

Qual è la differenza

tra uno Psicologo e uno Psichiatra?

Adriano Stefani Psicologo



Molte persone non hanno una chiara idea della differenza che esiste tra queste professioni, ma se si sta cercando aiuto da un professionista della salute mentale, è di fondamentale importanza conoscere in cosa differiscono le prestazioni che vengono offerte da queste due figure professionali

La risposta più semplice – ma che dice poco ai non addetti ai lavori – consiste nel descrivere i differenti percorsi di studio necessari per arrivare a svolgere le due professioni. Lo Psichiatra ha una laurea in Medicina e Chirurgia e una specializzazione post-lauream in Psichiatria . Lo Psicologo ha una laurea in Psicologia , ma per utilizzare il titolo di “*Psicologo*” , oltre alla laurea, deve aver superato l’Esame di Stato ed essere regolarmente iscritto all’Albo Professionale dell’Ordine degli Psicologi.

Spesso si usano informalmente termini come “*Terapeuta*” o “*Terapista*”, che non corrispondono necessariamente ad una specifica professione. Di fatto numerose e diverse professioni

utilizzano questi termini, ma attenzione: dietro ad un generico

“Terapista”

potremmo trovare uno Psicologo, uno Psichiatra, uno

[Psicoterapeuta](#)

, un Fisioterapista, un Counsellor professionista o persone senza un titolo di studio riconosciuto che si occupano di terapie non convenzionali.

Quindi per evitare sorprese, è importante chiedere sempre al professionista cui ci si rivolge quale percorso di studio ha seguito

e di quali

titoli

si può fregiare. Se il professionista non ha nulla da nascondere, sarà ben felice di fornire le informazioni richieste.

Visione medica e visione psicologica della salute mentale

La differenza più importante e sostanziale tra le due professioni riguarda l'oggetto di studio e di intervento

Lo Psichiatra si occupa di disturbi mentali a carico del sistema fisico dell'essere umano. Lo

Psicologo guarda agli

aspet

ti emotivi e cognitivi

del disturbo mentale.

Le conseguenze sul lato pratico sono notevoli: lo Psichiatra richiede e valuta esami medici, prescrive farmaci generici e psicofarmaci . Lo

Psicologo

non prescrive farmaci, ma utilizza come strumenti di intervento il

colloquio

, la

somministrazione di test

, il sostegno empatico e - se è anche psicoterapeuta - le tecniche di intervento

psicoterapeutiche.

Lo Psichiatra, che è innanzi tutto un medico, ha un rapporto col paziente di tipo

medico-paziente

ossia

un rapporto asimmetrico in cui il paziente è la parte dipendente in stato di necessità, mentre il medico ha il ruolo del professionista competente che sa, guida e dà prescrizioni. Lo Psicologo

punta invece sul

rapporto paritetico

col paziente, un rapporto individuo-individuo in cui sia presente innanzi tutto la fiducia, perché senza la fiducia nessun lavoro psicologico può essere portato avanti.

Lo Psichiatra tende a curare il disagio psichico andando a riequilibrare gli scompensi chimici che vengono a crearsi nel cervello di una persona sofferente. Ad esempio è stato rilevato che, in concomitanza di alcune forme di depressione, l'attività di un neurotrasmettitore chiamato

serotonina – una sorta di messaggero dell'attività psichica – è meno intensa. Lo Psichiatra interviene su questo scompenso sul piano fisico, somministrando uno specifico farmaco per la psiche – uno psicofarmaco – che incrementa l'attività della serotonina. Il paziente sta meglio ma deve continuare ad utilizzare gli psicofarmaci.

Lo Psicologo è cosciente degli squilibri chimici ma preferisce correggerli con un'altra strategia: vuole riattivare le risorse, la capacità di scelta, le emozioni positive del paziente in modo che stia meglio e sia in grado di riequilibrare da sé gli squilibri chimici del proprio cervello.

Talvolta [le due professioni collaborano](#) nel perseguire la salute di un dato paziente. In questi casi il disturbo viene affrontato in modo parallelo sia dal punto di vista psicologico sia dal punto di vista psichiatrico. Questo può avvenire quando un paziente presenta sintomi molto gravi che possono culminare nell'aggressione o nella distruzione di sé o di altre persone. In questi casi lo Psichiatra somministra una terapia farmacologica che limiti la distruttività del paziente, mentre lo Psicologo lavora per riattivare le risorse di crescita del paziente.