

**Vous avez besoin de
prendre soin de votre
santé mentale et vous
êtes prêts à consulter
un.e "psy" ?**

**Comment choisir le
professionnel adapté à
vos besoins ?**

**Comment choisir le
professionnel diplômé,
possédant un titre
professionnel reconnu ?**

**En France, seuls trois titres professionnels sont protégés
par la loi dans le champ de la santé mentale :**

Psychologue, Psychothérapeute et Psychiatre.

Mais il existe d'autres "pys", comment s'y retrouver ?



Psychologue

Le **psychologue est titulaire d'un diplôme universitaire** (Bac+5 Master 2 à Bac+8 Doctorat) portant la mention psychologie, obtenu dans une Université de **Sciences Humaines et Sociales**.

L'**usage du titre de psychologue est réglementé par la loi 85-772** du 25 Juillet 1985 :: https://www.legifrance.gouv.fr/loda/article_lc/LEGIARTI000033678864

Ainsi, **toute personne usurpant le titre de psychologue est passible de poursuites pénales**, peines encourues par le délit d'usurpation de titre prévu par l'article 433-17 du code pénal.

La profession de psychologue dispose d'un **code de déontologie** : <https://www.codededeontologiedespsychologues.fr/>

Un psychologue peut compléter sa formation initiale en validant d'autres diplômes ou en se formant à des méthodes de psychothérapie spécifiques.

Chaque psychologue est spécialisé :

- dans un ou plusieurs domaines de la psychologie (psychologie clinique, psychologie sociale, psychologie interculturelle, neuropsychologie ou du travail etc.) ;
- et/ou dans un type de public (enfants, adultes, couples, familles etc.) ;
- et/ou dans un type de trouble ou de problématique (troubles du comportement alimentaire, phobies, handicap, psychotrauma etc.)
- et/ou dans certaines méthodes d'intervention (thérapies brèves, EMDR, psychothérapies d'orientation psychanalytique, systémique, TCC, humaniste etc.)

Un psychologue peut en plus être **psychothérapeute et/ou psychanalyste**.

Les **psychologues** spécialisés en psychologie clinique et en psychopathologie **remplissent d'office les conditions qui ouvrent les droits à l'usage du titre de psychothérapeute**, par décret.



Psychothérapeute

Il n'existe pas de diplôme de psychothérapeute mais un titre.

Un professionnel peut utiliser **le titre de psychothérapeute** lorsque sa **formation et son expérience répondent aux exigences qui ont été fixées par l'Etat en 2010.**

"L'inscription sur le registre national des psychothérapeutes (...) est subordonnée à la validation d'une formation en psychopathologie clinique de 400 heures minimum et d'un stage pratique d'une durée minimale correspondant à cinq mois (...), précise le décret. L'accès à cette formation est réservé aux titulaires d'un diplôme de niveau doctorat donnant le droit d'exercer la médecine en France ou d'un diplôme de niveau master dont la spécialité ou la mention est la psychologie ou la psychanalyse".

Spécialisé en psychothérapie, le ou la psychothérapeute **peut être également psychiatre, médecin non psychiatre, psychologue ou psychanalyste**, ayant complété si nécessaire sa formation initiale.

Certains professionnels qui, en 2010, ne remplissaient pas les critères du décret mais pouvaient justifier de plus de cinq ans d'exercice, ont pu présenter leur candidature devant une commission et obtenir le titre de psychothérapeute.

Décret n° 2010-534 du 20 mai 2010 relatif à l'usage du titre de psychothérapeute :
<https://www.legifrance.gouv.fr/loda/id/JORFTEXT000022244482>

Il existe là encore **différentes approches psychothérapeutiques** (humaniste existentielle, psychodynamique/psychanalytique, systémique interactionnelle, thérapie cognitive et comportementale (TCC) etc.) et, **différentes techniques** (l'EMDR, la Thérapie Interpersonnelle (TIP), la thérapie systémique, hypnose, etc.), **choisies et adaptées aux besoins spécifiques de chaque patient.**



Psychiatre

Un psychiatre est **un médecin spécialisé en santé mentale**, exerçant la psychiatrie. Il **diagnostique, traite et tente de prévenir** la souffrance psychique et les maladies mentales.

Le psychiatre, après une formation médicale polyvalente, effectue une spécialisation en psychiatrie générale. Il est **titulaire du DE (diplôme d'État) de docteur en médecine, spécialité psychiatrie**.

Comme tout médecin, il doit prendre en charge le patient dans sa globalité et tenir compte de son état de santé général.

Pour cela, il doit appuyer son évaluation sur des connaissances solides en psychopathologie, psychologie médicale, neurobiologie et sciences cognitives, tout en étant en mesure de connaître la pathologie somatique médicale ou chirurgicale. Il est le professionnel le plus habilité à poser un **diagnostic médical** en santé mentale.

Le psychiatre **organise et coordonne les prises en charge des patients présentant des troubles psychiques et/ou des pathologies mentales**.

Il est un spécialiste en psychopathologie et en psychopharmacologie.

Le psychiatre est un **spécialiste de la prescription des médicaments psychotropes** et peut prescrire des examens complémentaires (IRM, prise de sang), des arrêts de travail ou des certificats.

Il peut si nécessaire **initier des démarches d'hospitalisation** en accord avec le patient ou sans son consentement si nécessaire.

En France, **le psychiatre est titulaire également du titre de psychothérapeute**, par décret.

Décret n° 2010-534 du 20 mai 2010 relatif à l'usage du titre de psychothérapeute :
<https://www.legifrance.gouv.fr/loda/id/JORFTEXT000022244482>



Psychanalyste

Un psychanalyste est un professionnel formé sur le plan théorique et pratique à mener des cures psychanalytiques.

La pratique de psychanalyste est fondée sur la reconnaissance d'une formation théorique et clinique, au sein d'une école de psychanalyse, à laquelle le ou la psychanalyste reste en règle générale affilié au-delà de sa formation.

Le **titre de psychanalyste n'est pas un titre protégé**, toutefois, avoir soi-même fait une cure psychanalytique est le prérequis essentiel pour commencer une formation dans le cadre d'une association psychanalytique.

La plupart des **psychanalystes sont psychologues ou psychiatre**.

Par décret, selon différents critères, ils peuvent être également psychothérapeutes.

Décret n° 2010-534 du 20 mai 2010 relatif à l'usage du titre de psychothérapeute :

<https://www.legifrance.gouv.fr/loda/id/JORFTEXT000022244482>

L'approche psychanalytique et/ou psychodynamique : c'est une **orientation théorique** de certains psychologues et/ou psychothérapeutes.

La théorie psychanalytique et/ou psychodynamique postule **l'existence d'un inconscient et de conflits au sein de la vie psychique qui influenceraient à l'insu de l'individu ses comportements, ses pensées, ses émotions.**

Les techniques psychanalytiques viseraient à mettre au jour ces conflits intra psychiques.

Les psychanalystes accueillent des enfants, des adultes et des couples.





Autres praticiens en psychologie

Il existe d'autres intervenants dans le champ de la santé mentale qui utilisent **différentes appellations** :

Par exemple : Psychopraticien, Praticien ou thérapeute en psychologie, en hypnose, en EMDR, en TCC, en psycho-énergétique, en psychogénéalogie, Psycho - coach, coach en santé mentale, etc.

Ces praticiens ne disposent **pas de diplômes reconnus et de titres protégés**. Certains peuvent n'avoir effectué **que des formations de très courtes durées**, parfois même uniquement en ligne.

Il est **impossible de déterminer leur niveau de formation en psychologie et/ en psychopathologie**.

Ces appellations, malheureusement, induisent parfois de la confusion pour les patients concernant les compétences du praticien qu'ils rencontrent.

Voici les principaux risques encourus :

- **Absence de compétences** : ne pas disposer des outils et des connaissances adéquates pour évaluer correctement la situation d'un patient, poser un diagnostic précis et mettre en place un traitement adapté.
- **Dérives sectaires** : peuvent en réalité exercer des pratiques sectaires, manipulatrices ou dangereuses pour la santé mentale des patients.
- **Aggravation des symptômes** : peut aggraver les symptômes du patient et retarder son rétablissement.
- **Risque de traumatisme secondaire** : les méthodes utilisées peuvent être traumatisantes et renforcer les souffrances du patient.
- **Absence de garde fou déontologique** : les thérapeutes diplômés sont soumis à un code de déontologie strict qui garantit la protection des patients. Un thérapeute non diplômé n'est pas tenu de respecter ces règles.





Comment vous protéger ?

Pour vous protéger, il est essentiel de vérifier les qualifications de votre thérapeute :

- **Diplôme** : Assurez-vous qu'il possède un diplôme universitaire en psychologie, en psychopathologie ou une formation équivalente reconnue par l'État.
- **Immatriculation professionnelle** : vérifier son numéro RPPS à partir du site :

<https://annuaire.sante.fr/web/site-pro>

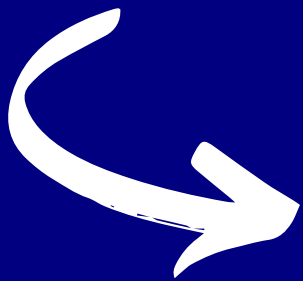
- **Expérience** : Renseignez-vous sur son expérience professionnelle et ses spécialisations.
- **Questions importantes** : N'hésitez pas à lui poser des questions sur sa formation, ses méthodes de travail et sa vision de la thérapie.

Votre santé mentale est précieuse, et il est important de la confier à un professionnel qualifié et compétent.



Mouvement des Psychologues cliniciens et
des Psychologues Psychothérapeutes

L'ASSOCIATION M3P



Mouvement des Psychologues cliniciens et des Psychologues Psychothérapeutes, salariés du privé, du public et libéraux.

L'association qui défend la pluralité des pratiques et l'exercice de la psychothérapie par les Psychologues cliniciens et Psychologues Psychothérapeutes.

SITE WEB
RÉSEAUX SOCIAUX
E-MAIL

<https://associationm3p-psychologues.fr/>



m3p.association@gmail.com

*Si vous aimez ce post, n'hésitez pas à
Aimer, commenter, partager, enregistrer*

