



**l'Assurance  
Maladie**

Agir ensemble, protéger chacun

# Dispositif Mon soutien psy

---

Guide pratique à destination  
des médecins



# Présentation

## POURQUOI LE DISPOSITIF MON SOUTIEN PSY ?

Face aux besoins croissants liés à la crise sanitaire, et afin de permettre un **accès aux soins en santé mentale plus large, plus adapté et plus équitable**, le ministère en charge de la Santé et l'Assurance Maladie ont travaillé avec les représentants de votre profession, du Collège de la médecine générale (CMG) et de la Commission nationale de psychiatrie (CNP) afin de proposer le dispositif Mon soutien psy. Il s'agit d'une **offre de première ligne, de dépistage et de prise en charge initiale** pour l'ensemble de la population à partir de 3 ans.

Ainsi, les patients en souffrance psychique d'intensité légère à modérée peuvent bénéficier d'un accompagnement psychologique réalisé par un psychologue de ville conventionné, pris en charge par l'Assurance Maladie dans la limite d'un entretien d'évaluation et de onze séances de suivi par patient et par année civile.

**Ce dispositif ne présente aucun caractère obligatoire, il est basé sur le volontariat.**

**Ce guide pratique est destiné à tous les médecins qui souhaitent s'informer sur le dispositif et en faire bénéficier leur patient.**

Il a pour objectif de vous fournir des informations pratiques et d'offrir des repères concrets pour la prise en charge de vos patients :

- parcours de soins,
- critères d'inclusion et de non-inclusion,
- modalités de facturation.

Une brochure d'information à destination de vos patients est disponible sur le site internet du dispositif (Séances avec un psychologue | ameli.fr | Assuré).

# Sommaire

## 02

Présentation

## 04

Les patients concernés

**04** Pour les enfants et adolescents

**06** Pour les adultes

## 08

Le parcours de prise en charge

**10** Étape 1 : Entretien d'évaluation

**11** Étape 2 : Séances de suivi

**12** Étape 3 : La fin de l'accompagnement

## 13

Annexe

**13** Modèle de courrier d'accompagnement



# LES PATIENTS CONCERNÉS

Mon soutien psy s'adresse **à tous les patients dès l'âge de 3 ans en souffrance psychique d'intensité légère à modérée.**

## POUR LES ENFANTS ET ADOLESCENTS

### Les critères d'inclusion

Mon soutien psy s'adresse aux **enfants et adolescents de 3 à 17 ans inclus** qui présentent une **situation de mal-être ou de souffrance psychique d'intensité légère à modérée**, pouvant susciter l'inquiétude de l'entourage (famille, milieu scolaire, médecin, etc.).



### Les critères de non-inclusion

Ne sont pas concernés par le dispositif :

- > **les enfants âgés de moins de 3 ans ;**
- > **les enfants ou adolescents nécessitant d'emblée un avis spécialisé** (psychiatre ou pédopsychiatre) :
  - risques suicidaires,
  - formes sévères de troubles anxieux ou dépressifs,
  - troubles du comportement alimentaire avec signes de gravité :
    - variation du poids de plus de 1 kg /semaine depuis quelques semaines ;
    - IMC bas (enfant adolescent : < 3<sup>e</sup> percentile ; adulte : < 17) ;
    - crises de boulimie/hyperphagie ne permettant pas le maintien de l'activité scolaire/ professionnelle ou retentissement somatique important ;
    - comorbidité psychiatrique sévère ou risque suicidaire ;
    - complications somatiques du surpoids ;
  - situations de retrait et d'inhibition majeures,
  - troubles neuro-développementaux,
  - toute situation de dépendance à des substances psychoactives,
  - troubles externalisés sévères :
    - exclusions scolaires à répétition ;
    - retentissement majeur sur la scolarité et les apprentissages ou sur la vie familiale ;
    - trouble des conduites avec acte légal ou médico-légal (arrestation, condamnation, acte hétéro-agressif...) ;
- > **les enfants et adolescents actuellement en cours de prise en charge en pédopsychiatrie ou psychiatrie ou en ALD pour motif psychiatrique** (ou dans les deux ans).

## L'UTILISATION DES ÉCHELLES (CF. LIVRET DÉDIÉ)

Des échelles ou auto-questionnaires (BITS, ADRS, SDQ) à destination des enfants sont proposés aux professionnels qui suivent les patients afin de faciliter la caractérisation initiale et l'inclusion dans le dispositif ainsi que l'évolution du patient.



## CONSENTEMENT DES PARENTS POUR LES PATIENTS MINEURS

Le consentement des titulaires de l'autorité parentale (parents ou tuteurs) est nécessaire pour engager un parcours de soins pour un mineur. En outre, ce consentement favorise le partage d'information entre les différents acteurs de la chaîne de soins, dans la mesure où chacun a vocation à connaître des informations relatives à la prise en charge en santé mentale du mineur.

- **Si seul un titulaire de l'autorité parentale est présent**, le psychologue doit informer le parent présent qu'il lui incombe de recueillir l'accord de l'autre titulaire de l'autorité parentale.
- **Si l'accord ne peut pas être obtenu**, le psychologue demande une attestation écrite au parent présent, précisant que l'accord du second parent n'a pas pu être obtenu pour cause d'impossibilité manifeste et qu'il prend l'entière responsabilité d'accorder seul cette autorisation.



# POUR LES ADULTES

## Les critères d'inclusion

Mon soutien psy s'adresse aux **patients adultes de 18 ans ou plus en souffrance psychique** qui présentent :

- > **un trouble anxieux** d'intensité légère à modérée ;
- > **un trouble dépressif** d'intensité légère à modérée ;
- > **un mésusage** de tabac, d'alcool et/ou de cannabis (hors dépendance) ;
- > **un trouble du comportement alimentaire** sans critères de gravité ;
- > ou pour les **patients sous traitement par antidépresseurs** depuis moins de 6 mois ou par hypnotiques ou benzodiazépines depuis moins d'un mois.



## Les critères de non-inclusion

Toutes les situations qui nécessitent d'emblée ou en cours de prise en charge un avis spécialisé par un psychiatre sont exclues du champ de ce dispositif. Ne sont pas concernés par le dispositif :

- > **les situations qui nécessitent d'emblée ou en cours de prise en charge un avis spécialisé par un psychiatre**, notamment en cas de :
  - risques suicidaires,
  - formes sévères de troubles dépressifs ou anxieux (score PHQ 9 < 5 et > 19 ; score GAD 7 < 5 et > 14),
  - troubles du comportement alimentaire avec signes de gravité :
    - variation du poids de plus de 1 kg /semaine depuis quelques semaines ;
    - IMC bas (enfant adolescent : < 3<sup>e</sup> percentile ; adulte : < 17) ;
    - crises de boulimie/hyperphagie ne permettant pas le maintien de l'activité scolaire/professionnelle ou retentissement somatique important ;
    - comorbidité psychiatrique sévère ou risque suicidaire ;
    - complications somatiques du surpoids ;
  - troubles neuro-développementaux sévères,
  - antécédents psychiatriques sévères dans les trois ans,
  - toute situation de dépendance à des substances psychoactives (score Fagerström > 6 ; score AUDIT > 12 hommes ou > 11 femmes ; score CUDIT > 8) ;
- > **les patients actuellement en ALD ou en invalidité pour motif psychiatrique** ou en arrêt de travail de plus de six mois pour un motif psychiatrique (ou dans les deux ans).

## L'UTILISATION DES ÉCHELLES (CF. LIVRET DÉDIÉ)

Plusieurs échelles (PHQ9, GAD7, CUDIT, AUDIT, Fagerström) destinées aux adultes sont à disposition des professionnels qui suivent ces patients, pour aider à caractériser un trouble psychiatrique d'intensité légère et modérée et les états de souffrance psychique. Ces échelles permettent aussi de repérer les situations qui ne sont pas incluses dans le dispositif. Leur utilisation n'est pas obligatoire.



Ces échelles favorisent la création d'un langage commun et contribuent à faciliter les échanges entre les professionnels médecin, psychologue et psychiatre. Elles vous permettent également d'évaluer, si besoin, l'évolution du trouble suite à la prise en charge psychologique.

Les patients en situation d'urgence, présentant un risque suicidaire ou avec des critères de gravité (signes de décompensation psychiatrique aigus, par exemple) doivent être orientés sans délai vers le psychiatre ou des structures spécialisées.



Un numéro national de prévention du suicide, le **31 14**, permet d'apporter une aide avec des psychologues et des infirmiers formés à la prévention du suicide et ce **24h/24** et **7j/7**.

## BONNES PRATIQUES : RÉÉVALUATION DE LA PERTINENCE DES TRAITEMENTS MÉDICAMENTEUX

Avant d'orienter votre patient vers un accompagnement psychologique, vous devez réévaluer les traitements médicamenteux de celui-ci et en particulier ses traitements psychotropes.

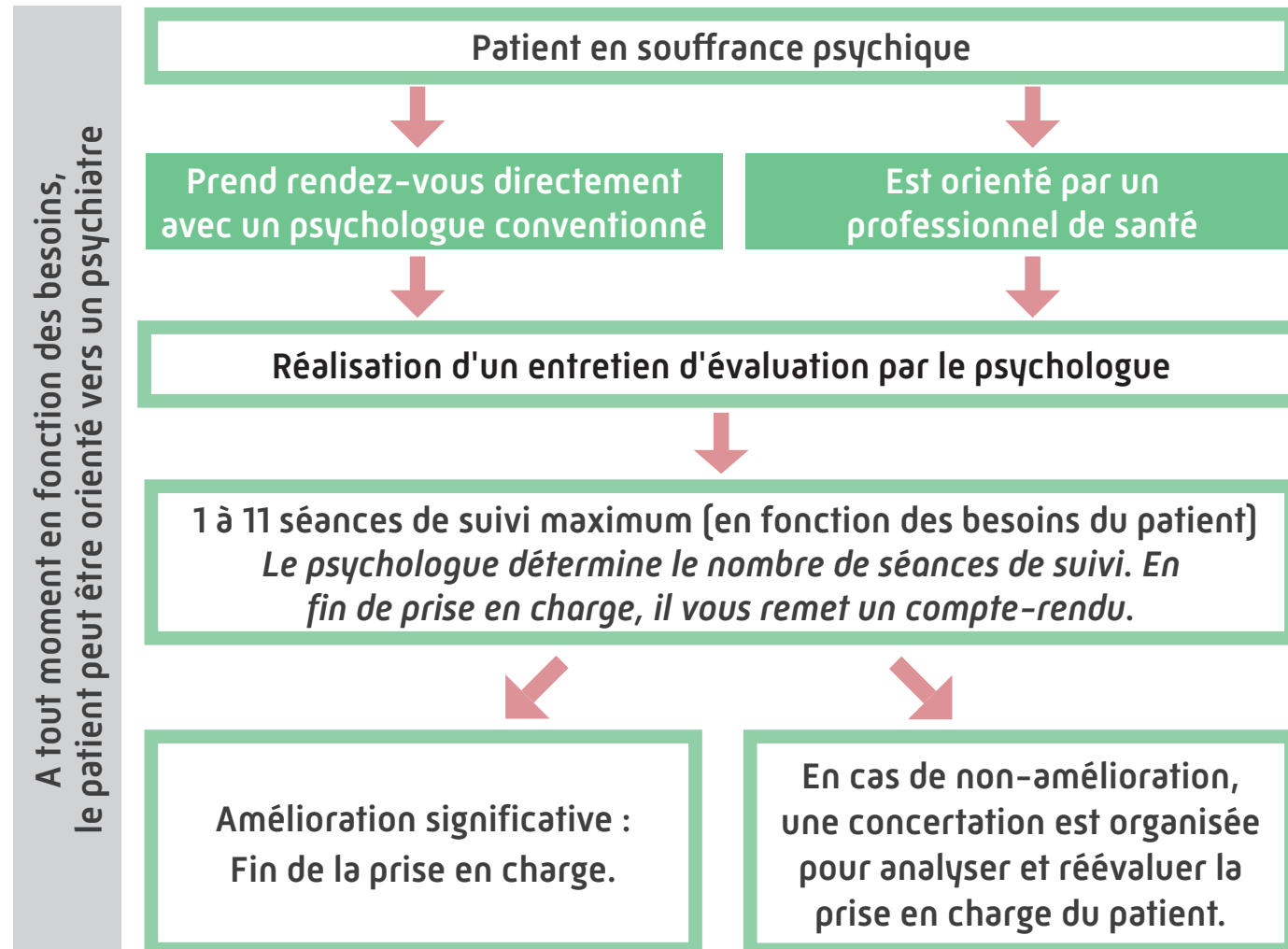
La Haute Autorité de santé (HAS) met par exemple en ligne des outils d'aide à la déprescription des benzodiazépines et médicaments apparentés :

- > Fiche de bon usage des médicaments : Quelle place pour les benzodiazépines dans l'anxiété ?
- > Recommandations de bonne pratique : Modalités d'arrêt des benzodiazépines et médicaments apparentés chez le patient âgé

# LE PARCOURS DE PRISE EN CHARGE

Tout patient peut bénéficier du dispositif Mon soutien psy par deux voies d'accès :

- **en passant par un professionnel de santé** qui adresse ce patient au psychologue conventionné en fonction de l'examen clinique qu'il a réalisé ;
- **en prenant rendez-vous directement** avec un psychologue conventionné pour un entretien d'évaluation.



NB : le parcours de prise en charge est le même pour les enfants/adolescents et les adultes.



## EN PRATIQUE, COMMENT DOIS-JE ORIENTER MON PATIENT VERS LE DISPOSITIF MON SOUTIEN PSY ?

Vous évaluez l'état de votre patient lors de l'examen clinique et, éventuellement, à l'aide des échelles et outils d'évaluation si nécessaire (cf. livret dédié).

Si votre patient répond aux critères d'inclusion, vous pouvez lui proposer de bénéficier d'un accompagnement psychologique dans le cadre du dispositif

Mon soutien psy. Vous lui remettez un « **courrier d'accompagnement** » destiné au psychologue (modèle en annexe). Ce document, à destination du psychologue, a vocation à lui **transmettre les éléments du contexte, les éléments cliniques** et éventuellement les résultats des scores.



L'objectif est de concourir à l'amélioration de la prise en charge du patient, en fluidifiant les échanges entre les professionnels impliqués dans son parcours.

**Votre patient peut choisir le psychologue de son choix parmi les psychologues partenaires listés sur le site [monsoutienpsy.ameli.fr](https://monsoutienpsy.ameli.fr).**

L'annuaire est régulièrement actualisé en fonction de l'entrée dans le dispositif de nouveaux psychologues.

Si vous le souhaitez, ou s'il vous le demande, vous pouvez aider le patient (ou la famille) dans le choix du psychologue.

### Bon à savoir :

en cas de questions de votre patient sur le dispositif (modalités de remboursement, etc.), vous pouvez l'orienter vers la foire aux questions patients disponible sur le site Séances avec un psychologue | [ameli.fr](https://ameli.fr) | Assuré



## DANS QUELS CAS ET QUAND un psychiatre doit-il être sollicité ?

Un avis psychiatrique est sollicité dans les cas suivants :

- évaluation initiale identifiant un critère de gravité ou de dépendance (cf. critères de non-inclusion) ;
- orientation vers Mon soutien psy d'un patient sous traitement psychotrope ou d'un patient bipolaire ou borderline sous antiépileptiques ;
- aggravation en cours de suivi : apparition d'idées suicidaires, de dépendance... ;
- doute sur la prise en charge thérapeutique ;
- non-amélioration après 12 séances d'accompagnement psychologique.



Si le recours au psychologue est en lien avec une ALD du patient et que celui-ci présente une déficience ou une incapacité justifiant la prescription d'un transport sanitaire (cf. référentiel de prescription fixé par l'arrêté du 23 décembre 2006), alors les transports pourront être pris en charge dans les conditions habituelles (article R.322-10 du Code de la sécurité sociale).

 C'est le seul cas de prise en charge des transports.

## 1 ENTRETIEN D'ÉVALUATION

Votre patient bénéficie d'une première séance permettant au psychologue d'évaluer la prise en charge nécessaire et les modalités d'accompagnement adaptées (nombre de séances prévisionnels dans la limite d'un entretien et de 11 séances de suivi).

Si le psychologue détecte des indicateurs de gravité ou au moindre doute, il vous en informe afin d'orienter le patient vers une prise en charge plus adaptée.

En pratique, la première séance d'entretien d'évaluation doit permettre de :

- > réaliser une première évaluation de la situation avec le patient ;
- > caractériser les difficultés (l'utilisation d'outils standardisés est encouragée) ;
- > présenter la démarche des séances de prise en charge psychologique au patient ;
- > préciser l'accord du patient.

À ce stade, le patient peut sortir du dispositif pour divers motifs : refus de la prise en charge, apparition de signes de non-inclusion (voir page 4 pour les enfants et adolescents et page 6 pour les adultes) ou nécessitant l'intervention d'emblée d'un psychiatre.



## 2 SÉANCES DE SUIVI

En fonction de l'état de santé du patient et de ses besoins, le psychologue lui propose 1 à 11 séances de suivi. Le psychologue peut proposer au patient de réaliser ces séances de suivi à distance.

Durant son parcours :

- > Le patient peut changer de psychologue partenaire. Le nouveau psychologue pourra réaliser les séances de suivi restantes dans le parcours du patient.  
**En cas d'amélioration significative ou de disparition des troubles**, la prise en charge se termine.
- > **En cas d'apparition de critères de gravité ou d'urgence ou de risque suicidaire**, le patient doit être orienté sans délai vers le psychiatre ou des structures spécialisées.



Un numéro national de prévention du suicide, le **31 14**, permet d'apporter une aide avec des psychologues et des infirmiers formés à la prévention du suicide et ce **24h/24 et 7j/7**.

Suite à la dernière séance de suivi, si vous lui avez adressé votre patient, le psychologue peut vous transmettre **un compte-rendu de fin de prise en charge** comprenant :

- > le rappel de l'évaluation initiale ;
- > l'état actuel du patient ;
- > l'évolution des scores (si pertinent) ;
- > le nombre total de séances réalisées ;
- > une éventuelle proposition de conduite à tenir en fonction de l'évolution des troubles.

### 3 FIN DE L'ACCOMPAGNEMENT

À la fin de l'accompagnement, le psychologue est invité à vous transmettre un bilan des séances réalisées.

Différents cas peuvent se présenter :

- > **la nécessité d'une consultation avec un psychiatre** (en libéral ou à l'hôpital) pour une évaluation plus approfondie ;
- > **la nécessité d'une prise en charge la plus adaptée** : centre médico-psychologique (CMP), CMP infanto-juvéniles, service de psychiatrie ou pédopsychiatrie, maison des adolescents... ;
- > **une évolution favorable** ne nécessitant pas de nouvel accompagnement psychologique ;
- > **un nouvel accompagnement psychologique.**

En cas de non amélioration et pour tout renouvellement des séances, une évaluation des troubles du patient est requise et prend la forme d'une concertation entre le médecin et le psychologue avec un avis psychiatrique formalisé (idéalement une consultation). Elle permettra d'adapter au mieux la prise en charge du patient, et le cas échéant avoir recours à une prise en charge plus spécialisée.

Un renouvellement des séances ne peut donc pas être réalisé de façon automatique.

 **Le patient peut aussi décider de poursuivre avec le psychologue une prise en charge dans un cadre non remboursé.**

 **S'il n'en a pas les moyens, le patient peut être orienté vers une structure hospitalière de type centre médico-psychologique.**



## ANNEXE

### Modèle de courrier d'accompagnement à destination du psychologue

#### Courrier d'accompagnement

Nom et prénom du professionnel de santé : .....

Numéro AM du professionnel de santé ou de la structure : .....

Nom et prénom du patient : .....

Date : .....

**Adressage pour un accompagnement psychologique (entretien d'évaluation et jusqu'à 11 séances de suivi) par un psychologue conventionné avec l'Assurance Maladie** (annuaire disponible sur [monsoutienpsy.ameli.fr](https://mon soutienpsy.ameli.fr)).

Si besoin, précisez si les soins sont en lien avec :

- ☐ Maladie
  - ☐ Affection de longue durée (ALD)
  - ☐ Accident causé par un tiers
- ☐ Maternité (à partir du 6<sup>e</sup> mois de grossesse)
- ☐ AT-MP (Accident du travail-Maladie professionnelle)

Motifs de l'adressage : .....

Informations sur l'évaluation initiale / Description de l'état actuel du patient :

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

Retentissement sur la vie quotidienne et professionnelle : .....

Éventuellement et si souhaité par le médecin et pour les patients adultes, scores des échelles PHQ 9/GAD 7 : .....

Autres éléments nécessaires : .....

Signature et tampon du professionnel de santé

Blank writing area with horizontal dotted lines.

Blank writing area with horizontal dotted lines.



# L'ASSURANCE MALADIE VOUS ACCOMPAGNE

## Espace «La santé mentale en soins primaires»

→ *Rendez-vous sur [ameli.fr](https://ameli.fr)*

Cette rubrique est séquencée par type de population et de pathologie et propose :

- ▶ des outils de diagnostic et d'évaluation de sévérité de certaines pathologies ;
- ▶ des recommandations de bonnes pratiques ;
- ▶ et des informations sur l'offre de soins locale et nationale.

## Annuaire des psychologues conventionnés

→ *Rendez-vous sur [monsoutienpsy.ameli.fr](https://monsoutienpsy.ameli.fr)*

Grâce à l'annuaire dédié, vos patients peuvent choisir directement un psychologue conventionné.

