

Psicoterapia significa prendersi cura di una persona, di una coppia o di una famiglia.

Nelle scienze psicologiche esistono diversi approcci ovvero diverse teorie che sostengono i metodi e le tecniche per costruire il benessere del paziente che chiede aiuto.

Per questo esistono gli orientamenti teorici che definiscono le varie “psicoterapie” ciascuno con metodologie nei tempi e nelle cadenze delle sedute che differenziano i clinici.