

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

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

Luoghi, contenuti, ammissione

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://www.orientation.ch/fr/it/professioni/psicologo-a>

Professione

Orientatore/trice professionale, negli studi e nella carriera

<https://www.orientation.ch/fr/it/professioni/orientatore-trice-professionale-negli-studi-e-nella-carriera>

Professione

Mediatore/trice

<https://www.orientation.ch/fr/it/professioni/mediatore-trice>

Professione

Pedagogista curativo/a

<https://www.orientation.ch/fr/it/professioni/pedagogista-curativo-a>

Professione

Medico/a

<https://www.orientation.ch/fr/it/professioni/medico-a>

Professione

Consulente in ambito psicosociale EPS

<https://www.orientation.ch/fr/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/wsp/it/>