

Ética en el proceso terapéutico

NOTA PREVIA: los plurales que hacen referencia a las personas están redactados en femenino pero debe entenderse, al igual que se hace en el caso en que se redactan en masculino, que incluyen a ambos géneros

A TI ABRO MI ALMA

Eso es lo que hacemos cuando finalmente, empujadas por el malestar, y muchos encontronazos con los otros, con el mundo y con nosotras mismas; y después de muchos intentos fallidos de solución, acudimos finalmente a una profesional de la psicoterapia. Entre el temor y las fantasías de salvación, nos adentramos en un proceso en el cual, literalmente, iremos abriendo nuestra vida y nuestra alma, hasta sus rincones más recónditos y oscuros, a esa persona que, de entrada, nos es desconocida. Y lo haremos como jamás y con nadie lo habíamos hecho antes.

Ese proceso supondrá el reencuentro con aquello que, por doloroso e insostenible, fue ocultado y negado para los otros y para nosotras mismas y nos llevará de regreso a la fragilidad y la vulnerabilidad y al desamparo y desvalimiento experimentados cuando no teníamos los recursos para protegernos.

En esas circunstancias, y de forma proporcional a la intensidad de la carencia y daño vividos, la línea entre ser ayudada y ser dañada se va haciendo cada vez más delicada y fina.

En este sentido es esencial recordar que quien llega a nuestra consulta puede haber vivido abandono, maltrato y abusos, lo cual lo hace mucho más vulnerable a todo ello, e incluso incapaz de identificarlo cuando de nuevo lo está sufriendo y, por tanto, imposibilitado de ponerle límite.

El psicólogo Howard Gardner en su entrevista publicada en el diario La Vanguardia; <https://www.lavanguardia.com/lacontra/20160411/401021583313/una-mala-persona-no-llega-nunca-a-ser-buen-profesional.html> afirmaba que:

“Lo que hemos comprobado es que los mejores profesionales son siempre E. C. E: excelentes, comprometidos y éticos (...) no alcanzas la excelencia si no vas más allá de satisfacer tu ego, tu ambición o tu avaricia . Si no te comprometes, por tanto, con objetivos que van más allá de tus necesidades, para servir las de todos. Y eso exige ética.”

Y aquí aparece este concepto en tantas ocasiones olvidado dentro del actual enjambre de las nuevas (y no tan nuevas) terapias.

La ONG Médicos Sin Fronteras hace un tiempo llevó a cabo una campaña cuyo slogan resumía algo que se me hace cada vez más evidente: “Solo un ser humano puede ayudar a otro ser humano”. Poniéndolo en mis palabras y en el contexto de este tema, sólo aquella persona que ha podido ir sanando sus heridas y con ello ir recuperando su humanidad, puede realmente acompañar a otro ser humano.

Esa humanidad se sustenta en una determinada percepción de la vida, del ser humano y de la ayuda y en unos valores y creencias y una sensibilidad, que encuentra su reflejo en la ética y su formulación normativa en los llamados “códigos deontológicos”.

Aquí presento el mío, que no es otra cosa que un resumen de mis compromisos con la persona a la que atiendo. Para su formulación me he basado en otros códigos deontológicos ya existentes, entre otros: Código ético de la Escuela de Terapia de Integración

Psicocorporal (ETIPC), Código ético de los psicoterapeutas acordado por la Federación Española de Psicoterapeutas (FEAP), Código deontológico del Instituto de Supervisores Profesionales Asociados (ISPA)

CÓDIGO DEONTOLÓGICO EN EL PROCESO PSICOTERAPEUTICO

El objetivo de este documento es definir los valores y principios generales que rigen mi conducta profesional.

También tiene como objetivo, informar y proteger a las personas que soliciten mis servicios, estableciendo pautas de conducta y clarificando los límites de mi práctica y responsabilidad profesionales.

Me rijo por principios comunes a toda deontología profesional: respeto a la persona, protección de los derechos humanos, sentido de responsabilidad, honestidad, sinceridad para con las personas atendidas, competencia profesional y fundamentación objetiva de mis intervenciones profesionales.

Así como por los principios básicos de la relación de ayuda: empatía, respeto y genuinidad.

Y aquellos que acompañan al enfoque relacional y de toma de conciencia de la Gestalt: presencia, contacto, presente, conciencia y compromiso.

Dentro del ámbito de la salud, se hace referencia al principio básico fundamental que tendría que regir toda intervención profesional: "Lo primero es no dañar". Esta afirmación se atribuye al médico griego Hipócrates de Cos (470-360 a.c.). Algo que tendría que ser dado por supuesto sin que hiciese falta mención, especialmente tratándose de profesionales que están cobrando por sus servicios "de ayuda", y que sin embargo, en el peor de los casos, ni tan sólo se llega a contemplar. Así pues, empecemos por ahí.

0.- NO DAÑAR

1. Ni por acción ni por omisión, lo cual implica mi propósito honesto y veraz de ayudar a quien atiendo.

2. Y el compromiso de reconocer explícitamente cuando involuntariamente he dañado, llevando a cabo la reparación necesaria.

I.- PRINCIPIOS GENERALES

1. Mi trabajo tiene el objetivo de promover la reparación del daño sufrido, la asimilación constructiva del mismo, la maduración y el desarrollo de las personas que atiendo. Todo ello desde el compromiso de desarrollar mis destrezas personales y mis capacidades y habilidades profesionales, para el mejor beneficio de la persona atendida (a partir de ahora a.p.) y siempre desde el reconocimiento del valor, la dignidad y la autonomía de todo ser humano.

2. Ofreceré en todo momento la información adecuada sobre las características esenciales del marco profesional y la relación establecida; el consenso de los problemas que a abordar y los objetivos de la intervención y el método utilizado.

3. Jamás crearé falsas expectativas sobre los resultados de la intervención que después sea incapaz de satisfacer profesionalmente.

4. No aprovecharé la situación de influencia que pueda proporcionar mi status y el vínculo generado, para beneficio propio o para reclamar condiciones especiales de trabajo o remuneraciones superiores a las alcanzables en circunstancias normales

II.- PRINCIPIOS DE CUIDADO DEL PROCESO TERAPEUTICO

II.1.- LÍMITES DEL PROCESO TERAPÉUTICO:

1. No utilizaré la relación terapéutica y la confianza que la persona atendida ha depositado en mí, para satisfacer mis propias necesidades
 2. Preservaré la sutil especificidad del vínculo terapéutico no estableciendo ningún tipo de relación con la p.a. fuera de la relación terapéutica, en especial, no mantendré relaciones de amistad ni relaciones sexuales.
 3. Protegeré la seguridad física y psicológica de la p.a. Se respetará tanto por mi parte como por la de la p.a. el principio de no violencia sobre las personas y los bienes.
 4. Respetaré los valores y creencias filosóficas, religiosas, políticas o ideológicas de la p.a..
 5. Me abstendré de forma absoluta de cualquier práctica que pueda poner en peligro la libertad o la integridad a todos los niveles de la p.a.
- Haré llegar, de forma psicoterapéutica oportuna, la responsabilidad de la p.a. en su propio proceso, desarrollándose este, siempre a partir de su voluntad consciente.

II.2.- CONTESTO DE SEGURIDAD, RESERVA Y CONFIDENCIALIDAD:

1. Garantizaré la adecuada construcción del vínculo terapéutico, la genuinidad, profundidad e integridad de la relación, el trabajo orientado exclusivamente al seguimiento de su proceso y los cuidados psicoterapéuticos.
2. Garantizaré la protección y la tranquilidad del espacio psicoterapéutico.
3. Preservaré la no injerencia de terceras personas en el espacio o el proceso psicoterapéutico.

II.3.- SECRETO PROFESIONAL ABSOLUTO:

1. Las únicas excepciones serán: El contexto de supervisión profesional, creado explícitamente para apoyar tanto a la p.a. como a mí como profesional. La coordinación aceptada explícitamente por la p.a. con otros profesionales que intervengan en su proceso.
2. El secreto se mantendrá ante:
 - Mi propia familia y/o la de la p.a.
 - Las instituciones de cualquier tipo
 - La elaboración o exposición pública de casos clínicos. Cuando el caso tenga un mínimo desarrollo y sea identificable, pediré permiso explícito a la p.a.
3. Garantizaré el anonimato de la p.a en cualquier contexto
4. Respetaré rigurosamente la Ley de protección de datos.

III.- PRINCIPIOS QUE RIGEN EL CONTRATO PSICOTERAPÉUTICO

1. Respetaré el derecho de la libre elección del psicoterapeuta dando la posibilidad de una primera entrevista sin compromiso de continuidad.
2. La aceptación de la atención a una persona se regirá por criterios profesionales y personales que garanticen la calidad del trabajo y la relación terapéutica.
3. Me responsabilizaré de la frecuencia oportuna y la continuidad necesaria para el buen desarrollo del proceso terapéutico.
4. En el caso de que la persona solicite mi intervención profesional después de trabajar con otra psicoterapeuta, me aseguraré de

que haya realizado el cierre y la despedida del proceso anterior. En caso de duda, remitiré a la p.a. a la psicoterapeuta anterior para que realice este trabajo.

5. Daré la posibilidad a la p.a. de hacer revisiones de seguimiento del proceso cuando esta sienta la necesidad de hacerlo.

6. Cuando la p.a. decida la finalización del proceso, propondré la elaboración de la decisión, así como la evaluación, cierre y despedida.

7. En caso de que sea necesario para el óptimo desarrollo del proceso, colaboraré con otros profesionales de la salud y posibilitaré la participación puntual de terceras personas en forma de psicoterapia puntual de pareja o familiar. En todos los casos eso se hará previa consulta a la p.a. y esta deberá expresar su acuerdo explícito.

8. Reconoceré los límites de la psicoterapia y aconsejaré, cuando esto sea necesario, la consulta de otros profesionales cualificados.

9. De forma general fijaré los honorarios en función de mi propia cualificación profesional, de los criterios del mercado psicoterapéutico y de la posición profesional que en él ocupo, siempre de forma flexible teniendo en cuenta la situación económica de la persona.

10. Daré por terminada la intervención y no la prolongaré innecesariamente, tanto si se han alcanzado los objetivos propuestos, como si tras un tiempo razonable aparece que, con los medios o recursos a mi disposición, el proceso no se está desarrollando de forma positiva. En este caso indicaré a la persona qué otros psicoterapeutas o qué otros profesionales podrían hacerse cargo de la intervención.

11. Por ninguna razón restringiré la libertad de abandonar la intervención y acudir a otro profesional; antes bien, favoreceré al máximo la capacidad de decisión bien informada de la p.a.

12. Podré negarme a simultanear mi intervención con otra diferente realizada por otro profesional cuando considere que esta interfiere el proceso que la p.a. está llevando a cabo.

Carmen Vázquez, 26 de febrero, 2021