



O CONTRATO DE PSICOTERAPIA

Rogério Christiano Buys, 2005

O contrato entre psicoterapeuta e cliente frequentemente é encarado como um pequeno detalhe em relação ao trabalho a ser realizado por ambos. Seria apenas o ajuste das condições objetivas que regulariam as sessões, como: horário, preço, etc. Porém, é importante frisar que o contrato é muito mais do que isso; ele marca toda a relação terapêutica profundamente e merece ser pensado com muito cuidado.

A palavra “contrato” é etimologicamente derivada do latim “contractus” que é o particípio do verbo “contrabo” que significa “contrair”, “diminuir”, “reunir”, “produzir”, “fazer nascer”, “encurtar”.¹ O termo em apreço denota “aproximação” entre duas pessoas, terapeuta e cliente; “encurtamento” da distância que os separava antes e que “faz nascer” uma relação entre os dois determinada por este “contrato”, e em seus termos. Mas, deve-se acentuar: esta relação não é espontânea, não nasce ao acaso das relações interpessoais; ela é determinada pelas condições do contrato e só por estas e durante todo o tempo da relação.



O contrato psicoterapeuta/cliente é complexo e dotado de aspectos diversos, interagentes, que caracterizam o início do trabalho psicoterapêutico ao mesmo tempo em que o determina durante todo o tempo.

Vamos examinar a seguir cada um desses aspectos em suas características mais importantes. Inicialmente vamos tratar do contrato psicoterapeuta/cliente do ponto de vista ético e, em seguida, de sua legitimidade e esta sob o enfoque jurídico, psicológico e centrado na pessoa. Em continuidade dedicaremos um capítulo sobre as condições objetivas do contrato e, depois, das condições subjetivas e encerraremos com um parágrafo no qual discutiremos o tema contrato de psicoterapia e humanismo.



¹ SARAIVA, R. R. dos Santos. “Novíssimo Dicionário Latim-Português – Etimológico, Prosódico”. Liv. Garnier, Rio/Belo Horizonte, 1993.

1. As Condições de Eticidade do Contrato de Psicoterapia

O psicoterapeuta está comprometido eticamente com a sociedade como um todo, conforme o juramento proferido em sua formatura como psicólogo. O juramento proferido compromete o psicólogo diante de sua turma, de sua classe (a dos psicólogos) e é testemunhado pelos representantes da direção da Universidade que, assim, universaliza seu juramento. Um psicólogo é psicólogo em qualquer parte do mundo. Este é o primeiro contrato firmado pelo psicólogo e os demais que forem sendo firmados ao longo da vida profissional com seus clientes, são reproduções daquele contrato inicial que ao mesmo tempo em que o confirmam, são confirmados por ele.

Ao contratar com o cliente o psicoterapeuta está assegurando diante do cliente, da classe dos psicólogos e da sociedade em geral a lisura ética do trabalho a ser realizado. Mas a questão vai ainda mais adiante. Kant, no século XVIII, nos legou o “imperativo categórico” que diz: “Aja sempre de maneira que a máxima de tua ação possa se tornar uma lei universal”. Kant legitima eticamente qualquer ação contrapondo-a com a humanidade (lei universal). Portanto, o compromisso ético do psicoterapeuta ao contratar seu trabalho com um cliente é diante de toda humanidade.

O Código de Ética do Psicólogo estabelece as condições éticas do trabalho do psicoterapeuta principalmente nos Itens I e II dos Princípios Fundamentais; no Item b do Artigo 1º e nos Itens a, b e c do Artigo 4º.



2. Da Legitimidade do Contrato de Psicoterapia

Um aspecto fundamental do contrato entre psicoterapeuta e cliente, como de resto, de qualquer contrato que mereça este nome, é a legitimidade. Um contrato legítimo é aquele que é constituído segundo regras (leis) aceitas livremente por todos os implicados, desde que conhecedores de todos os desdobramentos ou consequências possíveis advindas da realização do contrato. Uma forma diferente de dizer a mesma coisa é que o contrato legítimo é aquele no qual as partes implicadas podem se responsabilizar totalmente por todas suas consequências. Lembrando Kant, podemos dizer que o contrato legítimo pode ser universalizado.

Como o contrato entre psicoterapeuta e cliente abrange faces diversas, examinaremos cada uma em particular.

2.1. Da Legitimidade Jurídica do Contrato de Psicoterapia

O que legitima o contrato entre psicoterapeuta e cliente do ponto de vista jurídico é que seja feito por pessoas em plena posse de seus direitos e lúcidas do

ponto de vista psicológico. Além disso, é necessário que os termos do contrato estejam de acordo com a legislação brasileira.

Merece atenção especial o trabalho psicoterapêutico e seu respectivo contrato com menores de idade. Aqui se faz imprescindível a aprovação de pelo menos um dos pais ou do responsável (Código de Ética do Psicólogo, Art. 8) ao trabalho psicoterapêutico e o psicoterapeuta deve estar sempre atento às limitações que a legislação impõe à condição de minoridade.

2.2. Da Legitimidade Psicológica do Contrato de Psicoterapia

A psicoterapia é um trabalho psicológico no qual os “instrumentos” terapêuticos são psicológicos. Estes “instrumentos” são de dois tipos: os pessoais, os quais são qualificados de diversas maneiras, a saber, pelo estudo, nos níveis filosófico e teórico; pela reflexão, na experiência prática; pela reflexão ainda, na vida, na experiência vivida e no esforço pelo “crescimento” pessoal e profissional, e, além destes, pessoais, há também os técnicos, usados pelo psicoterapeuta que devem ser legitimados científica e socialmente. É lícito ao psicoterapeuta usar aqueles “instrumentos” técnicos que são aceitos e reconhecidos pela comunidade dos profissionais da área e, inversamente, ilegítimos aqueles não reconhecidos. Neste último caso, o psicoterapeuta não representa a comunidade (legitimadora) e conseqüentemente a sociedade: ele representa a si mesmo, em outras palavras, seu trabalho, implícito no contrato firmado, não pode ser “universalizado” no sentido kantiano.

Cabe ao psicoterapeuta a constante preocupação com seus “instrumentos” de trabalho, tanto os pessoais quanto os técnicos. Do ponto de vista psicológico, é o tranquilo manejo deles ou não que o psicoterapeuta “passa” no contrato com o cliente. Por parte deste, comumente existe insegurança, desconfiança e uma aguda sensibilidade para as incongruências humanas – suas próprias e às do psicoterapeuta, caso existam – e estas são responsáveis por sofrimento e perplexidade. Do ponto de vista da legitimação do contrato psicoterapeuta/cliente, a segura posse dos “instrumentos” pessoais e técnicos é condição fundamental e, não é demais repetir, deve prevalecer durante todo o trabalho.

2.3. Da Legitimidade do Contrato de Psicoterapia na ACP

Do ponto de vista da Abordagem Centrada na Pessoa a legitimidade do contrato de psicoterapia, o que o possibilita, é a afirmação do pressuposto que “o organismo humano é confiável (Rogers)”. Todo o trabalho terapêutico decorre deste pressuposto e como um esforço permanente do psicoterapeuta em compreender para o cliente a maneira como ele se compreende. Ora, o contrato de psicoterapia não deve ser algo fora ou anterior à psicoterapia, mas precisamente o início deste processo – portanto, a

legitimidade do contrato é dada pela compreensão, com a profundidade possível neste momento da relação entre psicoterapeuta e cliente, do significado deste contrato na vida do cliente. É legítimo, pois, sob o ponto de vista em discussão, aquele contrato no qual haja clara compreensão, não só de suas condições atuais, mas também de seus possíveis desdobramentos (apesar de sua imprevisibilidade!). Este segundo aspecto do contrato quase sempre necessita algum tempo de psicoterapia para ser amplamente compreendido.



3. As Condições Objetivas do Contrato de Psicoterapia

As condições objetivas do contrato de psicoterapia são as mais óbvias e fáceis de serem formuladas. O horário e dia das sessões é uma dessas condições e poucas observações cabem. 1. O horário não deve implicar maiores sacrifícios, nem por parte do psicoterapeuta, nem por parte do cliente. Um horário sacrificante, ao longo do tempo, pode pesar negativamente no trabalho psicoterapêutico. 2. Aos clientes mais angustiados e deprimidos deve-se propor um número de sessões maior de acordo com o grau de necessidade do cliente. 3. O preço das sessões naturalmente deve ser compatível com o orçamento do cliente e não implicar um pesado encargo, o que influenciaria negativamente a continuidade do processo. 4. Ainda nesta parte, cabe a questão das faltas – se são cobradas ou não ou em quais circunstâncias procede-se de uma forma ou de outra. Cada terapeuta deve ter seus critérios próprios e o importante é que seja justo para ambos. 5. A questão das férias pode também ser posta no contrato, tanto as férias do psicoterapeuta quanto as do cliente.

A observação mais importante que deve ser feita sobre estas condições é que elas devem ser observadas rigorosamente pelo psicoterapeuta. Poucas circunstâncias, muito poucas, justificam uma falta do psicoterapeuta ou um atraso significativo. O rigor do psicoterapeuta na observância das condições acertadas no contrato deve ser totalmente independente do rigor do cliente para com as mesmas condições. Isto é compreensível quando atentamos para o investimento emocional que representa para uma pessoa iniciar uma psicoterapia. Qualquer sinal que possa ser interpretado como descaso, descompromisso, desimportância, por parte do psicoterapeuta, com relação ao trabalho psicoterapêutico a ser realizado com ele, cliente, cria impedimento frequentemente definitivo.

Assim, o contrato de psicoterapia com o cliente deve ser feito em primeiro lugar e assumido plenamente com o próprio psicoterapeuta.

3.1. O Recontrato

Talvez não seja adequado o termo “recontrato” posto que um novo contrato entre psicoterapeuta e cliente seria aceitável apenas nos aspectos objetivos, já que não caberiam mudanças em suas condições de legitimidade e nas condições subjetivas a menos que se o descaracterizasse como contrato legal e humanista.

As mudanças nas condições objetivas ocorrem por impedimentos, ou do cliente ou do psicoterapeuta. O recontrato deve visar às condições objetivas de maneira que o trabalho psicoterapêutico possa continuar da melhor forma possível.

Há um caso particular do recontrato nas condições objetivas que merece especial atenção que é quando o psicoterapeuta sente que seria necessário um número maior de sessões com o cliente. O ponto de vista do psicoterapeuta deve ser exposto com toda clareza ao cliente e em termos de proposta que o cliente pode aceitar ou não. A resposta negativa do cliente deve ser considerada pelo psicoterapeuta junto com o cliente e avaliadas suas consequências. O recontrato deve ser responsabilidade de psicoterapeuta e cliente, tanto quanto o contrato.



4. As Condições Subjetivas do Contrato Psicoterapeuta/Cliente

As condições tratadas neste parágrafo são aquelas que devem estar presentes no momento em que o psicoterapeuta aceita aquela pessoa real como cliente. É importante sublinhar que tais condições não se referem a “ser psicoterapeuta” abstratamente, mas a ser psicoterapeuta daquela pessoa em particular e em seu momento particular de vida. Ao contratar é preciso que o psicoterapeuta se sinta totalmente disponível para atender esta pessoa em particular no que diz respeito ao que foi referido principalmente no item da legalidade do contrato no sentido psicológico e centrado na pessoa, e das condições objetivas, anteriormente tratadas e com o rigor referido.

Além disso, outras condições são necessárias estarem presentes, a saber, a crença nas condições que qualquer pessoa tem, em si mesma, de superar suas dificuldades. Esta condição é fundamental para a tranquilidade do psicoterapeuta em seu trabalho, porque conta com o esforço do seu cliente no sentido de seu próprio desenvolvimento como também e, conseqüentemente, sentir-se apenas como facilitador (e não autor) deste desenvolvimento.

Deve ser assinalada ainda a importância da liberdade pessoal do psicoterapeuta em iniciar um processo que ele não sabe quanto tempo vai durar, que direção pode tomar e o que dele vai exigir. Esta condição solicita do psicoterapeuta, no momento

do contrato, um grande investimento pessoal, um grande compromisso – tanto com o cliente quanto com ele mesmo. Este investimento deve ser maior do que qualquer dúvida ou receio. É importante também esclarecer que o investimento do cliente que procura psicoterapia, com o propósito claro e consistente, é muito grande e o psicoterapeuta deve ter sempre isto em mente ao se propor contratar psicoterapia com um cliente.

O final do último parágrafo, sem excluir os anteriores, leva a uma questão essencial: qual a responsabilidade que o psicoterapeuta assume ao contratar o trabalho psicoterapêutico? Qual a responsabilidade do psicoterapeuta em possíveis decisões nocivas que o cliente possa tomar – com relação a ele mesmo ou a outras pessoas? Pensando a questão em relação a um adulto que por sua livre escolha busque psicoterapia, pode-se responder que a responsabilidade do psicoterapeuta é atender rigorosamente as condições objetivas e subjetivas contratadas. Em outras palavras, é manter sua total disponibilidade para o cliente durante o tempo das sessões. O que o cliente possa vir a fazer nos intervalos destas é de responsabilidade do próprio cliente mesmo porque se nelas o psicoterapeuta interfere, o trabalho deixa de ser psicoterapia e passa a ser tutoria, orientação, ou qualquer outra forma de relação autoritária incompatível com o respeito pelo ser humano.



5. O Contrato de Psicoterapia e Humanismo

De um ponto de vista humanista o contrato de psicoterapia deve ser a afirmação do valor primeiro da pessoa como fim em si mesma, como merecedora de “respeito incondicional” (Rogers). De acordo com essa valorização da pessoa, a iniciativa de contratar o trabalho do psicoterapeuta deve ser sempre do cliente. Deve-se, entretanto, distinguir indicação para psicoterapia, que pode e deve, sempre que for necessário, ser feita, por um psicólogo ou por um psicoterapeuta – desde que não seja indicação para ele próprio – de contratação de psicoterapia para alguém. Este caso, em uma perspectiva humanista é inadmissível.

Entretanto, algumas situações de fato parecem justificar o que acima foi negado in limine. Trata-se daquelas pessoas consideradas irresponsáveis (legalmente), tais como: crianças, menores de idade, os chamados “psicóticos”, ou ainda aqueles que por quaisquer razões não estejam de plena posse de seus direitos como, por exemplo, detentos. Nestes casos, o psicoterapeuta deve agir de maneira a garantir a e se responsabilizar pela dignidade da pessoa que lhe é confiada – independentemente do motivo pelo qual ela lhe foi confiada.

O contrato de psicoterapia, mesmo com pessoas incluídas em qualquer das circunstâncias acima mencionadas, deve ser iniciativa do cliente e, obviamente, deve ser respeitada sua possível recusa.

Dois razões embasam a afirmativa feita: primeira, uma psicoterapia imposta não merece este nome e não tem nenhum resultado terapêutico (no sentido humanista); segunda, a liberdade é um valor fundamental e nenhuma circunstância justifica, mesmo no caso de um detento que sofre pena de privação de liberdade, que alguém violente sua liberdade interna, sua intimidade, contatando por ela uma psicoterapia. Dessas duas razões, a segunda é de longe a mais importante. Nesta, a recusa da imposição não se deve a questões “técnicas”, mas aos valores humanos.