

Psicologo, psicoterapeuta e psichiatra

Di Sabina Moro

Una differenza importante e sostanziale, da conoscere per comprendere al meglio a chi potersi rivolgere in un momento di difficoltà



“Rendi cosciente l’inconscio, altrimenti sarà l’inconscio a guidare la tua vita e tu lo chiamerai destino”.

Oggi vedremo insieme la differenza tra psicologo, psichiatra e psicoterapeuta, una differenza importante e sostanziale, da conoscere per comprendere al meglio a chi potersi rivolgere in un momento di difficoltà. Nel linguaggio comune infatti non esiste alcuna differenza tra psicologo e psicoterapeuta e, spesso i termini vengono utilizzati quasi indistintamente.

La differenza tra **psicologo**, **psichiatra** e **psicoterapeuta** riguarda il percorso di studi, le competenze e gli ambiti di intervento.

Lo Psicologo ha una laurea magistrale in psicologia ed ha effettuato un tirocinio obbligatorio (nel vecchio ordinamento era di 1000 ore da seguire post laurea mentre attualmente le ore di tirocinio sono meno ed inserite nel percorso di studi). In seguito alla laurea, ha preparato un esame di stato per potersi iscrivere all’Albo degli Psicologi della propria regione di appartenenza. Ogni persona, nel caso in cui volesse verificare la veridicità del titolo del professionista, può accedere all’albo della regione e verificare la presenza del professionista stesso. Se non viene trovato il nome può essere, in alcuni casi, che lo psicologo sia iscritto all’albo di un’altra regione.

Lo psicologo si occupa di prevenzione, diagnosi, riabilitazione e sostegno psicologico per aiutare le persone a comprendere meglio se stesse e a gestire le difficoltà della vita quotidiana. Non può prescrivere farmaci né fare psicoterapia, se non è anche psicoterapeuta.

Il supporto psicologo dovrebbe avere una durata limitata nel tempo e, se il disagio persiste, lo stesso professionista dovrebbe inviare la persona ad uno psicoterapeuta, che ha gli strumenti per offrire un’intervento più strutturato e profondo. Lo psicologo tendenzialmente non è equipaggiato per trattare disturbi psicopatologici e psichiatrici o per fare un’analisi più nel profondo.

Lo psicologo può quindi essere indicato per chi sta attraversando un momento di disagio legato ad un singolo aspetto della propria vita. Tuttavia molto spesso i disagi sottendono problematiche più profonde. Il mio consiglio è quello quindi di rivolgersi ad uno psicoterapeuta che sappia valutare la situazione e indirizzarvi al percorso più adeguato.

Dott.ssa Sabina Moro – Centro 21 Grammi, Manerba d/G

3934107718

sabina.moro@outlook.it

Instagram: 21grammi_di_psicologia

DATA DI PUBBLICAZIONE: 24/10/2025 – AGGIORNATO ALLE 08:00

2025 © TUTTI I DIRITTI SONO RISERVATI

AUTOGESTIONE CONTENUTI DI EDIZIONI VALLE SABBIA SRL C.F. E P.IVA: 02794810982 – SISTEMA [GLACOM®](#)