

Therapy Support vs LLM generico

Molti terapeuti hanno già provato ChatGPT o Claude per farsi aiutare nel lavoro. La conclusione non è «non usare l'IA», ma che un modello generico e uno strumento specializzato, pensato per i terapeuti, fanno cose diverse. Qui sotto trovi le differenze che contano nella pratica.

Nove punti, **a confronto**

Nessun giudizio sulla **qualità dei modelli**

PUNTO DI PARTENZA

Due strumenti nati per compiti diversi

Therapy Support è costruito per un processo clinico specifico: CBT e Schema Therapy, con ACT e DBT in programma. ChatGPT e Claude sono strumenti generici, e in questo sono molto validi. Il confronto riguarda ciò per cui ciascuno è progettato, non quale modello scriva meglio.

01 Una conversazione aperta o un'ontologia clinica

MODELLO GENERICO

- Ogni conversazione riparte da capo.
Non c'è una struttura clinica integrata.
- La struttura la fornisci tu, nel prompt, ogni volta.

THERAPY SUPPORT

- Costruito su un'ontologia del processo terapeutico: assessment iniziale, problemi presentati, obiettivi, situazioni scatenanti, pensieri automatici, distorsioni, ABC/registro dei pensieri, concettualizzazione del caso; nella Schema Therapy anche schemi, mode, stili di coping e bisogni emotivi fondamentali non soddisfatti.
- Ogni seduta viene ricondotta automaticamente a questa struttura.

Un vocabolario clinico fisso ti permette di verificare il risultato elemento per elemento, invece di limitarti a rileggerlo.

02 Un estratto o l'intero caso

MODELLO GENERICO

- Analisi di un singolo estratto, senza il contesto della seduta 1, della 4 o della 12.
- Ogni conversazione parte da zero, a meno che tu non incolli a mano le note precedenti.

THERAPY SUPPORT

- Una mappa dell'intera terapia: pattern che si ripetono nell'arco di 5, 10 o 20 sedute.
- La concettualizzazione si aggiorna a ogni seduta e resta coerente con la storia del percorso.

In pratica vedi la catastrofizzazione nella seduta 3 e nella 7, il compito a casa della seduta 4 su cui avevate concordato di tornare e i punteggi PHQ-9 di due settimane e di due mesi fa in un unico grafico.

03 Una nota con una struttura

MODELLO GENERICO

- La nota che hai chiesto nel prompt. Nessuna struttura clinica, a meno che tu non abbia creato un tuo modello.

THERAPY SUPPORT

- Un modello di nota di seduta che segue la struttura di una seduta CBT, con gli elementi corrispondenti per la Schema Therapy.
- Etichette per gli interventi proposte a partire dalla trascrizione, da confermare: psicoeducazione, validazione, ristrutturazione cognitiva, esposizione.

04 Concettualizzazione: descritta o visibile

MODELLO GENERICO

- Può descrivere a parole un diagramma cognitivo. Non lo disegna e non lo tiene aggiornato.

THERAPY SUPPORT

- Il diagramma di concettualizzazione cognitiva di Judith Beck, i circoli viziosi di mantenimento, l'ABC/registro dei pensieri e la mappa dei mode, costruiti a partire dal contenuto delle sedute.
- Situazioni scatenanti, pensieri automatici e distorsioni vengono proposti e sei tu ad accettarli; il tutto si aggiorna man mano che le sedute procedono. Esportazione in PDF.

05 Estrazioni già pronte

MODELLO GENERICO

- Puoi chiedere qualsiasi cosa, e la qualità dipende da quanto è precisa la richiesta.

THERAPY SUPPORT

- Oltre 30 estrazioni integrate: distorsioni cognitive, materiale per un piano di prevenzione delle ricadute, autoriflessione strutturata sulla seduta, un'etichetta suggerita per il tipo di seduta.
- Una chat che conosce già il caso: storia, ipotesi, interventi svolti finora. «Che cosa vale la pena approfondire nella prossima seduta, nel lavoro sull'ansia sociale?» funziona senza incollare alcun contesto.

06 Preparare la supervisione

MODELLO GENERICO

- Copi le note di più sedute, le incolli nella finestra della chat e chiedi una sintesi, ogni volta da zero.
- Nulla si conserva da una supervisione all'altra.

THERAPY SUPPORT

- In un unico documento, i temi chiave, le ipotesi di lavoro e i momenti di cambiamento tratti dalle sedute che selezioni.
- Conta soprattutto per chi è in formazione. Raccogliere il materiale richiede minuti invece di una serata; la riflessione che ne nasce richiede il tempo che serve.

07 Una chat o un luogo di lavoro

MODELLO GENERICO

- Uno strumento per conversare con un modello. Non una piattaforma per gestire lo studio: niente portale del paziente, calendario, questionari, fatturazione o videosedute.

THERAPY SUPPORT

- Portale del paziente, questionari con grafici automatici, app iOS e Android con registrazione dal telefono.
- Calendari Google e Apple, promemoria via SMS, pagamenti Stripe, fatturazione e una stanza video con trascrizione all'interno della nostra VNet Azure.

08 Limiti clinici voluti

MODELLO GENERICO

- IA generica senza tutele specifiche per la psicoterapia.
- Uno studio del 2025 pubblicato su Scientific Reports ha testato 29 chatbot per la salute mentale con prompt basati sulla Columbia-Suicide Severity Rating Scale. Nessuno ha risposto in linea con le indicazioni per la gestione delle crisi in uno scenario di rischio suicidario crescente.

THERAPY SUPPORT

- Volutamente non è un dispositivo medico, e non finge di esserlo. Non formula diagnosi, non valuta il rischio e non rileva situazioni di crisi.
- L'app propone una struttura; la decisione clinica resta al terapeuta.

09 Chi è titolare dei dati dei tuoi pazienti

MODELLO GENERICO

- Con un piano consumer di solito non esiste un accordo sul trattamento dei dati con te, e il fornitore può trattare i contenuti per finalità proprie. A quel punto non agisce più solo su tue istruzioni.

THERAPY SUPPORT

- Un accordo sul trattamento dei dati pubblicato, ai sensi dell'articolo 28 del GDPR. Titolare del trattamento resti tu: agiamo su tue istruzioni e il contratto stabilisce che i dati non vengono usati per addestrare modelli.

È il punto che di solito conta di più per il responsabile della protezione dei dati (DPO), ed è quello da verificare con qualsiasi fornitore, noi compresi: aitherapy.support/it/legal/dpa

Non un concorrente, uno strumento diverso

ChatGPT e Claude sono ottimi strumenti generici e aiutano in molti compiti. Therapy Support è un'altra cosa: una piattaforma per il lavoro clinico, costruita sulla struttura del processo terapeutico, con una mappa dell'intero caso e strumenti pensati per un processo specifico, dalla seduta alla concettualizzazione, fino alla supervisione e alla gestione dello studio.

- Un riassunto è il punto in cui un modello generico si ferma. Per un terapeuta è lì che il lavoro comincia.
- Un modello generico tratta la seduta come una conversazione. Therapy Support la tratta come materiale per la concettualizzazione. È questa differenza a decidere se puoi verificare il risultato o soltanto leggerlo.
- Sicurezza, ubicazione dei server, pseudonimizzazione e conformità al GDPR sono trattate in un documento a parte: le 14 domande da porre a qualsiasi fornitore di IA.

VERIFICA DA TE

Documentazione pubblica

ACCORDO SUL TRATTAMENTO DEI DATI

aitherapy.support/it/legal/dpa

SICUREZZA

aitherapy.support/it/security

DISCLAIMER COMPLETO

aitherapy.support/it/legal/disclaimer

CONTATTI

kontakt@aitherapy.support

ONBOARDING

Prenota l'onboarding

Una videochiamata di circa 30 minuti: ti mostriamo l'app applicata al tuo modo di lavorare, su casi sintetici e mai su dati reali, e attiviamo insieme il tuo account. L'onboarding si svolge in inglese.

cal.aitherapy.support/team/tsteam/onboarding-en

