

## PSICOLOGO, PSICOTERAPEUTA, PSICHIATRA CHE DIFFERENZA C'È?

### LO PSICOLOGO

**Lo psicologo è il laureato in psicologia che ha sostenuto e superato l'Esame di Stato che permette l'iscrizione all'Ordine degli psicologi.** Per poter sostenere tale esame egli deve obbligatoriamente svolgere un tirocinio formativo della durata di un anno, nel quale fa esperienza nel campo della psicologia. Gli psicologi non sono tutti uguali, in quanto esistono all'interno delle università indirizzi formativi diversi (per es: psicologia clinica e di comunità, psicologia del lavoro e delle organizzazioni, psicologia dello sviluppo e dell'educazione, psicologia generale e sperimentale), i quali forniscono competenze diverse. Dopo la laurea egli può decidere di frequentare corsi o master che forniscono competenze in ambiti specifici, per esempio nel campo dei disturbi d'ansia.

Lo psicologo fornisce ai suoi utenti un aiuto non farmacologico, basato su colloqui di sostegno, strumenti diagnostici, consulenze, tecniche di rilassamento ecc. Sono molte le cose che egli può fare, purché non si configurino come terapia, poiché essa richiede il titolo di psicoterapeuta. Inoltre **lo psicologo non può prescrivere farmaci**, dal momento che per fare questo serve una laurea in medicina. Se possiede una laurea in medicina oltre a quella in psicologia lo può fare. Quindi, riassumendo, per essere tale lo psicologo deve possedere i seguenti requisiti:

- laurea in psicologia;
- essere iscritto all'Ordine degli Psicologi di una regione italiana.

### LO PSICOTERAPEUTA

Il percorso per divenire psicoterapeuta è duplice. Può partire dalla **laurea in psicologia o da quella in medicina**, conseguita la quale va intrapreso un **corso di specializzazione riconosciuto dallo Stato Italiano della durata di almeno 4 anni**. Dopo la laurea va superato l'Esame di Stato di psicologia esattamente come nel caso dello psicologo (Esame di Stato di Medicina nel caso del laureato in medicina). Dunque lo psicoterapeuta può essere sia medico che psicologo; nel caso che sia psicologo può esercitare tutte le attività dello psicologo e in più la psicoterapia, nel caso che sia medico può esercitare le attività del medico (fra cui la prescrizione di farmaci) e quelle dello psicoterapeuta. Lo psicologo psicoterapeuta non può prescrivere farmaci. L'attività dello psicoterapeuta va quindi più in profondità rispetto a quella dello psicologo, e permette di agire direttamente sui disagi della persona attraverso l'utilizzo di tecniche che variano a seconda della teoria di riferimento del professionista stesso.

Le scuole di specializzazione che permettono l'iscrizione all'albo degli psicoterapeuti sono molte e molto diverse fra loro. Ognuna di esse trae origine da un quadro teorico differente, non necessariamente incompatibile con gli altri, tant'è che spesso gli psicoterapeuti fanno uso contemporaneamente di tecniche provenienti da teorie di fondo diverse. Tra le scuole di specializzazione più frequentate abbiamo, per esempio, quella ad indirizzo cognitivista, cognitivo-comportamentista, quella sistemica familiare e quella psicanalitica. Per concludere, lo psicoterapeuta, per essere tale, deve possedere i seguenti requisiti:

- laurea in psicologia o in medicina e chirurgia;
- essere iscritto all'Ordine degli Psicologi di una regione italiana;
- aver frequentato una scuola di specializzazione riconosciuta dallo Stato che permette l'iscrizione all'albo degli psicoterapeuti.

## **LO PSICHIATRA**

**Lo psichiatra è un laureato in medicina che ha intrapreso successivamente la specializzazione in psichiatria.** Lo psichiatra non è psicologo, a meno che non abbia conseguito il relativo titolo; egli può tuttavia esercitare la psicoterapia. La differenza sostanziale tra psicologo/psicoterapeuta e psichiatra risiede nel modo di vedere la persona e nell'approccio utilizzato; mentre i primi due guardano la persona nel suo insieme, evitando di concentrarsi solo sul disturbo, lo psichiatra utilizza un metodo che può essere definito di diagnosi/cura. In sostanza egli focalizza la sua attenzione sul problema cercando di risolvere solo quello, esattamente come fa il medico.

Egli cura i disturbi psichici e le malattie mentali attraverso l'utilizzo dei metodi propri della psichiatria, che **comprendono spesso l'utilizzo di farmaci.** Avviene di sovente che sia lo psicologo/psicoterapeuta che lo psichiatra forniscano contemporaneamente il loro supporto ad una stessa persona, ottenendo un risultato migliore di quello che verrebbe raggiunto attraverso l'utilizzo esclusivo di uno dei due approcci.

**Dott.ssa Silvia Parisi Psicologa Psicoterapeuta Sessuologa**