

Working at the frontline of trauma: An Interpretative Phenomenological Analysis of psychologists in delivering psychotherapy for trauma-exposed clients

Bekerja di garda terdepan trauma: Sebuah Analisis Fenomenologis Interpretatif tentang pengalaman psikolog memberikan psikoterapi pada klien terpapar trauma

Soraya Azahra Vivadinar¹, Aisha Sekar Lazuardini Rachmanie²

^{1,2}Universitas Gadjah Mada

e-mail: *sorayaazahravivadinar@mail.ugm.ac.id, aisha.s@ugm.ac.id

Abstract. This study explores the psychological and emotional challenges experienced by psychologists who provide psychotherapy for clients with trauma-related cases, and it considers how demographic factors such as age, marital status, and years of experience, may influence these experiences. Although psychologists play a vital role in supporting clients' mental health recovery, prolonged engagement with emotionally intense demanding sessions filled with clients' trauma-related materials, may have a significant impact on their own psychological and emotional well-being. Three psychologists across varied institutional contexts participated in semi-structured interviews regarding their lived experiences of delivering psychotherapy for clients with trauma materials. The data were analysed using Interpretative Phenomenological Analysis (IPA). Four themes emerged from the analysis are: (1) Sustaining Empathy, (2) Occupational Hardships, (3) Growth and Learning, and (4) Coping toward Resilience. By adopting a phenomenological approach, this study contributes to a deeper understanding of the subjective challenges psychologists face when working, as well as highlights the importance of developing effective mechanisms that promote well-being within therapeutic work environments.

Keywords: *emotional regulations, Mental Health Professional, psychological distress*

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi tantangan psikologis dan emosional yang dialami oleh psikolog dalam memberikan psikoterapi pada klien dengan permasalahan terkait trauma, serta mempertimbangkan faktor demografis seperti usia, status pernikahan, dan lama pengalaman kerja dapat mempengaruhi pengalaman masing-masing. Meskipun psikolog memiliki peran yang krusial dalam mendukung proses pemulihan kesehatan mental klien, keterlibatan berkepanjangan dalam sesi terapi yang menuntut secara emosional yang dipenuhi dengan materi trauma dari klien, memiliki potensi memberikan dampak yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis dan emosional mereka sendiri. Sebanyak tiga psikolog dari berbagai konteks institusi berpartisipasi dalam wawancara semi-struktural tentang pengalaman mereka dalam memberikan psikoterapi pada klien dengan materi trauma.

Data dianalisis menggunakan *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA). The data were analysed using Interpretative Phenomenological Analysis (IPA). Empat tema yang muncul dari analisis data adalah: (1) *Sustaining Empathy*, (2) *Occupational Hardships*, (3) *Growth and Learning*, dan (4) *Coping toward Resilience*. Melalui pendekatan fenomenologis, penelitian ini berkontribusi pada pemahaman yang lebih mendalam mengenai tantangan subjektif yang dihadapi psikolog dalam praktik profesionalnya, sekaligus menekankan pentingnya pengembangan mekanisme dukungan yang efektif untuk meningkatkan kesejahteraan dan keberlanjutan kerja dalam lingkungan terapeutik.

Keywords: *regulasi emosional, Profesional Kesehatan Mental, gangguan psikologis*