

## Descrizione

Lo psicoterapeuta e la psicoterapeuta diagnosticano malattie e disturbi psichici e psicosomatici della persona curandoli con metodi terapeutici basati sulla relazione e non sui farmaci. Quali specialisti della relazione si occupano di bambini, adolescenti e adulti che incontrano difficoltà nella loro quotidianità e nei rapporti con gli altri.

Esistono diversi orientamenti psicoterapeutici: orientamento psicoanalitico, sistemico, cognitivo, incentrato sulla persona, ecc. Ogni psicoterapeuta sceglie un tipo particolare di approccio. La psicoterapia può svolgersi a breve o a lungo termine ed essere rivolta all'individuo, alla coppia, alla famiglia o a un gruppo. Ricerca i vari fattori - biologici, psicologici e sociali - che possono essere correlati con il disturbo psichico o la malattia.

I loro compiti principali possono essere così descritti:

### diagnosi

- ricevono persone che presentano disturbi di comportamento, difficoltà relazionali o problemi personali (crisi, trattamenti delle tossicomanie, presa a carico di pazienti con tendenze suicide, reintegrazione di pazienti psicotici o con altri disturbi psichici, ecc.);
- stabiliscono una diagnosi dopo esame clinico approfondito, attraverso test psicodiagnostici e colloqui clinici;
- prevedono un piano terapeutico di breve o lunga durata, adattato ad ogni caso;

### terapia

- assicurano la presa a carico terapeutica secondo il metodo prescelto (sistemico, cognitivo, comportamentista, psicodinamico, ...);
- ascoltano la persona, stabiliscono un dialogo e l'accompagnano verso un percorso di riabilitazione e cura;
- collaborano con i medici e altre figure professionali del settore sociosanitario;
- assicurano consulenze a istanze competenti per aspetti giuridici legati al disagio psichico o ad altri professionisti che esercitano nell'ambito medico e sociale.

## Formazione

Durata: 2 - 6 anni

La formazione post-graduale si svolge parallelamente all'esercizio dell'attività in un istituto di formazione riconosciuto (ospedale psichiatrico, servizi psico-sociali, ecc.). Per essere riconosciuta dall'autorità competente e ottenere l'autorizzazione al libero esercizio di psicoterapeuta, la formazione deve comprendere 4 elementi:

- formazione teorica sul metodo prescelto;
- esperienza terapeutica sulla propria persona;
- supervisione di casi clinici;
- attività psicoterapeutica documentata.

La pratica clinica deve avere una durata di almeno due anni e deve essere conseguita in un istituto psicosociale.

Per maggiori dettagli: consultare le pagine web dell'Ufficio di sanità cantonale ([www.ti.ch/ufficiosanita](http://www.ti.ch/ufficiosanita)) dove è disponibile la documentazione relativa alle autorizzazioni cantonali di psicologo/a, psicologo/a assistente, psicoterapeuta e psicoterapeuta in formazione.

Al termine della formazione, lo/la psicoterapeuta ha la possibilità di iscriversi alla Federazione svizzera delle psicologhe e degli psicologi (FSP) o all'Associazione svizzera degli psicoterapeuti (ASP).

NB. La formazione di psichiatra-psicoterapeuta si ottiene invece dopo il conseguimento del diploma federale in medicina.

## Requisiti

- formazione universitaria completa (bachelor + master) in psicologia comprendente una prestazione di studio sufficiente in psicologia clinica e psicopatologia.

## Attitudini richieste

Per esercitare questa professione sono richieste attitudini quali:

- Capacità di mettere a proprio agio gli altri
- Capacità di sintesi
- Desiderio di soccorrere e di aiutare gli altri
- Equilibrio psico-affettivo
- Facilità di contatto
- Capacità di ascolto e comprensione dell'altro
- Tolleranza e rispetto dell'altro

## Condizioni di lavoro

In Ticino, l'esercizio della professione è soggetto al Regolamento cantonale concernente l'esercizio della professione di psicologo/a attivo in ambito sanitario e di psicoterapeuta del 27 marzo 2013. L'autorizzazione è concessa dal Dipartimento della sanità e della socialità (DSS) dopo la formazione completa in psicoterapia e dopo aver effettuato la pratica clinica in istituzioni riconosciute (cfr. Direttive cantonali per il riconoscimento della pratica clinica). Gli psicoterapeuti lavorano come dipendenti in istituzioni oppure da indipendenti con studio privato. L'apertura di uno studio privato è soggetta ad un'autorizzazione di libero esercizio rilasciata dall'Ufficio di sanità cantonale.

## Perfezionamento

- formazione continua in psicoterapia secondo l'approccio prescelto;
- partecipazione a congressi, seminari, corsi di perfezionamento, lavori di gruppo, studi dei casi e stages professionali, organizzati da ospedali psichiatrici, associazioni mediche e psicologiche, istituti e servizi psicosociali;
- aggiornamento individuale basato sulla consultazione della letteratura specializzata.

Altre offerte di formazione continua su:

<http://www.orientamento.ch/perfezionamento>

<http://www.swissuni.ch>

## Professioni affini

- Consulente familiare e di coppia/Consulente familiare e di coppia
- Logopedista/Logopedista
- Medico specialista in pediatria/Medica specialista in pediatria
- Medico specialista in psichiatria e psicoterapia/Medica specialista in psichiatria e psicoterapia

## Indirizzi

Association suisse des psychothérapeutes (ASP)  
Secrétariat  
Riedtlistrasse 8  
8006 Zurigo  
Telefono: 043 268 93 00  
<http://www.psychotherapie.ch>

Associazione ticinese degli psicologi (ATP)  
Via Selva 70  
Segretariato: Mariela Browne Balestra  
6990 Cassina d'Agno  
Telefono: 079 441 66 04  
<http://www.psicologi-ticino.ch>

Dipartimento sanità e socialità - Ufficio sanità  
via Orico 5  
6500 Bellinzona  
Telefono: 091 814 30 45 / 51  
<http://www.ti.ch/ufficiosanita>

Federazione svizzera delle psicologhe e degli psicologi (FSP)  
Effingerstrasse 15  
3008 Berna  
Telefono: 031 388 88 00  
<http://www.psychologie.ch>