

Come intraprendere un percorso privato

Verificare qualifiche, metodo, costi e continuità delle cure senza affidarsi a classifiche o promesse.

Revisione documentale: 21 settembre 2026. Non sostituisce una valutazione clinica.

Versione online: **leggi la guida aggiornata e consulta i servizi.**

DA RICORDARE

Prima di scegliere, verifica chi eroga la prestazione e quale prestazione stai acquistando. Una consulenza, una psicoterapia e una visita medica non sono sinonimi.

Verificare il professionista

Per uno psicologo consulta l'Albo nazionale o l'Ordine territoriale. Per la psicoterapia verifica anche la relativa qualifica: non basta il termine "terapeuta" su un sito. Per un medico consulta l'Albo FNOMCeO e verifica la specializzazione dichiarata; in caso di dubbi chiedi all'Ordine competente.

Controlla che nome, iscrizione e professionista che svolgerà gli incontri coincidano. Titoli pubblicitari, recensioni e numero di follower non sostituiscono queste verifiche. La possibilità di prescrivere farmaci dipende dall'essere medico, non dal nome dell'approccio psicologico.

Fonti: CNOP — Albo nazionale · FNOMCeO — Albo unico nazionale · CNOP — legge 56/1989, artt. 1-3.

Definire una richiesta utile

Puoi partire dal bisogno, non da una tecnica: *"Vorrei una valutazione iniziale", "Cerco sostegno in questo periodo", "Vorrei capire se una psicoterapia è indicata", "Mi serve una valutazione medica"*. Chiedi se il professionista ha esperienza con persone della tua fascia d'età e con richieste simili.

Per una diagnosi o una certificazione necessaria a scuola, università o lavoro, specifica a cosa servirà e verifica con l'ente destinatario quali requisiti richiede. Non dare per scontato che qualsiasi relazione privata abbia lo stesso valore per ogni procedura.

Fonti: CNOP — la professione psicologica.

Le domande da fare prima di prenotare

- Chi svolge il colloquio e qual è la sua qualifica?
- È una consulenza, una valutazione, una visita medica o una psicoterapia?
- Qual è il costo complessivo, inclusi eventuali test, relazioni e incontri aggiuntivi?
- Quanto dura l'incontro e quali sono le regole di cancellazione?
- Come viene protetta la riservatezza? Quali contatti sono utilizzabili tra gli incontri?
- Come vengono gestiti un peggioramento, un'interruzione o l'invio a un altro servizio?

Puoi chiedere queste informazioni per iscritto. Prima di acquistare un pacchetto di incontri, chiarisci che cosa succede se la valutazione suggerisce un percorso diverso.

Metodo, relazione ed evidenze

Chiedi una spiegazione comprensibile del lavoro proposto: obiettivi, modalità e criteri di verifica. Non scegliamo un "approccio migliore" in assoluto. La scelta dovrebbe considerare la valutazione, le evidenze per il problema concreto, le preferenze e i vincoli pratici.

Un percorso può richiedere impegno, ma questo non elimina la possibilità di fare domande. Se senti che qualcosa non funziona, chiedi di discuterlo. Una seconda opinione può aiutare a chiarire la proposta senza interrompere autonomamente eventuali terapie mediche.

Fonti: NIMH — Psychotherapies.

In presenza oppure online?

Prima di un incontro a distanza concorda con il professionista se la modalità è adatta e come proteggere lo spazio del colloquio. Chiedi quale piattaforma verrà usata, come ricevere documenti e cosa fare se la connessione cade.

Prepara un luogo sufficientemente riservato e chiarisci se altre persone possono essere presenti. Non registrare gli incontri senza un accordo esplicito. Chiedi come vengono gestite le emergenze e le cure quando ti trovi in un luogo diverso. Un servizio online non è automaticamente un servizio di urgenza.

Fonti: NIMH — Psychotherapies.

Centri privati, accreditati e convenzionati

Autorizzazione, accreditamento e rapporto contrattuale con il SSN sono informazioni distinte. Nel nostro archivio le evidenze sono separate: l'assenza di un documento non viene trasformata in una conferma.

Prima di una prestazione ambulatoriale o di degenza chiedi chi paga, quali passaggi amministrativi servono, quale modulo eroga il trattamento e chi manterrà il collegamento con i servizi territoriali. Le condizioni possono differire tra moduli della stessa struttura e tra pazienti di territori diversi.

[Consulta le convenzionate già censite](#) [Leggi le evidenze extraregionali](#)

Fonti: Regione Lazio — DCA U0090/2010, allegato 1, §4.3.

Perché non trovi “le cliniche migliori per...”

Questa edizione non aggiunge una classifica né un censimento generale del privato puro. Per inserirlo servono criteri omogenei su titolarità, servizi effettivamente erogati, requisiti professionali, costi dichiarati, accesso e fonti.

Le strutture convenzionate già presenti restano consultabili con i loro limiti documentali. La presenza nell’archivio non è una raccomandazione sanitaria, e il numero di informazioni disponibili non misura la qualità clinica.

Cambiare o terminare un percorso

Puoi chiedere un confronto sugli obiettivi raggiunti, su ciò che resta da affrontare e sulle alternative. Quando si cambia servizio, chiedi quali documenti portare e come coordinare i professionisti, con il consenso necessario.

Non usare il cambio di terapeuta come motivo per sospendere da solo una terapia farmacologica. Per farmaci, prescrizioni e monitoraggi chiedi al medico come garantire continuità. Prima dell’ultimo incontro è utile avere un riferimento per eventuali nuove difficoltà.

Fonti: NHS — Antidepressants.

Servizi e pagine collegate

- Differenze tra professionisti
- Alternative pubbliche
- Convenzionate nell’archivio

I collegamenti conducono al portale del progetto; sono operativi quando la V7.4 è pubblicata. Controlla le fonti ufficiali per dati aggiornati.

Fonti e limiti della guida

Le fonti supportano le informazioni generali; le checklist propongono domande da fare ai servizi. Revisione documentale, non validazione clinica indipendente. Le fonti storiche sono datate e non attestano disponibilità o contratti attuali.

1. CNOP — Albo nazionale

www.psy.it · Consultazione documentale: 21/09/2026

Verifica di iscrizione e rimando agli Ordini.

<https://www.psy.it/albo-nazionale/>

2. FNOMCeO — Albo unico nazionale

albounico.fnomceo.it · Consultazione documentale: 21/09/2026

Portale indicato dalla pagina ufficiale Cerca professionista della FNOMCeO.

<https://albounico.fnomceo.it/>

3. CNOP — legge 56/1989, artt. 1-3

www.psy.it · Consultazione documentale: 21/09/2026 · Data della fonte: Testo con aggiornamenti 2018

Definizioni professionali e requisiti della psicoterapia; non usato per descrivere le attuali procedure universitarie di abilitazione.

<https://www.psy.it/wp-content/uploads/2020/06/4555-Legge-n-56-del-1989-con-agg-2018.pdf>

4. CNOP — la professione psicologica

www.psy.it · Consultazione documentale: 21/09/2026

Ambiti di intervento dello psicologo.

<https://www.psy.it/la-professione-psicologica/>

5. NIMH — Psychotherapies

www.nimh.nih.gov · Consultazione documentale: 21/09/2026

Obiettivi, scelta del professionista e collaborazione nel trattamento. Fonte in inglese; non descrive il sistema italiano.

<https://www.nimh.nih.gov/health/topics/psychotherapies>

6. Regione Lazio — DCA U0090/2010, allegato 1, §4.3

www.regione.lazio.it · Consultazione documentale: 21/09/2026 · Data della fonte: 10/11/2010

Riferimento di base per STPIT e residenzialità. Per i singoli moduli valgono gli atti applicabili e le successive modifiche; non attesta un contratto SSN attuale.

https://www.regione.lazio.it/sites/default/files/documentazione/SAN_DCA_U0090_10_11_2010_Allegato_1.pdf

7. NHS — Antidepressants

www.nhs.uk · Consultazione documentale: 21/09/2026 · Data della fonte: Revisione 12/06/2025

Tempi variabili, effetti indesiderati e sospensione concordata.

<https://www.nhs.uk/medicines/antidepressants/>
