

Occorre sfatare l'idea diffusa ed errata che la psicoterapia sia connessa alla follia. La psicoterapia è un dialogo sostenuto da un rapporto fiduciario, una riflessione aperta con una persona competente in grado di ascoltare senza giudicare. Attraverso questo dialogo è possibile costruire una lettura nuova sulla difficoltà vissuta dal paziente e raggiungere una maggiore consapevolezza sulle sue potenzialità.

La psicoterapia, per queste sue caratteristiche di comunicazione, comprensione, apertura all'Altro, è un intervento che rientra nelle relazioni d'aiuto e si esprime a diversi livelli: dal più semplice aiuto per difficoltà di lieve entità a supporti terapeutici più complessi in cui è evidente una patologia strutturata.