orientamento
.ch

Psicoterapeuta

Attività sociale | Salute

Lo psicoterapeuta e la psicoterapeuta aiutano le persone a comprendere e superare stress e disturbi psichici. Svolgono colloqui e accompagnano singoli individui, coppie o famiglie, spesso per un periodo di tempo prolungato.

Attività

Chiarimento della situazione e formulazione di una diagnosi

- individuare insieme ai pazienti quali disturbi o difficoltà li affliggono
- riconoscere malattie psichiche quali depressione, disturbi d'ansia o dipendenze attraverso colloqui, osservazioni o test
- comprendere la situazione di vita, i fattori di stress e i punti di forza personali

Pianificazione del trattamento

- decidere quale forma di terapia è più adatta, ad esempio la terapia conversazionale o la terapia comportamentale
- definire gli obiettivi e redigere un piano terapeutico
- osservare l'andamento della terapia e, se necessario, adeguare la procedura

Svolgimento della terapia

- esercitarsi a gestire pensieri, sentimenti e situazioni stressanti
- aiutare i pazienti ad applicare nella vita quotidiana i contenuti della terapia
- intervenire in caso di crisi o situazioni di stress acuto
- in accordo con i pazienti, coinvolgere i familiari se ciò è utile per la terapia
- fornire ulteriori offerte di assistenza o indirizzare verso centri specializzati, ad esempio centri di consulenza o gruppi di auto-aiuto

Documentazione e collaborazione

- documentare le sedute terapeutiche e registrare i progressi compiuti
- redigere relazioni per assicurazioni, autorità o cliniche
- trattare in modo responsabile le informazioni sensibili relative ai pazienti

- collaborare con psichiatri e psichiatre, medici e mediche di famiglia, servizi sociali o scuole
- frequentare regolarmente corsi di aggiornamento e confrontarsi con esperti ed esperte del settore per garantire la qualità della terapia

Condizioni di lavoro

Gli psicoterapeuti e le psicoterapeute lavorano talvolta al di fuori dell'orario d'ufficio, in particolare per i servizi di emergenza. La professione è regolamentata dalla legge. Per esercitare in modo indipendente è necessaria un'autorizzazione del Cantone.

È possibile lavorare in modo indipendente nel proprio studio privato o in uno studio associato, oppure trovare impiego in cliniche psichiatriche, centri di consulenza, ospedali o istituti di cura.

Attitudini e interessi

Attitudini

- Senso di osservazione
- Empatia
- Pazienza
- Senso della comunicazione
- Facilità di contatto
- Capacità di mettere a proprio agio gli altri

Interessi

- Consigliare
- Lavorare all'interno
- Essere in contatto con altre persone

Formazione

Questa professione richiede un titolo di studio universitario e una formazione complementare.

Ci sono due possibili vie di formazione: conseguire il master in psicologia e seguire una formazione complementare in psicoterapia, oppure conseguire un master in medicina e svolgere una formazione complementare in psichiatria e psicoterapia e un esame.

Formazione continua in psicoterapia dopo gli studi in psicologia

Durata	Luoghi, contenuti, ammissione
- bachelor: min. 3 anni a tempo pieno	

- master: min. 2 anni a tempo pieno
- formazione dopo gli studi universitari: 3-5 anni a tempo parziale

Formazione continua in psicoterapia
(https://psychotherapie.ch/wspx/it/weiterbildung-und-fortbildung/psychotherapie-weiterbildung/)

Formazione continua in psichiatria e psicoterapia dopo gli studi in medicina

Durata

- bachelor: min. 3 anni a tempo pieno
- master: min. 3 anni a tempo pieno
- formazione dopo gli studi universitari: 5-6 anni a tempo parziale

Luoghi, contenuti, ammissione

Formazione continua in psichiatria e psicoterapia
(https://www.siwf.ch/it/perfezionamento-professionale/titoli-di-medico-specialista/psichiatria-e-psicoterapia.cfm)

Professioni simili

Professione
Psicologo/a

https://orientamento.ch/it/professioni/psicologo-a

Professione
Orientatore/trice professionale, negli studi e nella carriera

https://orientamento.ch/it/professioni/orientatore-trice-professionale-negli-studi-e-nella-carriera

Professione
Mediatore/trice

https://orientamento.ch/it/professioni/mediatore-trice

Professione
Pedagogista curativo/a

https://orientamento.ch/it/professioni/pedagogista-curativo-a

Professione
Medico/a

https://orientamento.ch/it/professioni/medico-a

Professione
Consulente in ambito psicosociale EPS

https://orientamento.ch/it/professioni/consulente-in-ambito-psicosociale-eps

Ulteriori informazioni

Numero Swissdoc

0.734.6.0

Link utili

Legge federale sulle professioni psicologiche
(https://www.bag.admin.ch/it/legislazione-sulle-professioni-psicologiche)

Associazione Svizzera degli Psicoterapeuti (https://psychotherapie.ch/wspx/it/)