



Psikoterapi Sürecinde Bir Zorluk Olarak Terapötik İttifaktaki Kırılmalar*

Hamza Ertürk**
Sefa Saygılı***

Öz

Bu makalede psikoterapi sürecinde bir zorluk olarak ortaya çıkan terapötik ittifaktaki kırılmalar konusu incelenecektir. Terapi sürecinde terapi ilişkisi, tedavi sonucu, terapinin etkililiği ve terapinin bırakılması gibi sonuçlarda önemli bir faktör olarak karşımıza çıkmaktadır. Terapötik ittifakta yaşanan kırılmalar fark edilmediği ve üzerinde çalışılmadığı durumlarda terapinin etkililiği üzerinde olumsuz sonuçlara yol açabileceği ve terapinin bırakılmasına sebep olabildiği bilinmektedir. Terapötik ittifaktaki kırılmalar her seans ortaya çıkabilecek bir durumdur. Terapötik kırılmalar her durumda olumsuz sonuçlara yol açmasa da terapi sürecinde fark edilmediğinde büyüyerek, danışan ve terapist arasında ilişkinin bozulmasına ve sonrasında da terapinin yarıda bırakılmasına yol açabilmektedir. Ayrıca terapötik ittifaktaki kırılmalar, danışan ve

* Bu makale doktora tez çalışmasından üretilmiştir.

** Doktora öğrencisi, Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji Doktora Programı, İstanbul/Türkiye, erturkhamza@gmail.com, orcid.org/0000-0002-0028-7473.

*** Prof. Dr., Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul/Türkiye, ssaygili@fsm.edu.tr, orcid.org/0000-0002-2993-5825.

terapist arasında oluşan ilişki biçimi, danışanın gerçek yaşamındaki ilişkilerine ve uyum bozucu şemalarının varlığına işaret etmesi sebebiyle de terapi için çok sağlam bir bilgi kaynağı oluşturmaktadır. Bu makalede terapi ilişkisi, terapötik ittifaktaki kırılmalar, bu kavramların psikoterapi süreç araştırmalarında ülkemizde ve dünyada nasıl çalışıldığı incelenmiştir. Terapötik ittifaktaki kırılmalar ele almaya cesaret ettiğimizde kusursuz bir terapi anlayışından, hata yapmayı kabullenen, terapinin de keşfetmeye açık öğretici süreç olduğunu kabullenen daha sağlıklı dönüştürücü güce sahip bir terapist danışan ilişkisine yol almış oluruz. Bu yol bize terapist ve danışan arasında şeffaf, kabullenici ve nezaketli doğrusal bir ilişkinin olabileceğini gösterecektir.

Anahtar Kelimeler: Psikoterapi süreci, terapi ilişkisi, terapötik ittifaktaki kırılmalar.

Therapeutic Alliance Ruptures as a Challenge in Psychotherapy Process

Abstract

This study examines the therapeutic alliance ruptures, which emerge as a challenge in the psychotherapy process. In the therapy process, the therapeutic alliance is an important factor in the outcome of the therapy or in its effectiveness and in outcomes such as cessation of therapy. In cases where the ruptures in the therapeutic alliance are not recognized and worked on, they may lead to negative consequences on the effectiveness of the therapy and may cause the therapy to be discontinued. It is stated that ruptures in the therapeutic alliance are situations that can occur in any session. Although therapeutic ruptures do not lead to negative consequences in all cases, it is thought that when they are not recognized during the therapy process, they may grow and lead to relationship difficulty and then to the abandonment of the therapy. In this article, the therapeutic relationship, ruptures in the therapeutic alliance, and how these concepts are studied in psychotherapy process research in our country and in the world will be discussed. When we encourage addressing the ruptures in the therapeutic alliance, we move from a perfect understanding of therapy to a healthier transformative therapist-client relationship that accepts making mistakes and accepts that therapy is a learning process open to discovery. This path will show us that there can be a symmetrical relationship between therapist and client that is transparent, accepting and kind.

Keywords: Psychotherapy process, therapy relationship, therapeutic alliance ruptures.

Giriş

Dünya Sağlık Örgütü(WHO) verilerine göre dünyanın 8/1'i bir ruh sağlığı sorununa sahip ve bu sorunların büyük çoğunluğunu depresyon ve kaygı bozukluğu danışanları oluşturuyor.¹ Bu gruptan bir tedavi imkanına ulaşabilenler sınırlı, tedavi görenlerden de yarısı tedaviye yanıt vermekte ve %20'lik bir oran hiçbir tedaviye yanıt vermeyerek kronik bir seyir izlediği bildirilmektedir.² Türkiye'de ise ruhsal hastalıkların yaygınlık oranı %17.2³ olarak kaydedilmiş olup, ruh sağlığı bozuklukları uygun bir şekilde tedavi edilemediğinde; intihar, kendine veya başkasına zarar verme, hastalığın kronikleşmesi, tedavi başarı olasılığının düşmesi, çalışma gücü kaybı ve genel yeti yitimi, aile ve kişilerarası ilişkilerin bozulması gibi risklerle karşı karşıya kalınmaktadır. Psikoterapilerin etkili olup olmadığı hala günümüzde de tartışılan spekülasyon konularından birisidir. Bazı araştırmacılar, psikoterapilerin etkisinin Eysenck'in iddia ettiği gibi yeterince etkili bir tedavi yöntemi olmadığı ve abartıldığını⁴ savunurken, çoğunlukla psikoterapilerin tedavi olarak etkili bir yöntem⁵ olduğu savunulmaktadır. Psikoterapilerde başarılı sonuçlar kadar başarısız sonuçlarda olasıdır. Başarısız psikoterapi oranları %30-%40 aralığına kadar bildirilmektedir⁶. Hatta başarılı ve başarısız tedavi oranlarının sadece psikoterapide değil, psikofarmakoterapilerde⁷ benzer oranlara işaret etmektedir.⁸ Plasebo ilaçlarla antidepresan başarı oranları arasında çok az bir farkın olduğu ve bu farkında bilimsel olarak anlamsız olduğu iddia edilmektedir⁹. Psikofarmakolojik ajanların psikoterapilere üstünlüğü olmadığından danışanlara, iyileşme beklentisinin, inancın danışana iyi geldiği bu

- 1 Dünya Sağlık Örgütü Resmî sitesi; <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders> (Erişim Tarihi: 12.05.2024)
- 2 Hüsnü Erkmen - Cemal O. Noyan, "Tedaviye Dirençli Depresyon Tedavisi", *Türkiye Klinikleri Psikiyatri Dergisi-Özel Konu*, vol. 7, no. 2, 2014, s. 18.
- 3 Cengiz Kılıç, "Türkiye'de ruhsal hastalıkların yaygınlığı ve ruhsal tedavi ihtiyacı konusunda neredeyiz?", *Toplum ve Hekim Dergisi*, sayı 35, no. 3, 2020, s. 182.
- 4 Pim Cuijpers - Eirini Karyotaki - Mirjam Reijnders - David D. Ebert, "Was Eysenck right after all? A reassessment of the effects of psychotherapy for adult depression", *Epidemiology and Psychiatric Sciences*, vol. 28, no.1, June 2019, p. 27.
- 5 Thomas Munder -
- 6 Osmano Oasi -Andrzej Werbart, "Unsuccessful Psychotherapies: When and How Do Treatments Fail?", *Frontiers in Psychology*, vol.11, no. 578997, December 2020, p. 1.
- 7 Osmano Oasi - Andrzej Werbart, *a.g.e.*, p. 1.
- 8 Arif Khan - James Faucett - Pesach Lichtenberg - Irving Kirsch -Walter A. Brown, "A systematic review of comparative efficacy of treatments and controls for depression", *PLoS One*, vol. 7, no. 7, e41778, 2012, p. 10.
- 9 Irving Kirsch, "Antidepressants and the Placebo Effect", *Z Psychology*, vol. 222, no. 3, 2014, p. 132.

yüzden terapötik ilişki kurulmasının ilaçlara göre daha az yan etkisi sebebiyle tedavinin merkezine alınması gerektiğine dair görüşler de mevcuttur.¹⁰ Bütün insani ilişkilerde verilen bilgi ve öğretilen yöntemden çok iki kişinin ilişkisi, o sürecin seyrini belirleyen en önemli etkenlerden biridir. Yani ne söylediğinden çok nasıl söylediğin önemlidir, işin nasıllığı ise ilişkinin kendisidir. Psikoterapilerin başarısını etkileyen birden fazla faktör olduğu söylenilebilir. Bu faktörler; danışanın sorunlarının şiddeti, terapistin özellikleri (şefkat, empati vb.), danışanın terapistten beklentileri, terapi ilişkisi, teknikler ve uygulamalar, terapistin geri bildirimleri, danışmanlığın gerçekleştirilmesi ve nedenselliğin anlatılması gibi faktörler olarak daha da artırılabilir.¹¹

Terapötik ittifak kavramı psikoterapi çalışmaları kapsamında oluşturulmuş olan bir kavram olsa da içerisinde danışmanlık, tedavi gibi konuları çalışsan, tüm sağlık alanlarının ilgilendiği bir kavram olmuştur.¹² Çünkü hasta ve şifacı arasında bir güven ilişkisi olmadan tedavi süreci ve iyileşmeye geçebilmek olanaksızdır. Hem klinisyen hem de danışan terapi sürecine ilişki kurma konusunda farklı katkılar sunar. Danışanla ilgili faktörler arasında danışanın tanısı ve şiddeti, bağlanma geçmişi ve tarzı, motivasyonu ve ihtiyaçları yer alır. Bununla birlikte, ittifakın etkisi çoğunlukla terapistin katkısına dayandırılır. Özellikle de terapistin sözel akıcılık, umut verme becerisi ve olumlu beklentileri, ikna edicilik, duygusal ifade dahil olmak üzere kolaylaştırıcı kişilerarası beceriler olarak sıcaklığı, kabul ve anlayışı, empati becerisine bağlı olduğu düşünülmektedir.¹³ Terapi ilişkisi, APA Görev Gücü (2019) araştırmasına göre ise psikoterapide hem ortak faktör hem de birincil gerekli değişken olarak değerlendirilmektedir. Terapötik ittifak kavramı Bodin'in kuramlar üstü kavramsallaştırılması üzerinden 40 yıldan fazla süre geçmiş olmasına rağmen hala güncel ve popüler olma halini koruyor. Bu tanıma göre ittifak kavramı; danışanla terapist arasında terapistin asıl hedefleri konusunda mutabakat, terapistin içerisinde yerine getirecekler konusunda iş birliği yapma ve aralarında güvene ve sıcaklığa dayalı duygusal bir bağ olarak terapistin olmazsa olmazı olarak tanımlanmıştır.¹⁴ Terapötik ittifak bir tedavi süreci

10 Irving Kirsch – Carol Low, “Suggestion in the treatment of depression”, *American Journal of Clinical Hypnosis*, vol. 55, no. 3, January 2013, p. 129.

11 Pim Cuijpers - Mirjam Reijnders - Marcus J. H. Huibers, “The Role of Common Factors in Psychotherapy Outcomes”, *Annual Review of Clinical Psychology*, vol. 15, May 2019, p. 209.

12 Bruce E. Wampold - Christoph Flückiger, “The alliance in mental health care: conceptualization, evidence and clinical applications”, *World Psychiatry*, vol. 22, no. 1, February 2023, p. 25.

13 Wampold - Flückiger, 2023, *a.g.e.*, p. 25.

14 Lauren Lipner - Christopher J. Muran - Catherine F. Eubanks - Bernard S. Gorman - Arnold Winston, “Operationalizing alliance rupture–repair events using control chart methods”, *Clinical Psychology & Psychotherapy*, vol. 29, no. 1, January 2022, p. 2.

içerisinde danışanla terapist arasında işleyen ilişkinin başarısı doğrultusunda, sonuca doğrudan veya dolaylı olarak etki eden, bütünleştirici faktör olarak görülmektedir. Terapi ilişkisi ile tedavi sonucu arasındaki ilişkinin sağlamlığı son 30 yılda yapılan onlarca araştırma ve meta analizlerle gösterilmiştir.¹⁵ Bir terapi sürecinde eğer ideal ilişkiden bahsedecek olursak danışan ve terapistin tedavinin amaçları ve somut hedeflerine dair fikir birliği geliştirdiği, bu hedefleri nasıl gerçekleştireceklerine dair yöntemler konusunda mutabık kaldıkları, süreç boyunca da birbirlerine dönük açık, sıcak ve güven ilişkisi içerisindeki bir duygusal bağ kurmaları gereklidir.¹⁶ Dolayısıyla terapötik ittifakı oluşturan bağ, hedef ve görevlerde ortaya çıkabilecek olumsuzluklar da eğer ele alınmazlarsa ve çözülmezlerse tedavi sonucunun başarısız olması ya da terapinin yarım bırakılması kaçınılmaz olacaktır.¹⁷ Psikoterapide ittifakta yaşanan zorluklar, terapinin sonucunu doğrudan etkileyebileceği kabul edilmektedir.

Terapötik İttifakta Kırılmalar

Makalemiz Bordin (1979)'in terapötik ittifak¹⁸ kavramsallaştırmasına dayalı oluşturulmuş terapi ilişkisi ve terapi ilişkisinde yaşanan zorluklar olarak karşımıza çıkan bu ilişkiyi bozan yada tedavi sonucunu olumsuz etkileyen terapötik ittifakta kırılmalar konusu üzerinedir Danışanların terapiyi erken bırakmasıyla ilgili terapistlerle yapılan bir çalışmada, terapistlerin, kendinden şüphe duyma, güçsüzlük, hayal kırıklığı, şaşkınlık, danışanı rahatsız etmiş olma hissi, yöntemleriyle ilgili şüphe, kendine kızgınlık, endişe ve suçluluk gibi olumsuz duygular yaşadıkları bildirilmiştir.¹⁹ Terapilerde de “zorlukların, çatışmaların, susma ve sessizliğin”²⁰, umutsuzluğun, reddedişlerin, hayal kırıklıklarının ve

15 Wampold – Flückiger, 2023, *a.g.e.*, p. 32.

16 Rita B.Ardito - Daniela Rabellino, “Therapeutic alliance and outcome of psychotherapy: historical excursus, measurements, and prospects for research”, *Front Psychology*, vol. 2, art. 270, October 2011, p. 2.

17 Julian A. Rubel - Sigal Zilcha-Mano - Viola Feils-Klaus - Wolfgang Lutz, “Session-to-session effects of alliance ruptures in outpatient CBT: Within- and between-patient associations”, *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, vol. 86, no. 4, April 2018, p. 360.

18 Edward S. Bordin, “The generalizability of the psychoanalytic concept of the working alliance”, *Psychotherapy: Theory, Research & Practice*, vol. 16, no. 3, 1979, p. 252–260.

19 Niclas Kullgard - Rolf Holmqvist - Gerhard Andersson, “Premature Dropout From Psychotherapy: Prevalence, Perceived Reasons and Consequences as Rated by Clinicians”, *Clinical Psychology of Europe*, vol. 4, no. 2, June 2022, p. 9.

20 Burcu P. Bulut, “Psikanalitik Yönelimli Psikoterapi Seanslarındaki Sessizliğin Konuşma Analizi ile İncelenmesi”, *AYNA Klinik Psikoloji Dergisi*, cilt 6, sayı 1, 2019, s. 75; doi: 10.31682/ayna.503291.

anlaşmazlıkların olması kaçınılmazdır.²¹ Psikoterapinin kendi sürecine dair başarısızlıklar ve sorunlar seans içinde ele alınırsa bunlara yönelik, gelişmemiz, yeni stratejiler ve çözüm yolları geliştirebilmemiz mümkün olacaktır.

Terapi ilişkilerindeki çıkmazların tecrübeli veya yeni her terapistin karşılaşılabileceği ilişkisel düğümler, uyumsuzluklar, güç mücadeleleri, zamansız ani ayrılıklar, kırılmalıklar ve çatışmalar şeklinde yaşandığı bilinmektedir.²² Terapötik ittifaktaki kırılmalar, genel anlamda danışan ve terapist arasındaki işbirlikçi ilişkinin küçük veya büyük arızaları, olumsuz danışan iletişimleri ve uyumsuz danışan-terapist etkileşimleri olarak tanımlanmıştır.²³ Bu ilişkideki olumsuzluklar tek taraflı olmadığı gibi yaşanan olumsuz duygu ve düşünceler de iki tarafta da oluşabilmektedir.²⁴ Terapistlerin de bir makine olmadığı, insan olduğu düşünüldüğünde olumsuz duygular ve düşünceler yaşamaları kaçınılmazdır. Bazı araştırmalar terapistlerin, danışanlarının bakış açısını dikkate almadan, dogmatik bir şekilde kendi bakış açılarını savundukları²⁵, baskı altındayken terapi yöntem ve tekniklerine katı bir şekilde bağlı kalarak²⁶ terapi ilişkisini bozdukları ve danışanlarına kızgınlık, öfke, düşmanlıkla²⁷ davrandıklarına dair bilgiler vermiştir.²⁸

-
- 21 Catherine F. Eubanks - Lisa A. Burckell - Marvin R. Goldfried, "Clinical Consensus Strategies to Repair Ruptures in the Therapeutic Alliance", *Journal of Psychotherapy Integr.*, vol. 28, no. 1, March 2018, p. 61.
 - 22 Sue N. Elkind, *Resolving impasses in therapeutic relationships*, Guilford Press, 1992, p. 2-14.
 - 23 Jeremy D. Safran - Christopher J. Muran - Catherine F. Eubanks - Carter, "Repairing alliance ruptures", *Psychotherapy*, vol. 48, no. 1, 2011, p. 84.
 - 24 Donna Haskayne - Michael-Rachel Hirschfeld, "What are the Experiences of Therapeutic Rupture and Repair for Clients and Therapists within Long-Term Psychodynamic Therapy?", *British Journal of Psychotherapy*, vol. 30, 2014, p. 72.
 - 25 Renee Rhodes - Clara E. Hill - Barbara J. Thompson - Robert Elliot, "Client retrospective recall of resolved and unresolved misunderstanding events", *Journal of Counselling Psychology*, vol. 41, no. 4, 1994, p. 476.
 - 26 Timothy Anderson - Mary E. Crowley ME - Lina Himawan - Jennifer Holmberg - Brian D. Uhlin, "Therapist facilitative interpersonal skills and training status: A randomized clinical trial on alliance and outcome", *Psychotherapy Research*, vol. 26, no. 5, September 2016, p. 16.
 - 27 Kenneth S. Pope - Barbara G. Tabachnick, "Therapists' anger, hate, fear, and sexual feelings: National survey of the therapist responses, client characteristics, critical events, formal complaints, and training", *Professional Psychology: Research and Practice*, vol. 24, no. 2, May 1993, p. 149.
 - 28 Louis Castonguay - Marvin Goldfried - Susan Wisner - Patrick J. Raue - Adele M. Haysi, "Predicting the effect of cognitive therapy for depression: A study of unique and common factors", *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, vol. 64, no. 3, June 1996, p. 498.

Terapötik ittifakta kırılmayı, danışan ve terapist arasında ortaya çıkan ilişkiyi bozan, terapist ve danışan arasındaki ilişkinin gerildiği ya da ittifakın bozulduğu anlar olarak, iş birliğini ve güven ilişkisini zedeleyen durumları olarak ifade edebiliriz²⁹. Terapötik ittifak kavramına ilişkin kavramsal karışıklığa ve zorluğa ek olarak, ittifaktaki kırılmaları tanımak ve ortaya çıkarmak da benzer bir zorluktur. Terapötik ittifak kırılmaları çeşitli şekillerde tanımlanmıştır, bunlar; ihlallerden, bozulmalardan, rahatsızlıklardan, suçlamalardan, aksamalardan, akıcılık bozukluklarından, empatik başarısızlıklardan, canlandırmalardaki zorluklar, açmazlar, tartışmalar, reddedilme, sessizlik, hedeflerdeki uyumsuzluklar, terapi içindeki uyumsuzluklar, duygulanım ve ifade edişteki uyumsuzluklar, kopmalar, gerginlikler, kısır döngüler, zayıflamalar şeklinde birden fazla kavramı içermektedir. Açık bir düzeyde, kopmalar, tedavi görevleri ve hedefleri ile ilgili iş birliğindeki bozulmalar ve danışan ile terapist arasındaki duygusal bağdaki bozulma olarak anlaşılmaktadır.³⁰ Bu kadar farklı kavram ve terimin birbiri yerine kullanılması hem bir karışıklık oluşturmakta hem de diğer bir taraftan büyük bir literatür birikimi olarak terapötik ittifaktaki kırılmaları detaylandırmaktadır. Biraz daha derleyici toparlayıcı bir tanım yaparsak; terapötik kırılmalar, danışan ve terapist arasında tedavi hedefleri konusunda bir uyumsuzluk, terapi ile ilgili görevlerde iş birliği ve uyumda zorluk, danışan ile terapist arasındaki duygusal bağda ise bir gerginlik olarak ortaya çıkan ilişkiye zarar verici olabilecek minimal ve majör sorunlardır.³¹ Terapi ilişkisindeki kırılmalar çoğunlukla büyük sorunlar olarak sanılsa da gerçekte terapistlerin çoğunlukla gözden kaçırdıkları minimal süreçlerdir. Terapi ilişkisi konusuna yönelik en fazla çalışma yapan öncü araştırmacılardan birisi de Jeremy Safran'dır. Safran, terapi ilişkisinin terapi sonuç ve süreci üzerine etkisini fark ederek terapide ortaya çıkabilecek "olumsuz süreçler" adını verdiği kırılmaların nasıl ortaya çıktığına odaklanmıştır. Bu kırılmaları Harper'dan yola çıkarak operasyonel tanımlarını ve türlerini belirleyerek sistematize etmeye çalışmıştır.³²

29 İsmail V. Gülüm, "Psikoterapinin Yarıda Bırakılması (PYB) ve Terapötik İttifakın Niteliksel Olarak İncelenmesi: Seans İçi Danışan-Terapist Etkileşimleri ile PYB'yi Öngörebilmek Mümkün Mü?" (Yayımlanmamış Doktora Tezi), Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara, 2015, s. 5.

30 Christopher J. Muran, "Confessions of a New York rupture researcher: An insider's guide and critique", *Psychotherapy Research*, vol. 29, no.1, January 2019, p. 2.

31 Catherine Eubanks - Christopher J. Muran - Jeremy D. Safran, "Alliance rupture repair: A meta-analysis", *Psychotherapy*, vol. 55, no. 4, 2018, p. 508.

32 Jerald R. Gardner - Lauren Mç Lipner - Catherine F. Eubanks - Christopher J. Muran, "A therapist's guide to repairing ruptures in the working alliance", *Working alliance skills for mental health professionals*, ed. J. N. Fuertes, Oxford University Press, 2020, p. 160.

Terapötik ittifaktaki kırılmalar Harper'ın kavramsallaştırmalarına dayanan, "geri çekilme veyüzleşme"³³ olarak iki farklı biçimde deneyimlenen olumsuz terapi anları ya da süreçleri olarak ifade edilmektedir.³⁴ Daha sonra Samstag ve arkadaşları kendi araştırma ve terapi gözlemlerine dayanarak bu kırılma türlerini geri çekilme, suçlayıcı ve saldırgan ve manipülasyon tipi kırılmalar olarak 3 farklı başlıkta kavramsallaştırmışlardır.³⁵

Bu geri çekilme ve yüzleşme kırılmaları, bütün insan ilişkilerinde var olan doğal biçimde ortaya çıkan "itme ve çekme" biçiminin terapi sürecinde yansımaları şeklinde anlaşılmalıdır.³⁶

Geri çekilme tipi bir kırılma, danışan veya terapistin kendini izole etmeye yönelik bir çaba, diğerini (danışan ya da terapist) yatıştırmak için benliğin bir yönünü (arzuyu bastırma) inkâr etme girişimleri olarak diğerinden ya da terapistten uzaklaşma olarak tanımlanmaktadır. Bu uzaklaşma, bağlılığı devam ettirme girişimleridir: bazen ilişkiyi sürdürmek ve reddedilmekten kaçınmak için otoriter bir ebeveynin yanında sessiz kalmayı öğrenen çocuk gibi terapistin onu bırakmaması için kendi duygularından uzaklaşma şeklinde olabilir.³⁷ Geri çekilme davranışının arkasında danışan, terapistle ilişkiyi (birleşme ihtiyacı) sürdürmek için duygusal ihtiyacından fedakârlık edip, kendiliğinden uzaklaşması vardır. Yüzleşme kırılmalarında ise ilk dönem tanımlamalarında birincisi saldırganlık ve suçlama kırılmaları; danışanın terapistle karşı saldırgan bir tutum içinde olduğu, suçladığı, sarkastik bir iletişimi tercih ettiği, davranışsal olarak da saldırgan eylemlerin (yumruk sıkma, sandalyeyi itme vb.) olduğu kırılmalar ikincisi ise manipülatif kırılmalar; danışanın terapisti kontrol altına almaya çalıştığı, dolaylı olarak terapist rolünün dışına çıkmaya zorlayan, arkadaş gibi davranma, kışkırtıcı

33 H. Harper, *Coding Guide I: Identification and classificatin of therapist markers and withdrawal challenges (1989b)*, (unpublished manuscript), akt. Samstag, et.a, Sheffield, England, University of Sheffield, 2003.

34 H. Harper, *Coding Guide I: Identification of confrontation challenges in exploratory therapy (1989a)*, akt. Friedman Sheffield, England, University of Sheffield, 2020.

35 Lisa W.Samstag - Chrispher J. Muran - Jeremy D.Safran, "Defining and identifying alliance ruptures", *Core processes in brief psychodynamic psychotherapy: Advancing effective practice*, ed. D. P. Charman, Lawrence Erlbaum Associates Publishers, 2004, p. 201.

36 Jeremy D. Safran- Christopher J. Muran-Christopher Stevens- Michael Rothman, "A relational approach to supervision: Addressing ruptures in the alliance", *Casebook for Clinical Supervision: A Competency-based Approach*, ed. C. A Falender - Saharenske, Washington, APA books, p. 138.

37 Christopher J. Muran-Catherine F.Eubanks, "What are the alliance ruptures, The science of the therapist under pressure", *Therapist performance under pressure*, in J. C. Muran - C. F. Eubanks, American Psychological Association Publication, 2020, p. 59.

kıyafetler ve konuşma tarzı gibi eylemlerin görüldüğü, pasif agresif tepkiler olarak tanımlanmıştır.³⁸ Bu ilk dönem tanımlamaları daha çok tek taraflı danışan tarafından ortaya çıkabilecek kırılmalar şeklinde ifade edilmiştir. Son dönemli çalışmalarda ise danışan ve terapistin eşit şekilde sorumlu olduğunun kabul edildiği davranışlar olarak tariflenmektedir. Yüzleşme kırılmalarında danışan terapistle karşı hareket ederek kendi faillliğini korumaya veya savunmaya çalışır.³⁹ Yakın dönem araştırmalarında ise “geri çekilme” ve “yüzleşme kırılmaları” olarak iki ana başlıkta kavramsallaştırılmıştır. Geri çekilme ve yüzleşme kırılmaları, danışanın diyalektik olarak birbirine zıt olan bireyselleşme ve ilişki ihtiyaçları arasındaki gerilimle karşı karşıya kalabileceği çeşitli yolları yansıtır. Geri çekilme kırılmalarında, danışanlar birey olmama veya kendini var etmeme pahasına ilişki (kaybetmeme) için mücadele ederler. Yüzleşme kırılmalarında ise, danışanlar bireyselleşme veya kendini tanımlama ihtiyacını ilişki ihtiyacı aleyhine olacak şekilde tercih ederken çatışmaya doğru yol alırlar.⁴⁰ Farklı danışanlar muhtemelen bir kırılma tarzına diğerinden daha fazla eğilim göstermektedir; bu eğilim farklı şemalar ve baş etme tarzlarıyla ilgili olabilir. Her iki kırılma türü de (geri çekilme ve yüzleşme) aynı seans veya farklı seanslar sırasında ortaya çıkabilir. Terapötik ittifakın terapi sonuçlarındaki önemi göz önüne alındığında, terapötik ittifak kırılmalarının çözümlenmesinde yer alan sürecin açıklığa kavuşturulması zorunlu görünmektedir. Terapötik ilişkideki kırılmanın çözümlenmesi ise, terapistin düzeltici eylemleri veya terapist ve danışan tarafından önemli değişim olaylarına yol açabilecek işbirlikçi keşifler olarak tanımlanmıştır.⁴¹

Terapötik İttifakta Kırılma İşaretleri

Terapide minimal veya büyük süreçler olarak kırılmalar yaşanırken bazı fiziksel, ses ve olay örgüsü ile ilgili bazı belirtiler ortaya çıkabildiği düşünülmektedir. Bu belirtilere seans sırasında terapistin dikkat etmesi veya bunu danışanla açığa kavuşturmak için gündeme alması durumunda, bu işaretler terapi için çok faydalı olabilecektir.⁴²

38 Lisa W.Samstag- Chrispher J. Muran- Jeremy D.Safran, *a.g.e.*, p. 203.

39 Christopher J. Muran-Jeremy D.Safran, “Therapeutic alliance ruptures”, *Sage Encyclopedia of Abnormal&Clinical Psychology*, ed. A. E. Wenzel, NewYork, SagePublication, 2016, p. 1; <http://www.researchgate.net/publication/279512958>.

40 Pierre Baillargeon- Robert Coté- Lyne Douville, “Resolution Process of Therapeutic Alliance Ruptures: A Review of the Literature”, *Psychology*, vol. 3, 2012, p.1051-1052.

41 Christopher J. Muran-Jeremy D.Safran, *a.g.e.*, p. 3.

42 Lisa W.Samstag- Chrispher J. Muran- Jeremy D.Safran, *a.g.e.*, p.199-200.

Terapötik ittifakta kırılmaya işaret eden göstergeler ve ipuçları

Fiziksel davranışlar veya görünüm	Anlatım tarzı veya ses tonu	Anlatı içeriği
Bakışları kaçırma veya aşağı bakma	Uzun sessizlik	Entelektüel anlatım
Vücudu başka yöne çevirmek	Minimal yanıt	Reddetme
Kolları kavuşturmak	Yanıt vermeyi reddetme	Konuları teğet geçen, belirsiz veya soyut anlatım
Sandalyeye çökmek	Konu değiştirme	İlgisiz hikâye anlatımı
Yüzün düşmesi ya da asılması	Düşük tonlu ses	Diğer insanlar hakkında konuşmak
Kaldırılmış kaşlar	Yüksek sesle	Duygu ile uyumsuz anlatı içeriği
Çatık kaşlar	Talepkâr ses tonu	Aşırı samimi yorumlar
Seans sırasında palto giymek veya çantayı kucakta tutmak	Sızlanan ses tonu	Terapistte “evet” dedikten sonra konu ile ilgili çelişkili yanıtlar vermek
Sandalyede kayma veya nesnelere oynama gibi huzursuzluklar	İğneleyici veya alaycı ses tonu	Fazlaca özeleştirel ifadeler
Kendi kendini yatıştırma veya kendi kendini düzenleme davranışları (örn. saçla oynama)	Nazlı veya çapkın tavırlar	Kendini haklı çıkaran ifadeler kullanır.
Vücutta kasılma, sertlik	Ağır iç çekişler	Manipülatif davranış (örneğin, terapistin seansı hatırlatmak için danışanı aramasını istemek)
Yumrukları sıkamak veya sandalyenin kollarını kavramak	Dişlerinin arasından tıslar şekilde konuşma	Pasif-agresif veya tehditkâr davranış (örn. danışanın intihar tehdidinde bulunması)
Ellerini sıkamak	Terapistin sözünü keser ve konuşur	İsim verme, belirsiz referanslar veya alışılmadık derecede karmaşık kelime dağarcığı kullanma
Açık kıyafetler giymek, kıyafetleri müstehcen bir şekilde çıkarmak	Terapisti dikkate almaz veya reddeder	Terapisti bir kişi olarak eleştirir
Cinsel açıdan müstehcen oturma pozisyonları	Terapisti yönlendirme çabaları (örneğin, “yapmalısın”, “yapmamalısın”)	Terapistin yetkinliğini eleştirir.

Saçları veya giysi parçalarını çevirmek (örn. eşarp).	Terapisti taklit eder	Terapistin müdahalelerinin veya tedavi görevlerinin uygunluğunu sorgular.
Aşırı rahat oturma pozisyonları (örn. ayakları masanın üzerine koymak)	Doğrudan kayıt cihazıyla konuşur	Terapide olmakla ilgili şüpheler
Terapistte dokunmak	Terapistte gülmek	Terapi parametrelerinden şikâyet eder (örn. seans saatinin uygunsuzluğu)
Fiziksel mekânın özelliklerinin değiştirilmesi (örneğin, sandalyelerin birbirine yaklaştırılması)	Gergin kahkahalar	İlerleme eksikliğinden şikâyet eder
Seansta yemek yemek, sakız vb.		Ödevlerle ilgili eleştiriler
Oturumu sonlandırmayı reddetme		
Oturumdan erken ayrılmak		

Tablo 1. Bu tablo Samstag ve arkadaşlarının makalesinden oluşturulmuştur.

Terapötik İttifakta Kırılma Anlarında Danışan ve Terapist Ne Yaşamaktadır?

Söz konusu kırılma anlarında her iki tarafın da öfke, can sıkıntısı, başarısızlık hissi ya da savunmaya geçme gibi deneyimler yaşadığı ifade edilmektedir⁴³. Terapistlerde baskı altında kaldıklarında terapilerinde çok farklı olumsuz duygular yaşadıklarını bildirmişlerdir.⁴⁴ Kırılma anlarında neler yaşadıklarına dair terapistlerle yapılan bir çalışmada yetersizlik, öfke, değerlendirilme kaygısı, zorlanma, hayal kırıklığına uğratmaktan korkma, yolunu kaybetmiş gibi hissetme, yönlendirilme ihtiyacı, danışanla aşırı özdeşim sebebiyle fazla sorumluluk alma gibi duygular yaşadıkları ifade edilmiştir.⁴⁵

Hem terapist hem de danışanlarla yapılmış, terapide kırılma anlarına ilişkin deneyimlerinin sorulduğu fenomenolojik analiz araştırmasında, kafa karışıklığı, kaybolmuşluk hissi, karışık duygulardan boğulma, kendini korumak için bariyer

43 Sue. N. Elkind, *Resolving impasses in therapeutic relationships, When the Therapeutic Relationship Ruptures*, Guilford Press, 1992, p. 269-286.

44 Carol Martin- Mary Godfrey - Bonnie Meekums-Anna Madill, "Managing boundaries under pressure: A qualitative study of therapists' experiences of sexual attraction in therapy", *Counseling and Psychotherapy Research*, vol.11, no. 4, November 2011, p.253.

45 Özge Yılmaz Cengiz, "Doktora öğrencisi psikoterapistlerin şema terapi süpervizyonuyla izledikleri danışanlarıyla olan ittifakta kırılma deneyimlerinin yorumlayıcı fenomenolojik analizi ve bu deneyimlere yönelik sınırlı yeniden ebeveynlik imgelemesi uygulanması", (Yayımlanmamış Doktora Tezi), Hacettepe Üniversitesi, Ankara, 2018, s. 126-128.

koyma, acı verici duygusal deneyimlerden korkma, kontrolü kaybetme hissi, terapinin hemen sonuç vermemesinin hayal kırıklığı, bir ileri iki geri gitme gibi olumsuz duygular ve tehlikeleri, eğer kırılmalarla çalışırlarsa da ayrıca terapötik yolun zorlu, sıkı çalışma gerektiren bir keşif olduğu, aşamalı bir yol olduğu, zorlukların arkasından gelen ışık, ümitlenmek, zor duyguların anlamlandırılması gibi olumlu düşünce ve duyguların yaşandığı deneyimler şeklinde temalara ulaşılmıştır.⁴⁶

İyileşme olmayan ya da düşük başarı sağlanan terapi sonuçlarıyla ilgili terapistlerle yapılan görüşmelerde terapistlerin bu sonuçları, terapötik sürece ve terapötik süreçte kendi etkilerine değil, danışanların sorunlarının doğasından kaynaklandığına yönelik açıklamalar yapmaya eğilimli oldukları görülmüştür. Başarılı oldukları vakalarda terapistler terapi ilişkisindeki zorlukları nasıl ele aldıklarını ayrıntılı anlatırken, başarısız oldukları danışanlarla ilgili terapi ilişkisi zorluklarını çok fazla dile getirmedikleri bulunmuştur.⁴⁷

Danışanların terapide yaşadığı olumsuz terapi deneyimleriyle ilgili 51 nitel çalışmanın meta-analizinde, a)terapistlerin bazı kötü davranışlarının sonuçları olarak yaşanan olumsuz duygular olarak; dinlenmeme, yargılanma ve saygısız davranışlara maruz kalma olarak yaşanan olumsuz duygular, b)terapi ilişkisinin bozulması olarak tanımlanabilecek, mesafe hissi, yeterince destek görememe, terapistte dönük güvensizlik ve terapinin yolu ile ilgili kafa karışıklığı duygusu, c) terapistin yada terapi sürecinin, danışanların beklentilerini ve ihtiyaçlarını karşılamamasına ilişkin deneyim ve duygular, d) danışan açısından tatmin edici olmayan sonuçlar, değişimin olmaması yada daha da kötüleşme, öfke hissetme, terapistte bağımlıymış hissi, kendini suçlama, motivasyon ve umut kaybı gibi olumsuz deneyimler yaşadıkları bildirilmiştir.⁴⁸

46 Donna Haskayne-Michael Larkin- Rachel Hirschfeld, "What are the experiences of therapeutic rupture and repair for clients and therapists within long-term psychodynamic therapy?", *British Journal of Psychotherapy*, vol. 30, no.1, January 2014, p. 83.

47 Andrzej Werbart-Amanda Annevall-Johan Hillblom, "Successful and Less Successful Psychotherapies Compared: Three Therapists and Their Six Contrasting Cases", *Frontiers Psychology, Psychology for Clinical Settings*, vol.10, April 2019, p.11.

48 Zbynek Vybiral-Benjamin M. Ogles-Tomas Rihacek-Barbora Urbancova-Veronika Gociekova, "Negative experiences in psychotherapy from clients' perspective: A qualitative meta-analysis", *Psychotherapy Research*, vol.34, no.3, March 2024, p. 286.

Terapötik İttifaktaki Kırılmalar Ne Sıklıkla Yaşanmaktadır?

Terapötik ittifaktaki kırılmalar herhangi bir seansta yaşanabileceği gibi deneyimli deneyimsiz her terapist tarafından da yaşanabilmektedir.⁴⁹ Akut alevlenme dönemindeki bir bipolar danışanla veya kriz eşiğindeki borderline danışanıya karşılaştığında ya da kronik bir OKB tanılı danışanı tarafından suçlandığından bir terapistin yaşadığı duygu, kızgınlık, hayal kırıklığı ya da endişe gibi yoğun duygular kaçınılmazdır.⁵⁰

Araştırmalarda farklı yaklaşımdan terapistlerin %50 ye kadar, gözlemcilerin ise %30-%100 aralığında ittifakta kırılma bildirmektedir.⁵¹ Travma terapisi almış danışanlarla(N:132) yapılan bir çalışmada ise terapistlerinin kendilerine kızgın olduklarını bildiren danışan oranı ise %60'tır.⁵² Terapistlerle yapılan bir çalışmada ise terapistlerin %80 den fazlasının danışanlarına yönelik kaygı, nefret, cinsel uyarılma ve öfke gibi olumsuz duygular taşıdıklarını bildirmişlerdir.⁵³ Terapilerde terapötik ittifakta kırılmaların her an yaşanabilecek kadar yaygın bir olgu olduğu anlaşılmaktadır.

Terapötik İttifakta Kırılma Nedenleri

Beck'e göre danışanın hedefleriyle terapistin hedefleri yeterince açık konuşmaması ve uzlaşmalarını, bilişsel modele inanmaması veya anlamaması, hedefleri yapabileceğine dair niyet eksikliği, terapistin terapi ile ilgili kararlarda danışanla işbirliğini kuramaması, terapistin danışana yardımcı olma konusundaki olumsuz inançları gibi sebeplerin ilişkiyi bozup sorun oluşturabileceğidir.⁵⁴ Şema terapide ise danışan ve terapistin şemalarının çakışması, danışanın ihtiyaçları ile

49 A. Andrew Dimmick- C. Edward Watkins- Jennifer L. Callahan, "Examining Goal, Task, and Bond in Therapeutic Alliance Ruptures", *Journal of Contemporary Psychotherapy*, vol. 53, no. 9, March 2023, p. 204.

50 Muran - Eubanks, *a.g.e.*, 2020, p. 14.

51 Christopher J. Muran- Catherine F. Eubanks, "Negotiating emotion, difference, and rüptüre", *Therapist performance under pressure*, in J. C. Muran - C. F. Eubanks, American Psychological Association, 2020, p. 52.

52 Constance J. Dalenberg, "Maintaining the safe and effective therapeutic relationship in the context of distrust and anger: Countertransference and complex trauma", *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, vol. 41, no. 4, January 2004, p. 438.

53 Kenneth S. Pope- Barbara G. Tabachnick, "Therapists' anger, hate, fear, and sexual feelings: National survey of therapist responses, client characteristics, critical events, formal complaints, and training", *Professional Psychology: Research and Practice*, vol. 24, no. 2, May 1993, p. 154.

54 Judith S. Beck, *Bilişsel Terapi ve Ötesi*, çev. Nesrin Hisli Şahin, 1. bs., Ankara TPD Yayınları, 2001, s. 6.

terapistin şemaları ve baş etme biçimleri arasında uyumsuzluk oluşması, danışan ve terapistin şemalarının benzeşmesi sebebiyle terapistin aşırı özdeşim kurması, danışanın duygularının terapistin kaçınmalarını tetiklemesi, terapistin aşırı telafi davranışları sergilemesi, terapistin işlevsiz modlarının tetiklenmesi, danışanın terapistin şema yönelimli ihtiyaçlarını beslemesi gibi sebeplerle terapi ilişkisinin olumsuz etkilenebileceği ifade edilmektedir.⁵⁵

Kırılma türleri açısından terapist ve danışanın ihtiyaçlarının farklılaşması terapötik ittifakta kırılmaların yaşanmasına sebep olabilmektedir. Geri çekilme kırılmalarında danışan veya terapist birlikteliği koruma çabasına girer. İlişkiyi devam ettirebilmek adına kendi varoluşunu, duygu, düşünce ve isteklerini bastırarak, kendinden uzaklaşır, psödo uyumlu bir birliktelik kurmuş olur, bu sayede terkedilmekten, reddedilmekten kurtulmuş olur. Birliktelik pahasına kendini yok saymayı tercih etmiştir. Buradaki en önemli ihtiyacı olarak birlikteliği seçmiştir.⁵⁶ Örneğin, danışan terapistin söylediği bir öneriyi katılmadığı halde bunu ifade etmeyerek, konuyu değiştirebilir veya tam tersi şekilde davranıp kısa bir cevapla evet makul bir öneri diyerek geçiştirebilir. Yüzleşme kırılmalarında ise danışan veya terapist kendi benliğini koruma pahasına diğeri ile çatışmayı göze alıp, iş birliğine karşı hareket edebilir. Buradaki en önemli ihtiyacı olarak ise failliğini devam ettirmek için kendi varlığına tehdit olarak algıladığı diğeriye karşı hareket eder. Bu kırılma biçimlerinde ise diğeriye eleştirme, reddetme ve kontrol etme girişimleri yoğun olarak görülür.

Terapötik ittifakta kırılma seans içerisinde bir anlık bir süre olabileceği gibi belirli bir süre devam edebilecek bölümler halinde de ortaya çıkabilir. Bu anlarda danışanların ve terapistlerin güvenlerini yitirdikleri ve tedaviyi bırakabilecekleri büyük olaylardan tutunda, belli belirsiz bir duyguya kapılıp ortaya çıkan duygu ve düşünceleri görmezden geldikleri ince kırılmalar yaşadıkları geniş bir spektrum şeklindedir.⁵⁷ Danışanların terapi süreci ile ilgili endişe veya olumsuz duyguları konuşmak konusunda çok da isteksiz olabileceklerini dikkate alırsak, terapistlerin bu isteksizlik sebebiyle oluşan kırılmaları fark edememeleri de çok sık görülebilir.⁵⁸

55 Jeffrey E. Young - Marjorie E. Weishaar - Janet S. Klosko, "Terapi ilişkisi", *Şema Terapi* (içinde), çev. T. Veli Soylu, 2. bs., Litera Yayınları, 2009, s. 253.

56 Christopher J. Muran- Catherine F. Eubanks, *a.g.e.*, p. 43.

57 Jeremy D. Safran, "Therapeutic Alliance Ruptures", 2018; <https://www.psychologytoday.com/us/blog/straight-talk/201801/therapeutic-alliance-ruptures>, (Erişim Tarihi: 11.05.2024).

58 Jeremy D. Safran-Christopher J. Muran - Wallner L.Samstag- Christopher Stevens, "Repairing therapeutic alliance ruptures", *Psychotherapy*, vol. 38, no. 4, 2001, p. 409.

Terapötik İttifaktaki Kırılmaların Ele Alınması ve Çözümleme

İttifaktaki kırılmaların çözülmesi, terapistin düzeltici eylemleri veya terapist ve danışan tarafından önemli değişim olaylarına yol açabilecek işbirlikçi keşifler olarak tanımlanmıştır.⁵⁹ Terapötik ittifakın ve ittifaktaki kırılmaların ele alınması da aslında danışanın problemlerinin seansta nasıl çözüldüğü ile benzerlikler taşımaktadır. Stiles'in öne sürdüğü asimilasyon modelinde⁶⁰ terapiyle beraber kişinin problemleri deneyimi ile olan ilişkisinin aşamalı olarak değiştiğini ifade etmektedir. Sorunlu deneyim, örneğin acı verici anılar, yıkıcı ilişkiler veya travmatik olayları içerebilir. Model, psikoterapide, danışanların bu tür sorunlu deneyimleri "tanıma, yeniden formüle etme, anlama ve nihayetinde çözme konusunda düzenli bir gelişimsel sıralama izlediklerini" öne sürmektedir. Örneğin bir danışanın toplum içindeki kontrolsüz öfke patlamaları (problem), yavaş yavaş terapide özümserenek bir girişkenliğe yani kabul edilebilir bir kaynağa dönüştürülür, sonrasında kişinin öfke patlamaları olarak dışsallaştırıldığı sadece problemleri davranış adını alan kişinin yapmayı reddedeceği bir boyut kazanır.⁶¹ İttifakı da danışanın yaşamındaki bir sorun gibi ele alarak çözebilmek için aynı sıranın izlenilmesi önerilmiştir.

Yetişkin psikoterapisinde Safran ve Muran, çeşitli terapi türlerinde kırılmaların nasıl başarılı bir şekilde çözümlenebileceğine dair aşama süreç modelini geliştirmiştir⁶². Bu modele göre, kırılmaların başarılı bir şekilde çözülmesi veya verimli bir şekilde araştırılması belirli bir çözüm ve farkındalık süreci içermesi beklenir. Safran ve Muran⁶³ Aşamalı Çözüm Süreci Modelinde (Stage Process Model of Rupture Resolution)

1. Aşamada terapist kırılmayı fark eder ve danışanın dikkatini kırılmaya çeker.
2. Aşamada Terapist danışanın kırılma ile ilgili olumsuz duygularını keşfeder.
3. Aşamada terapist danışanın dikkatini olumsuz duygularından nasıl kaçındığına ve kaçınma manevralarına odaklar.

59 Christopher J Muran- Jeremy D. Safran, *a.g.e.*, p. 1.

60 William B. Stiles, "Assimilation of problematic experiences", *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, vol. 38, no. 4, January 2001, p. 462.

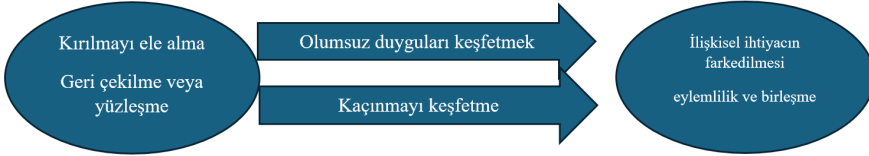
61 William B. Stiles, *a.g.e.*, p. 464.

62 Jeremy D. Safran- Christopher J.Muran, "Resolving therapeutic alliance ruptures: Diversity and integration", *Journal of Clinical Psychology*, vol. 56, no. 2, March 2000, p. 239.

63 Jeremy D. Safran- Christopher J.Muran, "The resolution of ruptures in the therapeutic alliance", *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, vol. 64, 1996, p. 449.

4. Aşamada terapist ve danışan ilk kırılmanın altında yatan ilişkiyel ihtiyacı netleştirmeye odaklanırlar ve birlikte hareket ederler.⁶⁴

Bu sürecin çözüm kısmının özeti şekil 1. de verilmiştir.



Şekil 1.

Sistemin işleyişi şu şekildedir. Danışan bir geri çekilme kırılması yaşar ve terapist bunu göstergelerden fark eder. Terapist danışanın anlık deneyimine odaklamaya çalışır. Danışanın davranışı, belirli duyguları keşfetmekten kaçındığını göstermektedir. Terapist şu anda aralarında olanlara dikkat çeker, “Şu anda ne hissediyorsun?” şeklinde aralarındaki ilişkiden yola çıkarak kaçtığı duygusunu fark ettirmeye çalışır. Danışan olumsuz duygularını ifade eder, ancak biraz çekingen davranırsa, terapist, danışanın olumsuz duygularını daha doğrudan ifade etmesi için müdahalede bulunur “terapinin başından bu yana biraz savunmacı bir şekilde davrandığınızı hissediyorum. Yaşadığınız olumsuz duygular varsa lütfen paylaşın”, diyerek danışanı cesaretlendirir. Danışan terapistle karşı hissettiği öfke gibi olumsuz duyguların varlığını kabul eder. Terapist, olumsuz duyguların ifadesine ya empati göstererek ya da etkileşime katkıda bulunma sorumluluğunu kabul ederek yanıt verir. Örneğin, bir seansta danışan terapistle kendisini eleştirip eleştirmediğini sorar. Terapist onu eleştirdiğini kabul eder ve bu kabul ile yaşadıkları zorluktan çıkmalarını sağlar.⁶⁵ Danışanın kaçınmalarının olduğunu anladığında terapist, danışanın duygularını engellemesi hakkında sorular sorar. Bu danışanın olumsuz duyguları ile ilgili korkularını keşfetmesine sebep olur. Terapist şu an aralarındaki ilişkiye dikkati çeker. Şu an var olan ilişkideki olumsuz duyguları ile ilgili tereddütlerini ortaya koyması için teşvik eder. Terapist olumsuz duyguları ifade etmesini engelleyen korkuları sorgular. Örneğin, danışan terapistle karşı öfke hissetmekte ancak bunu söylemekten kaçınmaktadır. Terapistin şu anda aralarında neler olduğuna dair sorularına yanıt olarak, danışan bundan bahsetme düşüncesinden endişe duyduğunu belirtir. Terapist daha sonra bu kaygının doğasını sorgulayarak danışana kendisini neyin endişelendirdiğini sorar. Terapistin sorgulaması, danışanın olumsuz duygularını ifade etme korkusunu keşfetmesini sağlar. Danışan

64 Christopher J.Muran- Catherine F. Eubanks, *a.g.e.*, p. 64-65.

65 Jeremy D. Safran- Christopher J.Muran, *a.g.e.*, 1996, p. 452-453.

terapistte karşı olumsuz duygularını ifade ederse terapist tarafından terk edilme korkusunu keşfeder. Terapist danışanın bu korkusunu anladığını empatiyle ifade eder. Gerekli açıklamayı, diğer ilişkilerindeki döngüyü örneklendirir. Örneğin, danışan bir önceki seansta hissettiği hayal kırıklığını tereddütleriyle beraber ifade eder. Terapist, danışanın olumsuz duygularını daha doğrudan ifade etmesi için müdahale eder. Yavaş yavaş, danışan duygularını daha doğrudan ifade ettikçe, terapist onaylar. Danışan böylece terapistiyle olan etkileşimlerinde kendini ortaya koymayı başarır. Buradan yola çıkarak dış dünyadaki ifade etme biçimi içinde değişimi başlatmış olur.⁶⁶

Terapötik İttifak ve İttifaktaki Kırılmalar Nasıl Ölçülmektedir?

İttifak üzerine ölçüm yaptığı varsayılan 70'in üzerinde bir ölçme aracı çeşitliliğinden söz edilmektedir.⁶⁷ Terapötik ittifakla ve ittifaktaki kırılmalarla ilgili araştırmaların büyük çoğunluğunda terapistten doğal gözlem yoluyla doğrudan öz bildirim, dolaylı öz bildirim veya gözlemci değerlendirmeleri temelli çalışmalara dayanmaktadır.⁶⁸ Öz bildirime dayalı ölçeklerden, en çok dile çevrileni ve en çok kullanılanı⁶⁹, Horvath ve Greenberg tarafından geliştirilmiş Terapötik ittifak ölçeğidir(WAI).⁷⁰ Kısa formları da mevcuttur. Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması da Soygüt ve Işıklı tarafından yapılmıştır. Terapist, danışan ve gözlemci formları da mevcuttur.⁷¹ Kaliforniya Psikoterapi İttifak ölçeği (CALPAS)⁷² Vanderbilt Terapötik İttifak Ölçeği (VTAS), Yardım İttifakı Anketi (HAq) öz bildirim ölçeklerinde yaygın olarak kullanılanlardır. 201 araştırmayı kapsayan 1989 ile 2008 arasında yapılmış ittifak araştırmaları ve

66 Pierre Baillargeon- Robert Coté- Lyne Douville, *a.g.e.*, p. 1053.

67 Adam O. Horvath, "Research on the alliance: Knowledge in search of a theory", *Psychotherapy Research*, vol. 28, no. 4, September 2018, p. 505.

68 Catherine F. Eubanks- Carter-Christopher J. Muran- Jeremy D.Safran, "Alliance ruptures and resolution", *The therapeutic alliance: An evidence- based approach to practice and training*, ed. J. C. Muran - J. P. Barber, New York, NY, Guilford, 2010, p. 74-94.

69 Mattias Holmqvist Larsson- Karin Björkman-Karin Nilsson-Fredrik Falkenström- Rolf Holmqvist, "The Alliance and Rupture Observation Scale (AROS): Development and validation of an alliance and rupture measure for repeated observations within psychotherapy sessions", *Journal of Clinical Psychology*, vol. 75, no. 3, November 2019, p. 404.

70 Adam O.Horvath- Leslie S.Greenberg, "Development and validation of the Working Alliance Inventory", *Journal of Counseling Psychology*, vol. 36, no. 2, 1989, p. 231.

71 Gonca Soygüt- Sedat Işıklı, "Terapötik İttifakın değerlendirilmesi: Terapötik İttifak ölçeği'nin güvenilirlik ve geçerlik çalışması", *Türk Psikiyatri Dergisi*, cilt19, sayı 4, s. 398-408.

72 Louisie Gaston-Charles R.Marmar, "The California Psychotherapy Alliance Scales", *The working alliance: Theory, research, and practice*, ed. A. O. Horvath - L. S. Greenberg, John Wiley & Sons Publications, 1994, p. 85.

sonuçlarının analiz edildiği bir çalışmada ittifak araştırmalarının çoğunda (%82) WAI, CALPAS, VTAS, HAq kullanıldığı görülmüştür.⁷³

Sonuç

Bu makale dahilinde terapi ilişkisi ve terapi ilişkisindeki kırılmalar konusunu ana hatlarıyla sunmaya ve yeni araştırmacılar için konuya hem genel bir perspektif hem de terapi uygulayıcıları için terapilerinde dikkat edecekleri bir unsur olarak kaynak oluşturmaya çalıştım. Özellikle yeni başlayan terapistler, görece daha az deneyimli oldukları için terapide tıkanmalar yaşayabilirler.⁷⁴ Bu tıkanmaları ve zorlanmayı her terapistin yaşayabileceğini göz önünde bulundurmaları, deneyimli terapistlerinde bu zorlu yollardan geçtiklerini hatırlamaları ve gelişim için bu zorlukları gündemlerine almaları, terapist akran gruplarında bu duygularını paylaşmaları veya süpervizyon almaları onları rahatlatacaktır. Açıkçası bu zorlu yollar uzun bir terapist yolculuğunun doğal iniş ve çıkışlarıdır. Zor vakalarda sıkıntı yaşadıklarını düşünen terapistler, ya da sürekli sıkı sıkıya yapılandırılmış terapi sürecine ya da terapi tekniklerine bağlı kalmak zorunda hisseden terapistler ve tükenmişlik olgusuyla baş başa kalan terapistler için meseleye başka bir taraftan bakabilmelerini sağlayacakları giriş mahiyetinde bir makale oluşturmaya çalıştım. Terapistlerin terapide birden fazla kez olumsuz duygu veya zorlukla baş başa kalmaları olasıdır. Bu zor duygular, danışan karşısında savunmasız kalacağından korkma, kontrolü kaybetmemek için sıkı sıkıya kontrol duygusu ve özgüven sorunlarıyla baş etmeye çalışmak gibi çok sık rastlanan ve olağan terapist duygularıdır.⁷⁵ Esasında terapistler kendi sorunlarına rağmen⁷⁶ başkalarına yardım etmek için çabalayan yaralı şifacılarıdır.⁷⁷ Bu zorlu yolun terapistlerin kendilerine dönük mükemmeliyetçi beklentilerinin dikenleriyle dolu olabilir.

İyi bir terapist sadece formülasyon yapan, ya da yardıma ihtiyacı olan danışana sadece uygun teknikleri uygulayan bir usta öğretici değildir. Terapi ilişkisi kurulmadan bir danışanın terapistte güven duyup onun kullandığı teknikleri

73 Adam O.Horvath- AC.Del Re-Christoph Flückiger-Dianne Symonds, "Alliance in individual psychotherapy", *Psychotherapy (Chic)*, vol. 48, no. 1, March 2011, p. 38.

74 Clara E.Hill-Catherine Sullivan-Sarah Knox-Lewis Z. Schlosser, "Becoming psychotherapists: Experiences of novice trainees in a beginning graduate class", *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, vol. 44, no. 4, 2007, p. 446.

75 Harry J Aponte-Karni Kissil, "If I can grapple with this, I can truly be of use in the therapy room": Using the therapist's own emotional struggles to facilitate effective therapy", *Journal of Marital & Family Therapy*, vol. 40, no. 2, 2014, p.161.

76 Özge Yılmaz, Cengiz, *a.g.e.*, s. 110.

77 Harry J. Aponte, "The Soul of Therapy: The Therapist's Use of Self in the Therapeutic Relationship", *Contemporary Family Therapy*, vol. 44, 2022, p. 139.

uygulaması, ödevleri yapması ve iyileşmesi mümkün değildir. Danışanların ve terapistlerin birbirlerine yönelik olumsuz otomatik duygu, düşünce ve inançlarının olması çok olağandır. Terapist sınırlarını bilen ve danışanın beklentilerini doğru şekilde tartıp yapamayacakları konusunda da bilgilendiren hem kendisini hem de danışanını gerçekçi beklentilere çeken kişidir.⁷⁸ Ayrıca terapist hatasız bir biçimde terapist olmaya da çalışmamalıdır. Aksine hataları olabileceğini kabul eden bunu danışana da göstererek, dünyaya yönelik sağlıklı bir rol model olmayı amaçlamalıdır.

Terapist olmak için aldığımız eğitim bizi yoğun bir tanısal ve teknik bilginin yükü altında ezerek kendimiz olmaktan, yani sıradan, hatalarıyla var olan insan olmaktan uzaklaştırıyor olabilir. Bu uzaklaşma sonucu ise kendi olamayan terapist karşı taraftaki insanla buluşmaktan çok teknik bilgi hamalı olmaya çalışan, ideolojik açıdan çok gelişmiş birisi olmaya zorlandığını anlamayan, kendi içsesini duyamadığı için belki de ötekinin sesini hiç duymayacak olan birisine dönüşebilir.⁷⁹ Oysaki terapide terapistin danışan ve terapiyle bütünleşebilmesi için olumsuz duygu ve düşüncelerini inkâr etmeden bilinçli farkındalığında, kendisi olmaya çalışması en güzel yoldur. Aksi takdirde kendi gibi olmayan bir terapist, sorunları bugüne kadar reddeden, inkâr eden, bastıran bir danışanla nasıl bir değişim yoluna ve olumlu bir benlik algısı geliştirme yoluna girebilir?⁸⁰ Terapistin özgün bir biçimde kendisi olmaktan, duygularını fark etmekten, danışana güven vermekten ve şimdi ve buraya getirmekten korkmaması gerekmektedir. Bu çok rahatlatıcı bir duygudur. Başka terapistlerinde zorlandığını anlamak, terapistin zorlu sürecini fark etmek, terapistliğin sürekli öğrenilen ve gelişen ustalık olduğunu kabul etmek çok rahatlatıcı olmaktadır.⁸¹ Terapistlik, kendisinin bildiği bir yolu, danışana gösterdiği, gözü kapalı gidebildiğini bilen terapistin ve bilmeyenin yolu değil, birlikte yürüyüp keşfettikleri beraber aştıkları zorlu bir yoldur.

Birçok araştırma, terapiyi bırakan danışanların terapistleriyle olumsuz etkileşimler, terapiyle ilgili terapistin görev ve hedefleriyle ilgili anlaşmazlıklar ve terapistin ilerlemediği gibi olumsuz duygu ve düşünceler bildirdiklerini

78 Judith S. Beck, "Why is the therapeutic relationship so important in the delivery of effective cognitive-behavioral therapy (CBT)? Foreword", (in) *The Therapeutic Relationship in Cognitive-Behavioral Therapy A Clinician's Guide*, New York, The Guilford Press, 2017, p. 9.

79 Carl Rogers, "The therapeutic relationship: Recent theory and research", *Australian Journal of Psychology*, vol.17, no.2, 1965, p.107.

80 Carl R. Rogers, "The Necessary and Sufficient Conditions of Therapeutic Personality Change", *Journal of Consulting Psychology*, vol. 21, 1957, p. 97.

81 Özge Yılmaz Cengiz, *a.g.e.*, 2018, s. 140.

göstermektedir.^{82 83 84 85 86} Terapinin erken bırakılmasında ekonomik sebepler, yada süreçten fayda görememe gibi farklı sebepler olsa da terapötik ilişkinin bozulması ve bu bozulmanın fark edilememesi, hem terapist hem danışana hem de terapi sürecine dair çok önemli bir faktör olarak karşımıza çıkabilmektedir.⁸⁷

Terapi ilişkisindeki kırılmalar hemen hemen her seansta görülebilecek⁸⁸ çok yaygın bir biçimde görülen terapötik sorunlar olduğu bilinmektedir⁸⁹ ve eğer fark edilmez ve onarılmazlarsa terapinin erken dönemde sonlanmasına⁹⁰ ya da olumsuz terapi sonuçlarına yol açması muhtemeldir.⁹¹ Terapi süreci terapistin sürekli performans göstermesi gereken dikkatin ve farkındalığın sürekli olarak tetikte olduğu zor bir sanattır. Terapi sürecinde hem vakaların zorluğundan hem de insan gibi karmaşık bir varlığın yaşamının ve ilişkilerin fazlalığından, çeşitli

82 Lynsey Burton-Anne Thériault, "Hindering events in psychotherapy: A retrospective account from the client's perspective", *Counselling and Psychotherapy Research*, vol. 20, no. 1, March 2020, p. 120.

83 Natalie E. Hundt- Anthony H. Ecker, Karin Thompson-Ashley Helm-Tracey L. Smith-Melinda A. Stanley- Jeffrey A. Cully, "It didn't fit for me: a qualitative examination of dropout from prolonged exposure and cognitive processing therapy in veterans", *Psychological Services*, vol. 17, no. 4, November 2020, p. 418.

84 John C. Norcross - Bruce E. Wampold, "Evidence-based therapy relationships: Research conclusions and clinical practices", *Psychotherapy Relationships That Work, Evidence-based responsiveness*, 2nd ed., Oxford University Press, 2011, p. 426.

85 İsmail Volkan Gülüm, "Psikoterapinin yarıda bırakılması (PYB) ve terapötik ittifakın niteliksel olarak incelenmesi: seans içi danışan-terapist etkileşimleri ile pyb'yi öngörebilmek mümkün mü?" (Yayımlanmamış Doktora Tezi), Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara, 2015, s. 125.

86 Adelya A. Urmache-Lauren M. Lipner-Sarah Bloch-Elkouby-Elaine Hunter- Jerzy Kaufmann- Jonathan Warren-Gregory Weil- Catherine F. Eubanks- Christopher J. Muran, "The beginning of the end: A comparison of treatment completers and early dropouts in trainee-provided time-limited Cognitive Behavioral Therapy", *Counselling Psychology Quarterly*, vol. 35, no. 4, 2022, p. 785.

87 Fadile Z. Çavuş, "Psikoterapiyi erken bırakma: Bir gözden geçirme", *Journal of Sustainable Educational Studies*, cilt 2, sayı 4, Ekim 2021, s. 30.

88 Adelya A. Urmache-Lauren M. Lipner-Sarah Bloch-Elkouby-Elaine Hunter- Jerzy Kaufmann- Jonathan Warren-Gregory Weil- Catherine F. Eubanks- Christopher J. Muran, *a.g.e.*, p. 780.

89 Lauren M. Lipner, "Needle in the haystack: The identification of ruptures in the therapeutic alliance with implications for psychotherapy outcome", (Unpublished Thesis), A Dissertation Presented to the Faculty of The Gordon F. Derner School of Psychology Adelphi University, 2020, p. 3.

90 İsmail V. Gülüm, "Dropout in schema therapy for personality disorders", *Research in Psychotherapy: Psychopathology, Process and Outcome*, vol. 21, no. 2, August 2018, p. 120.

91 Catherine F. Eubanks- Christopher J. Muran-Jeremy D. Safran, "Alliance rupture repair: A meta-analysis", *Psychotherapy (Chic)*, vol. 55, no. 4, December 2018, p. 512.

zorluklar yaşanabilmektedir. Bu zorluklar, terapinin yarım bırakılmasından tutunda, randevulara geç kalmalar, terapistte aşırı öfkelenme, yoğun suçlamalar, ya da terapistin kendini yetersiz hissetmesi, terapide yolunu kaybetmiş olma ya da danışanlarına ya da terapi sürecine karşı yoğun olumsuz duygular gibi çeşitli biçimlerde ortaya çıkabilir. Terapist de bir insan olarak terapide bir makine gibi bir işlev görmemektedir. Farklı duygu ve deneyimleri bir arada yaşayabilmektedir. Terapistlerin bu olumsuz duygu ve zorlu terapötik süreçleri bilmesi, bu zorlukları çözebilmesi için bir fırsat yaratmaktadır.⁹² Amacımız bu makalede bu zorlukları terapi ilişkisi üzerinde tanımlamak, fark etmek ve çözebilmek için çeşitli yollar olduğunu hatırlatmaktadır. Bu makalenin yazımında, terapistlerin bu zorlukları yaşamalarının çok normal olduğunu kabullenmeleri, bu zorluklarla ilgili bir literatürün olduğunu görmeleri, bu zorlukların nasıl çözümlenebileceğine dair farklı bakış açılarının varlığını göreyerek farkındalık kazanımı için amaçlanmıştır.

Çok iyi devam eden bir terapi de dahi yanlış anlaşılmalara, danışanın karşı çıkabileceği hedefler, ya da zor duygular ve hatta anlaşmazlıklar olabilir.⁹³ Çoğu zamanda danışanların memnuniyetsizliğini, anlaşılmama hissini, terapötik ittifaktaki kırılmaları fark etmekte de başarısız olabiliriz. Ayrıca terapi sürecindeki yaşanan olumsuz deneyimler hem terapist hem de danışan tarafından yaşanabilecek eylemler olduğu gibi yaşanan her olumsuz duygu ve düşüncede terapinin olumsuz gittiğinin, yada terapiye zarar vereceğinin göstergesi olamaz.⁹⁴ Örneğin psikanalize devam eden bir danışan terapistinin hiçbir öneride bulunmamasından dert yanabilir, temizlik takıntıları olan bir danışan el yıkama kompulsiyonuyla ilgili maruz bırakmaya karşı çok büyük bir öfke duyabilir, genel kaygı bozukluğu olan bir danışan kaygılanmakta kendini mecbur hissedip, kaygılanmayla ilgili inançlarını çalışmak isteyen terapistin girişimlerine karşı çıkabilir. Bütün bu eylemlerin danışana kendini iyi hissettirmemesi belirli bir dönem için zaten beklenen bir durumdur, fakat terapistin de ortaya çıkacak olumsuz duygu durumuyla ilgili danışanı bilgilendirmesi bunu gündeme alması oluşabilecek kırılmaların önüne geçecektir.

Amerikan Psikoloji Derneği'nin bir görev gücü tarafından yaptırılan bir inceleme de psikoterapi sonuçlarını danışan ve terapist arasındaki çalışma ilişkisindeki gerilimlerle (ittifak kırılmaları ve kopmaları) ve bu ilişkinin yeniden kurulmasıyla (kırılma onarımı) ilişkilendiren bulguları bir araya getirmiştir.

92 J. Christopher Muran - Catherine F. Eubanks, *a.g.e.*, 2020, s. 44.

93 Camilla von Below, "We just did not get on: Young adults' experiences of unsuccessful psychodynamic psychotherapy—A lack of metacommunication and mentalization?", *Frontiers in Psychology*, vol. 11, art. 1243, June 2020, p.12-13.

94 Vybiral, *a.g.e.*, 2024, s. 287.

Terapist-danışan ilişkisindeki kırılmalar ve ardından bu kırılmaların onarılması, terapilerde çözülmemiş kırılmaların veya hiç kırılma olmadığı ifade edilen terapilere kıyasla daha iyi danışan sonuçlarıyla oldukça güçlü bir şekilde ilişkilendirilmiştir.⁹⁵ Terapistlerin kırılmaları onarmak üzere eğitilmeleri daha iyi terapi sonuçlarıyla ilişkilendirilmiştir.⁹⁶ Kırılmaların onarımı ve sonuçlar arasındaki bağlantılar nedensel olabilir ya da olmayabilir. Bununla birlikte, terapistler için en sağlıklı duruş, kırılmaların olabileceğini varsaymak ve terapötik süreçten ince geri çekilmeler, küçük kırılma biçimleri de dahil olmak üzere tüm kırılmalara karşı hazır olmak ve bunları çözmeye çalışmaktır.⁹⁷ BİR terapötik kırılmanın ele alınması terapötik bir değişime yol açan, daha başarılı terapi sonuçlarına götüren bir yol olduğuna dair kanıt sağlanmıştır.⁹⁸

İttifak ile ilgili gözleme dayalı ölçekler ve ittifakın kalitesini ölçen kendin bildirim ölçekleri psikoterapi sürecinde ve seans sonrası kullanımlarda ittifaktaki kırılmaları yakalamak ve çözmek için sağlam bir yol sunabilirler.⁹⁹

Terapötik zorlukların ele alınması, danışanlar için zor duyguların nasıl tolere edileceğinin öğrenildiği, diğeriyle yakınlığın ve samimiyetin deneyimlenerek bunu engelleyen sağlıklı davranış örüntülerinin kırıldığı, sağlıklı davranışların yolunun açıldığı bir öğrenme sürecini doğurur.¹⁰⁰

Terapötik ittifaktaki kırılmaların tespit edilmesi terapi süreci için hayati önemdedir. Terapistin terapi süreci boyunca ittifaktaki kırılmalara karşı dikkatli olması, ittifakı ölçmek üzere var olan kısa ittifak ölçeklerini kullanması, danışandan bu konuda geri bildirim istemesi, danışana ve terapiye yönelik duygularına karşı farkındalık geliştirmesi, danışanın terapi ve terapistle dair duygularını ifade etmeye yönelik teşviki, sürekli devam eden memnuniyetsizlik veya sürekli terapisti onaylama şeklinde var olagelen danışan davranış kalıplarına karşı dikkatli olması en kısa çözüm yolları olarak düşünülebilir.

95 John C.Norcross- Michael J. Lambert, "Psychotherapy relationships that work III", *Psychotherapy*, vol. 55, no. 4, 2018, p. 311.

96 Anna Babl-Thomas Berger-Juan M. G. Penedo-Martin G. Holtforth-Franz Caspar-Catherine F. Eubanks, "Disaggregating between- and within-patient effects of ruptures and resolutions on the therapeutic alliance and symptom severity", *Psychotherapy (Chic)*, vol. 59, no. 4, December 2022, p. 569.

97 Catherine F. Eubanks -J. Christopher Muran- Jeremy D.Safran, "Alliance rupture repair: A meta-analysis", *Psychotherapy (Chic)*, vol. 55, no. 4, December 2018, p. 512.

98 Catherine F. Eubanks -J. Christopher Muran- Jeremy D.Safran, *a.g.e.*, p. 512.

99 Lauren M Lipner- Di Liu- Sophie Cassell-Elaine Hunter-Catherine F. Eubanks-J. Christopher Muran, "V-episodes in the alliance: A single-case application of multiple methods to identify rupture repair", *Psychotherapy*, vol. 60, no. 1, March 2023 p. 119.

100 Donna Haskayne-Michael Larkin- Rachel Hirschfeld, *a.g.e.*, p. 84.

Son yıllarda ülkemizde çok fazla yeni üniversite açılması ile psikoloji mezunu öğrenci sayısında yığılma oluşmuştur. TPD verilerine göre 80.000 psikoloji mezunu olduğu ve her yıl 125 ten fazla psikoloji bölümünden 12500 civarı kişinin mezun olduğu ifade edilmektedir.¹⁰¹ İşsizlik baskısı, psikoterapi eğitim ihtiyacı, psikoloji mezunlarını bekleyen sorunlar olarak karşımıza çıkmaktadır. Oldukça fazla sayıda öğrenci terapist adayının terapi eğitimi ve terapötik ittifak kurma ile ilgili eğitim ihtiyacı doğmaktadır. Daha sağlıklı terapi sonuçları için terapist ve terapist adaylarının ittifak ve ittifakta kırılmalarla ilgili eğitilmeleri gerektiği önerisini üniversiteler ve eğitim veren terapistler dikkate almalıdır.

Terapi ilişkisindeki kırılmalar ve onarımın belirlenmesi ve ölçülmesine yönelik kıyaslama standartları henüz tam olarak geliştirilmemiştir.¹⁰² Çünkü bir kırılmanın doğasının yanı sıra, ilişki içindeki etkileşimleri anlamak da karmaşık bir olgudur. Bu karmaşaları ancak terapinin içerisindeki canlı etkileşimi ele alarak görebiliriz.¹⁰³

İttifak kopmaları ve bunların çözümüne ilişkin kavramsal ve ampirik literatür, özellikle klinisyenler ve araştırmacılar, tüm tedavi yönelimlerinde tedaviye direnç ve başarısızlıkla ilgili zorluklarla yüzleşmeye devam ettikçe, ilgi gören bir alan olacaktır.¹⁰⁴

Artık doğrudan terapötik ilişkideki gerilim anlarının nasıl gerçekleştiğine an be an odaklanan yeni araştırmalara ihtiyaç duyulmaktadır.¹⁰⁵ Seans sonrası ittifakı ölçen ölçekler seans içerisinde an be an yaşanan kırılmaları yakalayamazlar. Seans içerisinde yaşanan kırılmaları nitel analizlerle derinlemesine çalışmak, etkileşimleri anlamak için sağlam bir yol sunabilir.

101 Türk Psikologlar Derneği, Sosyal Medya Hesabı, Twitter; <https://twitter.com/TPDBilgi/status/1749843156974043359> (Erişim Tarihi: 11.05.2024).

102 Catherine Eubanks - Christopher J. Muran - Jeremy D. Safran, "Alliance rupture repair: A meta-analysis", *Psychotherapy*, vol. 55, no. 4, 2018, p. 508-519; doi: 10.1037/pst0000185. PMID: 30335462.p.512.

103 R. Walser - M. O'Connell, "Acceptance and commitment therapy and the therapeutic relationship: Rupture and Repair", *Journal of Clinical Psychology*, vol. 77, no. 2, February 2021; <https://doi.org/10.1002/jclp.23114>.

104 Christopher J. Muran-Jeremy D.Safran, "Therapeutic alliance ruptures", *Sage Encyclopedia of Abnormal&Clinical Psychology*, ed. A. E. Wenzel, NewYork, SagePublication, 2016, p. 1; <http://www.researchgate.net/publication/279512958>.

105 J. C. Muran - C. F. Eubanks, "The science of the therapist under pressure", *Therapist performance under pressure: Negotiating emotion, difference, and rupture*, in J. C. Muran - C. F. Eubanks, American Psychological Association, 2020, p. 29-49; <https://doi.org/10.1037/0000182-003>.

Kaynakça

Addis, Michael E. -Krasnow, Aaron D., “A national survey of practicing psychologists’ attitudes toward psychotherapy treatment manuals”, *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, vol.68, no.2, April 2000; doi: 10.1037//0022-006x.68.2.331.

Anderson, Timothy – Crowley, Mary E. – Himawan, Lina- Holmberg, Jennifer- Uhlin, Brian D., “Therapist facilitative interpersonal skills and training status: A randomized clinical trial on alliance and outcome”, *Psychotherapy Research*, vol. 26, no. 5, September 2016; doi: 10.1080/10503307.2015.1049671.

Aponte, Harry J., “The Soul of Therapy: The Therapist’s Use of Self in the Therapeutic Relationship”, *Contemporary Family Therapy*, vol. 44, June 2022; doi.org/10.1007/s10591-021-09614-

Aponte, Harry J.- Kissil, Karni, “If I can grapple with this, I can truly be of use in the therapy room: Using the therapist’s own emotional struggles to facilitate effective therapy”, *Journal of Marital & Family Therapy*, vol. 40, no. 2, April 2014; doi: 10.1111/jmft.12011.

Ardito, Rita B.- Rabellino, Daniela, “Therapeutic alliance and outcome of psychotherapy: historical excursus, measurements, and prospects for research”, *Frontiers in Psychology*, vol. 2, art.270, October 2011; doi:10.3389/ fpsyg.2011.00270.

Babl, Anna- Berger, Thomas- Penedo, Juan M. G.- Holtforth, Martin G. – Caspar, Franz - Eubanks, Catherine F., “Disaggregating between and within-patient effects of ruptures and resolutions on the therapeutic alliance and symptom severity”, *Psychotherapy (Chic)*, vol. 59, no. 4, December 2022; doi:10.1037/ccp0000861.

Baillargeon, Pierre – Cote, Robert- Douville, Lyne, “Resolution Process of Therapeutic Alliance Ruptures: A Review of the Literature”, *Psychology*, vol. 3, 2012; doi: 10.4236/psych.2012.312156.

Baldwin, Scott A. – Wampold, Bruce E.- Imel, Zac E., “Untangling the alliance-outcome correlation: Exploring the relative importance of therapist and patient variability in the alliance”, *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, vol. 75, no. 6, December 2007; doi.org/10.1037/0022-006X.75.6.842.

Beck, Judith S., *Bilişsel Terapi ve Ötesi*, çev. Nesrin Hisli Şahin, 1. bs., Ankara, TPD Yayınları, 2001.

_____, “Why is the therapeutic relationship so important in the delivery of effective cognitive -behavioral therapy (CBT)? Foreward”, (in) *The*

Therapeutic Relationship in Cognitive-Behavioral Therapy A Clinician's Guide, New York, The Guilford Press, 2017.

Bordin, Edward S., “The generalizability of the psychoanalytic concept of the working alliance”, *Psychotherapy: Theory, Research & Practice*, vol.16, no.3, 1979; doi.org/10.1037/h0085885.

Buchholz, Michael B.- Kächele, Horst, “From turn-by-turn to larger chunks of talk: An exploratory study in psychotherapeutic micro-processes using conversation analysis”, *Research in Psychotherapy: Psychopathology, Process and Outcome*, vol. 20, no.3, October 2017; doi: 10.4081/ripppo.2017.257.

Bulut, Burcu P., “Psikanalitik Yönelimli Psikoterapi Seanslarındaki Sessizliğin Konuşma Analizi ile İncelenmesi”, *AYNA Klinik Psikoloji Dergisi*, cilt 6, 2019; doi: 10.31682/ayna.503291.

Burton, Lynsey - Thériault, Anne, “Hindering events in psychotherapy: A retrospective account from the client’s perspective”, *Counselling and Psychotherapy Research*, vol. 20, no. 1, March 2020; doi: 10.1002/capr.12268.

Castonguay, Louis – Goldfried, Marvin – Wisner, Susan – Raue, Patrick J. – Hayesi, Adele M., “Predicting the effect of cognitive therapy for depression: A study of unique and common factors”, *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, vol. 64, no. 3, June 1996.

Cengiz, Özge Y., “Doktora öğrencisi psikoterapistlerin şema terapi süpervizyonuyla izledikleri danışanlarıyla olan ittifakta kırılma deneyimlerinin yorumlayıcı fenomenolojik analizi ve bu deneyimlere yönelik sınırlı yeniden ebeveynlik imgelemesi uygulanması”, (Yayımlanmamış Doktora Tezi), Hacettepe Üniversitesi, Ankara, 2018.

Cuijpers, Pim – Karyotaki, Eirini – Reijnders, Mirjam - Ebert, David D., “Was Eysenck right after all? A reassessment of the effects of psychotherapy for adult depression”, *Epidemiology and Psychiatric Sciences*, vol. 28, no. 1, June 2019; doi:10.1017/S2045796018000057.

Çavuş, Fadile Z., “Psikoterapiyi erken bırakma: Bir gözden geçirme”, *Journal of Sustainable Educational Studies*, cilt 2, sayı 4, Ekim 2021.

Dalenberg, Constance J., “Maintaining the safe and effective therapeutic relationship in the context of distrust and anger: Countertransference and complex trauma”, *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, vol. 41, no. 4, January 2004; doi: 10.1037/0033-3204.41.4.438.

Darchuk, Andrew – Wang, Victor – Weibel, David – Fende, Jennifer – Anderson, Timothy- Horvath, Adam O., “Working Alliance Inventory – Observer

Form (WAI-O): Revision IV”, December 2000; P. J. Raue - L. G. Castonguay - M. Newman - V. Gaus Binkley - D. Shearer - M. R. Goldfried, *Guidelines for the Working Alliance Inventory—Observer Form (WAI-O)*, (Unpublished Manuscript) State University of New York at Stony Brook, 1991.

Dimmick, A. Andrew – Watkins, C. Edward – Callahan, Jennifer L., “Examining Goal, Task, and Bond in Therapeutic Alliance Ruptures”, *Journal of Contemporary Psychotherapy*, vol.53, no.9, March 2023; doi: 10.1007/s10879-022-09574-3.

Dünya Sağlık Örgütü Resmî Sitesi; <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders> (Erişim Tarihi: 12.05.2024).

Elkind, Sue N., *Resolving impasses in therapeutic relationships, When the Therapeutic Relationship Ruptures*, Guilford Press, 1992.

Erken, Hüsnü- Noyan, Cemal O., “Tedaviye Dirençli Depresyon Tedavisi”, *Türkiye Klinikleri Psikiyatri Dergisi-Özel Konu*, cilt 7, sayı 2, 2014.

Eubanks, Catherine F. – Burckell, Lisa A.- Goldfried, Marvin R., “Clinical Consensus Strategies to Repair Ruptures in the Therapeutic Alliance”, *Journal of Psychotherapy Integr.*, vol. 28, no.1, March 2018; doi: 10.1037/int0000097.

Eubanks, Catherine F. – Lubitz, Jessica - Muran, Christopher J. - Safran, Jeremy D., “Rupture Resolution Rating System (3RS): Development and validation”, *Psychotherapy Research*, vol. 29, no. 3, April 2019; doi: 10.1080/10503307.2018.1552034.

Eubanks- Carter, Catherine F. – Muran, Christopher J.- Safran, Jeremy D., “Alliance ruptures and resolution”, *The therapeutic alliance: An evidence-based approach to practice and training*, ed. J. C. Muran - J. P. Barber, New York, Guilford Press, 2010.

Eubanks, Catherine F.– Muran, Christopher J.- Safran, Jeremy D., “Alliance rupture repair: A meta-analysis”, *Psychotherapy*, vol. 55, no. 4, 2018; doi: org/10.1037/pst0000185.

Gardner, Jerald R.- Lipner, Lauren M.- Eubanks, Catherine F.- Muran, “A therapist’s guide to repairing ruptures in the working alliance”, *Working alliance skills for mental health professionals* (içinde), ed. J. N. Fuertes, Oxford University Press, 2020.

Gaston, Louisie -Marmar, Charles R., “The California Psychotherapy Alliance Scales”, *The working alliance: Theory, research, and practice*, ed. A. O. Horvath - L. S. Greenberg, John Wiley & Sons Publications, 1994.

Gülüm, İsmail V., “Psikoterapinin Yarıda Bırakılması (PYB) ve Terapötik İttifakın Niteliksel Olarak İncelenmesi: Seans İçi Danışan-Terapist Etkileşimleri ile PYB’yi Öngörebilmek Mümkün Mü?”, (Yayımlanmamış Doktora Tezi), Hacettepe Üniversitesi, Ankara, 2015.

_____, “Dropout in schema therapy for personality disorders”, *Research in Psychotherapy: Psychopathology, Process and Outcome*, vol.21, no.2, August 2018.

Harper, H., *Coding Guide I: Identification and classificatin of therapist markers and withdrawal challanges (1989b)*, (unpublished manuscript), akt. Samstag, et.a, Sheffield, England, University of Sheffield, 2003.

_____, *Coding Guide I: Identification of confrontation challenges in exploratory therapy (1989a)*, akt. Friedman Sheffield, England, University of Sheffield, 2020.

Haskayne, Donna -Michael, Larkin- Hirschfeld, Rachel, “What are the Experiences of Therapeutic Rupture and Repair for Clients and Therapists within Long-Term Psychodynamic Therapy?”, *British Journal of Psychotherapy*, vol. 30, 2014; doi.org/10.1111/bjp.12061.

Hill, Clara E.- Sullivan, Catherine – Knox, Sarah- Schlosser, Lewis Z., “Becoming psychotherapists: Experiences of novice trainees in a beginning graduate class”, *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, vol. 44, no. 4, 2007; doi:0.1037/0033-3204.44.4.434.

Horvath, Adam O., “Research on the alliance: Knowledge in search of a theory”, *Psychotherapy Research*, vol.28, no.4, September 2018; doi.org/10.1080/10503307.2017.1373204.

Horvath, Adam O.- Greenberg, Leslie S., “Development and validation of the Working Alliance Inventory”, *Journal of Counseling Psychology*, vol. 36, no. 2, 1989; doi.org/10.1037/0022-0167.36.2.223.

Horvath, Adam O.- Del Re, AC.- Flückiger, Christoph- Symonds, Dianne, “Alliance in individual psychotherapy”, *Psychotherapy (Chic)*, vol. 48, no.1, March 2011; doi.org/10.1037/a0022186.

Hundt, Natalie E.- Ecker, Anthony H. – Thompson, Karin – Helm, Ashley -Smith, Tracey L. – Stanley, Melinda A.- Cully, Jeffrey A., “It didn’t fit for me: a qualitative examination of dropout from prolonged exposure and cognitive processing therapy in veterans”, *Psychological Services*, vol. 17, no. 4, November 2020; doi.org/10.1037/ser0000316.

Kendall, Philip C.- Frank, Hannah E., “Implementing evidence-based treatment protocols: Flexibility within fidelity”, *Clinical Psychology (New York)*, vol. 25, no. 4, December 2018; doi.org/10.1111/cpsp.12271.

Kılıç, Cengiz, “Türkiye’de ruhsal hastalıkların yaygınlığı ve ruhsal tedavi ihtiyacı konusunda neredeyiz?”, *Toplum ve Hekim Dergisi*, sayı 35, no. 3, 2020.

Khan, Arif – Faucett, James – Lichtenberg, Pesach – Kirsch, Irving – Brown, Walter A., “A systematic review of comparative efficacy of treatments and controls for depression”, *PLoS One*, vol.7, no.7, e41778, 2012; doi: 10.1371/journal.pone.0041778.

Kirsch, Irving, “Antidepressants and the Placebo Effect”, *Z Psychology*, vol. 222, no. 3, 2014; doi: 10.1027/2151-2604/a000176.

Kirsch, Irving –Low, Carol, “Suggestion in the treatment of depression”, *American Journal of Clinical Hypnosis*, vol.55, no.3, January 2013; doi: 10.1080/00029157.2012.738613.

Kullgard, Niclas – Holmqvist, Rolf - Andersson, Gerhard, “Premature Dropout From Psychotherapy: Prevalence, Perceived Reasons and Consequences as Rated by Clinicians”, *Clinical Psychology of Europe*, vol. 4, June 2022; doi.org/10.32872/cpe.6695.

Larsson, Mattias Holmqvist – Björkman, Karin – Nilsson, Karin – Falkenström, Fredrik- Holmqvist, Rolf, “The Alliance and Rupture Observation Scale (AROS): Development and validation of an alliance and rupture measure for repeated observations within psychotherapy sessions”, *Journal of Clinical Psychology*, vol.75, no.3, November 2019; doi.org/10.1002/jclp.22704.

Lipner, Lauren M., “Needle in the haystack: The identification of ruptures in the therapeutic alliance with implications for psychotherapy outcome”, (Unpublished Thesis), A Dissertation Presented to the Faculty of The Gordon F. Derner School of Psychology Adelphi University, 2020.

Lipner, Lauren M. – Muran, Christopher J. – Eubanks, Catherine F. – Gorman, Bernard S. - Winston, Arnold, “Operationalizing alliance rupture–repair events using control chart methods”, *Clinical Psychology & Psychotherapy*, vol. 29, no. 1, January 2022; doi.org/10. 1002/cpp.2606.

Lipner, Lauren M.- Liu, Di – Cassell, Sophie – Hunter, Elaine – Eubanks, Catherine F.- Muran, J. Christopher, “V-episodes in the alliance: A single-case application of multiple methods to identify rupture repair”, *Psychotherapy*, vol.60, no. 1, March 2023; doi: 10.1037/pst0000469.

Martin, Carol–Godfrey, Mary–Meekums, Bonnie–Madill, Anna, “Managing boundaries under pressure: A qualitative study of therapists’ experiences of sexual attraction in therapy”, *Counselling and Psychotherapy Research*, vol. 11, no. 4, November 2011; doi.org/10.1080/14733145.2010.519045.

Munder, Thomas – Flückiger,

Muran, Christopher J., “Confessions of a New York rupture researcher: An insider’s guide and critique”, *Psychotherapy Research*, vol. 29, no. 1, January 2019; doi: 10.1080/10503307.2017.1413261.

Muran, Christopher J. - Eubanks, Catherine F., “What are the alliance ruptures, The science of the therapist under pressure”, *Therapist performance under pressure*, in J. C. Muran - C. F. Eubanks, American Psychological Association Publication, 2020; <https://doi.org/10.1037/0000182-003>

Muran, Christopher J.- Safran, Jeremy D., “Therapeutic alliance ruptures”, *Sage Encyclopedia of Abnormal&Clinical Psychology*, ed. A.E. Wenzel, NewYork, SagePublications, 2016.

Norcross, John C.- Wampold, Bruce E. “Evidence-based therapy relationships: research conclusions and clinical practices”, *Psychotherapy (Chic)*, vol. 48, no. 1, March 2011; doi: 10.1037/a0022161.

Norcross, John C.- Lambert, Michael J., “Psychotherapy relationships that work III”, *Psychotherapy*, vol. 55, no. 4, 2018; doi.org/10.1037/pst0000193.

Oasi, Osmano - Werbart, Andrzej, “Unsuccessful Psychotherapies: When and How Do Treatments Fail?”, *Frontiers in Psychology*, vol. 11, no. 578997, December 2020; doi.org/10.3389/fpsyg.2020.578997.

Pim Cuijpers- Mirjam Reijnders- Marcus J.H. Huibers, “The Role of Common Factors in Psychotherapy Outcomes”, *Annual Review of Clinical Psychology*, vol. 15, May 2019; <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-050718095424>.

Pope, Kenneth S. - Tabachnick, Barbara G., “Therapists’ anger, hate, fear, and sexual feelings: National survey of therapist responses, client characteristics, critical events, formal complaints, and training”, *Professional Psychology: Research and Practice*, vol. 24, no. 2, May 1993; <https://doi.org/10.1037/0735-7028.24.2.142>.

Rhodes, Renee – Hill, Clara E.- Thompson, Barbara J.- Elliot, Robert, “Client retrospective recall of resolved and unresolved misunderstanding events”, *Journal of Counselling Psychology*, vol. 41, no. 4, 1994; doi:10.1037/0022-0167.41.4.473.

Rogers, Carl, R., “The therapeutic relationship: Recent theory and research”, *Australian Journal of Psychology*, vol.17, no.2, 1965; doi.org/10.1080/00049536508255531.

_____, “The Necessary and Sufficient Conditions of Therapeutic Personality Change”, *Journal of Consulting Psychology*, vol. 21, 1957; doi.org/10.1037/h0045357.

Rubel, Julian A. - Mano, Zilcha, S. -Klaus, Feils, V. - Lutz, Wolfgang, “Session-to-session effects of alliance ruptures in outpatient CBT: Within- and between-patient associations”, *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, vol. 86, no. 4, April 2018; doi.10.1037/ccp0000286ç

Safran, Jeremy D., “Therapeutic Alliance Ruptures”, 2018; <https://www.psychologytoday.com/us/blog/straight-talk/201801/therapeutic-alliance-ruptures> (Erişim Tarihi: 11.05.2024).

Safran, Jeremy D.- Muran, Christopher J., “Resolving therapeutic alliance ruptures: Diversity and integration”, *Journal of Clinical Psychology*, vol. 56, no. 2, March 2000; doi: 10.1002/(sici)1097-4679(200002)56:2<233::aid-jclp9>3.0.co;2-3.

_____, “The resolution of ruptures in the therapeutic alliance”, *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, vol. 64, no. 3, 1996; doi.org/10.1037/0022-006X.64.3.447.

Safran, Jeremy D. – Muran, Christopher J.- Eubanks-Carter, Catherine F., “Repairing alliance ruptures”, *Psychotherapy*, vol. 48, no. 1, 2011; doi.org/10.1037/a0022140.

Safran, Jeremy D. – Muran, Christopher J. – Samstag, Wallner L.- Stevens, Christopher, “Repairing therapeutic alliance ruptures”, *Psychotherapy*, vol. 38, no. 4, 2001; doi.org/10.1037/0033-3204.38.4.406.

Safran, Jeremy D. – Muran, Christopher J. – Stevens, Christopher- Rothman, Michael, “A relational approach to supervision: Addressing ruptures in the alliance”, *Casebook for Clinical Supervision: A Competency-based Approach*, ed. C. A Falender – Saharenske, Washington ,APA books, 2008; doi: 10.1037/11792-007.

Samstag, Lisa W.- Muran, Chrispher J.- Safran, Jeremy D., “Defining and identifying alliance ruptures”, *Core processes in brief psychodynamic psychotherapy: Advancing effective practice*, ed. D. P. Charman, Lawrence Erlbaum Associates Publishers, 2004.

Soygüt, Gonca- Işıklı, Sedat, “Terapötik İttifakın değerlendirilmesi: Terapötik İttifak ölçeği’nin güvenilirlik ve geçerlik çalışması”, *Türk Psikiyatri Dergisi*, cilt 19, sayı 4, 2009.

Stiles, William B., “Assimilation of problematic experiences”, *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, vol. 38, no. 4, January 2001; doi:10.1037/0033-3204.38.4.462.

Türk Psikologlar Derneği, Sosyal Medya Hesabı, Twitter. <https://twitter.com/TPDBilgi/status/1749843156974043359> (Erişim Tarihi: 11.05.2024).

Urmanche, Adelya A.- Lipner, Lauren M.- Bloch, Sarah -Elkouby, Sarah – Hunter, Elaine – Kaufmann, Jerzy – Warren, Jonathan – Weil, Gregory – Eubanks, Catherine F.- Muran, Christopher J., “The beginning of the end: A comparison of treatment completers and early dropouts in trainee-provided time-limited Cognitive Behavioral Therapy”, *Counselling Psychology Quarterly*, vol. 35, no. 4, 2022; doi.org/10.1080/09515070.2021.1997916.

van Dooren, Marierose M. – Visch, Valentijn – Spijkerman, Renske – Goossens, Richard H. M. - Hendriks, Vincent M., “Mental Health Therapy Protocols and eHealth Design: Focus Group Study”, *JMIR Formative Research*, vol. 4, no. 5, May 2020; doi:10.2196/15568.

von Below, Camilla, “We just did not get on: Young adults’ experiences of unsuccessful psychodynamic psychotherapy—A lack of metacommunication and mentalization?”, *Frontiers in Psychology*, vol. 11, art. 1243, June 2020; doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01243.

Vybiral, Zbynek – Ogles, Benjamin M. – Rihacek, Tomas – Urbancova, Barbora – Gociekova, Veronika, “Negative experiences in psychotherapy from clients’ perspective: A qualitative meta-analysis”, *Psychotherapy Research*, vol. 34, no. 3, March 2024; doi:10.1080/10503307.2023.2226813.

Wampold, Bruce E.- Flückiger, Christoph, “The alliance in mental health care: conceptualization, evidence and clinical applications”, *World Psychiatry*, vol. 22, no. 1, February 2023; doi: 10.1002/wps.21035.

Walser, Robyn D.- O’Connell, Manuela, “Acceptance and commitment therapy and the therapeutic relationship: Rupture and Repair”, *Journal of Clinical Psychology*, vol. 77, no. 2, February 2021; doi: 10.1002/jclp.23114.

Werbart, Andrzej – Annevall, Amanda- Hillblom, Johan, “Successful and Less Successful Psychotherapies Compared: Three Therapists and Their Six Contrasting Cases”, *Frontiers Psychology, Psychology for Clinical Settings*, vol.10, April 2019; doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00816.

Young, Jeffrey E.-Weishaar, Marjorie E.-Klosko, Janet S., “Terapi ilişkisi”, *şema Terapi* (içinde), çev. T. Veli Soylu, 2. bs., İstanbul, Litera Yayınları, 2009.

Araştırmacıların Katkı Oranı

Araştırmacıların her birisinin mevcut araştırmaya katkısı %50 oranındadır.

Çatışma Beyanı

Araştırmada herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır.