

# **“Psicologo, psicoterapeuta e psichiatra: un po’ di confusione... qualche chiarimento”**

**Dott.ssa Giusy Conti Nibali**

**Psicologa, specializzanda in psicoterapia cognitivo-comportamentale**

## **Chi è lo psicologo?**

Spesso su alcune figure professionali, soprattutto sulle competenze ed i relativi ambiti di intervento, ci scopriamo talvolta perplessi ed allo stesso tempo vorremmo acquisire maggiori informazioni.

Succede già che il “termine” psicologo si trovi al centro di dubbi e discussioni, per esempio in alcuni forum presenti nel web si argomenta su chi sia lo psicologo... il lavoro dello psicoterapeuta..., ma allora lo psichiatra?

Innanzitutto lo psicologo ha conseguito la laurea in psicologia e svolto un anno di tirocinio teorico-pratico presso un struttura pubblica o privata convenzionata.

Per esercitare la professione di psicologo è necessario aver conseguito l’abilitazione in psicologia, mediante l’esame di Stato, ed essere iscritto nell’apposito albo professionale.

Da qui **la definizione della professione di psicologo** (art. 1, legge n. 56 del 1989 “*Ordinamento della Professione di Psicologo*”):

*“La professione di Psicologo comprende l’uso di strumenti conoscitivi e di interventi per la prevenzione, la diagnosi, le attività di abilitazione-riabilitazione e di sostegno in ambito psicologico rivolte alla persona, al gruppo, agli organismi sociali e alle comunità. Comprende altresì le attività di sperimentazione, ricerca e dibattito in tale ambito”.*

Lo Psicologo, attraverso il colloquio, la somministrazione di test, l’osservazione e l’ascolto, interviene sulle problematiche affettive, relazionali e sociali, in tutte le varie fasi della vita di un individuo.

A seguito della riforma dell' Università (DM 509/99 e D.M. 270/04) il corso di laurea in psicologia è stato articolato in un triennio (primo livello) e in un biennio (secondo livello). Alla fine del primo si consegue una laurea, in parte professionalizzante, che assegna il titolo di *“dottore in scienze e tecniche psicologiche”* con la specificazione del curriculum frequentato (della personalità e delle relazioni d'aiuto, dello sviluppo e dell'educazione, del lavoro e delle organizzazioni...).

Il profilo professionale dello psicologo in Italia è regolamentato da una legge specifica. Chiunque non abilitato all'esercizio della professione, utilizzi strumenti e atti tipici dello psicologo, compie un reato ed è pertanto perseguibile per abuso della professione.

Per chi richiede interventi psicologici è importante affidarsi ad un professionista regolarmente iscritto all'Ordine, che in forza di tale iscrizione è soggetto all'osservanza di un preciso Codice deontologico, a garanzia dell'utente e della correttezza professionale della prestazione.

Lo psicologo inoltre, considera suo dovere accrescere le conoscenze sul comportamento umano ed utilizzarle per promuovere il benessere psicologico dell'individuo, del gruppo e della comunità. In ogni ambito professionale opera per migliorare la capacità delle persone di comprendere se stessi e gli altri e di comportarsi in maniera consapevole, congrua ed efficace. Lo psicologo è consapevole della responsabilità sociale derivante dal fatto che, nell'esercizio professionale, può intervenire significativamente nella vita degli altri; pertanto deve prestare particolare attenzione ai fattori personali, sociali, organizzativi, finanziari e politici, al fine di evitare l'uso non appropriato della sua influenza, e non utilizza indebitamente la fiducia e le eventuali situazioni di dipendenza dei committenti e degli utenti destinatari della sua prestazione professionale. Lo psicologo è responsabile dei propri atti professionali e delle loro prevedibili dirette conseguenze.

## L'esercizio dell'attività psicoterapeutica

**Lo psicoterapeuta** è uno psicologo o un medico che ha frequentato, dopo la laurea e l'iscrizione all'Ordine, una scuola di specializzazione riconosciuta dal MIUR, della durata di quattro anni, approfondendo la diagnosi e la cura dei disturbi mentali.

Terminata la scuola di specializzazione può essere iscritto all'Elenco degli Psicoterapeuti ed è abilitato all'esercizio della psicoterapia. L'Ordine degli Psicologi cura la registrazione in apposito elenco degli psicoterapeuti, dopo averne acquisito la certificazione.

**Lo psichiatra** è invece un laureato in medicina, specializzato in psichiatria. Può somministrare psicofarmaci e richiedere accertamenti clinici, a seconda del proprio percorso didattico, può esercitare la psicoterapia.

Rilevante il fatto che i profili professionali appena descritti possano collaborare in vari modi es. in equipe, oppure attraverso l'invio del paziente, nel momento in cui si ritenga necessario un supporto farmacologico o uno specifico tipo di psicoterapia ed altri casi.

Riprendendo il discorso sulle diverse specializzazioni è importante sapere che:

*“La psicoterapia è un sistema di cura, centrato essenzialmente su una relazione interpersonale, condivisa e pianificata, che si avvale di mezzi prettamente psicologici, finalizzata a comprendere e superare condizioni di sofferenza psichica, disturbi del comportamento, assetti non funzionali della personalità, secondo modelli teorici di riferimento e uso di tecniche specifiche, accreditati dalla comunità scientifica”.* Si tratta di un intervento che va oltre la consulenza psicologica, approfondendo aspetti, processi mentali e comportamentali.

Esistono moltissime scuole di psicoterapia, ognuna delle quali ha un suo orientamento teorico e tecnico-applicativo.

Infatti lo psicoterapeuta, relativamente al proprio orientamento (cognitivo-comportamentale, sistemico-relazionale, gruppoanalitico...), dopo aver effettuato le dovute valutazioni e fatto una buona concettualizzazione del caso può utilizzare le

tecniche acquisite, dando rilievo all'acquisizione ed allo sviluppo di abilità, a seconda del problema del paziente. Creando un clima di rispetto ed empatia, da qui anche l'utilizzo delle metafore non per spiegare, ma per far derivare aspetti rilevanti al paziente stesso.

Questo rappresenta un articolo, che ha un valore informativo, in quanto i prossimi argomenti trattati saranno approfonditi in modo da proseguire nel viaggio verso la conoscenza di questo campo dalle molte sfaccettature, un po' come quelle di un diamante...