

## Il filo diretto con lo Psicologo

Scrivi in redazione, risponderemo alle tue domande ([cityzen.ataf@gmail.com](mailto:cityzen.ataf@gmail.com))

# PSICOLOGO, PSICOTERAPEUTA, PSICHIATRA: CAPIAMO LE DIFFERENZE

A cura del Dott. Davide Lacangellera - Psicologo



Quando si parla di Psicologia spesso si fa confusione tra le varie specifiche figure professionali che se ne occupano. Solo apparentemente sembrano occuparsi delle stesse cose, e si ignorano le singole specificità e

competenze. Il risultato è che quasi sempre si genera una grande confusione tanto che diventa difficile capire a quale professionista rivolgersi in caso di bisogno.

Anche per questo motivo è nato l'Os-

servatorio Psicologia nei Media ([www.osservatoriopsicologia.it](http://www.osservatoriopsicologia.it)), un gruppo di professionisti impegnati a migliorare l'informazione sul mondo della psicologia nei media. Evitare di fare confusione è quindi fondamentale, specialmente perché qui l'oggetto in questione è il proprio stato psicologico, la propria capacità di vedersi dentro e mettersi in discussione, di interagire con il mondo, o di riconoscere e affrontare un conflitto. Cosa non facile e faticosa certo, ma auspicabile per migliorare la qualità della propria vita. A tal proposito è arrivata in redazione una domanda di una lettrice che ha chiesto un chiarimento sui vari professionisti che si occupano di Psicologia, dove e come operano secondo le loro specificità e competenza.

Facciamo allora un po' di chiarezza tra la figura dello Psicologo, Psicoterapeuta e Psichiatra.

**Psicologo:** è un laureato in psicologia che ha conseguito l'abilitazione alla professione di Psicologo mediante il superamento dell'esame di Stato ed è iscritto nell'apposito albo professionale dell'Ordine degli Psicologi. Lo psicologo fornisce un aiuto non farmacologico attraverso consulenze e colloqui di sostegno psicologico rivolte alla persona, al gruppo, strumenti psicodiagnostici per la prevenzione, le attività di abilitazione-riabilitazione. Comprende le attività di sperimentazione, ricerca e didattica in tale ambito.

**Psicoterapeuta:** è o uno psicologo, o un medico, che ha conseguito una specializzazione almeno quadriennale in Psicoterapia, presso scuole riconosciute dal M.U.R.S.T. (Ministero dell'Università e della Ricerca Scientifica e Tecnologica). Lo psicoterapeuta, oltre alle attività di competenza dello psicologo, si occupa della cura di disturbi psicopatologici di diversa gravità, che vanno dal disadattamento o disagio personale, alla sintomatologia grave, e che possono manifestarsi in sintomi nevrotici oppure psicotici, intervenendo sul comportamento degli individui e sui loro processi mentali. Si distinguono vari orientamenti di psicoterapia: quelli classici a fondamento psicoanalitico, quelli sistemico-relazionali nell'ambito della terapia familiare, le terapie

cognitivo-comportamentali e quelle umanistico-esperienziali. Il lavoro terapeutico può essere rivolto ai bambini, agli adolescenti, agli adulti, agli anziani, le coppie e le famiglie. La durata è molto variabile e dipende sia dal caso in questione sia dal tipo di psicoterapia e può variare da pochi mesi ad anni. Lo psicologo-psicoterapeuta non può prescrivere nessun tipo di farmaco al paziente. Se necessario si avvale della collaborazione di uno psichiatra che seguirà la persona nella parte farmacologica.

**Psichiatra:** è un medico specialista nel settore professionale della Psichiatria. Si interessa delle alterazioni affettive e comportamentali gravi, si occupa della prevenzione, della cura e della riabilitazione delle malattie mentali attraverso l'utilizzo farmaci.

Sintetizzando possiamo dire che: lo psicologo è indicato per un'attività di consulenza e supporto psicologico, anche attraverso l'uso di strumenti psicodiagnostici; lo psicoterapeuta opera per una più approfondita conoscenza dei processi psichici e per una terapia che, attraverso tecniche specifiche e una solida relazione terapeutica, interviene a fondo sui processi di pensiero, emozionali e comportamentali della persona per ridurre il disagio o conflitto e condurre un'esistenza più soddisfacente; lo psichiatra infine interviene per il trattamento e la prevenzione della malattia mentale attraverso l'uso dei farmaci. In ogni caso la collaborazione reciproca tra le diverse professionalità, rappresenta la strada migliore per una corretta comprensione della complessità dell'essere umano...

*Davide Lacangellera*



**HEADLINE**  
STUDIO GIORNALISTI ASSOCIATI  
FIRENZE - ROMA - MILANO - VERSILIA

Via Leonardo Da Vinci, 10 - 50132 Firenze - Tel. 055602834  
[info@hlstampa.com](mailto:info@hlstampa.com) [www.hlstampa.com](http://www.hlstampa.com)

### L'ARTE DEL COMUNICARE

Oggi non si può non comunicare.

Una comunicazione dinamica e veloce è l'arma vincente per affermarsi su un mercato sempre più competitivo, in un mondo in cui predomina l'immagine.

Lo Studio Headline può essere la soluzione giusta per il successo!

Da anni lo Studio cura numerosi eventi

e si occupa della comunicazione di realtà diverse.

La gestione della comunicazione non è un'attività improvvisata,

ma un lavoro che si costruisce nel tempo

e si basa sulla professionalità e sulla capacità di relazione con i media.

