

LA ÉTICA DEL ENCUENTRO: REFLEXIONES ÉTICAS PARA EL SIGLO XXI EN EL CONTEXTO DE GRUPOS

THE ETHICS OF THE ENCOUNTER: ETHICAL REFLECTIONS FOR THE 21ST CENTURY IN THE CONTEXT OF GROUPS

Laura García Galeán

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4260-3662>

Psicoterapeuta Individual y de Grupo. Pertenece a la Asociación Española de Psicodrama.
Miembro del Comité Ético de la Asociación Española de Psicodrama. España

Mónica González Díaz de la Campa

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0375-5161>

Psicoterapeuta Individual y de Grupo. Pertenece a la Asociación Española de Psicodrama.
Miembro del Comité Ético de la Asociación Española de Psicodrama. España

Cómo referenciar este artículo/How to reference this article:

García, L. y González, M. (2022). La ética del encuentro: Reflexiones éticas para el siglo XXI en el contexto de grupos. *Revista de Psicoterapia*, 33(121), 85-100. <https://doi.org/10.33898/rdp.v33i121.1124>

Resumen

El artículo propone una reflexión sobre la dimensión ética en el siglo XXI y su aplicación en el proceso psicoterapéutico grupal. Se parte de una revisión de los distintos enfoques de acercamiento a la cuestión ética, incidiendo en la comprensión de los conceptos de ética y moral, para desarrollar después lo que hemos denominado “ética del encuentro”. Esta ética está muy vinculada al proceso evolutivo del grupo y el desarrollo moral en el ser humano. Finalmente se incide en el concepto de interdependencia como respuesta al complejo binomio dependencia libertad, base de la ética que defiende este trabajo y punto central de cualquier proceso terapéutico grupal, inseparable del contexto social del siglo XXI.

Palabras clave: *ética, psicoterapia de grupo, encuentro, siglo xxi, interdependencia*

Abstract

The article proposes a reflection on the ethical dimension in the 21st century and its application in the group psychotherapeutic process. We start reviewing the different approaches to the ethical question, being focus on the conceptual understanding of the ethics and morality concepts. Then we develop what we have called “ethics of encounter”. This ethics is closely linked to the evolutionary process of the group and the moral development in the human being. We emphasize the concept of interdependence as a response to this complex binomial dependence-freedom. This is the basis of the ethics we defend as a central point of any group therapeutic process which is inseparable from the social context of the 21st century.

Keywords: *ethics, group psychotherapy, encounter, xxi century, interdependence*

Fecha de recepción: 5 de enero de 2022 Fecha de aceptación: 16 de enero de 2022.

Correspondencia sobre este artículo:

E-mail: lauragalean@hotmail.com; monicaglez@gmail.com

© 2022 Revista de Psicoterapia



Con este trabajo proponemos un texto reflexivo, abierto, que posibilite compartir el interés que ha surgido y cristalizado en nosotras desde hace unos años, a partir de nuestra participación como miembros del Comité de Ética de Asociación Española de Psicodrama (AEP) y de la creación de un espacio grupal que denominamos de co-construcción, en relación a la ética y a su expresión en los grupos, tanto grupos de formación como grupos psicoterapéuticos, en este marco complejo e inédito que representa el siglo XXI.

Las opciones de acercamiento a la cuestión ética son varias. Las más habituales, y a las que también recurriremos parcialmente a lo largo del texto son, por una parte, las aproximaciones que revisan el concepto de ética desde la tradición filosófica, un segundo acercamiento relativo al abordaje concreto de los dilemas morales y la delimitación de actuaciones formales desde una perspectiva aplicada o deontológica y una última aproximación que podríamos situar a medio camino entre ambas, vinculada a las políticas sociales y al desarrollo de los derechos humanos.

En la primera encontramos un bello recorrido circular desde la ética aristotélica y su concepto de virtud -aquello que los griegos llamaban *areté*¹- y que trataba de cultivar una posición virtuosa que condujera al *buen vivir*, pasando después a una teología moral que imperó durante muchos siglos hasta la ilustración, y de vuelta en la filosofía contemporánea a una concepción teleológica, centrada de nuevo en los fines de la vida humana, como en la filosofía narrativa de Macintyre (1987). Se trataría de una ética reflexiva.

La segunda, la más abundante en la literatura actual, plantea una ética pragmática, aplicada a los distintos actores y ámbitos de la vida, que se concreta en una serie de normas y reglas de conducta avaladas por alguna institución que se convierte en garante de ciertos preceptos. En el ámbito profesional, se ejerce a través de los denominados códigos deontológicos de las distintas disciplinas, en un intento de aproximación a derecho de los planteamientos éticos. Sería una ética normativa.

La última, situada en un lugar intermedio entre la reflexión filosófica y el intento de sistematizar y garantizar un comportamiento ético de los distintos actores sociales, constituye una ética de principios que encuentra su expresión en las grandes cartas de derechos iniciadas en Francia y Reino Unido. A partir de la segunda mitad del siglo XX, muy especialmente desde la declaración universal de derechos humanos (1948) se han ido creando con mayor o menor acuerdo y reconocimiento numerosos textos en esta línea, cartas de intenciones que han surgido en parte como respuesta a la necesidad de reparación de un daño colectivo y que, desde una voluntad común de proteger los derechos y libertades de las personas, han tratado de establecer los ideales orientativos para la humanidad de nuestro tiempo. Sería una ética de principios comunes.

La generación nacida en los albores de la transición democrática en España se ha conformado en esta misma ilusión que podríamos expresar más o menos así: “si está escrito, entonces es importante y alguien velará por cumplirlo”. Si bien, el panorama actual exige, a nuestro modo de ver, un nuevo planteamiento del tema,

puesto que las palabras parecen resultar poco eficaces a la hora de incidir sobre una realidad difícilmente gobernable.

En el ámbito específico de la psicología, la mayoría de los textos sobre ética se centran en la regulación de la práctica profesional, siguiendo la estela dibujada por la *American Psychological Association* (APA) que aprobó su primer código ético en 1953 y desde entonces ha ido concretando cada vez con más detalle las actuaciones propias de cada campo de intervención a través de diversas actualizaciones hasta su revisión más reciente (American Psychological Association, 2010).

Esta tendencia a crear códigos de conducta se ha extendido a todas las instituciones y áreas de la psicología a lo largo del siglo XX, de modo que el número de textos o códigos que tratan de velar por el cumplimiento del buen hacer diario de los psicólogos y psicoterapeutas en la actividad profesional se multiplica. En el área de la psicoterapia de grupos se pueden señalar, sin hacer una revisión exhaustiva, al menos seis códigos deontológicos que la regulan, entre ellos, el correspondiente al Colegio Oficial de la Psicología (COP), como psicodramatistas el código ético de la Asociación Española de Psicodrama (AEP), como psicoterapeutas el de la Federación Española de Asociaciones de Psicoterapeutas (FEAP) y, pasando al ámbito internacional, el correspondiente a la Federación de Asociaciones de Psicólogos Europeos (EFPA) o más específica dentro del trabajo con grupos las pautas éticas de la Asociación Internacional para la Psicoterapia de Grupo y Procesos Grupales (IAGP).

Es decir, también desde la psicología, que paradójicamente surge y se desarrolla en las facultades de filosofía, se mantiene por parte de sus profesionales esta tendencia a tratar de sistematizar y regular el funcionamiento ético, o limitarlo al cumplimiento de una ética mínima, recogida y normativizada en los principios y garantías que ofrecen las instituciones. Esta función que se cumple a través de las comisiones deontológicas es sin duda necesaria como expresión de un deseo de autorregulación de la profesión y es fundamental a la hora de guiar determinados dilemas o resolver consultas o reclamaciones si se percibe alguna irregularidad en el ejercicio de la actividad, pero es importante señalar que no se puede delimitar la ética en un ámbito de trabajo tan comprometido con los aspectos más vulnerables y sutiles de las personas, a esta perspectiva. Es urgente pasar de un enfoque regulador y sancionador, que en el peor de los casos puede alimentar una posición evitativa del riesgo en la intervención, a la compleja tarea de convertir el espacio terapéutico en un espacio creado y sostenido por la ética.

Son muchos los psicólogos que reivindican el papel de la ética en nuestra profesión y fruto de esta inquietud se elaboró “La Declaración Universal de Principios Éticos para psicólogos y psicólogos”²² adoptada por la Asamblea de la Unión Internacional de Ciencia Psicológica (IUPsyS) en Berlín en el año 2008. También se van extendiendo a todos los campos de las ciencias de la salud los principios de la bioética inicialmente enunciados por Beauchamp y Childress (1979): autonomía, beneficencia, no maleficencia y justicia, e incluso se va generalizando el concepto

de psicoética en su aplicación concreta a la salud mental de las personas.

Sin embargo, como apuntamos anteriormente, las declaraciones de intenciones y las cartas de principios, que están a medio camino entre la norma y la vivencia de una verdadera creación ética en el encuentro, a menudo quedan olvidadas, incluso desconocidas por la mayoría de profesionales.

De hecho, una de las primeras consideraciones que hicimos al integrarnos al Comité de Ética de la AEP giraba en torno a la percepción de un vacío epistemológico en los psicoterapeutas en este terreno dado que, a pesar de la relevancia del tema, la ética representa un verdadero océano al que sólo parece posible aproximarse desde la propia curiosidad e inquietud. Esto lleva a una primera realidad, habitualmente denunciada pero realmente estática a pesar de ello, y es la inmensa laguna que existe en la formación de psicólogos y psicólogas en el ámbito de la ética, que apenas se convierte en una cuestión transversal en la mayoría de los planes de estudio de psicología.

Sin la intención de cubrir todas estas lagunas, tarea que excede con creces los límites de este artículo, sí queremos aportar algunas nociones de base que nos sirvan de caldeamiento para ver cómo ha sido y puede ser reflexionada la ética.

Ética y Moral: Dos Realidades Relacionadas

Ética y moral son dos realidades relacionadas. La primera procede del griego *êthos* y la segunda del latín *mos o moris*, ambas relativas a la misma idea: las costumbres, los caracteres, las maneras de vivir y de actuar (Compte-Sponville, 2005). Además, tienen el significado de morada, refugio y guarida. En este sentido, Boff (2003) se refiere a la morada como el “conjunto de las relaciones entre el medio físico y las personas” y a la organización de ambos espacios (el físico y el relacional) de acuerdo, por un lado, con una serie de valores o principios, que sería lo que “da carácter a la casa y a las personas”, y es lo que el autor denomina como “ética y carácter ético de las personas”; y por el otro, a las costumbres, hábitos, que es lo que denomina como “moral y postura moral de una persona”.

Compte-Sponville en su *Diccionario filosófico* (2005) define la moral como “el discurso normativo e imperativo que resulta de las oposiciones del bien y el mal, considerados como valores absolutos trascendentes. Está formado por obligaciones y prohibiciones (realidad que podría referirse a todos los códigos de conducta existentes en las distintas disciplinas): es el conjunto de nuestros deberes. La moral responde a la pregunta ¿Qué debo hacer?” Se pretende una y universal”. Se puede decir que son “juicios relativos al bien y al mal”, que dirigen la conducta de los seres humanos. Estos juicios se concretan en las normas de comportamiento que regulan los actos de un individuo en su quehacer diario.

La moral está al servicio de la ética, serían aquellas costumbres, reglas y valores que rigen la ética. Como consideran Cortina y Martínez (1996, p. 22), se trata de niveles de reflexión diferentes de pensamiento y lenguaje.

Por otra parte, la ética es:

un discurso normativo pero no imperativo, que resulta de la oposición entre lo bueno y lo malo, considerados simplemente como valores relativos (...)

Una ética responde a la pregunta “¿Cómo vivir?” Siempre es relativa a un individuo o a un grupo. Es un arte de vivir que tiende la mayoría de las veces hacia la felicidad y culmina en la sabiduría. (Compte-Sponville, 2005, p.)

Hace referencia a lo que necesitamos para crecer, para vivir en libertad, felicidad... y con otros. El compromiso con uno mismo y de uno mismo con los otros.

Al retomar la pregunta del párrafo anterior y vincularla con el objeto de este artículo, es decir, ¿cómo vivir como psicoterapeutas?, se hace necesario añadir al “cómo vivir” el “cómo queremos hacerlo”, poniendo peso en el acto volitivo y de responsabilidad que se pone en juego en la práctica psicoterapéutica y que incorpora, por tanto, la reflexión sobre la posición existencial que tenemos como terapeutas. ¿Qué visión del ser humano tenemos? Con este acto (entendido como un moverse hacia delante) reflexivo, se rompe el posicionamiento rígido que muchas veces está implícito en todo lo normativo y se da espacio a una posición de mayor libertad y también de responsabilidad, asumiendo que cada decisión que tomamos nos compromete con cómo miramos y entendemos al otro, y, desde luego, cómo nos relacionamos con ese otro.

Ya que somos seres sociales y necesitamos del otro para nuestro desarrollo y crecimiento, no podemos dejar de tener en cuenta que es necesario partir de un principio de respeto y de crecimiento conjunto. Y es que la ética es un acto de voluntad del ser humano en libertad (Otálora, 2017) y “fruto de la convivencia”.

Favorecer la mirada ética en la psicoterapia, es incorporar “el camino reflexionado del vivir”. Lo que “implica una atención presente y un discernimiento constante para orientar cada una de nuestras interacciones en la dirección del cuidado personal, social y comunitario” (Moreno y Casillas, 2015. pág. 194). Un camino que va en línea con una serie de valores que determinan que no solo no valga todo, sino, fundamentalmente, que no valga de cualquier manera, ni desde cualquier lugar. Esto es, que esté comprometida con la verdad: una actitud coherente, congruente, de aceptación incondicional y que vibra ante la realidad de los otros. En definitiva, una posición amorosa del terapeuta hacia el grupo y cada uno de los integrantes del mismo.

Ética del Encuentro

Si aceptamos partir de una mirada amplia, podemos señalar que la finalidad última de un proceso de psicoterapia grupal es promover un encuentro, con uno mismo y con los demás, que acerque a la persona y al grupo hacia una libertad creadora, fundante de una nueva escena vincular más sana y productiva.

Para lograr abrir este camino son necesarios algunos ingredientes. Como base se ha insistido en la necesidad de que el terapeuta, coordinador o coordinadora del grupo, cuente con una formación adecuada, conozca la naturaleza del grupo, su desarrollo evolutivo, sus fortalezas y sus dificultades, y tenga la habilidad de

saber desplegar las herramientas y métodos de intervención de forma adecuada, acorde a ese tiempo vivencial y sutil que J. L. Moreno, creador del psicodrama, denominó *Momento*.

Por supuesto, compartimos la creencia de que una buena formación del terapeuta es un elemento clave para favorecer un proceso exitoso de grupo y que su preparación constituye uno de los elementos centrales de su compromiso ético. Como señalan Escribar et al. (2004) junto a otros muchos autores “La ética profesional, como ética aplicada, tiene el objetivo de guiar la acción de manera que la profesión sea desempeñada por personas técnicamente capaces y moralmente íntegras.”

Pero mucho más allá de un conocimiento técnico, como cualquier proceso de desarrollo humano, el grupo requiere de un espacio vincular que se constituya en matriz de crecimiento y de un desarrollo procesual que permita su evolución en el tiempo. J. L. Moreno (1961/1993) denominó a estos elementos necesarios *locus*, que hace referencia al lugar físico concreto donde tiene lugar la acción, *matriz*, el entorno vincular que acoge el proceso y *status nascendi*, su progresión dinámica.

Si volvemos sobre la idea inicial de promover el desarrollo de una libertad creadora, es necesario que surja en ese espacio vincular la presencia de un elemento “alquímico”, una suerte de magia que permita la transformación del grupo, más allá de su adecuación y eficacia, y lo transforme en un espacio de vida capaz de engendrar una realidad nueva. Este elemento es lo que denominamos “encuentro”.

Del encuentro nace la vida nueva, del mismo modo que en los albores de nuestra civilización surgió la cultura, el *nomos*, frente a la *physis*, lo natural, como una naturaleza nueva que el ser humano creó para sí. Como defiende Lledó (2018) es la educación, la transmisión de la cultura, la que, a través del lenguaje, la memoria, los afectos, va creando valores como la justicia, la verdad, la belleza.

El encuentro nace a partir de un reconocimiento profundo del otro y abre camino a una nueva posibilidad de existencia, que trasciende la realidad vincular previa de los participantes.

Sin embargo, el encuentro es un hecho difícil. Requiere de un proceso de maduración que permita un reconocimiento vivo, abierto y bidireccional de esa desconcertante realidad existencial que denominamos otredad. El encuentro es una necesidad plena del otro, no puede hacerlo el terapeuta sin el grupo ni el grupo sin el terapeuta, no puede hacerlo un hijo sin un padre ni un padre sin un hijo, es interdependiente y requiere de la construcción conjunta de un entorno vincular que incorpora todos los elementos del sistema y los unifica en una nueva experiencia compartida. Retomando la cita de Boff (2003), en el texto ya citado señala cómo en el encuentro se expresa la profundidad de la dimensión ética, puesto que no es un acto concreto, es un ambiente que “da carácter a la casa y a las personas”. Aspecto que se relaciona profundamente con el concepto de cohesión grupal.

La comprensión psicodramática del proceso evolutivo de un ser humano, -también vale cualquier otra que contemple su desarrollo dinámico-, describe cómo este atraviesa una serie de matrices, desde un primer espacio de fusión madre-

hijo, denominada matriz de identidad indiferenciada, a un progresivo proceso de diferenciación que va permitiendo la adquisición de un cierto sentido de identidad propia hasta hacer posible la aparición en escena de aquel otro, “tú” diferenciado y nutritivo, que será reconocido y presente, siempre y cuando se haya podido completar con éxito este proceso evolutivo.

La mayoría de las veces, este acto de maduración permanece como un proceso en marcha, siempre inacabado, y lo mismo ocurre en un grupo que atravesará distintas fases hacia su estructuración social, como se describirá más adelante.

Esto nos sitúa ante un dilema inevitable, puesto que la ética del encuentro requiere admitir que el terapeuta no es ese ser maduro de carácter ético. Como cantaba Goytisolo a su hija en el poema *Palabras para Julia* (1980), requiere admitir que “yo aún estoy en el camino”

Uno de los factores terapéuticos de grupo que señala Yalom es la universalidad, es decir, el enorme alivio que las personas experimentan al ver que comparten las dificultades con otros. Entonces, si nos acogemos de forma rígida a los principios éticos en el marco de lo escrito y normativizado y el terapeuta se muestra como alguien “intachable”, ¿a qué distancia se sitúa del grupo?

Decía Rogers:

Cuando me veo como parte de un proceso, advierto que no puede haber un sistema cerrado de creencias ni un conjunto de principios inamovibles a los cuales atenerse. La vida es orientada por una comprensión e interpretación de mi experiencia constantemente cambiante. Siempre se encuentra en un proceso de llegar a ser. (1972/1994, p.35)

El punto de partida entonces es admitir que el terapeuta, como elemento de ese sistema, está también inmerso en el *llegar a ser*, y que la construcción ética del grupo nunca puede ser unidireccional, exige la presencia de un proceso intersubjetivo y dinámico, acorde al movimiento del sistema terapéutico. El camino de definir qué coordenadas debemos considerar queda abierto, pero como principio podemos apuntar a los factores verbales y muy especialmente los no verbales de la interacción: topología, proxemia, mirada, contacto físico, prosodia, etc.

Estos factores fueron cobrando relevancia a partir de los desarrollos de la escuela de Palo Alto y sus aportaciones a la teoría de la comunicación humana (Watzlawick, 1967/1997) y su interés ha continuado en auge con la incorporación cada vez más extendida de las técnicas activas tanto en el ámbito de la psicoterapia como en otras intervenciones con grupos.

De modo más reciente, la Teoría Polivagal de Porges publicada por primera vez en 1995, ofrece un modelo neurobiológico que contempla el sistema nervioso autónomo como un sistema relacional, que ofrece señales de seguridad o de peligro en la comunicación con otros sistemas nerviosos del entorno que activan o desactivan nuestro sistema de conexión social “En la práctica, un cambio en el estado cambiará el acceso a diferentes estructuras en el cerebro y favorecerá, ya sea la comunicación social, o los comportamientos defensivos de luchar o huir, o

la paralización” (Porges y Dana, 2019, p.95).

Desde esta aportación, vemos cómo la perspectiva neurobiológica de la comunicación tiene también su propia dimensión ética, que apunta a la importancia de la co-regulación para el bienestar y la salud de las personas y su desarrollo vincular “Las señales de seguridad (por ejemplo, vocalizaciones prosódicas, expresiones faciales positivas y gestos) necesitan estar disponibles y ser detectadas (...) para reaccionar ante la «intención» de estos movimientos.” Cuando el sistema nervioso autónomo detecta una gran amenaza, el organismo entra en un estado de parálisis o desconexión, por vía de la activación del nervio vago dorsal, nuestro último y más antiguo sistema de supervivencia.

Contextualizando estas ideas en la época actual, el siglo XXI, se pueden interpretar algunas de las realidades que vivimos como el resultado de esta desconexión, en función de la percepción de un peligro que es abstracto, incierto, pero que “sobrevuela” la experiencia humana, como el hecho de no ser considerado valioso, poder ser atacado, criticado ante todos, etc. Como señala Valcárcel (2015), la desafección es uno de los grandes peligros del siglo XXI, reflexión que compartimos, con dolor y también con la esperanza de aportar entre todos vías de reconexión y crecimiento.

El Momento Presente, Siglo XXI

El momento presente se desarrolla en el marco de un mundo complejo en el que conviven realidades económicas, políticas, sociales, culturales y medioambientales variadas y con distintos niveles de dificultad. En el que prácticamente todas las personas experimentan situaciones ambivalentes, y pueden vivir su día a día con una sensación de vacío y soledad a la vez que están conectados con cientos de personas de la otra punta del planeta. Los acontecimientos de los últimos tiempos nos llevan a conectar con nuestra parte más vulnerable, con nuestras limitaciones y con nuestra posibilidad de superarnos y evolucionar gracias a los grandes avances médicos, tecnológicos, donde hemos venido superando muchas dificultades con las que nos hemos encontrado a lo largo de los siglos, hasta el punto de que somos capaces de salir del mundo y vernos a distancia.

Estos años del siglo XXI están suponiendo un cambio en nuestra manera de estar en el mundo. “La época que vivimos parece requerirnos aprender a vivir con la incertidumbre, con flexibilidad, movilidad en nuestros planes y acciones con una visión a mediano y corto plazo, más que a largo plazo. Nos plantea también retos relacionados con la predicción y el control respecto de un mundo llamado objetivo... un mundo muy alejado de la experiencia humana... un mundo inventado por un sujeto que se piensa a sí mismo como “observador neutro” (Najmanovich, 2001/2003, p.12., citado por Moreno y Casillas, 2015, p.191).

Un contexto que rompe la homeostasis del ser humano, y le obliga a tener que adaptarse a situaciones que escapan de su control: pandemia mundial, catástrofes medioambientales... y es que estamos en un mundo interconectado donde la mayoría

de las cuestiones que nos afectan son globales y donde las soluciones, no queda otra, tienen que ser, por tanto, también globales. En este sentido, en 2015, la Asamblea General de las Naciones Unidas adoptó la Agenda 2030 y su articulación a través de los Objetivos del Desarrollo Sostenible como propuesta de solución global que pretende “no dejar a nadie atrás”. Esta agenda abarca 5 dimensiones claves para el desarrollo sostenible: personas, planeta, prosperidad, paz y alianzas. Este acuerdo asumido por la comunidad internacional se convierte en un compromiso para que todas las personas alcancen su pleno desarrollo.

El escenario de estos últimos años tambalea nuestra forma de estar en el mundo, con el otro y con nosotros mismos. Creíamos que teníamos el poder de crear y de destruir (el siglo XX nos devolvió la cara más hermosa y cruel del ser humano, guerras mundiales, grandes inventos, salto cualitativo y cuantitativo en el desarrollo) y nos adentramos en un siglo que nos ha abofeteado en este sentido y ha puesto encima de la mesa nuestra capacidad limitada, somos finitos. Y más a partir de la pandemia de la COVID-19 que ha puesto el mundo en jaque, y está suponiendo una situación paradójica, ya que más que nunca necesitamos del otro para poder salir adelante y más que nunca el otro es una amenaza.

Lo bueno y lo malo de vivir en sociedad, como no podía ser de otra manera, van de la mano. Estar cerca es peligroso, estar lejos es dañino. Todo esto tiene una clara repercusión en nuestra salud mental, ejemplo claro de esto, es la repercusión que está teniendo en la población adolescente, momento de socialización por excelencia, donde el confinamiento ha impedido relacionarse presencialmente con otros, con el consecuente efecto para su salud mental (ansiedad, depresión, conductas autolíticas, comportamientos obsesivos, trastornos de alimentación). Sí, el miedo se ha disparado.

Estamos en un momento en el que se hace necesario cuestionarnos éticamente el mundo, lo que afecta a los distintos ámbitos y saberes de la vida.

La psicoterapia grupal, objeto de este artículo, no es por tanto ajena a esta reflexión. ¿Cómo se puede favorecer una mirada ética, entendida como una ética del encuentro, saludable, sincera y amorosa en la relación con los grupos (tanto naturales como artificiales)?

Hay un diálogo vivo y necesario entre psicoterapia y ética que tiene como destino el encuentro de ambas; en donde se ponen en juego todos (desde su rol) los participantes en este sistema complejo, desde una visión crítica y comprometida. En definitiva, se trata de repensar y co-crear una cultura de la ética psicoterapéutica del siglo XXI.

Como señala Camps (2003) “Las razones por las que una determinada teoría ética nos parece irrealizable, o poco motivadora, tienen que ver con problemas específicos de cada momento histórico”. Es decir, su realización requiere trascender las limitaciones o dificultades que impone un contexto determinado, tomándolo en cuenta, en un camino de integración que puede resultar muy similar a un proceso de psicoterapia.

Dicho esto, ¿cómo es posible cultivar una posición ética en el volátil y vertiginoso contexto del siglo XXI? Abad y Orón (2015) señalan que “es la continuidad de la experiencia la que otorgaba profundidad y sentido a las nociones de tiempo y de espacio” y añaden “la digitalización ha significado para la sociedad la aceleración de sus ritmos vitales. La impaciencia se ha convertido en un mal crónico de la sociedad red y en cierto modo nos hemos vuelto intolerantes a la espera. Nos hemos acostumbrado a la inmediatez de las relaciones comunicativas y a la fugacidad con la que se procesan los órdenes en la red”. Este sentido de lo inmediato y su exigencia de productividad parece que tiene mucho que ver con el apremio de resolver las cuestiones morales a través de una ética normativa. “La juridificación de todos los discursos, incluido el moral, es un peligro de nuestro tiempo contra el que hay que defenderse” (Camps, 2003).

Como se ha tratado de transmitir a lo largo del texto, nos parece que el único camino es recuperar un sentido de proceso que nos permita a todos los actores sociales evolucionar juntos. Si tomamos el grupo como microcosmos social, y aplicamos lo que sabemos de su desarrollo, sus fases de creación y evolución, y también los procesos que lo vuelven regresivo -como ha ocurrido a nivel social con la situación de pandemia- quizá encontremos una orientación útil para una transformación social más amplia.

El Proceso Evolutivo del Grupo

Los grupos, como sistemas dinámicos, están en constante cambio y se desarrollan atravesando una serie de fases que han sido sistematizadas por diversos autores. Como señala Población (2019, p. 189):

La utilidad de conocer este modelo de evolución, que se repite casi matemáticamente, es útil para el práctico porque en función, no de los contenidos, sino de la latencia que aparece en el fondo de lo que ocurre en cada momento, puede situarse para reconocer la fase evolutiva correspondiente, pudiendo así intervenir para ayudar al grupo a seguir su proceso de maduración.

Un proceso que contribuya a que el propio grupo se convierta en fuente de crecimiento y “sanación”.

Del mismo modo, se han señalado distintas etapas en la conformación de una dimensión ética en el desarrollo individual. Tal y como apunta Villegas (2014, p. 28):

La moral es una neoestructura que tiene que seguir un proceso de formación de neoestructuras, no previstas por la naturaleza, que sigue un proceso de regulación evolutivo bajo el principio de la mejor adaptación al medio, lo cual da lugar a un desarrollo por fases que arrancan ya en la primera infancia.

Para hablar del proceso de construcción ética del grupo vamos a tomar como referencia ambos desarrollos que están estrechamente ligados, puesto que, en la medida en que la identidad de grupo aún no exista y predomine un posicionamiento egocéntrico de los participantes, más difícil será, por no decir imposible, que la dimensión ética impere en él. Como señala Villegas (2014), la adquisición de una

posición ética implica poder salir de la mirada sobre uno mismo, poder ver al otro, como un ser con necesidades diferentes.

Como señala Schutz (1958) toda persona que se integra en un grupo trae consigo una serie de necesidades fundamentales que van a estar presentes en el primer momento de conformación de cualquier sistema o grupo: escena primigenia (momento inicial). Es una primera fase “caótica”, donde la confusión impera y aún no existe el grupo, sino un conglomerado de elementos. El otro -la otredad- todavía no tiene cabida, no existe, y cada miembro responde de acuerdo a sus necesidades. El grupo busca y depende de una “madre” (una madre simbólica) que le resuelva, que le nutra y le facilite marcando el horizonte hacia donde dirigirse. La resolución de este primer momento va a marcar el desarrollo del grupo. Como señala Población (2019) en el caso de que el coordinador caiga en la tentación de responder de manera indiscriminada a todas las demandas del grupo, se establecerá una estructura sociométrica en estrella, que va a tener una repercusión negativa en el proceso grupal.

Se puede decir, de acuerdo a la clasificación de Villegas sobre el desarrollo de la ética en las personas, que el grupo, como le pasaría a un persona desde que nace hasta los dos años, está en una fase prenómica, donde no hay una vinculación ética, ya que no existe el otro, y este es únicamente reflejo de sus necesidades, carencias, temores, riesgo a sentirse excluido... El objetivo de cada uno de los miembros del grupo es la supervivencia y no hay grupo. En este momento, cada uno es una isla a la deriva, y en función de los movimientos que facilite el terapeuta, cada isla comenzará a acercarse a otras islas, a probar, con el objetivo primero de configurarse como archipiélago para poco a poco ir configurándose como una península.

A medida que los participantes se van conociendo, van intercambiando datos, el grupo empieza a cohesionarse. Comienzan las primeras atracciones hacia unos y rechazos hacia otros. Se empiezan a establecer los pilares del grupo y a configurarse, por tanto, el grupo como sistema. Comienza a darse un reconocimiento mutuo, ya que se pasa del Yo al no-Yo, un yo diferenciado, hay un inicio de relación, aunque todavía cada participante se centra en sus deseos, no puede todavía utilizar fácilmente la perspectiva ajena. Existe mucho miedo al rechazo, a no ser válido, lo que lleva a buscar la aprobación en la mirada del líder y el apoyo incondicional del grupo. Se va desde el deseo de ser parte hasta el profundo miedo a la pérdida de libertad. Sigue imperando una estructura asimétrica, en torno al rol del líder, el grupo se coloca en una posición dependiente. Para que el grupo pueda ser un espacio de crecimiento, necesita que el coordinador suelte esta posición y devuelva a cada uno de los miembros la confianza y responsabilidad en ellos mismos, de manera que puedan ir poco a poco haciéndose con el funcionamiento del grupo y se vaya transformando en una organización democrática.

Posteriormente, y de acuerdo a las fases establecidas por Población (2019), el grupo atraviesa una fase en el que destaca el interés por las relaciones familiares, las primeras vinculaciones establecidas (Fase Familiar). Es un momento de des-

centramiento. Se recrean los modos de relacionarse de las primeras vinculaciones (familiares, sociales...). Se ponen en juego los roles que han sido adquiridos a lo largo de la biografía, así como los personajes -roles de supervivencia- que han necesitado ir construyendo para protegerse. En el grupo, además, se asume que hay unas normas, hay que aceptar el mundo exterior y sus reglas. Esta fase, que ocupa una gran parte de la vida del grupo, cuenta con un inicio en el que hay aceptación y no cuestionamiento de la autoridad. “Ha llegado a entender que puede aprender más y conseguir mejor sus objetivos si acepta el mundo exterior y sus reglas” (Villegas, 2014). En este sentido el coordinador del grupo, desde una actitud de aceptación y escucha, acompañará a que el grupo pueda ir desvelando la escena que late, ayudando a eliminar de forma progresiva el componente transferencial y favoreciendo el encuentro con el otro, tal y como es. Esta función requiere del terapeuta una mirada sistémica y flexible que le permita liberarse de la ilusión de contar con una verdad absoluta o un único camino que pueda conducir a la cohesión y crecimiento del grupo.

Desde la confianza que se va generando en el espacio grupal, empezarán a experimentar que se pueden relacionar de una manera más profunda a como lo suelen hacer y pueden vivenciar que en el grupo pasan cosas más allá de la intervención del terapeuta.

Llega un momento en el que en el grupo aparece el conflicto, de contradependencia. Es cuando aparecen, generalmente de una manera más manifiesta, luchas de poder, rechazo y rebeldía frente a las figuras de autoridad. “No se lucha por la libertad sino que se demanda la libertad” (Población y López Barberá, 2016, p.67). Ahora se pone en juego lo normativo, hay un deseo, con miedo, de transgredir la norma. Se hace necesario replantearse la manera de estar con el otro, como autoridad. Se quiere acabar con lo que tiene que ser, salto necesario hacia la asunción de la responsabilidad. El terapeuta debe mantener su postura, sin dejarse arrastrar por los ataques del grupo. Será el respetar al grupo, el permitir el conflicto, el ayudarle a tomar conciencia y fundamentalmente a no entrar en las luchas de poder

Poco a poco el grupo es capaz de autoafirmarse sin luchas de poder. Hay una búsqueda de la propia identidad. Finalmente, el grupo llegará a una fase de interdependencia, en la que cada participante conecta con la necesidad del otro y, por otra parte, es capaz de diferenciarse. Ahora se constituye como un “ente micro social entendida como una estructuración relacional y con unos objetivos presentes o potenciales” (Población, 2016 p. 63). El grupo cuenta con sus propias leyes y su lenguaje interno. El terapeuta parece sobrar o es integrado como uno más.

En este momento el grupo se vuelve autónomo y como señala Villegas (2008) al referirse a la construcción de la moral en la persona, este es “el resultado de un largo proceso de socialización” (Villegas, 2008, p. 210) en donde “se integran los diversos niveles morales, el desarrollo de un criterio propio” “la persona autónoma puede experimentar placer en dar desinteresadamente a los demás o en cumplir sus obligaciones como ciudadano”. No es únicamente la capacidad de escoger o

de querer, sino la de decidir.

Este proceso evolutivo del grupo se repite y se puede observar -y celebrar- siempre y cuando tenga lugar un desarrollo “sano” del grupo, es decir, que se produzca un avance en espiral que permita ir integrando y atravesando los distintos obstáculos que puedan surgir, tanto a nivel relacional, como otras eventualidades, tales como pérdidas, interrupciones, o disrupciones de cualquier tipo, incluidas las que sucedan en el contexto virtual, que pueden poner en jaque al grupo, detenerlo o hacerlo regresar a posturas defensivas y vivencias propias de fases más tempranas.

Al trasladar esta idea evolutiva del grupo al contexto social del siglo XXI, muy especialmente en el marco de la pandemia, vemos cómo estos procesos regresivos generan una gran dificultad de progreso, puesto que nos sitúan ante un gran dilema para la ética del encuentro, que surge en contextos de miedo, fragilidad e incertidumbre; aceptar la vulnerabilidad o desplegar nuestras defensas. Un dilema que pone en juego diversos pares de opuestos, la verdad frente la mentira, la ética frente a la cosmética.

Verdad y Mentira. Ética y Cosmética

En el proceso psicoterapéutico a menudo se denomina metafóricamente “máscaras” o “ropajes” a aquellos aspectos defensivos contruidos por la persona como vías de supervivencia que ofrecen un cierto sentido de protección y, sin embargo, son fuente de malestar y sufrimiento, puesto que limitan su libertad y su desarrollo creativo. Desprendernos de estos roles, supone dejar al descubierto lo que más temor nos da, nuestro yo verdadero, que en algún momento de nuestra biografía hemos entendido que no era válido o suficiente. Supone mostrarnos “desnudos” tal y como somos, con el riesgo que esto implica, mostrar nuestra vulnerabilidad, y la consecuente creencia de que podremos ser más fácilmente dañados; a la vez esta es, la de desenmascarnos, la única vía para poder sanar nuestras heridas. Es un salto cualitativo, de la mentira a la verdad, de una posición reactiva a una proactiva, de la cosmética a la ética. Es un acto de confianza que inevitablemente es vivido como un salto al vacío, puesto que la angustia es inherente a todo proceso de transformación.

El valor, en el sentido de virtud, está íntimamente relacionado con la idea de verdad. ¿Podemos pertenecer si no estamos de verdad? ¿Podemos sentirnos parte si fingimos en nuestra manera de relacionarnos? Una posición ética implica aceptar el camino de un encuentro sin máscaras, al descubierto, sin maquillaje, comprometido con los otros y con nosotros mismos, de una manera coherente con nuestro sentir más íntimo. A este recorrido se refiere Cortina (2013) cuando señala que “la cosmética sería cosa de maquillajes que mejoran el aspecto de las personas durante un tiempo, pero no las transforman por dentro, mientras que la ética se refería a una transformación interna” (2013, p.45) que no es otro que el fin que se persigue en cualquier proceso terapéutico.

Para ello es necesario escapar de los juegos de poder (partiendo de la visión

de Población), abandonar la manipulación del otro para alcanzar un objetivo propio. Supone salir de posiciones egocéntricas, como terapeuta o como participante del grupo, donde lo que predomina no es el deseo de crecimiento sino el deseo de mirar el reflejo de uno mismo en el grupo, podríamos decir que el deseo de que el grupo sea a mi imagen y semejanza, lo que lleva a que pierda en libertad y dignidad, virtudes propias de una posición ética.

Incorporar la ética de la verdad implica una apertura a la incertidumbre, al dolor, pero también a la libertad, la responsabilidad y el crecimiento... Sólo desde una mirada amorosa, se abre la posibilidad de que emerja la verdad de los participantes en el grupo y del propio grupo. Como hemos señalado en otro trabajo “se dejan a un lado los aspectos adquiridos, fruto de la cultura en conserva, las prácticas y conductas adquiridas, el discurso intelectual, y lleva a la persona a que se “desnude” y a conectar con su yo verdadero –integrado e incompleto- (...)” (García y González Díaz, 2018).

Conclusiones

El artículo propone una ética de carácter teleológico, donde se define el encuentro como finalidad de la vida humana. Para el siglo XXI tenemos el reto de integrar una ética que requiere ser construida a través de un proceso compartido en un contexto siempre cambiante y relacionamente complejo.

Pueden señalarse las siguientes ideas clave:

La ética se mantiene en ese proceso dinámico de *llegar a ser* y es una construcción intersubjetiva.

Se entiende la ética en general y en la psicoterapia en particular, como un proceso de decisión: reflexión, conocimiento, compromiso, acto volitivo... en todos los miembros del sistema terapéutico.

Es necesario incidir en el valor de reforzar y resignificar la ética dentro de los programas formativos de la terapia de grupo. Favorecer la reflexión, la mirada crítica y el compromiso, como señala Bascuñán (2016), con una determinada “postura ético-terapéutica” que se fundamenta en el modelo psicoterapéutico al que cada uno se adscribe, su revisión como terapeuta y la mirada comprensiva que tenga sobre el grupo.

Hay que considerar que la ética del encuentro parte de la escucha y del principio de realidad, de un abordaje no evitativo ni confrontativo de los conflictos, sino creativo, lo que es posible gracias a la simbolización, no solo a través del lenguaje, sino de todas las vías activas, explícitas o implícitas.

Por último, es importante destacar que la interdependencia, la construcción ética en el encuentro, ofrece una vía integradora como respuesta a la dificultad que surge en las relaciones humanas en torno al binomio dependencia-libertad.

Notas

- 1 Areté (en griego antiguo, ἀρετή areté ‘excelencia’)
- 2 Menciona cuatro principios éticos: Respeto por la dignidad de las personas y los pueblos, Cuidado competente del bienestar de los otros, Integridad, Responsabilidades profesionales y científicas con la sociedad (De Andrea, N. y Prat, R., 2012; IUPsy, 2008).

Referencias

- Abad, G. L. y Orón, L. C. (2015). Espacio y tiempo en el siglo XXI: velocidad, instantaneidad y su repercusión en la comunicación humana. *Revista ComHumanitas*, 6(1), 219-233.
- American Psychological Association. (2010). *Ethical principles of psychologists and code of conduct [Principios éticos de los psicólogos y código de conducta]*. <https://www.apa.org/ethics/code/principles.pdf>.
- Bascuñán, M. L. (2016). Desafíos éticos en psicoterapia. Perspectiva de terapeutas y pacientes. *Revista de Psicoterapia*, 27(104), 203-215. <https://doi.org/10.33898/rdp.v27i104.58>
- Beauchamp, T. L. y Childress, J. F. (1979). *Principles of biomedical ethics [Principios de la ética biomédica]* (1ª ed.). Oxford University Press.
- Boff, L. (2003). *Ética y moral. La búsqueda de los fundamentos* (5ª ed.). Sal Terrae.
- Camps, V. (2003). Teoría y práctica de la ética en el siglo XXI (Undécimas Conferencias Aranguren, 2002). *Isegoría*, 28, 115-142. <https://doi.org/10.3989/isegoria.2003.i28.509>
- Compte-Sponville, A. (2005). *Diccionario filosófico*. Paidós.
- Cortina, A. (2013). *¿Para qué sirve realmente...? La Ética*. Paidós.
- Cortina, A. y Martínez, E. (1996). *Ética*. Akal.
- De Andrea, N. y Prat, R. (2012). Análisis comparativo entre el “Protocolo de Acuerdo Marco de principios éticos para el ejercicio profesional de los psicólogos en el Mercocur y Países Asociados” y la “Declaración Universal de principios éticos para psicólogas y psicólogos”. *IV Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XIX, Jornadas de Investigación VIII, Encuentro de investigadores en Psicología*. Universidad Nacional de Buenos Aires, Argentina.
- Escribar, A., Pérez, M. y Villaroel, R. (2004). *Bioética: fundamentos y dimensión práctica*. Mediterráneo.
- García, L. y González Díaz, M. (2018). Reflexiones: De la integración al vacío. *Revista La Hoja de Psicodrama*, 67, 22-30.
- Goytisolo, J. A. (1980). *Palabras para Julia y otras canciones*. Laia.
- Lledó, E. (2018). *Sobre la educación: la necesidad de la literatura y la vigencia de la filosofía*. Taurus.
- MacIntyre, A. (1987). *Tras la virtud*. Crítica.
- Medina Vicent, M. (2016). La ética del cuidado y Carol Gilligan: una crítica a la teoría del desarrollo moral de Kohlberg para la definición de un nivel moral postconvencional contextualista. *Daimon Revista Internacional de Filosofía*, (67), 83-98. <https://doi.org/10.6018/199701>
- Moreno, J. L. (1993). *Psicodrama*. Hormé. (Trabajo original publicado en 1961)
- Moreno, S. y Casillas E. (2015). Psicoterapia y bienestar personal en la vida cotidiana. En R. Enríquez-Rosas, E. N. Gómez- Gómez y T. Zohn-Muldoon (Coords.), *La psicoterapia frente al bienestar y al malestar* (pp.). ITESO.
- Otálora, S. (2017). Una mirada ética de la dignidad humana desde Viktor Frankl. *Revista Temas: Departamento de Humanidades Universidad Santo Tomás Bucaramanga*, 3(11), 165-181.
- Población, P., López Barberá, E. y González Díaz, M. (2016). *El mundo de la escena. Psicodrama en el espacio y el tiempo*. Desclée De Brouwer.
- Población, P. (2019). *Tratado de psicoterapia activa. Un psicodrama actual*. Morata.
- Porges, S. W. y Dana, D. (2019). *Aplicaciones clínicas de la teoría polivagal: el nacimiento de las terapias influenciadas por la teoría polivagal*. Editorial Eleftheria.
- Rodríguez, M. L. B. (2016). Desafíos Éticos en Psicoterapia. Perspectiva de Terapeutas y Pacientes. *Revista de psicoterapia*, 27(104), 203-215.
- Rogers, C. (1994). *El proceso de convertirse en persona*. Paidós. (Trabajo original publicado en 1972)
- Valcárcel, A. (12 de octubre 2015). *Construyendo el humanismo del siglo XXI* [Seminario]. Biblioteca Virtual Miguel de Cervantes. Cortesía de la Cátedra Alfonso Reyes. <http://www.cervantesvirtual.com/nd/ark:/59851/bmc0876898>

-
- Villegas, M. (2008). Psicopatología y psicoterapia del desarrollo moral. *Apuntes de Psicología*, 26(2), 199-228.
- Villegas, M. (2014). Origen, construcción y desarrollo de la dimensión moral en el psiquismo humano. *Revista de Psicoterapia*, 25(98), 25-40. <https://revistadepsicoterapia.com/index.php/rdp/article/view/89>
- Watzlawick, P., Beavin, J. y Jackson, D. D. (1997). *Teoría de la comunicación humana. Interacciones, patologías y paradojas*. Herder. (Trabajo original publicado 1967)