



Psychologue.net

OBSERVATOIRE DE LA PSYCHOLOGIE

BAROMÈTRE DE LA PSYCHOLOGIE
EN LIGNE 2021



Psychologue.net lance le Baromètre de la Psychologie en ligne 2021 et présente son analyse de l'évolution du secteur.

Le comité de direction de Psychologue.net :

« En tant qu'acteur leader dans le secteur de la psychologie et du bien-être émotionnel en France et suite à la création de notre Observatoire, Psychologue.net est heureux de présenter la première édition du Baromètre de la Psychologie en ligne. Grâce aux résultats des enquêtes et au soutien de plusieurs centaines de psychologues, ce baromètre met en lumière l'évolution des usages en ligne dans un contexte de croissance rapide de notre secteur. »

Depuis 10 ans, Psychologue.net a pour priorité d'accompagner la recherche du bien-être émotionnel. Les outils digitaux, de plus en plus présents dans nos vies, facilitent l'accès à des services en ligne du domaine de l'E-santé comme l'échange avec des professionnels de la psychologie. La psychologie en ligne, adoptée progressivement par les psychologues comme par leur patients, est en pleine croissance depuis plusieurs années. Et ce n'est pas sans raison : l'ouverture de l'espace thérapeutique au Web comporte de très nombreux avantages.

La digitalisation du secteur de la psychologie

Dans le contexte de la pandémie de COVID-19, apparue un peu plus d'un an avant la publication de ce baromètre, les restrictions mises en place par le gouvernement français pour freiner la propagation du virus ont favorisé et encouragé de nombreux français à avoir recours à la thérapie en ligne. Depuis mars 2020, il est donc primordial pour les acteurs du secteur de la psychologie de **rendre accessible l'information** et la mise en place **d'accompagnements psychologiques à distance.**

Dans quelles mesures les usages digitaux des professionnels et de leurs patients ont-ils favorisé le développement de la psychologie en ligne ces dernières années en France ? Comment les psychologues appréhendent ces nouvelles pratiques en ligne ? Quelles sont les tendances pour le futur du secteur de la thérapie en ligne ?

Découvrez dans ce baromètre 2021 les résultats des enquêtes réalisées auprès de 500 psychologues depuis 2017 et les analyses de statistiques de l'Observatoire de la Psychologie en ligne.

TABLE DES MATIÈRES

ÉVOLUTION DES USAGES DE LA THÉRAPIE EN LIGNE BAROMÈTRE 2021

Avant propos p4

- Qu'est ce que la thérapie en ligne p4
- Les enquêtes menées auprès des psychologues p4

I. Les français et la thérapie en ligne p5

- Contexte | La présence en ligne des internautes en France p5
- Profil des internautes intéressés par la psychologie en ligne p6
- Les pathologie les plus courantes qui poussent les français à consulter p6
- Géolocalisation des internautes intéressés par la psychologie en ligne p7

II. Les psychologues exerçant en France p8

- Contexte - Augmentation du nombre de psychologues en France p8
- Féminisation de la profession p8

III. Les psychologues et la thérapie en ligne p9

- Part des psychologues pratiquant des consultations en ligne p9
- Les besoins auxquels répond la thérapie en ligne p10
- Outils privilégiés pour réaliser des consultations en ligne p11
- Nombre et fréquence des sessions de psychologie en ligne p12
- Communication en ligne et confidentialité selon les psychologues p13
- Les freins à la thérapie en ligne p14

IV. La psychologie dans les régions françaises p15

- Les régions dans lesquelles les professionnels utilisent le plus la thérapie en ligne p15
- Lieu d'exercice des psychologues selon les régions p15
- Le prix d'une séance de psychothérapie selon les villes p16

V. Analyse des mots clés ayant le plus de succès en psychologie en ligne p17

- Les mots clés les plus utilisés sur les moteurs de recherche p17
- Évolution des recherches en ligne en psychologie p18
- Localisation des recherches en ligne en France p19

Conclusion p20

Psychologue.net en chiffres p21

Contact p22

AVANT PROPOS

Qu'est-ce que la psychologie en ligne

La psychologie en ligne est une nouvelle forme de thérapie confortable et flexible, qui permet de rapprocher le patient du thérapeute et peut être réalisée à tout moment.

Les experts en psychologie et les différents types de thérapie s'adaptent aux problématiques soulevées pour fournir un accompagnement **personnalisé** et **professionnel** entièrement ou partiellement en ligne. Des séances en ligne peuvent être combinées avec des séances en présentiel.



Aujourd'hui je vais très bien, je suis très heureuse et cela est dû en partie au travail que j'ai fait avec la psychothérapie en ligne.
Françoise



Comment se déroule une thérapie en ligne avec un psychologue ?



Par appel vidéo

L'appel vidéo peut être par Skype ou Hangouts par exemple. Cette modalité est la plus proche d'une consultation en face à face car l'ensemble du contexte visuel et non verbal est maintenu, ce qui peut aider à la communication et pour établir un lien plus fort.



Via Tchat

C'est une discussion par écrit en direct avec un psychologue. La communication est fluide et efficace pour ceux qui préfèrent écrire plutôt que de parler. Ce peut être également un premier contact avant de se décider pour réaliser une consultation en appel vidéo.



Via le mobile

Une séance par téléphone est parfaite pour ceux qui préfèrent communiquer oralement, mais ne veulent pas de contact visuel. Comme pour la séance de psychologie via Tchat, il est possible également choisir de passer à une séance en appel vidéo dans un second temps.

Enquêtes sur la thérapie en ligne auprès des professionnels

Plusieurs enquêtes de Psychologue.net, qui se sont déroulées entre janvier 2017 et mai 2021 auprès de **près de 500 professionnels** ont permis de mettre en évidence les évolutions de la thérapie en ligne, des usages des psychologues et des besoins des français dans ce domaine. Ces études ont également permis de mesurer les impacts de la crise de COVID-19 sur la psychologie en ligne.

PARTIE I.

LES FRANÇAIS ET LA THÉRAPIE EN LIGNE

Contexte | La présence en ligne des internautes en France en 2021

Infographie : chiffres sur les usages des internautes français

(source [Digital Report 2021](#) publié par Hootsuit et We Are Social)

91 %

de la population totale française est connectée à internet.

76 %

de la population française utilise les réseaux sociaux, soit 3 français sur 4 (+12,8 % par rapport à 2020).

95,7 %

des internautes français entre 16 et 64 ans possèdent un **smartphone** et quasiment **49 %** une tablette.

24,5 %

de ces internautes entre 16 et 64 ans utilisent une application de santé/fitness.

41,7 %

utilisent les appels vidéo chaque mois. Whatsapp se positionne en tête du classement des applications en termes d'utilisateurs actifs.

5h37

c'est la durée de connexion quotidienne/internaute.

+25 %

c'est la croissance que connaissent les secteurs des **soins personnels** et de **l'alimentation** par rapport à 2020.

“

Super expérience pour un premier rendez-vous avec un psy online. Je n'étais pas la seule à parler. Très contente de l'efficacité des exercices proposés.

Leila

”



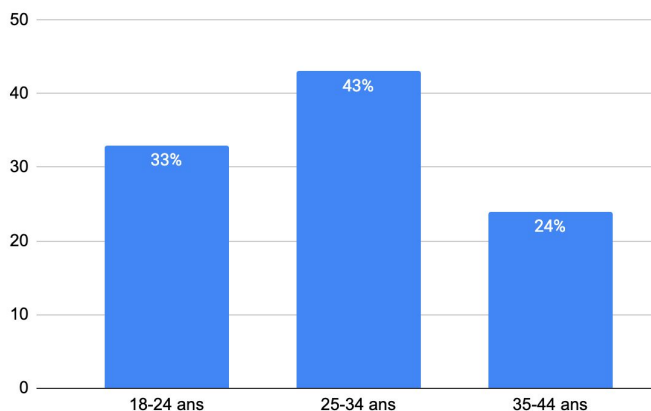
I. LES FRANÇAIS ET LA THÉRAPIE EN LIGNE

Profil des internautes intéressés par la psychologie en ligne en France

Selon les statistiques de Psychologue.net, les français intéressés par la psychologie en ligne sont avant tout des personnes âgées de 18 à 44 ans. 76 % de ces internautes sont même en grande majorité âgés de moins de 35 ans. 66,5 % sont des femmes contre 33,5 % des hommes. Les femmes représentent donc les deux tiers des personnes ayant montré un intérêt pour la psychologie à distance.

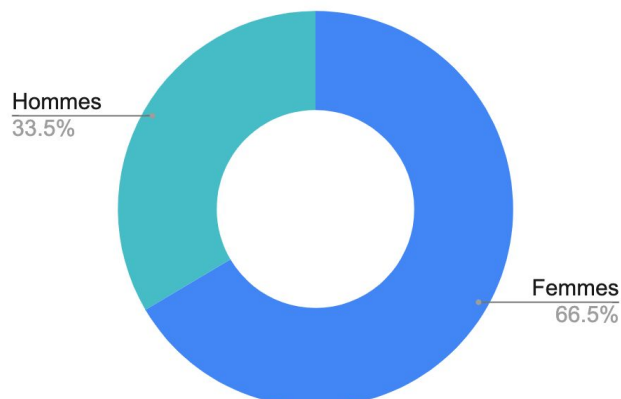
Graphique - Intérêt des internautes pour la psychologie en ligne selon leur âge

(source statistiques plateforme Psychologue.net - 2020)



Graphique - Intérêt des internautes pour la psychologie en ligne selon leur sexe

(source statistiques plateforme Psychologue.net -2020)

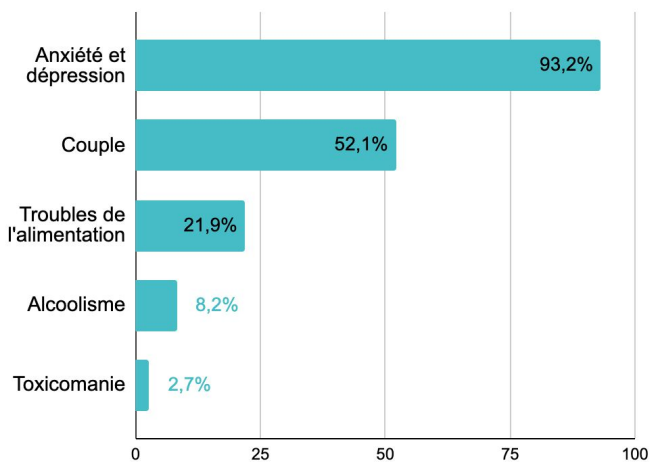


Les pathologie les plus courantes qui poussent les français à consulter

Selon un sondage de Psychologue.net auprès des professionnels de la plateforme, les troubles les plus courants qui amènent leurs patients à les consulter sont l'anxiété et la dépression. (93,2 % des répondants). Viennent ensuite les thérapies liées au couple (52,1 %). Les psychologues ont par ailleurs indiqué, pour 42 % d'entre eux, que les demandes de thérapie de couple ont augmenté depuis le début de la pandémie de COVID-19.

Graphique - Les pathologies les plus courantes selon les psychologues

(Source enquête Psychologue.net - février 2021)



Ma confiance en moi s'est considérablement améliorée grâce à la thérapie en ligne. J'ai pu internaliser les principes de l'AT et en faire des outils concrets dans les différentes situations de la vie.

Elisabeth



I. LES FRANÇAIS ET LA THÉRAPIE EN LIGNE

Géolocalisation des internautes intéressés par la psychologie en ligne

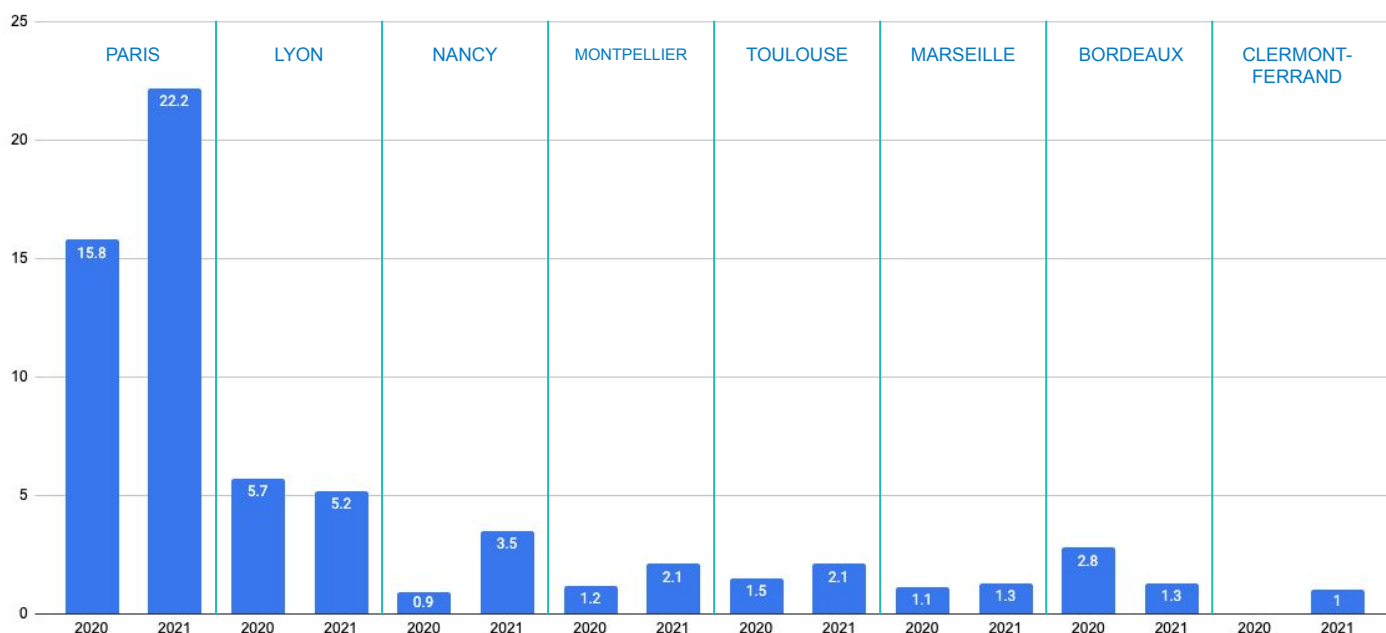
Avec 22 %, soit un peu plus d'1 personne sur 5, Paris est en tête du classement des villes où s'effectuent le plus de recherches en ligne en lien avec la psychologie en 2021, suivi de Lyon (5,2 %), Nancy (3,5 %), Bordeaux (2,8 %), Montpellier et Toulouse (2,1%). Nancy (3,5 %) et Clermont-Ferrand (1 %) font leur entrée dans le classement suite à l'augmentation des recherches sur l'année 2021.

Nancy se démarque par la progression de ses chiffres : 272 % de recherches en plus ont été effectuées entre 2020 et 2021. Paris marque quant à elle une progression de 40 %. Lyon et Bordeaux notent en revanche une baisse de -10 % et -50 % respectivement entre 2020 et 2021.



Graphique - Évolution entre 2020 et 2021 de l'intérêt et des recherches en ligne en lien avec la psychologie selon les villes

(Source statistiques Psychologue.net)



PARTIE II.

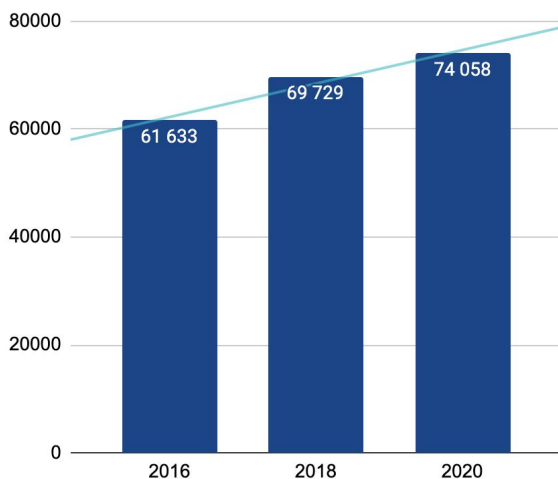
LES PSYCHOLOGUES EXERÇANT EN FRANCE

Contexte - Augmentation des psychologues en France

La démocratisation de l'accompagnement psychologique est en plein essor depuis plusieurs années. Selon la Direction générale des entreprises (DGE), le nombre de psychologues en 2011 en France s'élevait à 8 955. Au 1er janvier 2020, on dénombre **74 058 psychologues** exerçant dans le public ou le privé en France. Le nombre de psychologues en France a donc été multiplié par 8 en près de 10 ans.

Graphique - Évolution du nombre de psychologues en France entre 2016 et 2020

(source DGE)



2 550 €/mois

Selon sa spécialité, son ancienneté et son statut professionnel, le revenu moyen mensuel d'un psychologue en 2020 se situe entre 1600 et 3500 euros net avec une moyenne de 2 550 euros selon l'Insee.

Féminisation de la profession : 85 % des psychologues sont des femmes

Les femmes représentent trois quart des psychologues en France selon le Répertoire national des professionnels de santé (ADELI).

Infographie - Part des femmes et des hommes exerçant comme psychologues



85 % de femmes psychologues 25 % d'hommes psychologues

Des pratiques transgénérationnelles

Infographie - Les psychologues réalisant des thérapies en ligne selon leur tranche d'âge



Moins de 45 ans

Plus de 45 ans

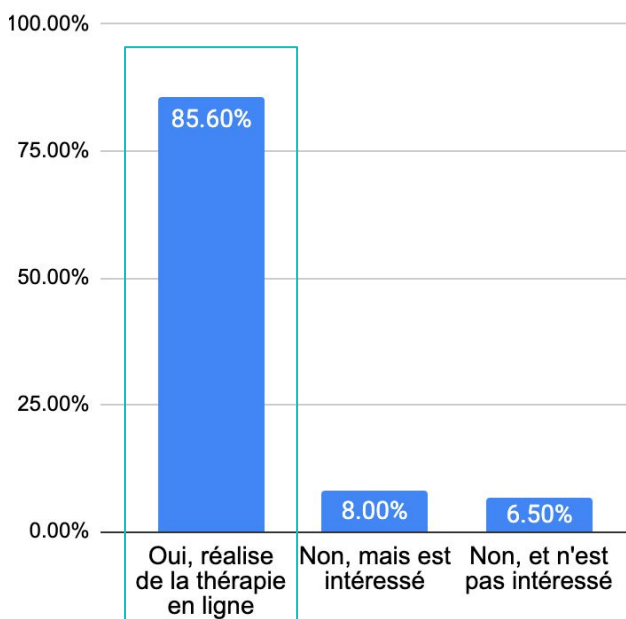
La moyenne d'âge des psychologues exerçant en France est de 45 ans. Selon une enquête de Psychologue.net en mars 2021, les psychologues de moins de 45 ans et ceux de plus de 45 ans utilisent la thérapie en ligne dans les mêmes proportions : respectivement 86 % et 87 %.

PARTIE III.

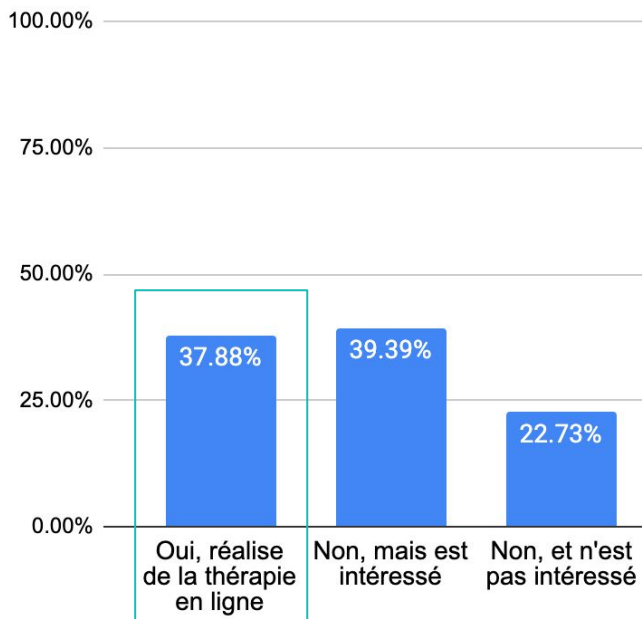
LES PSYCHOLOGUES ET LA THÉRAPIE EN LIGNE

Évolution de la part des psychologues pratiquant la thérapie en ligne

Graphique - Part des psychologues pratiquant la thérapie en ligne en 2021



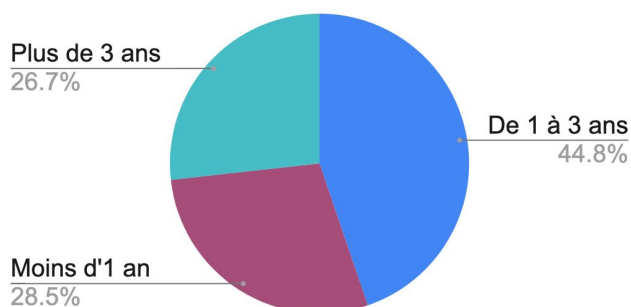
Graphique - Part des psychologues pratiquant la thérapie en ligne en 2017



En 2021, **85,60 % des psychologues interrogés** dans une enquête de Psychologue.net auprès des professionnels de la plateforme en mars 2021 indiquent réaliser des consultations en ligne, soit plus de trois psychologues sur quatre, contre 37,88 % (moins de la moitié des sondés) en 2017. En l'espace de 4 ans, plus de deux fois plus de psychologues ont recours à la visioconférence, le téléphone ou le chat pour accompagner leurs patients.

La part des psychologues qui ne pratiquaient pas de thérapie en ligne en 2017 mais qui avaient mentionné être intéressés de mettre en place ce service pourraient avoir en grande majorité sauté le pas pour le proposer progressivement, puis de manière accélérée suite au déclenchement de la pandémie de COVID-19. Les professionnels non intéressés par cette pratique ne sont plus que 6,5 % en 2021 contre 22,73 % en 2017.

Graphique - Nombre d'années de la pratique de la thérapie en ligne par les sondés

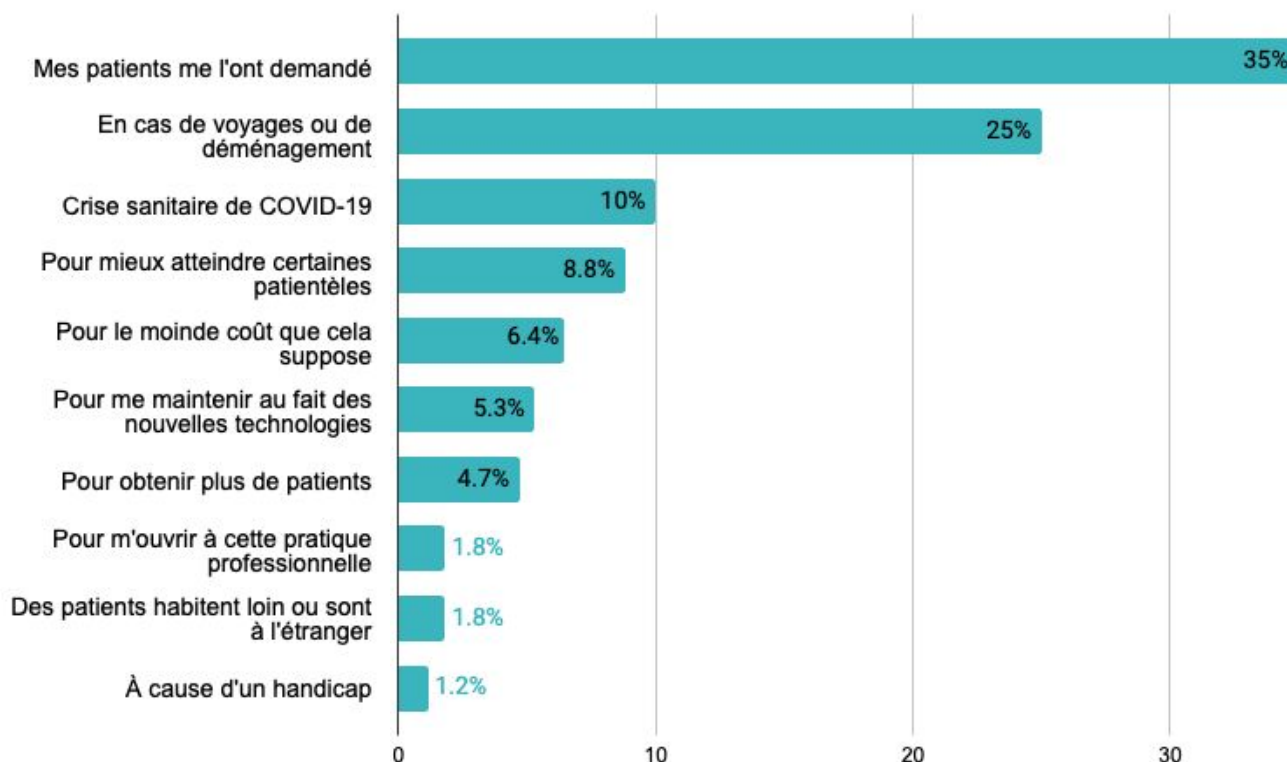


En mars 2021, 25 % des psychologues sondés réalisant des consultations en ligne le font depuis moins d'un an. Ils ont alors débuté après la mise en place des premières restrictions liées au COVID-19 en France (mars 2020). En revanche, **71,5 % des psychologues réalisaient déjà des consultations en ligne, dont 26,7 % depuis plus de 3 ans.**

III. LES PSYCHOLOGUES ET LA THÉRAPIE EN LIGNE

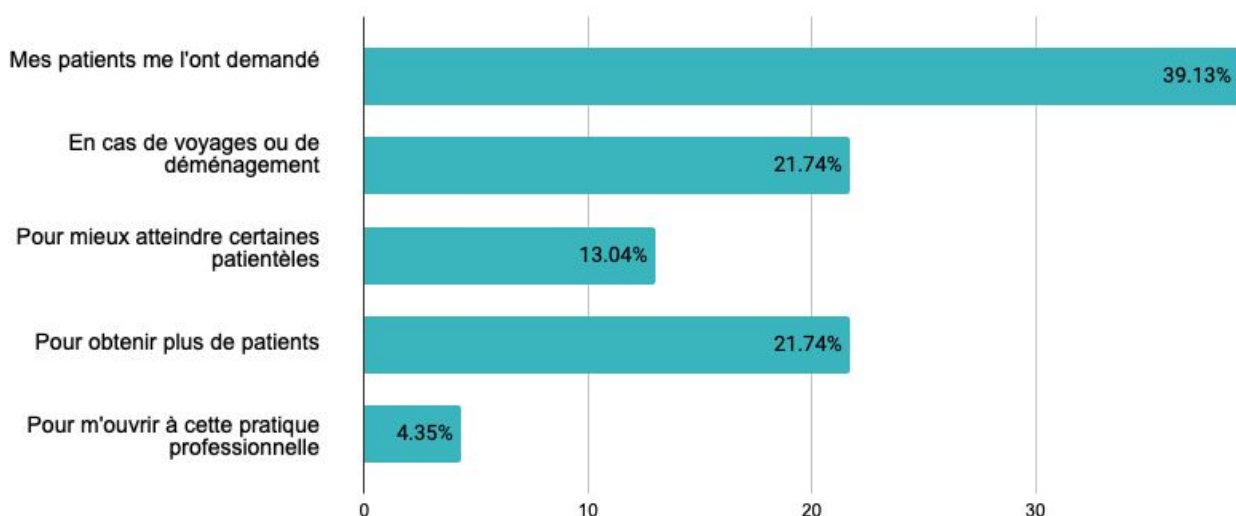
Les besoins auxquels répond la thérapie en ligne

Graphique - Ce qui a poussé les professionnels à réaliser des thérapies en ligne en 2021



Dans 35 % des cas de thérapie en ligne, nous constatons que **le besoin est formulé par le patient**. La **crise sanitaire de COVID-19** est la 3e raison ayant poussé les psychologues à pratiquer la thérapie en ligne en 2021 pour 10 % d'entre eux. Dans ces graphiques, il est également possible de distinguer les avantages que les praticiens tirent de la thérapie en ligne : le **développement du télétravail** pour 25 % des psychologues en 2021 (en augmentation par rapport à 2017), l'ouverture à une plus grande patientèle (13 %) et la possibilité d'**obtenir de nouveaux clients** (21,7 %). La **baisse des coûts** pour le psychologue est soulignée par 6,4 % des sondés.

Graphique - Ce qui a poussé les professionnels à réaliser des thérapies en ligne en 2017

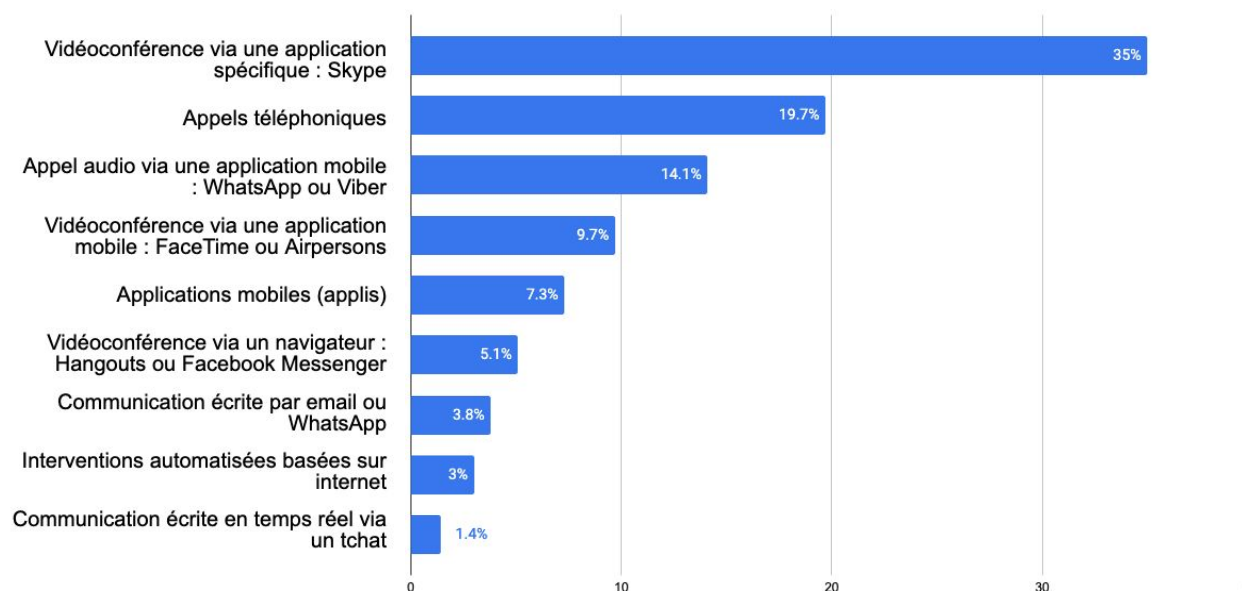


III. LES PSYCHOLOGUES ET LA THÉRAPIE EN LIGNE

Outils privilégiés pour réaliser des consultations en ligne

Graphique - Les outils utilisés par les psychologues pour leurs consultations en ligne

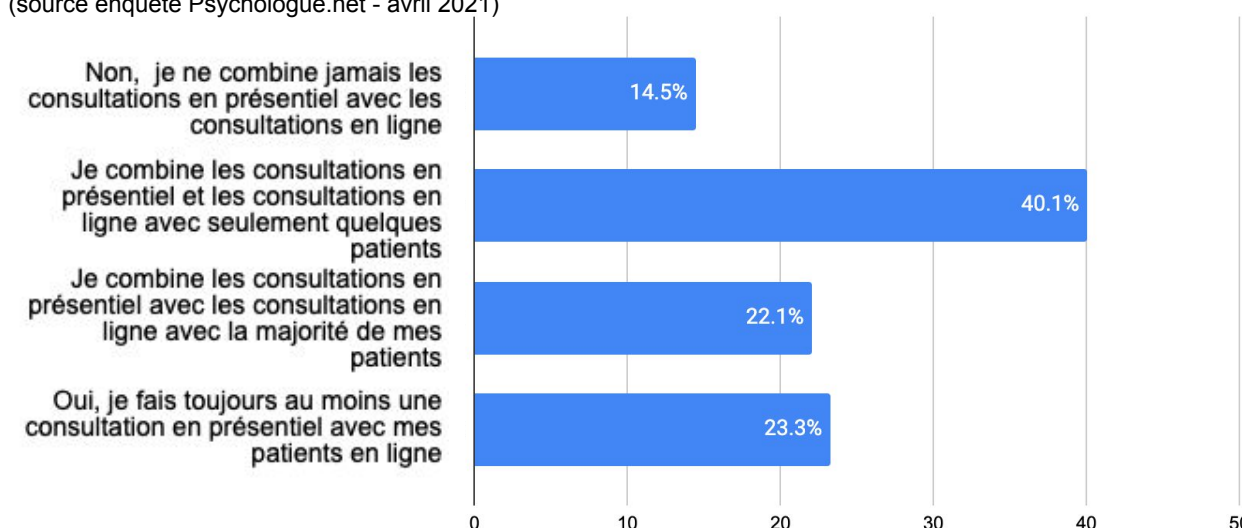
(source enquête Psychologue.net - avril 2021)



L'optimisation et la multiplication des applications de messagerie et de vidéo en direct ont facilité le développement de la thérapie en ligne. Skype est la plateforme la plus appréciée par les professionnels (35 %) pour procéder aux accompagnements en ligne de leurs patients, suivie des appels téléphoniques (19,7 %) et appels via des applications comme Whatsapp (14,1 %), puis enfin, l'utilisation d'applications comme FaceTime (9,7 %).

Graphique - Combinaison de la thérapie en présentiel et en ligne

(source enquête Psychologue.net - avril 2021)



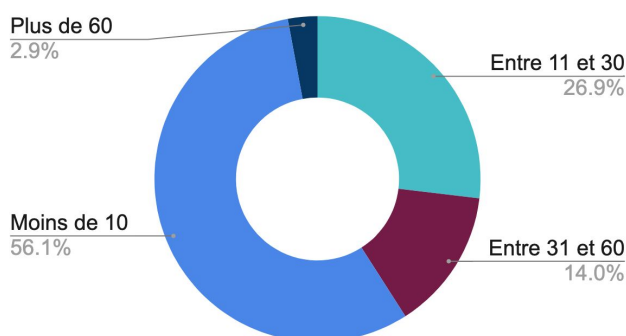
85,5 % des psychologues combinent les séances en ligne et en présentiel durant une thérapie. 22,1 % des psychologues répondant à l'enquête pratiquent de manière régulière cette combinaison contre 40,1 % d'entre eux qui mélangent de manière occasionnelle ces deux types de suivi.

III. LES PSYCHOLOGUES ET LA THÉRAPIE EN LIGNE

Nombre et fréquence des sessions de psychologie en ligne

Plus de la moitié des professionnels de la psychologie réalise moins de 10 sessions en ligne par mois, soit au moins une par semaine selon les professionnels. Près de 27 % des psychologues réalisent entre 11 et 30 sessions par mois, soit un moyenne de 3 consultations en ligne par semaine. Certains professionnels réalisent l'intégralité de leurs séances en ligne.

Graphique - Nombre de consultations en ligne mensuelles réalisées en 2021



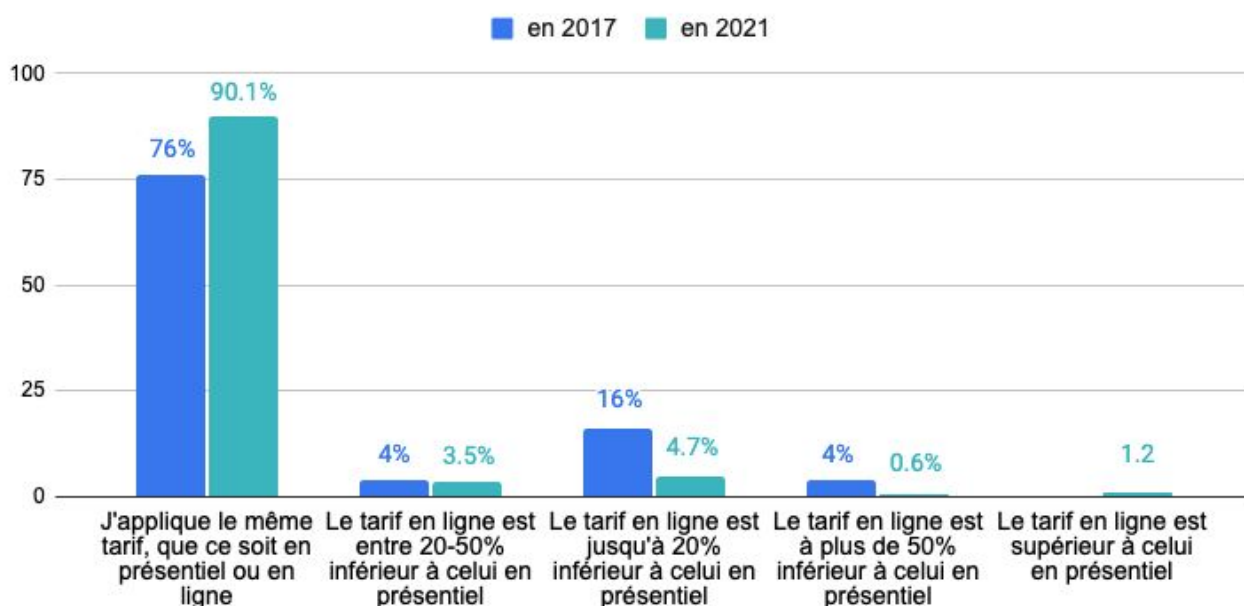
Différences de tarif pour la psychothérapie en ligne

Sur l'ensemble de la période 2017-2021, la majorité des psychologues indiquent offrir les mêmes tarifs pour une séance en présentiel qu'une séance en ligne : 9 psychologues sur 10 pratiquent les mêmes tarifs que dans leur cabinet en 2021. Ils sont très peu à proposer leurs services à un tarif 50 % moins cher (0,6 % des répondants en 2021).

En 2017, les psychologues étaient plus de 3 fois plus nombreux qu'en 2021 à indiquer qu'ils proposaient leurs services jusqu'à 20 % moins cher en ligne qu'en présentiel passant de 16 % à 4 %. Certains professionnels réalisent les consultations en ligne depuis leur cabinet et d'autres depuis chez eux, ce qui peut expliquer une différence de prix pour une séance en ligne.

Graphique - Différence de tarif entre les séances en présentiel et en ligne en 2017 et 2021

(source enquêtes Psychologue.net)



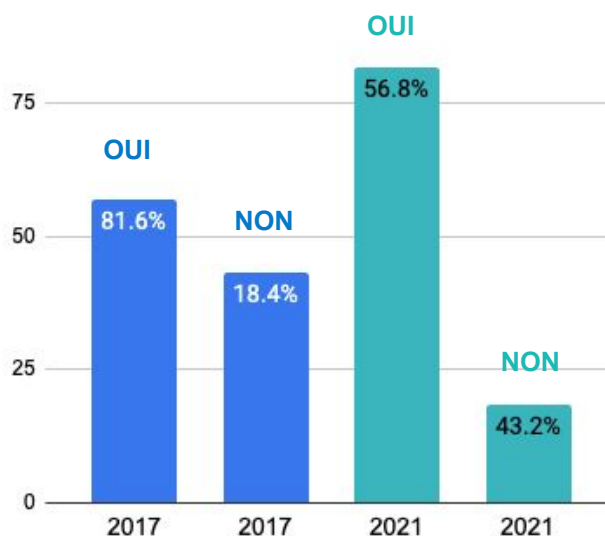
III. LES PSYCHOLOGUES ET LA THÉRAPIE EN LIGNE

Communication en ligne et confidentialité du point de vue des professionnels

Selon une enquête de Psychologue.net, 81,6 % des psychologues français interrogés indiquent se sentir sereins concernant la confidentialité des communications en ligne avec leurs patients contre 56,8 % en 2017.

Cette forte différence peut s'expliquer notamment par l'évolution et l'optimisation des plateformes de communication en ligne pour répondre aux besoins liés à la digitalisation de nombreuses professions.

Graphique - Êtes-vous sereins quant à la confidentialité des communications avec vos patients (source enquêtes Psychologue.net)



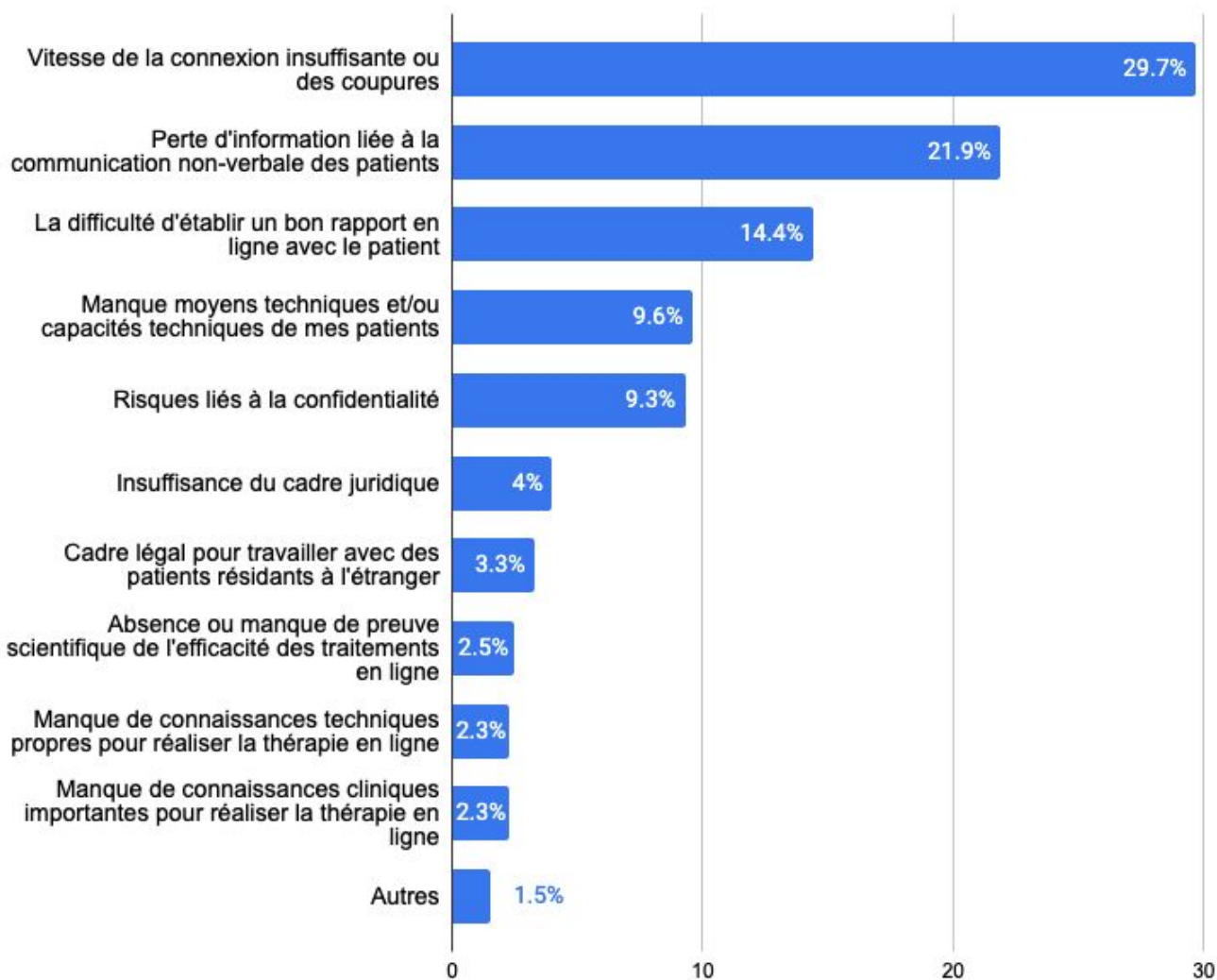
III. LES PSYCHOLOGUES ET LA THÉRAPIE EN LIGNE

Les freins à la thérapie en ligne selon les professionnels

Selon une enquête de Psychologue.net auprès des psychologues, la vitesse de connexion (décalages du son, coupures, etc.), est le frein le plus cité concernant la thérapie en ligne (29 % des répondants). En deuxième position vient la perte d'information liée à la communication non verbale (21,9 %) et la difficulté d'établir un bon rapport avec le patient (14,4 %). Les trois freins principaux sont donc liés à l'éventuelle altération des échanges. Sont ensuite mentionnés les difficultés et manques de connaissance d'ordre technique, les risques liés à la confidentialité et les questions en lien avec le cadre juridique de leur exercice.

Graphique - Les aspects de la thérapie en ligne qui préoccupent le plus les professionnels

(source enquêtes Psychologue.net - 2021)



PARTIE IV.

LA PSYCHOLOGIE DANS LES RÉGIONS FRANÇAISES

Les régions dans lesquelles les professionnels utilisent le plus la thérapie en ligne

Les régions Provence-Alpes-Côtes-d'azur, Centre-Val-De-Loire, Bretagne, et Île de France, sont les régions où la psychologie en ligne a le plus de succès en 2021. Entre 86 et 95 % des professionnels de la psychologie exerçant dans ces régions réalisent des thérapies en ligne.

La Nouvelle-Aquitaine et la Normandie sont les régions où la psychologie en ligne est la moins utilisée par les psychologues.

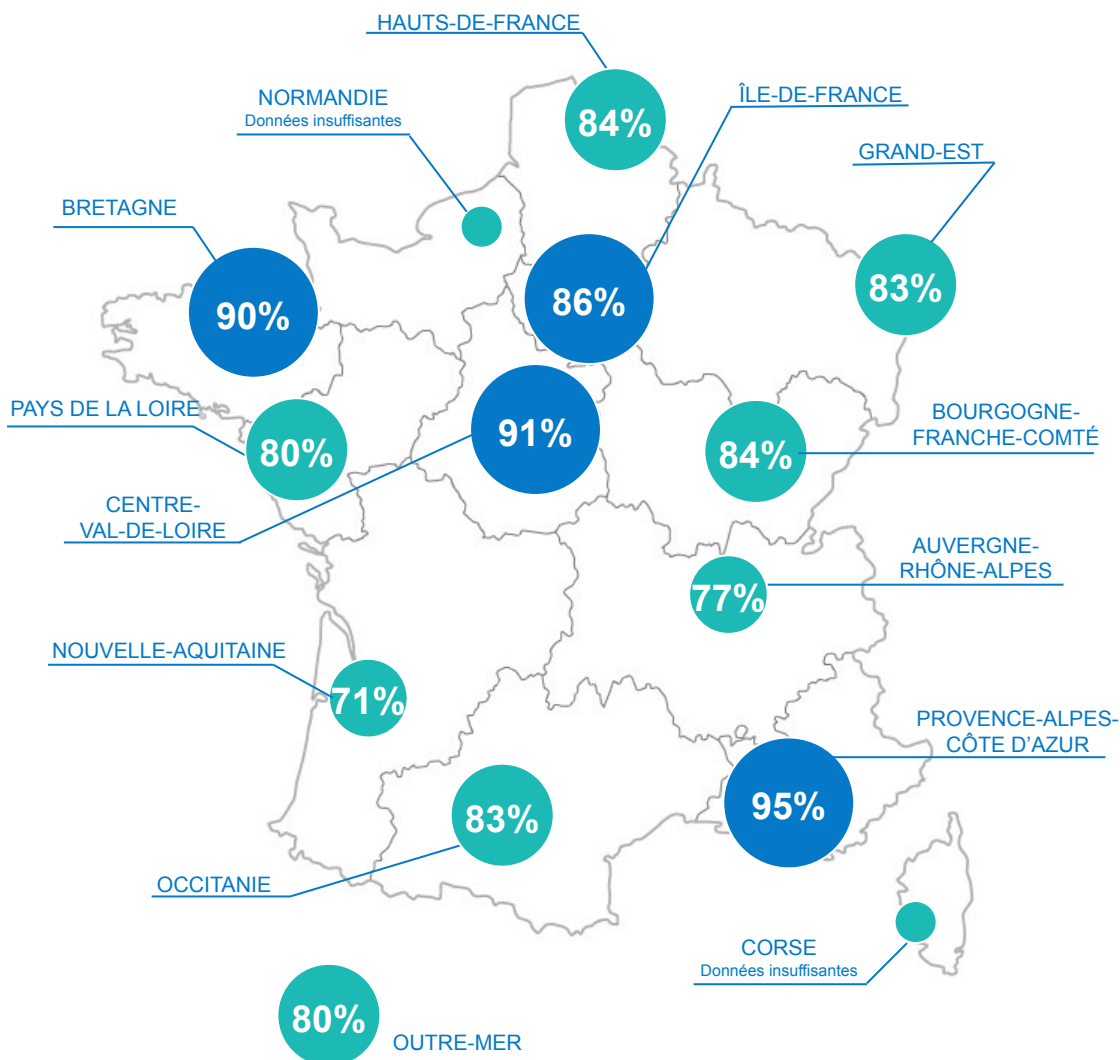
Lieu d'exercice des psychologues selon les régions

28 % des psychologues exerçaient en Île-de-France en 2018 selon la DGE. C'est la région avec le plus de professionnels de la psychologie en activité : près de 3 psychologues sur 10 exercent en région parisienne.

La densité nationale moyenne des professionnels libéraux était de 35 pour 100 000 habitants en 2018. Dans le seul département de Paris, cette densité est 3,6 fois plus élevée.

Cartographie - Part des professionnels pratiquant la thérapie en ligne selon les régions

(source enquête Psychologue.net - mars 2021)



IV. LA PSYCHOLOGIE DANS LES RÉGIONS FRANÇAISES

Le prix d'une thérapie en France selon les villes

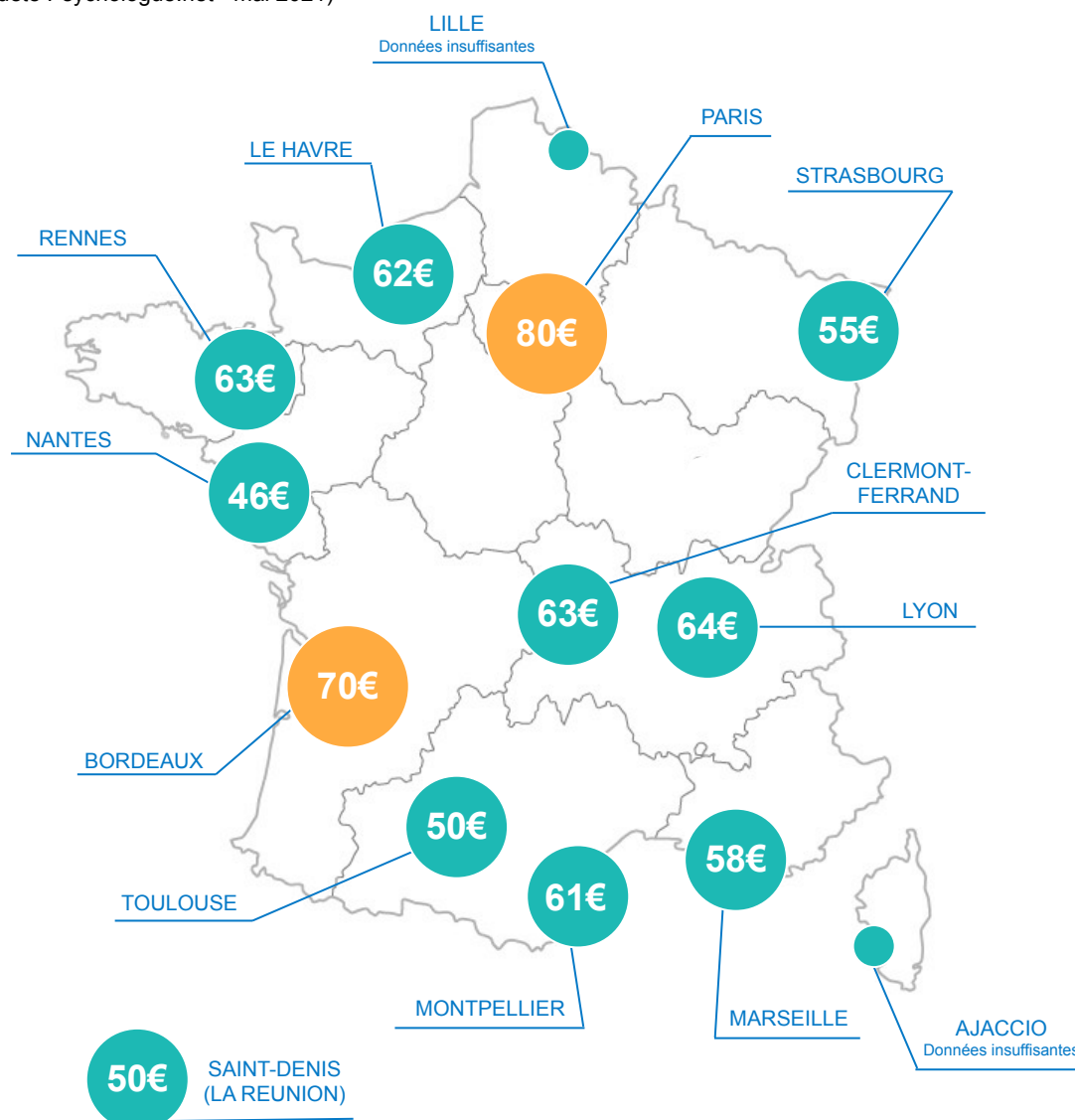
La majorité des professionnels pratique des tarifs entre **50 et 70 euros la séance** individuelle de 45 minutes à 1 heure. La moyenne nationale est de 64 euros la séance. Paris et Bordeaux sont les villes les plus chères en terme de suivi d'une thérapie avec un prix moyen de 80€ et de 70€ respectivement pour une séance. Certaines villes de la région parisienne peuvent atteindre jusqu'à 95€ la séance en moyenne, comme Courbevoie, Asnières-sur-Sein ou encore Rueil-Malmaison.

Dans le Top 10 des plus grandes villes de France, **Nantes est la ville la moins chère** pour suivre une thérapie en présentiel ou en ligne (46€). Elle est suivie de villes moyennes comme Pau, Rezé et Vannes dont la moyenne est de 45€ la séance. Le Havre, Rennes, Clermont-Ferrand, Lyon et Montpellier sont dans la moyenne nationale.

De nombreuses mutuelles et assurances ont développé leurs services en 2020 et 2021 pour permettre le remboursement des consultations chez un psychologue.

Cartographie - Prix d'une séance de psychothérapie en France selon les villes 2021

(source enquête Psychologue.net - mai 2021)



PARTIE V.

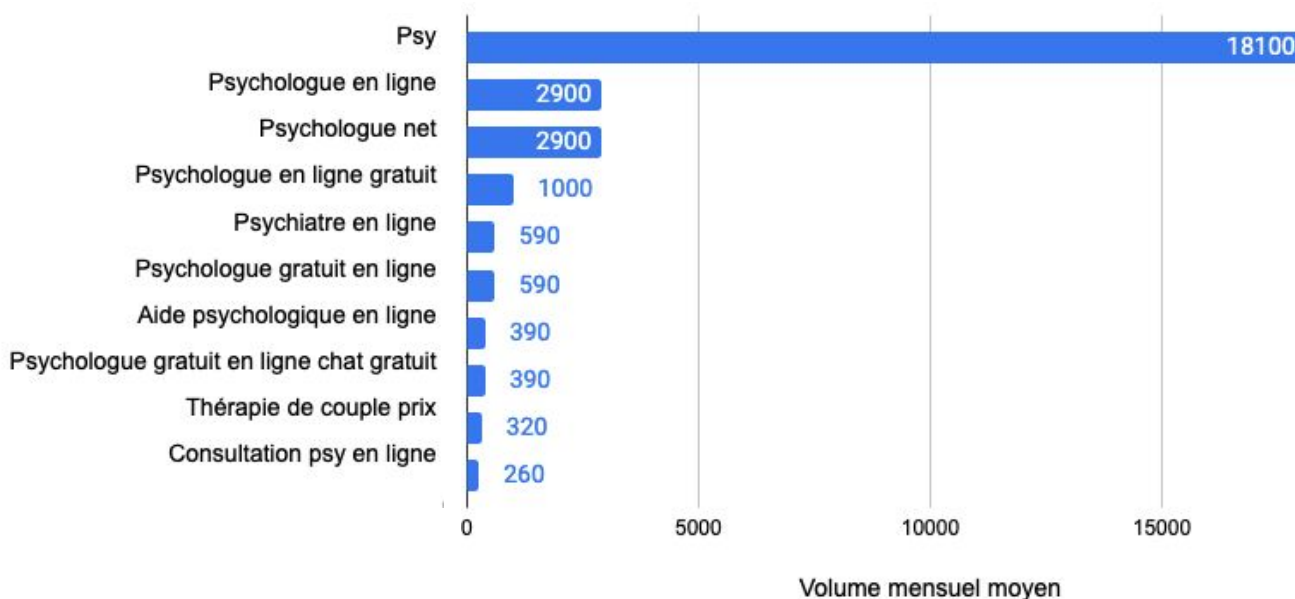
ANALYSE DES MOTS CLÉS AYANT LE PLUS DE SUCCÈS EN PSYCHOLOGIE EN LIGNE

Les mots clés les plus utilisés sur les moteurs de recherches

Le terme « **Psy** » est le mot clé le plus largement utilisé par les internautes à la recherche d'un service de psychologie en ligne. Les mots clés « **Psychologue en ligne** » et « **Psychologue net** », arrivent tous les deux en 2^e position avec le même volume de recherches mensuel : près de 3000 recherches pour chacun de ces deux mots clés.

La **notion de gratuité** revient fréquemment dans les recherches des internautes : « psychologue en ligne gratuit », « psychologue gratuit en ligne chat gratuit », « psychiatre en ligne gratuit », « psychologue en ligne gratuit téléphone », « parler à une psychologue en ligne gratuit », etc.

Graphique - Top 10 des termes en lien avec la psychologie en ligne les plus recherchés par mois en France (sources Google Trend et Ubersuggest - avril 2021)



II. FRANCE : ÉVOLUTION ET ANALYSE DES RECHERCHES PAR MOTS CLÉS SUR LES 5 DERNIÈRES ANNÉES

Évolution des recherches en ligne en psychologie en France

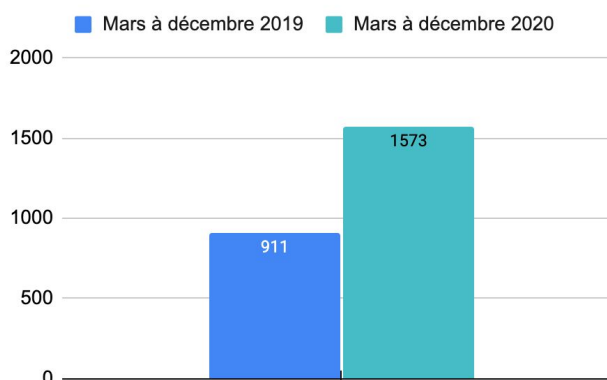
Le mot clé « Psychologue en ligne » a connu plusieurs pics importants concernant le volume de recherche à partir de mars 2020, soit à partir de la mise en place des premières restrictions liées au COVID-19 en France.

D’ores et déjà, entre janvier 2016 et janvier 2020, soit avant le déclenchement de la pandémie, ce terme avait bénéficié d’une croissance de +52,2 % en 4 ans.

Sur la période de mars et décembre 2019 et celle mars et décembre 2020 (pendant les restrictions liées à la pandémie), les recherches ont été quasiment multipliées par deux.

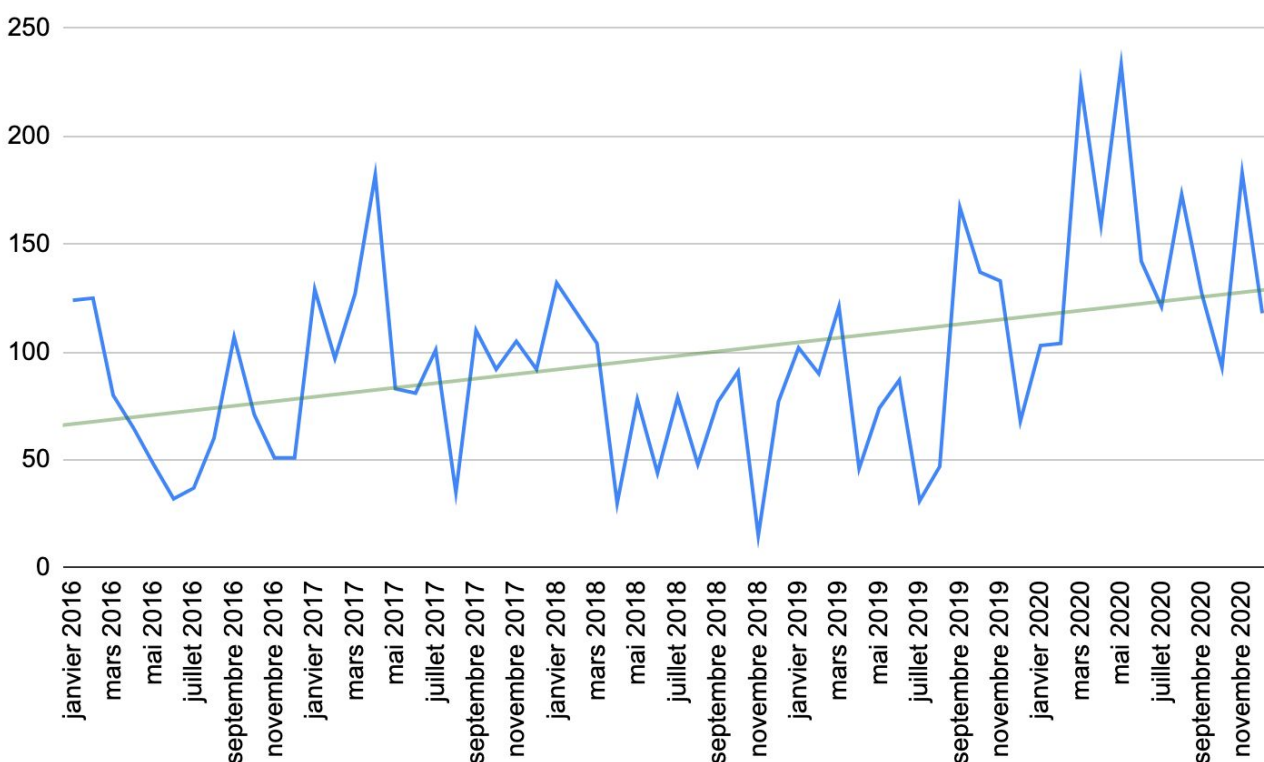
Graphique - Volume de recherche du terme « Psychologue en ligne » mars 2019-2020

(sources Google Trend et Ubersuggest - avril 2021)



Graphique - Évolution du volume de recherche du mot clé « Psychologue en ligne »

(sources Google Trend et Ubersuggest - avril 2021)

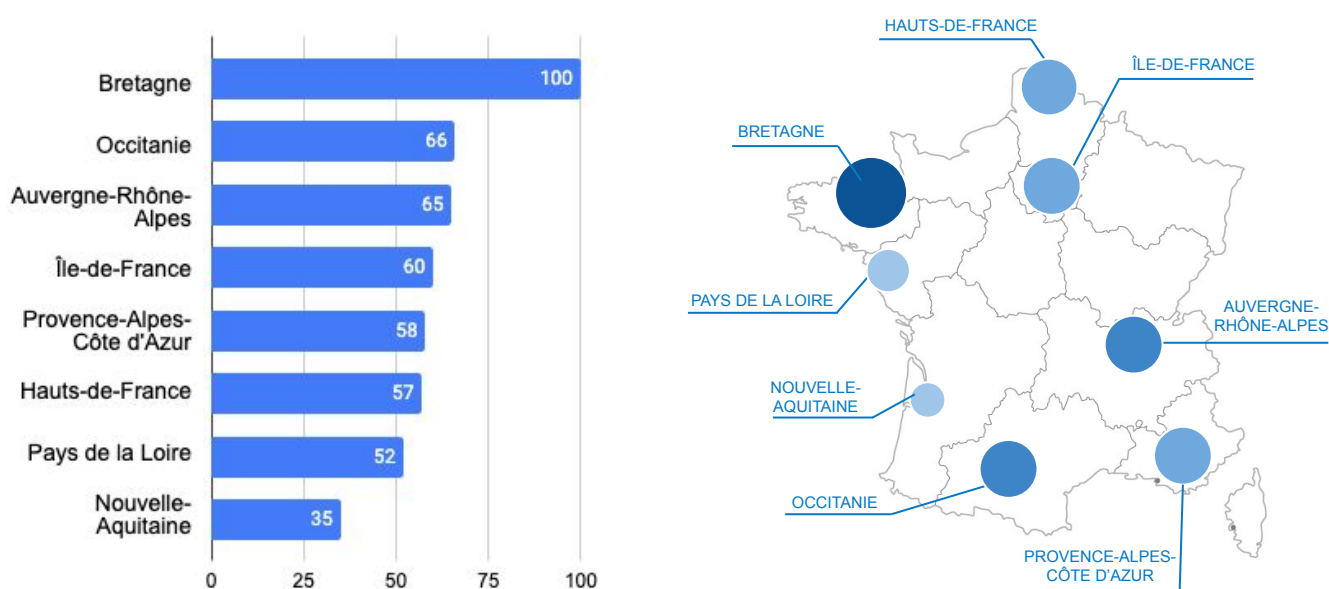


II. FRANCE : ÉVOLUTION ET ANALYSE DES RECHERCHES PAR MOTS CLÉS SUR LES 5 DERNIÈRES ANNÉES

Localisation des recherches en ligne en psychologie en France

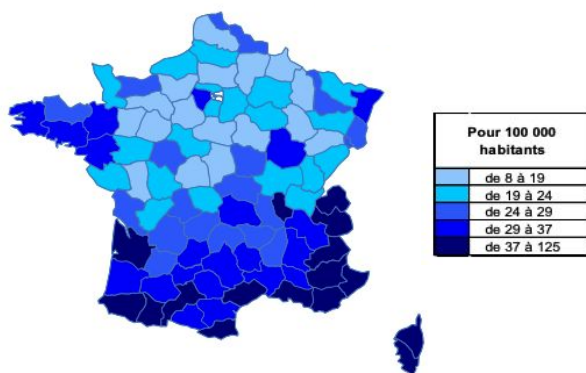
Le pourcentage de recherche du mot clé « Psychologue en ligne » est le plus important en **Bretagne**. C'est également l'une des régions de France où la densité de psychologues est la plus importante. Les régions Normandie, Grand Est, Centre-Val de Loire et Bourgogne-France-Comté ne bénéficient pas de données suffisantes concernant les recherches des internautes en psychologie.

Graphique - Les 8 régions de France les plus concernées par les recherches en ligne en psychologie (source Google Trend - avril 2021)



Lecture : les résultats vont de 0 à 100. 100 correspond à la région ayant enregistré le plus fort pourcentage d'utilisation de ce mot clé par rapport au nombre total de recherches locales. Une valeur de 50 signifie que le mot clé a été utilisé moitié moins souvent dans la région concernée.

Graphique - Densité départementale des psychologues (sources caisse de retraite, DGE-P3E - 2018)



Mise en parallèle des volumes de recherche en ligne dans le secteur de la psychologie et la répartition géographique des psychologues exerçant en France : la région Bretagne, les régions au Sud de la France et la Corse sont celles accueillant le plus de professionnels proportionnellement au nombre d'habitants.

CONCLUSION

La psychologie en France

Depuis plusieurs années, la **démocratisation** de la psychologie dans l'hexagone s'accompagne d'une **digitalisation** du secteur.

En France, les internautes réalisant des thérapies en ligne, ou s'y intéressant, sont majoritairement situés dans la tranche d'âge **18-44 ans** et **66,5 % sont des femmes**. D'après les enquêtes entre 2017 et 2021 de Psychologue.net auprès d'environ 500 professionnels, les troubles les plus souvent manifestés lors de thérapie en présentiel comme en ligne sont **l'anxiété** et la **dépression**. Le nombre de psychologues exerçant en France a par ailleurs nettement augmenté depuis ces 10 dernières années et l'on constate une forte féminisation de la profession avec plus de 85 % de psychologues étant femmes. Leur moyenne d'âge est de 45 ans.

L'évolution de la thérapie en ligne

En 2021, **85,60 % des psychologues pratiquent la thérapie en ligne**, soit plus de 2 fois plus qu'en 2017 (37,88 %). Le nombre de psychologues mettant en place ces séances en ligne a notamment connu une forte accélération de sa croissance à partir de mars 2020, dans le contexte du COVID-19, et a permis aux professionnels qui n'avaient pas encore mis en place ce service de sauter le pas. En effet, en 2017, ils étaient près de 40 % à indiquer qu'ils ne pratiquaient pas la thérapie en ligne mais qu'ils étaient intéressés pour la proposer à leur patientèle.

En 2021, les psychologues signalent en premier lieu que **ce sont leurs patients qui les ont incité à proposer de la thérapie en ligne** (pour 35 % des répondants), suivi des contraintes géographiques des psychologues (déménagement, vacances, etc. - 25 %), puis en troisième lieu, la crise sanitaire (10 %). Les outils privilégiés par les psychologues pour réaliser leurs thérapies en ligne sont Skype et les appels téléphoniques. 85,5 % des psychologues combinent les séances en ligne et en présentiel durant une psychothérapie. 90,1 % d'entre eux pratiquent les mêmes prix pour une séance en présentielle et en ligne.

Parmi les leviers qui ont permis à la psychologie en ligne de se développer, les psychologues soulèvent en 2021 qu'ils ont **confiance envers les plateformes** qu'ils utilisent pour communiquer avec leurs patients (pour 81,5 % d'entre eux contre 56,8 % en 2017). La **vitesse de connexion** est en revanche considérée comme un frein pour près d'un tiers des psychologues. Également, 21 % d'entre eux considèrent que la communication en ligne ne leur permet pas d'accéder à certaines informations généralement véhiculées à travers de la **communication non verbale** de leurs patients.

Les recherches des français sur la psychologie en ligne

Les moteurs de recherche sont des indicateurs pertinents qui mettent en lumière l'évolution des intérêts des internautes sur une période donnée en fonction de leurs recherches en ligne et les mots clé utilisés. Ainsi, il est possible de constater qu'avant la crise de COVID-19, le mot clé « **Psychologue en ligne** » connaissait déjà une forte croissance du volume de recherches : +52,2 % en 4 ans. À partir de mars 2020, soit à la mise en place des premières restrictions liées à la crise sanitaire en France, ce terme a connu plusieurs pics importants concernant le volume de recherche. Sur la période de mars à décembre 2019 et celle mars à décembre 2020, les recherches ont en effet été quasiment multipliées par deux.

Suite à ces enquêtes, nous constatons que, bien que **la psychologie en ligne ait connu une forte croissance en mars 2020**, il s'agit d'un secteur en plein essor depuis plusieurs années. La pandémie a permis à de nombreux professionnels de mettre en place ce service en ligne, et pour la plupart, de l'adopter sur le long terme. Au même titre que les avantages prêtés au télétravail, la possibilité de réaliser des thérapies depuis chez soi, dans une autre ville ou un autre pays, a contribué fortement à la démocratisation de la psychologie en ligne.

Psychologue.net en chiffres

Avec plus de **5 millions de visites par an**, le portail d'information réunit plus de 15.000 spécialistes et professionnels de la psychologie.



+ 5 MILLIONS

de visites à l'année

+ 100 000

de consultations réservées et contacts à l'année



15 000 psychologues sur le site

50 Experts en psychologie et psychologues membres du comité Psychologue.net



8 900

questions posées sur le forum par les visiteurs

54 400

réponses de psychologues sous 48h maximum



+1 million

d'abonnés sur les pages Facebook et Instagram

3 à 5 directs par semaine avec des spécialistes

90 %

des utilisateurs de la plateforme améliorent leur bien-être émotionnel

Nous sommes dans 9 pays !

Espagne · Italie · France · Portugal · Brésil · Mexique · Colombie · Chili · Argentine



Psychologue.net

Remerciements

Psychologue.net remercie les **professionnels** des établissements de santé mentale, **psychologues** et **thérapeutes**, pour leur participation aux enquêtes réalisées dans le cadre de l'Observatoire de la psychologie et qui ont permis la création de ce baromètre.

Contactez-nous

Service Presse

Hélène Garnier

contact@helena-garnier.com

07 83 84 86 23



[Psychologuenet](https://www.facebook.com/psychologuenet)



[@psychologuenet](https://www.instagram.com/psychologuenet)