

## **I PROFESSIONISTI DEL FUNZIONAMENTO DELLA MENTE**

(Psicologo,Psicoterapeuta, Psichiatra e Neurologo)

Psicologo, psicoterapeuta e psichiatra sono tre differenti figure professionali spesso confuse tra loro. Solo la figura del Neurologo risulta meglio riconoscibile, in quanto sappiamo che è un medico specializzato nel trattamento dei problemi che colpiscono il cervello, il midollo spinale e i nervi, senza però ricorrere alla chirurgia, ambito di azione del neurochirurgo. Di seguito prendiamo in considerazione distintamente ciascuna di queste figure professionali.

### **Chi è lo Psicologo?**

Lo Psicologo è un professionista, che dopo aver completato il percorso di studi universitario di cinque anni, svolto il tirocinio e superato l'esame di stato ed essersi così iscritto all'Albo Nazionale degli Psicologi, può operare in molti ambiti differenti, per favorire il benessere e la salute. Egli può intervenire in molteplici settori (clinica, scuola, sport, lavoro, comunità, ambito giuridico ecc). In ambienti aziendali: è presente nella gestione delle risorse umane e delle organizzazioni. In ambienti educativi: è previsto come coordinatore di progetti educativi, in particolare nel settore della prevenzione della salute. In ambito sanitario: è previsto come figura di sostegno in caso di patologie invalidanti, malattie degenerative, disturbi di salute, situazioni sociali di emergenza o conflittuali. Infatti, nell'ambito dell'intervento sanitario, lo psicologo clinico si occupa di prevenzione, di diagnosi, di cura e di riabilitazione oltre alle attività di ricerca e di insegnamento della psicologia. Lo psicologo esegue colloqui di sostegno e può compiere valutazioni tramite la somministrazione di appositi test. E' opinione diffusa che il lavoro dello psicologo sia collegato soprattutto alla sofferenza e al dolore, oppure che andare dallo psicologo consista in un continuo scavare negli eventi passati. In realtà molti si rivolgono allo Psicologo per affrontare un lavoro su sé stessi, come momento non necessariamente dettato da un grave dolore o dalla rielaborazione del passato, ma anche da un bisogno di conoscenza profondo, dalla voglia di mettersi in discussione e cambiare alcuni lati spigolosi del carattere, o per discutere con un interlocutore neutrale, ma al contempo professionale.

### **Chi è lo Psicoterapeuta?**

Alcuni psicologi scelgono di continuare il loro percorso di studi, diventando Psicoterapeuti. Lo Psicoterapeuta è uno Psicologo, ma può essere anche un Medico, che sceglie di approfondire e di ampliare le sue competenze professionali frequentando per 4 anni una scuola di Psicoterapia. Le scuole di psicoterapia devono essere formalmente riconosciute e autorizzate dal MIUR (Ministero dell'Università e della Ricerca). La psicoterapia viene realizzata con strumenti più raffinati e complessi rispetto alla psicologia: il colloquio clinico, l'utilizzo di test specifici, la relazione terapeutica, i protocolli specifici di terapia per ogni patologia: lo scopo è favorire il cambiamento consapevole dei processi psicologici della persona, dai quali dipende il disagio o lo stile di vita inadeguato. I disagi psicologici sono frequentemente connotati da sintomi come ansia, depressione, disturbi psicosomatici, difficoltà relazionali, problemi alimentari, dipendenze. Esistono molti orientamenti diversi nella psicoterapia. Tra i principali di questi abbiamo: Cognitivo-Comportamentale, Sistemico Relazionale, Psicanalitico o Psicodinamico.

### **Chi è lo Psichiatra?**

Lo Psichiatra è un professionista laureato in Medicina e Chirurgia, specializzatosi in Psichiatria. Lo Psichiatra può esercitare la Psicoterapia se ha acquisito la formazione prevista. Pertanto lo Psicoterapeuta può essere sia uno Psicologo che uno Psichiatra. Nel primo caso lo Psicologo deve aver conseguito la Specializzazione in Psicoterapia riconosciuta dallo Stato della durata di almeno 4 anni ed essere iscritto all'Albo professionale. 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 sintomo cercando di risolvere solo quello. Egli cura i disturbi psichici e le malattie mentali attraverso l'utilizzo dei metodi propri della Psichiatria, che comprendono spesso l'utilizzo di farmaci come antidepressivi, ansiolitici, neurolettici, antipsicotici. Accade spesso 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.

### **Chi è il Neurologo?**

Il neurologo è il medico specializzato nel funzionamento del sistema nervoso e si occupa dei disturbi collegati a lesioni o deficit a carico di quest'ultimo, che interessano il movimento, la sensibilità, l'equilibrio, i problemi relativi alla memoria, al linguaggio, all'invecchiamento (problemi di natura cognitiva) e al decadimento cognitivo (come ad esempio l'Alzheimer). Il neurologo si interessa di queste malattie sulla base delle lesioni al cervello, avendo come riferimento l'evidenza che tali patologie neurologiche individuate siano in stretta relazione con la sede della lesione. Collabora, oltre a ciò, con l'equipe psicologica/psichiatrica quando emergono difficoltà psicologiche e relazionali che possono insorgere in persone con patologie del sistema nervoso (problemi di ansia e depressione, ad esempio).