

## ÉTICA Y PSICOTERAPIA

**Dr. Pablo Verdier**

*Escuela de Psicología, Universidad San Sebastián,*

*Concepción, Chile.*

La relación entre ética y el ejercicio clínico de la psicología es un tópico raramente abordado en los tratados de psicología y psiquiatría. Los planteos clásicos se refieren al secreto profesional, o el grado de responsabilidad (y por lo tanto de imputabilidad) de un afectado mental, y más actualmente a temas referidos al abuso sexual en el curso de una terapia. Pero referido al vínculo entre la ética y la psicoterapia, en cuanto a qué tiene para "decir" la ética a la psicoterapia, no hemos hallado nada significativo. Dicho de otro modo:

a) en lo prospectivo: ¿en qué medida la ética puede aportar orientación y sentido a una intervención terapéutica?, y

b) en lo retrospectivo: ¿en qué medida puede la ética juzgar la eficacia de una intervención terapéutica ya realizada?. Esta última pregunta puede resultar paradójica, puesto que los resultados estarían a la vista y por lo tanto la ética no tendría nada que decir.

En este ensayo nos proponemos explorar este "campo minado", esta "tierra virgen", y quizás para algunos "tierra de nadie", tomando como punto de partida un dato concreto de la vida cotidiana, dato en apariencia alejado e inconexo con el título que nos ocupa, a saber: el insulto.

Comenzaremos "desde el dato de la realidad", analizando dos situaciones corrientes

en la vida de cualquiera de nosotros, para finalmente inferir algunos criterios prácticos que iluminan la relación entre ética y psicoterapia.

### **I) ¿Qué nos dice el Insulto del Hombre?**

Si prestamos atención a lo que tiene carácter de insulto, caeremos en la cuenta que generalmente se refieren, o van dirigidos al plano moral de la persona. Usualmente, cuanto más hiriente es un insulto, tanto más degradante lo es en ese plano. Aún cuando usamos comparaciones o expresiones metafóricas (por ej. decir de alguien egoísta que "es un ratón") el concepto o atributo en juego es de carácter moral. Por razones obvias no queremos abundar en ejemplos concretos, sencillamente que el lector "pase revista" a los insultos por todos conocidos, y se convencerá de lo que hemos venido afirmando, a saber, que lo que tiene carácter de insulto va orientado al plano moral del sujeto.

A la luz de este dato de la realidad nos preguntamos: ¿por qué será que los insultos son a la dimensión moral de la persona?, ¿por qué "lo insultante" (lo que tiene carácter de insulto) se dirige a lo moral?, ¿qué nos revela del hombre este hecho?, en definitiva, ¿qué es lo que "lo moral" dice del hombre?, ¿por qué es lo moral lo que más nos duele?, ¿qué se juega del hombre en "lo moral"?

Es obvio que quien insulta, lo que quiere, su intención, es hacer que quien recibe el insulto se identifique con lo significado en el insulto, precisamente de ahí su carácter de hiriente y degradante. No nos resulta desproporcionado o ilegítimo concluir desde los

hechos, que la dimensión moral es la más incisiva, la más interpelante, la que más penetra al hombre en su núcleo íntimo y genuinamente humano, la que más y mejor le desnuda su calidad de persona, la que mejor describe "cómo sos y quién realmente sos". En el fondo la dimensión que le importa más, la que mejor lo define, la que más lo moviliza. Si así no fuese, ¿qué explicación dar a los hechos anteriormente señalados?.

Y si esto es cierto respecto a los insultos, que eventualmente pueden ser mera difamación, ¿qué pensar si esos insultos se corresponden a la realidad del sujeto. ¿Acaso no será tanto más movilizador y traumático "encarnar" esos atributos?. A la luz de lo expuesto creemos que cae de su peso que la realidad inmoral expresada en el insulto si es padecida o realizada (human design), tanto más marca y moviliza a la persona. Obviamente no todas las inmoralidades tienen la misma capacidad de herir, degradar y marcar. En este sentido creemos poder destacar tres circunstancias que hacen especialmente yatrogénicos aquellos atributos:

a) a menor edad, tanto más hieren y degradan, y dejan su huella,

b) si padecidos (en el sentido de "algo que me hicieron") a causa de los padres, tanto más hieren y degradan, y dejan su huella,

c) a mayor proximidad a anti-valores evidentes (1), tanto más hieren y degradan, y dejan su huella.

En esta primera aproximación a la moral, vemos que, aunque siendo tan negada y relativizada en nuestro tiempo, sigue teniendo vigencia en las vivencias incondicionadas de la gente. La moral se nos revela "desde la

perspectiva del insulto" como reveladora de la estructura constitutiva del hombre, al menos en aquella dimensión que mejor lo especifica.

Para quien niegue o relativice lo moral, le invito a que recuerde cuál fue su reacción -manifiesta o no- y su vínculo posterior con aquel de quien recibió un insulto grave. A priori, tendríamos que afirmar que para aquellos que niegan lo moral no debiera existir ningún tipo de reacción ni modificación del vínculo. Dicho de otro modo: quien niega lo moral debiera negar el insulto, pero: ¿esto es así?.

## **II) Ética y Afectividad:**

Una segunda vía de "abordaje de lo ético desde el insulto", corresponde al análisis del comportamiento de nuestras reacciones efectivas frente a aquellos. ¿Por qué será que "lo inmoral" no admite bromas ni chistes cuando son referidos a hechos reales y cercanos?. Aún en el caso de darse el chiste, ¿que psicólogo no hablaría en estos casos de defensas maníacas?, lo cual revela que no se trataría de una genuina expansión de la afectividad, sino de una defensa frente a algo doloroso.

¿Por qué será que lo inmoral no admite la expansividad de afectos positivos? ¿por qué será que los afectos positivos ni espontánea ni forzosamente hacen eco en lo inmoral?. Pensemos en una situación real y próxima, por ej.: que curioso que respecto al aborto no se haya creado ninguna versión poética positiva, ni de la infidelidad, ni del divorcio, ni de la mentira, ni del robo, ni de las adicciones, ni del ateísmo, ni de la envidia, ni del rencor,... etc. . Estos hechos nos invitan a recordar la tan conocida y repetida frase: "¡con eso no se juega!".

Dicho de otro modo, frente a estas realidades, la afectividad se opaca, se encoje, pierde su frescura y fragancia natural. Queda claramente de manifiesto que la afectividad humana también tiene sus respuestas incondicionadas, respuestas que en cuanto innatas también nos revelan la estructura constitutiva del hombre.

¿Qué revela del hombre el análisis precedente?. Que el hombre en lo inmoral no encuentra la felicidad, que el hombre en lo inmoral no encuentra armonía genuinamente humana, no encuentra verdadera alegría. Que lo inmoral es existencialmente frustrante.

En este análisis de la reactividad de la afectividad frente a lo moral podemos destacar los mismos factores agravantes que citamos en el enfoque precedente, en este caso diríamos factores "opacantes" de la afectividad. Para quien aun niega o relativiza lo moral, le dejamos planteadas algunas preguntas: "el día que te enteraste de la infidelidad de tu pareja, ¿no es cierto que fue el día más feliz de tu vida?", "en aquella oportunidad que decidiste abortar, ¿acaso no fue la decisión más gozosa de tu vida?", "la separación de tus padres, ¿no es cierto que fue materia de orgullo?".

En suma: la moral no la inventa el hombre, "está dentro" de él. Para descubrirla hay que buscar el modo adecuado para ello. Creemos que la "vía del insulto" es especialmente clara para revelárnosla, sobre todo a aquellos que negándola se contradicen cuando insultan. Porque si la niegan -a la ética-, cuando insultan, ¿insultan?.

### **Conclusión. Ética, Felicidad y Psicoterapia:**

Ha llegado el momento de relacionar lo precedente con el tema de nuestro ensayo.

Aunque el vínculo parezca remoto, es obvio que quien acude a una psicoterapia, lo hace en última instancia -aunque el paciente no lo piense conscientemente en estos términos- en orden a su felicidad. En la perspectiva del paciente -queda clara en el motivo de consulta- acudir a una psicoterapia es en orden a liberarse de algún mal. Buscar la felicidad o buscar liberarse de un mal, en el fondo son el mismo planteo.

Retornemos lo ya insinuado sobre la felicidad. ¿Qué hombre quiere no ser feliz?, ¿quién busca deliberadamente ser un infeliz?, y si encontráramos a alguien que busca ser un infeliz ¿qué pensaríamos de él?. Sin duda la felicidad se nos presenta como referente último e incondicionado del hombre. Esto es cierto sí pensamos que el valor felicidad nadie lo cambiaría por nada, no aceptaríamos nada a cambio de ella. Por lo tanto la felicidad en cuanto valor incondicionado oficia de "norte" existencial, oficia de pauta "nacida desde dentro del hombre" de la cual no nos podemos -ni queremos- liberar. De cualquier conducta, sea de una persona sano o enferma, nos podríamos preguntar: ¿de qué forma esa conducta contribuye a la felicidad del sujeto?, ¿en qué medida -consiente o inconscientemente- una conducta dada está orientada a lograr la felicidad?(2).

En los dos apartados precedentes vimos como no puede darse la felicidad al margen de lo ético puesto que -como fue aclarado en su lugar- lo inmoral hiere, degrada, deja su huella, opaca la afectividad. De este modo lo ético se nos presenta como el eje de coordenadas incondicionado para la búsqueda concreta de la felicidad personal. Nos muestra "el radio de acción práctico" en el cual pode-

mos movernos libremente en la búsqueda individual de la felicidad. Así la normativa ética no es más que la enunciación explícita del dinamismo interior del hombre. En otras palabras, dice acerca de la verdad interior o constitutiva del hombre. Dice lo que el hombre es, y orienta -no obliga- a que obre acorde a lo que es. La ética queda así como referente universal y basal de felicidad. Aquel deseo o anhelo natural de felicidad, que se nos presentaba operativamente inespecífico, queda especificado con la ética (3). La felicidad individual y concreta de un sujeto requiere como condición necesaria -no suficiente- una adecuación ética de su conducta. En otros términos: la ética no es un agragado extrínseco a la felicidad, sino más bien condición intrínseca para alcanzarla. El vínculo entre ética y felicidad es causa<sub>i</sub>, la primera hace posible concretamente a la segunda.

Si aplicamos este criterio a la psicoterapia, instancia en virtud de la cual el paciente viene a liberarse de un mal, o lo que es lo mismo, viene en búsqueda "su" felicidad, y habiendo visto el vínculo indisoluble entre ésta y la moral, no podemos dejar de concluir que cualquier intervención o indicación terapéutica que trasgreda la moral, será yatrogénica. Valiéndonos de nuestro análisis diríamos que es un insulto al paciente, insulto que tarde o temprano, en mayor o en menor medida, advertido o no por el terapeuta, tiene que opacar la afectividad del paciente. Si el paciente ya viene con dificultades, este tipo de intervenciones, lo confunden más, lo enredan más. En suma, para recibir ese tipo de atención más le hubiera valido no asistir a la consulta. No estamos diciendo que la enfermedad mental tenga un carácter moral -

aunque en algunos casos así pueda ser- estamos refiriéndonos al carácter moral de la intervención profesional.

En suma, una valoración inadecuada de la naturaleza humana, un conocimiento parcial de su estructura constitutiva, un desconocimiento de los requerimientos para su realización, lleva casi irremediablemente a intervenciones desacertados, erróneas. Repitamos, nada de lo expuesto pretende hacer de la enfermedad mental una enfermedad moral. Lo que queremos es hacer ver que la enfermedad mental se da en una persona que, por el hecho de estar enferma no deja de ser humana, y por lo tanto está sujeta -como los sanos- a su naturaleza humana y a su anhelo innato e incondicionado de felicidad. Así entendido, ninguna terapia genuinamente humana puede inducir o conducir al paciente por rumbos extraños y ajenos a lo que su naturaleza reclama. Lo conforme a la naturaleza será saludable, lo contrario será yatrogénico. En estos términos la moral -cuyo referente y fundamento es la naturaleza humana (4) oficia de ayuda orientadora y no de obstáculo al ejercicio de la psicoterapia.

### **Llamadas:**

1. Anti-valores evidentes: Este concepto irá quedando aclarado en el curso del artículo.

2. Felicidad: A la luz del texto, estamos refiriéndonos a la felicidad en términos genéricos, no identificándola con nada concreto y tangible. Por esto alguien podría preguntarse: ¿pero, qué es la felicidad?. Para quien considere legítimo formularse esta pregunta, también será legítimo plantearle la pregunta: "¿quieres ser infeliz?", y seguramente sin preguntarse "¿qué es la infelicidad?", responderá sin dudar: "¡no!". De modo que aun refiriéndonos a la felicidad o a la infelicidad en términos genéricos, podemos tener preferencias legítimas, "quiero ser feliz, aunque no sepa dónde está o qué es".