

# Fiche Thématique : Dispositif "Mon soutien psy"

"Mon soutien psy" est un dispositif mis en place par l'Assurance Maladie en France pour offrir un accès facilité à des consultations psychologiques. Vous pouvez notamment solliciter ce dispositif si vous éprouvez un trouble anxieux d'intensité légère ou modérée, si vous êtes déprimé ou si vous souffrez d'un trouble du comportement alimentaire..

**Qui peut en bénéficier ?** Le dispositif Mon soutien psy est accessible à partir de 3 ans. Il s'adresse à toutes les personnes en souffrance psychique d'intensité légère à modérée. Vous pouvez bénéficier du dispositif notamment :

- si vous vous sentez angoissé, anxieux, déprimé ou stressé ;
- si vous avez du mal à dormir ;
- si vous souffrez de troubles du comportement alimentaire ;
- si vous avez des problèmes liés à votre consommation d'alcool, de tabac et/ou de cannabis sans souffrir de dépendance.

**Modalités pour en bénéficier :** Vous n'êtes désormais plus obligé d'aller consulter au préalable un médecin ou une sage-femme pour bénéficier de Mon soutien psy. Vous pouvez prendre rendez-vous directement avec un psychologue conventionné par l'Assurance maladie (vous pouvez trouver sur cet annuaire un psychologue partenaire du dispositif exerçant près de chez vous).

## Comment intégrer le dispositif Mon soutien psy :

**1<sup>re</sup> possibilité :** vous prenez rendez-vous avec votre médecin, celui de votre enfant ou avec une sage-femme. Lors de la consultation, votre médecin ou votre sage-femme évalue votre état de santé (ou celui de votre enfant ou adolescent). L'avantage de cette 1<sup>re</sup> possibilité est que ce professionnel de santé peut identifier les situations d'urgence (risque suicidaire ou autres situations critiques). Il vous orientera alors vers un accompagnement adapté : un psychiatre, l'hôpital, une structure spécialisée dans la prise en charge des troubles de stress post-traumatique, etc.

**2<sup>e</sup> possibilité :** vous prenez directement rendez-vous avec un psychologue partenaire. Les psychologues partenaires sont sélectionnés par un comité d'experts sur la base de critères de formation et d'expérience. Ce contrôle permet d'attester de leur parcours consolidé en psychologie clinique. Seuls les psychologues sélectionnés et ayant signé une convention avec l'Assurance Maladie peuvent participer à ce dispositif.

## Le remboursement en pratique :

Dans le cadre du dispositif Mon soutien psy, vous payez directement le psychologue à la fin de chaque séance.

- 50 € pour l'entretien d'évaluation (1<sup>re</sup> séance) ;
- 50 € pour chacune des séances de suivi (11 au maximum).

Le psychologue complète et vous remet, après chaque séance ou à la fin de plusieurs séances (selon votre choix), la feuille de soins avec les soins payés.

Afin d'être remboursé, vous transmettez la feuille de soins à votre organisme d'assurance maladie.

Vous êtes ensuite remboursé par votre organisme d'assurance maladie obligatoire (60 % du tarif de la séance) et, le cas échéant, par votre complémentaire ou mutuelle (40 % du tarif de la séance).

Source : - Site officiel de l'Assurance Maladie :

<https://www.ameli.fr/paris/assure/remboursements/rembourse/remboursement-seance-psychologue-mon-soutien-psy>

- Ministère des Solidarités et de la Santé : <https://sante.gouv.fr/>  
<https://viapsy.fr/>

