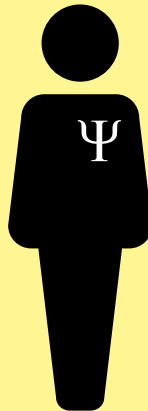




# 10 PREGIUDIZI SULLO PSICOLOGO

BREVE VIAGGIO ALLA SCOPERTA DEI FALSI MITI CHE CIRCONDANO LA FIGURA DELLO PSICOLOGO



1° LO PSICOLOGO È PER I MATTI



2° LO PSICOLOGO È PER DEBOLI  
(E IO VOGLIO FARCELA DA SOLO)



3° LO PSICOLOGO POTREBBE  
MANIPOLARE LA MIA MENTE



4° IO SONO FATTO COSÌ  
(CAMBIARE È IMPOSSIBILE)



5° NESSUNO PUÒ CAPIRE  
IL MIO DOLORE



6° È IMPOSSIBILE RISOLVERE PROBLEMI  
CONCRETI SOLO PARLANDO



7° LA PSICOTERAPIA DURA TROPPO



8° LO PSICOLOGO COSTA TROPPO



9° PERCHÉ RIVOLGERSI A UNO  
PSICOLOGO QUANDO POSSO  
PARLARE CON UN AMICO?



10° AH... SEI PSICOLOGO?!

**CONOSCERE QUESTI PREGIUDIZI È IL PRIMO PASSO PER...**

**1**

PROMUOVERE IL PRENDERSI CURA DELLA  
PRORIA MENTE COME COMPITO QUOTIDIANO

**2**

FAR SÌ CHE LO PSICOLOGO FACCIA  
SEMPRE MENO PAURA



ORDINE DEGLI PSICOLOGI DELLA LOMBARDIA

# 10 PREGIUDIZI SULLO PSICOLOGO

BREVE VIAGGIO ALLA SCOPERTA DEI FALSI MITI CHE CIRCONDANO LA FIGURA DELLO PSICOLOGO

## 1° PREGIUDIZIO

LO PSICOLOGO È PER I MATTI



..... PERCHÉ È UNA BUFALA? .....

UNA PARTE SOFFRE DI GRAVI  
DISTURBI PSICHICI

SENZA DIMENTICARE CHI STA BENE  
MA VUOLE STARE MEGLIO E CHI  
DESIDERA COMPIERE UN VIAGGIO  
CONOSCITIVO DENTRO SÉ STESSO

**TRA LE PERSONE  
CHE SI RIVOLGONO  
ALLO PSICOLOGO**

UN'ALTRA PARTE "SI LIMITA" A VIVERE  
PROBLEMATICHE CIRCOSCRITTE

(una difficoltà emotiva, una fatica relazionale,  
un momento di crisi, un evento stressante)

TUTTI NOI ATTRAVERSIAMO QUESTI  
MOMENTI NEL CORSO DELLA VITA  
E POSSIAMO USCIRNE VELOCEMENTE  
(E CRESCIUTI) CON UN AIUTO QUALIFICATO



# 10 PREGIUDIZI SULLO PSICOLOGO

BREVE VIAGGIO ALLA SCOPERTA DEI FALSI MITI CHE CIRCONDANO LA FIGURA DELLO PSICOLOGO

## 2° PREGIUDIZIO

LO PSICOLOGO È PER DEBOLI  
(E IO VOGLIO FARCELA DA SOLO)



### ..... PERCHÉ È UNA BUFALA? .....

**A**

CERCARE SOLUZIONI AI PROPRI PROBLEMI IN AUTONOMIA È SALUTARE, MA A FRONTE DI TENTATIVI INFRUTTUOSI RIPETUTI, PERCHÉ NON RICORRERE AD UN AIUTO QUALIFICATO?

**B**

RICONOSCERE DISAGI E LIMITI PERSONALI (E NON ATTRIBIBILI AGLI ALTRI) È IN REALTÀ UN GRANDE ATTO DI FORZA

**C**

RESPONSABILITÀ E MERITO DEL CAMBIAMENTO SONO ESCLUSIVAMENTE PERSONALI: NESSUNO PUÒ AFFRONTARE IL DISAGIO PSICOLOGICO AL NOSTRO POSTO



# 10 PREGIUDIZI SULLO PSICOLOGO

BREVE VIAGGIO ALLA SCOPERTA DEI FALSI MITI CHE CIRCONDANO LA FIGURA DELLO PSICOLOGO

## 3° PREGIUDIZIO

LO PSICOLOGO POTREBBE  
MANIPOLARE LA MIA MENTE



..... PERCHÉ È UNA BUFALA? .....

“...LO PSICOLOGO RISPETTA L'AUTONOMIA E LE CREDENZE DEI SUOI PAZIENTI, SI ASTIENE DALL'IMPORRE IL SUO SISTEMA DI VALORI E NON USA IN MODO INAPPROPRIATO LA SUA INFLUENZA...”  
(DAL CODICE DEONTOLOGICO DEGLI PSICOLOGI)

**N.B.**

È COMUNQUE NECESSARIO RIVOLGERSI A PROFESSIONISTI ISCRITTI ALL'ORDINE, CHE GARANTISCE CHE I SUOI MEMBRI ABBIANO COMPIUTO L'ITER FORMATIVO ED ESPERIENZIALE NECESSARIO PER ESERCITARE LA PROFESSIONE



# 10 PREGIUDIZI SULLO PSICOLOGO

BREVE VIAGGIO ALLA SCOPERTA DEI FALSI MITI CHE CIRCONDANO LA FIGURA DELLO PSICOLOGO

## 4° PREGIUDIZIO

IO SONO FATTO COSÌ  
(CAMBIARE È IMPOSSIBILE)



MOLTE PERSONE PENSANO DI ESSERE NATE (O CRESCIUTE) CON UN DETERMINATO CARATTERE  
E DI NON AVERE ALTRE ALTERNATIVE DI COMPORTAMENTO...

**IN REALTÀ, NELLA MAGGIOR PARTE DEI CASI, ABBIAMO:**



LA RESPONSABILITÀ DI COME  
CI COMPORTIAMO



IL POTERE DI REGOLARE  
LE NOSTRE REAZIONI

CHE POSSIAMO SVILUPPARE **LAVORANDO SU NOI STESSI**  
AUTONOMAMENTE O CON L'AUTO DI UN PROFESSIONISTA



# 10 PREGIUDIZI SULLO PSICOLOGO

BREVE VIAGGIO ALLA SCOPERTA DEI FALSI MITI CHE CIRCONDANO LA FIGURA DELLO PSICOLOGO

**5° PREGIUDIZIO**  
NESSUNO PUÒ CAPIRE  
IL MIO DOLORE



**GIÀ SOLO QUESTO CONVINCIMENTO È CIÒ CHE IN PARTE SOSTIENE ED ALIMENTA IL MALESSERE.**

QUESTO PREGIUDIZIO SI PRESENTA ANCHE NELLA VARIANTE  
“COME POTRÀ CAPIRMI QUALCUNO CHE NON HA VISSUTO IL MIO STESSO PROBLEMA?”

- A** ESPERIENZA MATURATA NEL TEMPO
- B** FORMAZIONE CONTINUA
- C** EMPATIA (CAPACITÀ DI METTERSI NEI PANNI DELL'ALTRO)



SONO GLI STRUMENTI CHE LO PSICOLOGO COLTIVA E UTILIZZA PER AFFRONTARE SITUAZIONI DIVERSE, ANCHE SE NON LE HA VISSUTE IN PRIMA PERSONA



# 10 PREGIUDIZI SULLO PSICOLOGO

BREVE VIAGGIO ALLA SCOPERTA DEI FALSI MITI CHE CIRCONDANO LA FIGURA DELLO PSICOLOGO

## 6° PREGIUDIZIO

È IMPOSSIBILE RISOLVERE PROBLEMI  
CONCRETI SOLO PARLANDO



### ..... PERCHÉ È UNA BUFALA? .....

IL **LINGUAGGIO** NON SERVE SOLO PER DESCRIVERE LA REALTÀ,  
MA È IL MEZZO ATTRAVERSO CUI ESSA VIENE COSTRUITA

**PARLARE CI AIUTA** A CAMBIARE IL MODO CON CUI ATTRIBUIAMO SIGNIFICATO AL MONDO,  
MODIFICANDO DI CONSEGUENZA I NOSTRI ATTEGGIAMENTI E COMPORTAMENTI

"I VIAGGI CHE PORTANO ALLE SCOPERTE MAGGIORI NON SONO QUELLI IN CUI SI VEDONO MONDI NUOVI,  
MA QUELLI IN CUI RIVEDIAMO MONDI CONOSCIUTI CON OCCHI DIVERSI"

Marcel Proust



# 10 PREGIUDIZI SULLO PSICOLOGO

BREVE VIAGGIO ALLA SCOPERTA DEI FALSI MITI CHE CIRCONDANO LA FIGURA DELLO PSICOLOGO

## 7° PREGIUDIZIO

LA PSICOTERAPIA DURA TROPPO



**NON SEMPRE!**

### **CONSULENZE PSICOLOGICHE**

(CHE PER DEFINIZIONE  
POSSONO DURARE ANCHE  
SOLO QUALCHE COLLOQUIO)

### **PERCORSI BREVI**

(DI POCHI MESI)

### **PERCORSI LUNGI**

(CHE DURANO ANNI)

DIPENDE DAL MOTIVO DELLA CONSULTAZIONE, DALL'APPROCCIO DEL TERAPEUTA  
E DA QUANTO STABILITO CON IL PROFESSIONISTA NELLE PRIME SEDUTE





# 10 PREGIUDIZI SULLO PSICOLOGO

BREVE VIAGGIO ALLA SCOPERTA DEI FALSI MITI CHE CIRCONDANO LA FIGURA DELLO PSICOLOGO

## 8° PREGIUDIZIO

LO PSICOLOGO COSTA TROPPO



**NON SEMPRE!**

**ESISTONO PERCORSI A PREZZI CALMIERATI**



NEL **SERVIZIO  
PUBBLICO**



PRESSO  
GLI **STUDI PRIVATI** VI  
SONO TARIFFE PIÙ O  
MENO COSTOSE



IN **STRUTTURE  
PRIVATE**  
ACCREDITATE

**CONSULTARE** DIRETTAMENTE GLI SPECIALISTI PER CHIEDERE IN MERITO



# 10 PREGIUDIZI SULLO PSICOLOGO

BREVE VIAGGIO ALLA SCOPERTA DEI FALSI MITI CHE CIRCONDANO LA FIGURA DELLO PSICOLOGO

## 9° PREGIUDIZIO

PERCHÉ RIVOLGERSI A UNO PSICOLOGO  
QUANDO POSSO PARLARE CON UN AMICO?



**LA NATURA DELLE DUE RELAZIONI È TOTALMENTE DIVERSA.**

1

**LO PSICOLOGO** NON È COINVOLTO  
IN DINAMICHE AFFETTIVE  
CON IL PAZIENTE



È PIÙ OBIETTIVO ED È POSSIBILE PARLARGLI  
DI TUTTO SENZA LA PAURA DI MODIFICARE  
E/O COMPLICARE SITUAZIONI QUOTIDIANE

2

**LO PSICOLOGO** È CONCENTRATO  
SUL PAZIENTE, IL PAZIENTE  
È CONCENTRATO SU DI SÉ



CIÒ CREA UNO SPAZIO UTILE  
ALL'ESPLORAZIONE E AL CAMBIAMENTO

3

**LO PSICOLOGO** POSSIEDE COMPETENZE  
E STRUMENTI UTILI AD AFFRONTARE  
DIFFICOLTÀ STRUTTURATE



COSE DI CUI DIFFICILMENTE  
UN AMICO DISPONE



ORDINE DEGLI PSICOLOGI DELLA LOMBARDIA

# 10 PREGIUDIZI SULLO PSICOLOGO

BREVE VIAGGIO ALLA SCOPERTA DEI FALSI MITI CHE CIRCONDANO LA FIGURA DELLO PSICOLOGO

**10° PREGIUDIZIO**  
AH... SEI PSICOLOGO?!



...ALLORA DEVO STARE  
ATTENTO A QUELLO CHE  
DICO O MI ANALIZZI...

...STANOTTE  
HO SOGNATO XYZ...  
COSA SIGNIFICA?

LO PSICOLOGO NON È DOTATO  
DI POTERI PARANORMALI, DUNQUE  
NON È IN GRADO DI CAPIRVI  
AL PRIMO SGUARDO

**IN REALTÀ**

I SOGNI (CON CUI NON TUTTI GLI  
PSICOLOGI LAVORANO) NON HANNO  
SIGNIFICATI PRESTABILITI, MA  
ACQUISTANO UN SENSO ALL'INTERNO  
DELLA VITA DELLA SINGOLA PERSONA



INOLTRE, FUORI DALLA STANZA DI TERAPIA, ANCHE ALLO PSICOLOGO PIACE PENSARE AD ALTRO