

Competența etică

Anca Tiurean

În rolul nostru profesional de psihoterapeuți, fiecare propoziție, gest, întrebare sau confruntare sunt intervenții cu un impact asupra vieților altora. Impactul este parțial intenționat, gândit și fundamentat clinic, iar parțial este neprevăzut, dezvăluind aspecte importante ale realității pe care nu le-am luat în considerare în momentul intervenției. Unele dintre deciziile noastre ca psihoterapeuți sunt în mod special dificile pentru unii dintre noi, deoarece suntem conștienți de limitele noastre și de faptul că putem prevedea doar unele implicații și că faptele noastre sunt nelipsite de riscuri ce decurg din ceea ce urmează să facem.

Paradigma etică este cea din care ne punem întrebări de tipul: „*Ce **ar trebui** să facem și să nu facem în rolul nostru de psihoterapeuți?*” (etică normativă) și „*Care este **cel mai bun curs al acțiunii** în acest caz*” (etică aplicată) sau „*Ce înseamnă a face **bine** în psihoterapie?*” (meta-etică). În meseria noastră ne orientăm răspunsurile la aceste întrebări după codurile eticii profesionale în general, ale eticii îngrijirii în particular, precum și după principiile de etică a criticii, etica justiției și etica socio-culturală a comunității sau statului în care trăim și ne desfășurăm activitatea. La confluența acestor multiple subdomenii ne putem simți dezorientați, temători, siguri pe sine și mai mult sau mai puțin capabili să păstrăm în noi înșine o coerență a perspectivelor și o claritate a implicațiilor.

Asociația Internațională de Analiză Tranzacțională a organizat două webinarii (februarie și mai) în cadrul cărora participanții au avut ocazia să discute despre etică. Webinar-ul din mai 2022 s-a intitulat „*Mai puțin Părinte, mai mult Adult*” și a fost coordonat de Trudi Newton împreună cu Anne de Graaf, Jan Grant, Tomoko Abe, Pierre Sebergets, Michelle Thome și Anne Tucker. Au participat studenți și practicieni în AT din comunitatea internațională, ceea ce a constituit un prilej de explorare a unei diversități de perspective. Însă faptul de a proveni din culturi diferite de pe tot globul nu este neapărat un garant al fructificării unui astfel de prilej, ci depinde mai degrabă de nivelul gândirii noastre Adulte disponibile și implicate în procesul de grup.

În primul webinar introducerea în temă a început cu conceptul metaforic de „zonă gri”, adică o invitație la a părăsi paradigma morală duală, unde un gest sau o decizie este fie corectă, fie greșită, fie bună, fie rea și în schimb a migra spre o analiză mai complexă, ce include pentru fiecare situație argumente clare despre care sunt forțele implicate, interacțiunea dintre ele,

interesele celor ce au o miză în situația respectivă și beneficiile și riscurile ce însoțesc o decizie etică în contextul ecologic respectiv. În al doilea webinar s-a insistat mai mult pe conceptul de responsabilitate personală preluată atât pentru probleme, cât și pentru soluții, prin intermediul analizei și deliberării individuale și colaborative într-un etos relațional de tip „eu sunt ok - tu ești ok - ei sunt ok”.

Scopul reflecției etice este de a verifica măsura în care o decizie sau o idee este adecvat argumentată încât să fie justificată, adică întemeiată pe principii morale solide. La ambele webinarii a fost vehiculată ideea că *cea mai bună cale de a aborda problemele etice este disponibilitatea de a avea un dialog deschis și continuu despre ce se întâmplă, chiar dacă este inconfortabil*. Comisia de Etică a ITAA a propus spre discuție ce poate să însemne *mai mult Adult și mai puțin Părinte*, fără a desconsidera funcția protectivă a Stării eului de Părinte. Principalul instrument de gândire etică a fost numit „*cercetarea din Adult*” (Adult inquiry): Cum putem să tragem la răspundere pe cineva fără a învinui sau a umili? Cum putem să includem principiile AT în gândirea și acțiunea etică? Abordarea propusă este „responsabilitatea împărțită” în deliberarea unui caz. Participanții au fost invitați să își împărtășească preocupările și îngrijorările cu privire la etică, precum și ce-au învățat în ultimul timp referitor la gândirea etică și ar dori să transmită sau să faciliteze prin discuții și colegilor.

Personal am fost preocupată de etică din momentul în care am fost în formare profesională și unul dintre seminarii a fost destinat citirii și discutării codului etic. Simplul fapt că am fost invitați să interpretăm, să criticăm și să ridicăm întrebări despre prevederile codului etic ca și când l-am regândi noi înșine de la capăt a constituit o permisiune de a gândi și un îndemn de a nu ne raporta la principii din poziția de Copil, ci a le integra în Starea eului nostru de Adult, având în vedere că orice cod etic este limitat prin:

- neputința de a oferi un răspuns valabil în toate situațiile posibile
- necesitatea de a se adapta și actualiza în conformitate cu evoluția etică a societății umane care produce codul etic respectiv
- inevitabilitatea intrării în conflict a unor principii etice de la caz la caz
- caracterul ne-absolut sau relativ al prevederilor codului etic, etc

Prin urmare, psihoterapeutului îi este solicitat cazuistic și situațional să aibă o bună capacitate de identificare și formulare a problemelor, competențe de a analiza și dezvolta ipoteze, interpretări și alternative diverse, capacitatea de a se orienta cu ajutorul codurilor de conduită, al ghidurilor, al legilor, al politicilor și al altor norme în cadrul cărora activează, așa încât prin aprofundarea spiritului lor să poată acționa într-un mod responsabil, simultan

protectiv, permisiv și potent. Mai este important ca psihoterapeutul să se consulte cu alți profesioniști și să aleagă intervenții adecvate, să le implementeze și să și le evalueze critic și autocritic, respectuos și constructiv.

Jeffrey Barnett ridică următoarea întrebare în deschiderea articolului său despre *Practica etică a psihoterapiei*: „Cum pot psihoterapeuții să desfășoare o practică etică din moment ce codurile etice sunt de utilitate limitată în ghidarea miriadei de dileme etice și situații provocatoare cu care se confruntă psihoterapeuții în mod regulat?”

Atitudinile față de etică variază în funcție de cum este înțeleasă paradigma etică de către practicieni și din care stare a eului ne raportăm la acest cod: teama de comisii și procese de malpraxis (raportare din Copil) sau presupunerea că a fi binevoitor și a fi trecut examenele de certificare profesională ar însemna automat că nu vom avea probleme de etică (raportare din Părinte) sau viziunea mai realistă că Adultul poate să fie iar și iar contaminat și respectiv decontaminat, dacă acceptăm ajutor în acest sens.

Problema principală pe care o ridică întrebarea lui Barnett este că un cod etic nu va fi niciodată normativ, nici complet, și nici nu trebuie să fie, întrucât Starea eului de Părinte Normativ își îndeplinește cel mai bine funcțiile atunci când este integrată în Starea eului de Adult a psihoterapeutului, de unde produce efecte prin procesele de contact și contractare a cadrului profesional în relație cu fiecare client în parte. Chestiunea putinței de a desfășura o practică etică devine astfel una referitoare la abilități dobândite prin formare și experiență profesională. Ne putem întreba mai specific: Care sunt competențele necesare psihoterapeuților în vederea creșterii putinței lor de a gândi etic și de a facilita un demers etic deliberativ și decizional?

Barnett [recomandă](#) să luăm în considerare aplicabilitatea acestor competențe etice în trei domenii relativ noi ale practicii noastre: practica la distanță, practica interdisciplinară și practica îngrijirii de sine a psihoterapeutului.

Webinarul ITAA a fost scurt, a durat 90 de minute și aproape jumătate a constat în discuții în grupuri mici, în cadrul cărora fiecare participant a avut ocazia să ridice problemele ce l-au motivat să participe și să discute despre ele cu colegii. În microgrupul nostru ne-am amintit câteva dintre principiile bioeticii după care majoritatea psihoterapeuților se orientează (Beauchamp & Childress, 2019). Menționez cele mai răspândite cinci principii de bază:

- binefacerea** (a face bine celor cu care interacționăm),
- non-maleficiența** (a evita exploatarea sau vătămarea celor cu care interacționăm),

- fidelitatea** (îndeplinirea obligațiilor noastre profesionale în conformitate cu ce am contractat),
- autonomia** (munca noastră să promoveze și să protejeze funcționarea prin sine însuși și să evităm ca clienții să devină dependenți de noi),
- justiția** (promovarea accesului echitabil, informat și liber consimțit la serviciile noastre profesionale).

Mai apoi am discutat despre importanța permisiunii de a pune la îndoială codul etic în cadrul formărilor, ca factor de dezvoltare a Adultului și ca formă de a exersa competențe co-reflexive. În Starea eului de Adult, etica este Părintele integrat sub forma acordurilor și metodologiilor de raționament critic colaborativ. Ne-am dat seama că ceea ce este evident pentru psihoterapeut este cel mai greu de pus la îndoială de către acesta. Clienții prin poziția lor sunt acolo să își pună întrebări despre propriile credințe. Un cursant în Analiză Tranzacțională este de asemenea într-o fază de formare și pregătire pentru a face față la o varietate de mentalități și probleme situaționale – el este de asemenea deschis spre a chestiona ceea ce știe și credințele pe care se bazează de când se știe. A avea experiență îndelungată de practică poate să fie riscant pentru terapeut în măsura în care începe să se bazeze prea mult pe ceea ce știe din propria experiență. Devine crucial ca practicanții experimentați să rămână angrenați în diverse forme de învățare continuă și supervizare profesională și totodată să-și păstreze modestia poziției începătorului, chiar dacă lucrează cu clienți de mulți ani.

În ultimii șase ani, eu am fost implicată într-o formare complementară în filosofie aplicată, cu scopul de a înțelege mai bine Starea eului de Adult și a crea noi obiceiuri durabile de gândire critică, autoreflexie și judecată etică. În fiecare săptămână, aplicațiile în format de grup și individual mi-au dezvăluit cum în mod repetat avem tendința de a ne înșela pe noi înșine crezând în ceea ce știm sau manifestând certitudini pe care ne-am fondat noile sentimente de stabilitate psihologică. La fel ca și clienții noștri, ne vom simți deranjați de schimbarea neprevăzută și neagreată, vom avea momente de impulsivitate, vom fi prea precauți, ne va fi rușine că am greșit, ne vom simți vinovați, uneori deconectați de realitate și captivi în propriile concepții ori aspirații, preocupați de propria imagine, evitanți cu anumite responsabilități și lipsiți de chef ori de concentrare. Iar acestea nu se manifestă doar în viețile noastre private, ci în procesele de consultare – am văzut acest lucru sub diferite forme în cei șase ani de studiu al muncii consultative proprii și a altor colegi, având în vedere că toate întâlnirile noastre de formare au fost înregistrate și în mare parte reluate, observate și analizate din perspectiva tranzacțiilor evidente dinafara

momentului propriu-zis de dialog. Am remarcat în repetate rânduri cum contractele implicite se văd mai bine din exteriorul decât din interiorul unei interacțiuni, am putut observa cum subiectivitatea celui ce consultă interferează cu procesul în moduri inconștiente, dar ușor de conștientizat prin studiul continuu al propriei practici. Promovarea sănătății psihologice în rândul ființelor umane autonome este un tip de lucru care necesită recunoașterea responsabilității noastre pentru proces și conștientizarea responsabilității clienților pentru propria lor organizare cognitivă și comportamentală.

Pentru a încheia acest scurt articol într-o notă experimentală, care sper să vă stârnească cel puțin curiozitatea de a urma o formare complementară în filosofie, vă propun ca data viitoare când vă veți găsi într-un grup sau într-o ședință de psihoterapie să vă observați impulsurile de a interveni ori de a împărtăși ceea ce gândiți, precum și tendințele de a nu interveni și de a rămâne în poziție de observator. Puneți-vă întrebarea: De unde îmi vine această intenție? Dacă este sau nu intuiție profesională putem verifica cu clientul dacă nu cumva ne-a solicitat într-un mod subtil, ne-explicit, această intervenție. Dacă nu pare să fie intuiție profesională, atunci merită să ne întrebăm despre ce din situația actuală ne-ar putea transpune în propriul scenariu de viață. De asemenea, dacă nu ați încercat deja, solicitați unor colegi să faceți împreună câteva exerciții de schimb de rol înregistrate, unde să fiți pe rând terapeut și respectiv client, să urmăriți desfășurarea procesului dintre voi pe înregistrare, cu atenție la trei categorii de competențe: atenția și distanța față de realitatea clientului, distanța și responsabilitatea față de propriile preocupări și nevoi, tipurile de întrebări pe care avem tendința să le punem și cele pe care avem tendința să le evităm, iar la orice replică pe care observăm că am dat-o, să conceptualizăm funcția și diferența dintre impactul estimat și impactul ei observat. Pentru mine a fost uimitor cât de mult și de zadarnic lucrez, cât de des ratez ocazii pentru o bună intervenție și cât de greu îmi este să conțin lumea mea și lumea clientului separate conceptual. Ceea ce m-a mai mirat este și că procesul psihoterapeutic are loc fără să fie în controlul clientului sau al terapeutului. Persoanele implicate în proces conlucrează la crearea cadrului în care – dacă au reușit să-l facă adecvat – psihoterapia se întâmplă parcă de la sine, așa cum un lacăt cu cifru se deschide când toate roțile cifrului ajung în poziția în care trebuie să fie.

Dacă sunteți interesați să faceți parte dintr-un grup de antrenament practic al gândirii critice și etice, vă invit să luați contact cu mine printr-un email la rentaphilosopher2day@gmail.com menționând în subiectul mesajului că doriți informații suplimentare despre programul din toamnă al Ancăi Tiurean adresat psihoterapeuților.

Referințe bibliografice:

Barnett, J. E. (2019). [The ethical practice of psychotherapy: Clearly within our reach](#). *Psychotherapy*, 56(4), 431-440.

EATA (2019) Eata Training and Examination Handbook, [Section 3 - Ethics](#) and Professional Practice

Beauchamp & Childless (2019). [Principles of Biomedical Ethics](#). Oxford University press, Eighth Edition.

ITAA - [Canalul oficial pe Youtube](#) - conține înregistrările celor două webinarii: link aici spre [webinarul din februarie](#) 2022 și link aici [webinarul din mai](#) 2022