisha brenda.”</i>
	<i>Të ndjerit i konfirmuar</i>	Supervizioni mundëson validimin dhe konfirmimin e përjetimeve të psikoterapistit, kur ky ka dyshime nëse ka vepruar gabim.	<i>“I thashë supervizorit se ndihem çuditshëm në këtë X gjë, është një fenomen që nuk dua ta zbuloj, dhe ai më tha mua që është shumë normale kjo, që nuk ke vepruar gabim, që unë isha e bindur që isha gabim”</i>

	<i>Të ndjerit më i pranishëm tek vetja dhe puna</i>	Supervizioni zgjeron dijen për veten, limitet dhe problematikat personale që shfaqen në marrëdhënien me pacientin. Ai e orienton terapistin drejt një vëmendjeje më të madhe ndaj zhvillimit të aftësive për të ndërtuar marrëdhënien njerëzore me pacientin.	“supervizioni, në thonjëza, është një lloj terapie për terapistin” *** “supervizori më tha që marrëdhënia njerëzore është e rëndësishme dhe në momentin që është krijuar, disa gabime teknike më falen”
	<i>Të mësuarit nga grupi dhe bashkë-terapisti</i>	Supervizioni mund të mos jetë vetëm individual, por edhe në grup. Gjithashtu, mund të përfshijë drejtimin e një grupi terapeutik nga dy psikoterapistë. Terapisti i dytë quhet bashkëterapist.	“Nga ky lloj supervizioni dhe nga përvoja e tillë kam mësuar se roli prej ko-terapisti ishte shumë i rëndësishëm për mua, kam mësuar shumë edhe prej saj, jo vetëm nga klientët që ishin në grup, por kryesisht nga marrëdhënia me ko-terapistin, ... për të menazhuar më mirë sensin kritik, në dhënien e kritikave, menaxhimin e opinionëve të ndryshme dhe qasjeve të ndryshme të menaxhimit të një seance dhe komunikimi i gjithë këtyre gjërave me ko-terapisten time, sidomos menaxhimi i mirë i kritikës, qoftë që jap, qoftë asaj që merrja”
3.	Të qenit i sfiduar nga puna me pacientët	Një sërë (IK) adresojnë se përvojat e punës me pacientët kanë patur ndikim në rritjen profesionale. Disa pacientë në mënyrë të veçantë kanë qenë sfidues për sa i përket zhvillimit të qëndrimeve të përshtatshme terapeutike dhe nxitjes së ndjenjave të brendshme të forta emocionale tek psikoterapistët.	
	<i>Të qenit “në dilemë” me klientë të heshtur dhe që komunikojnë shkurt</i>	Pacientët të tillë përbëjnë një sfidë profesionale, pasi heshtja është pjesë e rezistencës. Me pacientë të tillë, psikoterapistët mësojnë se sa kanë zhvilluar kapacitetin e përmbajtjes, aftësisë për të mbajtur zemërimin dhe për të krijuar një farë distance në dobi të situatës terapeutike	“e kisha fjalën për heshtjen në fakt, tani që kujtoj ka qenë një klient që jepte pyetje shumë të shkurtra, po shumë të shkurtra, ishte aktiv, kishte ardhur vetë dhe donte të bashkëpunonte, vetë kishte ardhur por ishte shumë pikë. Unë e kam ndjerë veten shumë vështirë”

	<i>Menaxhimi i transferencës së pacientit dhe njohja e kundratransferencës</i>	Në njërin nga (IK), pacienti zhvillon një transferencë romantike, në një tjetër transferenca është negative, e manifestuar me sjellje agresive fizike mbi personin e profesionistit. Subjektet i emërtojnë këto natyra (IK) si përvoja shumë të forta që qëndrojnë si gurë kilometrikë në rrugën e përshkruar të zhvillimit profesional.	<i>“ishin një seri gjërash më pas që mua më bënë të kuptoja që sfida më e madhe që ky klient më kishte bërë ishte që kishte tejkaluar kufijtë ose më kishte nxjerrë nga pozicioni i terapistes dhe më kishte çuar në pozicionin që ai kishte dashur;por të gjitha këto unë nuk i kisha kaq shumë në kontroll dhe janë të kuptuara kohë më vonë...”</i>
	<i>Të qenit i sfiduar nga pacientë me një psikopatologji të caktuar</i>	Disa (IK) adresojnë të qenit i sfiduar nga pacientë të një psikopatologjie të caktuar, e cila e sfidon psikoterapistin në kuptimin e ndërgjegjësimit për të mësuarin e aftësive të reja klinike, por edhe në kuptimin se psikopatologji të pacientit aktivizojnë ndjenja dhe reagime tek terapisti, që e ftojnë për një analizim të vetes.	<i>“unë kam kuptuar që përveç asaj që thonë të gjithë se nuk është e lehtë të përballesh me njerëz me tipare të tilla kam kuptuar që gjëja më e vështirë është të menaxhosh narcizizmin tënd përballë narcizizmit të tjetrit dhe kam kuptuar gjithashtu që ka disa lloj klientësh që për shkak të këtyre rasteve që mua më shtojnë pasigurinë si psikoterapiste...”</i>
	<i>Të qenit i sfiduar nga pacientë që janë profesionistë të së njëjtës fushë</i>	IK të tjera i referohen rasteve kur “plagosja” ose lëndimi i narcizizmit personal dhe profesional ndodh kur pacientët janë kolegë të së njëjtës profesion. Sfida qëndron në atë se çfarë pozicioni do të marrësh për të negociuar me rolet e shumta si psikoterapist, koleg apo shok/shoqe.	<i>“më bënë të ndjej që gara, konkurrenca është mjaft e fortë edhe për faktin se kemi të njëjtin formim dhe më bënë të harroj që në fakt unë jam terapistja dhe ato janë klientë. Pra më bëjnë të harroj këtë lloj pozicioni dhe vetësigurie që më duhet ta kem për shkak të thirrjes që ato bëjnë për kompeticion dhe thirrja vjen në forma të ndryshme ...”</i>
4.	Ndikimi i mentorëve	Influenca e mentorit është e lidhur me vlerat e profesionit dhe ato njerëzore, në instalimin e një etike profesionale dhe personale. Ata nuk shihen sikur mishërojnë standardet më të larta profesionale të fushës, por më tepër vlerësohen për <i>zakonshmërinë</i> e tyre në fakt, për përvlerësimin, komunikimin e pandërlkuar, të qartë dhe direktiv.	<i>“Ai për mua është një mësues dhe model i një personi që të tregon se vetaktualizimi nuk është një pikturë e një njeriu shabllon, por është një person, mund t'i ketë problemet e vogla por është një person i vetaktualizuar, sepse i kupton, integron, është personalitet integruar dhe i pranon gjërat. Dhe t'i pranosh gjërat është një nga gjërat më të vështira.dhe kjo është shumë e rëndësishme për të qenë psikoterapist”</i>

5.	Rëndësia e terapisë personale	Ndodh rrallë që profesionistët e ardhshëm që kualifikohen si psikoterapistë të mos kenë përvojën e terapisë personale. Në grupin e këtyre (IK), nuk janë përmendur përvoja në terapisë personale individuale por të terapisë në grup. Përvoja në grup është vlerësuar, jo vetëm në rritjen e njohjes së vetes, por edhe sepse terapia personale ka përbërë një sfidë, duke nisur nga rolet e shumëfishta midis anëtarëve të grupit.	<i>“ka qenë shumë e rëndësishme menaxhimi i kalimit nga të qënurit klient këtu brenda nga të qënurit koleg aty jashtë me të njëjtët persona, mbajtja e raporteve të ndryshme, por njëkohësisht të mira dhe të shëndetshme për vete dhe për të tjerët, kjo ka qenë e rëndësishme”</i>
6.	Ngjarje personale që kanë patur kontribuar në rritjen e terapistit	Një sërë (IK) përfshijnë ndikimin që ngjarje të jetës personale kanë patur në rritjen profesionale të psikoterapistëve. Këto ngjarje herë i kanë ofruar mundësi për të përjetuar kompleksitetin e jetës njerëzore, herë i kanë bërë më të ndërgjegjshëm për role më të zgjeruara që mund të marrin në jetën personale. Në të gjitha rastet, këto (IK) i kanë shtuar marrëdhënies psikoterapeutike elemente të reja të kujdesit dhe empatisë.	
	<i>Ngjarje me ndikim në rritjen personale</i>	Përvojat personale në rrethin familjar janë raportuar si shumë të rëndësishme për zhvillimin personal. Natyra e ngjarjeve ka qenë e tillë që i ka bërë terapistët më të ndërgjegjësuar për rolet e ndryshme që luajnë në jetë, p.sh., të bërit prind, të bërit teze/dajë etj.	<i>“përmes këtyre kam kuptuar rolet e ndryshme, roli im si teze, si motër, si shoqe, e para më çon drejt rolit tim si nënë”</i>
	<i>Ngjarje personale që kanë patur ndikim në rritjen profesionale</i>	Në kategorinë e ngjarjeve personale bëjnë pjesë marrëdhëniet me shoqërinë e afërt, të cilat nisur nga qenia si psikoterapist bëhen natyrshëm më të ndërlikuara. Dikujt në nevojë do t'i qëndrosh afër si shok apo shoqe apo si psikoterapist? Është dilema e radhës e terapistit.	<i>“ndërkohë që jetoja me ...dhe mbështetja dhe gjithë kjo ishte goxha konsumuese dhe kuptova shumë për veten time, për të kuptuar se deri në ç'pikë unë mund të ndihmoj, ngarkesat e mëdha mund t'i mbaj gjatë terapisë, por është e vështirë që ngarkesat e mëdha t'i kesh jashtë, kuptova çështjet e varësisë, pavarësisë nga të tjerët, varësisë që dikush tjetër mund të krijojë nga unë, tendenca ime për të bërë dikë tjetër të varur; që më ka ndezur dritat se çfarë raporti dhe çfarë unë mund t'i ofroj klientëve të mi, ndoshta duhet të bëj shumë kujdes se mund t'i bëj ata të varur...”</i>

	<i>Takime të rastit – të qenit i kuptuar</i>	“Takime të rastit” i referohet takimit me njerëz të panjohur ose njohje sipërfaqësore të ndeshura në kontekste të ndryshme trajnimi, metë cilëtarrihet të ndahen gjëra të pamundura në kontekstin e marrëdhënieve në jetën e përditshme. Këto takime karakterizohen nga të qenit i kuptuar, të folurit e së njëjtës gjuhë, biseda domethënëse që çlirojnë ndjenja të mirëkuptimit dhe lehtësimit.	“nga një bisedë e caktuar të duket sikur kuptohesh dhe biseda mund të vazhdojë edhe pse koha ka kaluar,... me të folurit e së njëjtës gjuhë, me një person ose me një grup të caktuar, me biseda me kuptim... dhe ti ndihesh shumë i çliruar dhe shumë i kuptuar”
--	--	---	---

Përfundime

Një pjesë e konsiderueshme e kategorive përfshijnë momentet e vështira gjatë praktikës në vendosjen e limiteve. Të mësuarit e kufijve profesionalë dhe ofrimi i ndihmës brenda një kuadri rregullash është një ndër mësimet më të rëndësishme veçanërisht gjatë 5 viteve të para të praktikës psikoterapeutike (11). Studime (11, 12, 9) kanë konfirmuar rëndësinë e marrëdhënieve ndërpersonale me mentorët, supervizorët dhe kolegët në rritjen profesionale. Sipas studimit ndërkombëtar të zhvillimit të psikoterapistëve (9, 15), përvoja në terapi me klientët vlerësohet si ndikimi më i madh në rritjen profesionale, pavarësisht nacionalitetit (psikoterapistët përfshinin më shumë se 30 vende të botës) dhe orientimit teorik. Skovholt & Rønnestad (11, 12) zbuluan gjatë studimeve të tyre se ngjarjet jetësore në mënyrë të veçantë ato negative, ndikojnë në zhvillimin profesional të psikoterapistëve. Në studimin tonë influenca e ngjarjeve është pozitive në kuptimin e eustresit (26).

Artikulli përpiqet të provojë një metodologji të re në mbledhjen e të dhënave, metodën e incidenteve kritike, duke shpresuar në krijimin e një baze kategorish dhe temash me të cilat mund të vazhdohet në analizimin dhe interpretimin e përvojave të tjera të reja rreth (IK) nga psikoterapistë të tjerë në të ardhmen.

Referenca

1. Freud, S. (1937). *Analysis Terminable and Unterminalable*, The Hogarth Press, London.
2. Freud, S. (1909) *Five lectures on psychoanalysis*, The Hogarth Press, London.
3. Norcross, J. C., Wampold, B. E. (2001). What works for whom, Tailoring psychotherapy to the person, *Journal of Clinical Psychology*, Vol. 67, No. 2, fq. 127 – 132.
4. Henry, W. E., Sims, J. H., Spray, S. L. (1971). *The fifth profession, Becoming a psychotherapist*, San Francisco Jossey Boss.
5. Henry, W. E., Sims, J. H., Spray, S. L. (1973). *The public life and private lives of psychotherapists*, San Francisco Jossey Boss.
6. Carlsson, J., Norberg, J., Schubert, J., Sandell, R. (2011). The development of therapeutic attitudes during and after psychotherapy training, *European Journal of Psychotherapy and Counselling*, Vol. 13, No. 3, fq. 213-229.
7. Carlsson, J. (2011). *Becoming a psychodynamic psychotherapists: A study of the professional development during and the first years after training*, Karolinska Institutet.
8. Trotter - Mathison, M., Skovholt, T. (2010). *Voices from the field, Defining moments in counselor and therapist*, Eastern Group Psychotherapy Society.
9. Orlinsky, D., Rønnestad, M. H. (2005).

- How psychotherapists develop: A study of therapeutic Work and professional growth*, Washington DC: American Psychological Association.
10. 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/ In Session*, Vol. 61, fq. 1009 – 1031.
 11. Rønnestad, M. H., Thomas, M. Skovholt, T. M. (2013). *The developing practitioner; Growth and Stagnation of Therapists and Counselors*, Taylor & Francis Group.
 12. 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*, Vol. 30, No.1, fq. 5-44.
 13. Jennings, L., Goh, M., Skovholt, T. M., Hanson, M., Banerjee-Stevens, D. (2003). Multiple factors in the development of the expert counselor and therapist, *Journal of Career Development*, Vol. 30, No. 1, fq. 59-72.
 14. Skovholt, T. M., Rønnestad, M. H. (2003). The hope and promise of career life span counselor and therapist development, *Journal of Career Development*, Vol. 30, No.1, fq. 1-3.
 15. Orlinsky D. E., et al. (1999). The development of psychotherapists: Concepts, questions, and methods of a collaborative international study, *Psychotherapy Research*, Vol. 9, No. 2, pp. 127 -153.
 16. Skovholt, T. M., Rønnestad, M. H. (1995). *The evolving professional self, Stages and themes in therapist and counselor development*, Chichester, New York: John Wiley.
 17. Skovholt, T. M., McCarthy, P. (1988). Critical incidents: Catalysts for counselor development, *Journal of Counselling and development*, Vol. 67, fq. 69 – 71.
 18. Flanagan S, J., (1954) The critical incident technique, *Psychological Bulletin*, Vol. 51, No. 4
 19. Howard, E. E., Inman, A. G., & Altman, A. A. (2006). Critical incidents among novice counselor trainees, *Journal of Counselor Education and Supervision*, Vol. 46 , No. 2, fq. 88 -102.
 20. Holland, J. L. (1973). *Making vocational choices*, Englewood Cliffs N.J. Prentice Hall.
 21. Savickas, M. L. (2012). Life design: A paradigm for career intervention in the 21st century, *Journal of Counseling and Development*, Vol. 90, fq. 13-19.
 22. De Castro, A. (2003). Introduction to Giorgi's existential phenomenological research method, *Psicologia desde el Caribe*, No. 11, fq. 45-56.
 23. Giorgi, A. (2012). The descriptive phenomenological psychological method, *Journal of Phenomenological Psychology*, Vol. 43, fq. 3-12.
 24. Giorgi, A. (2005), The phenomenological movement and research in the human sciences, *Nursing Science Quarterly*, Vol. 18(1), fq.75-82
 25. Wertz, F. J. (2005). Phenomenological research methods for counseling psychology, *Journal of Counseling Psychology*, Vol. 52, fq. 167-177.
 25. Saldana, J. (2009). *The coding manual for qualitative researchers*, SAGE Publications Ltd.
 27. Selye, H. (1974). *Stress without distress*, Philadelphia: J. B. Lippincott Company.