

# Carta relației terapeutice sigure

## ALIANȚA NAȚIONALĂ PENTRU SĂNĂTATE MINTALĂ (ANPSM)

### **1. Siguranța psihologică a beneficiarului**

Relația terapeutică trebuie să ofere un spațiu în care beneficiarul se poate exprima fără teamă de judecată, ridiculizare sau presiune.

Siguranța psihologică este esențială pentru explorarea experiențelor personale și pentru dezvoltarea încrederii.

### **2. Respectarea limitelor profesionale**

Limitele profesionale clare protejează integritatea relației terapeutice.

Profioniștii trebuie să evite situațiile care pot crea confuzie între rolul profesional și alte tipuri de relații.

### **3. Confidențialitatea ca bază a încrederii**

Protejarea informațiilor personale împărtășite în cadrul intervenției este o condiție esențială pentru menținerea unei relații terapeutice sigure.

### **4. Claritatea cadrului terapeutic**

Beneficiarii trebuie să înțeleagă cadrul în care se desfășoară procesul terapeutic, inclusiv regulile colaborării, rolurile profesionale și limitele intervenției.

Claritatea contribuie la reducerea incertitudinii și la dezvoltarea încrederii.

### **5. Responsabilitatea utilizării influenței profesionale**

Relația terapeutică implică un anumit nivel de influență din partea profesionistului.

Această influență trebuie utilizată cu responsabilitate și exclusiv în interesul beneficiarului.

### **6. Evitarea relațiilor duale sau nepotrivite**

Relațiile multiple sau nepotrivite între profesionist și beneficiar pot compromite siguranța relației terapeutice.

Menținerea unui cadru profesional clar protejează atât beneficiarul, cât și integritatea intervenției.

### **7. Recunoașterea și gestionarea vulnerabilității**

Profioniștii trebuie să fie conștienți de vulnerabilitatea pe care o pot avea persoanele care solicită sprijin.

Această vulnerabilitate trebuie gestionată cu responsabilitate, empatie și prudență profesională.

### **8. Relația terapeutică ca spațiu de colaborare**

Relația terapeutică sigură nu este o relație de autoritate unilaterală, ci un proces de colaborare între profesionist și beneficiar.

Respectul reciproc și dialogul deschis contribuie la dezvoltarea unei relații constructive.

### **Principiul fundamental**

Siguranța relației terapeutice reprezintă fundamentul intervențiilor în sănătatea mintală.

Atunci când această relație este construită pe respect, responsabilitate și integritate profesională, ea devine un spațiu în care schimbarea și recuperarea pot deveni posibile.