

La mission de Trajectoires

Trajectoires touche l'ensemble de la population genevoise et alentours par sa mission essentielle. La porte d'entrée peut être une réalité sociale et financière précaire submergeante, une famille en crise, un burn-out inattendu, un questionnement angoissé en fin de formation, des traumatismes antérieurs qui rattrapent, une addiction qui empêche de vivre, un couple en quête de sens, la peur de sa propre violence, etc.

La mission de Trajectoires est d'éviter que des personnes, des couples ou des familles ne développent un trouble psychique/relationnel ou que des difficultés existantes s'aggravent faute de repérage

puis d'évaluation et enfin d'orientation, si nécessaire. Ainsi, notre démarche de sensibilisation et de collaboration avec le tissu social et de santé genevois est valable pour l'ensemble des difficultés et vulnérabilités psychologiques.

Trajectoires se positionne comme interface entre la population, les services sociaux, les médecins de famille, les conseillers dans les écoles, les entreprises (ressources humaines) et les organismes à vocation psychothérapeutique existants (publics, privés, associatifs).

Décider de prendre soin de soi d'un point de vue psychologique est souvent difficile à initier. La situation de crise ou de difficulté émotionnelle dans laquelle

l'individu se trouve lui demande une énergie si importante, que de se savoir accompagné pour trouver les réponses à ses interrogations lui procure soulagement et gain de confiance.

Trajectoires propose un espace de réflexion et de préparation, sans engagement, où chacun peut questionner aussi bien sa motivation à entreprendre un travail sur soi que le choix de la thérapie et du thérapeute, qui n'est pas toujours aisé. La structure s'engage à recevoir le consultant dans un court laps de temps pour un à deux entretiens d'orientation et garantit un délai d'attente raisonnable vers une liste choisie de maximum trois psychothérapeutes/associations qualifiés.

POINT FORT : Ouverture d'une antenne de Trajectoires à l'Association pour le Bien des Aveugles et malvoyants (ABA)

En avril 2011 commence un partenariat sous la forme d'un projet pilote entre le Centre d'Information et de Réadaptation (CIR, secteur AI) de l'association ABA et Trajectoires. Il se traduit par l'ouverture d'une antenne de Trajectoires dans les locaux du CIR, dans le but de recevoir environ 50 consultants.

L'équipe du CIR, composée d'assistantes sociales et d'ergothérapeutes, offre aux personnes demandeuses une prise en charge spécialisée en lien avec leur déficit visuel. L'équipe remarque depuis de nombreuses années qu'un

regard et un soin d'ordre psychologique devraient être également portés aux personnes se trouvant en détresse psychique, liée ou révélée par le handicap visuel. L'atteinte visuelle qui constitue une perte, entraîne une succession d'autres pertes (mobiles, professionnelles, réaménagements relationnels), venant parfois s'ajouter à une problématique préexistante.

De plus, l'entrée en vigueur de la 5ème révision de l'AI (en janvier 2008), qui introduit les mesures d'intervention précoce (un délai de 6 mois est donné pour déterminer une réadaptation professionnelle ou l'entrée à l'AI), génère une précipitation qui ne correspond pas au rythme dont a besoin la personne qui entre dans un processus de prise en compte et d'acceptation de

son déficit dans les différentes sphères de sa vie. Dans ce contexte, il est apparu d'autant plus important de faciliter une orientation vers un accompagnement psychothérapeutique.

Afin d'alléger les démarches du consultant, les entretiens d'orientation ont lieu dans les locaux du CIR, organisés conjointement par les référents du consultant et les psychologues de Trajectoires. Si les entretiens débouchent sur un adressage vers un psychothérapeute du réseau, celui-ci est contacté et sa disponibilité est assurée. Un colloque réunissant les deux équipes, afin d'aborder de près les situations rencontrées, a lieu tous les deux mois. L'antenne de Trajectoires poursuit son activité au CIR en 2012.



«Les deux séances ont été un tremplin vers un travail thérapeutique que je souhaitais entreprendre depuis plusieurs années.»

«Trajectoires m'a permis d'y voir plus clair entre les différentes psychothérapies qui existent, d'avoir un premier contact avec un professionnel et de dédramatiser ma démarche.»



Trajectoires rencontre, à raison de six à huit fois par an, des institutions, associations et structures des secteurs médico-psycho-social et éducatif du Canton de Genève, dans le but d'échanger autour de nos missions, de tisser ou enrichir des collaborations spécifiques.

Cette année, le [café] Réseau a axé ses rencontres auprès de professionnels œuvrant avec des adolescents/jeunes adultes en rupture de formation, des personnes retraitées, des personnes dés-insérées socialement.

Les équipes partenaires rencontrées en 2011 sont les suivantes :

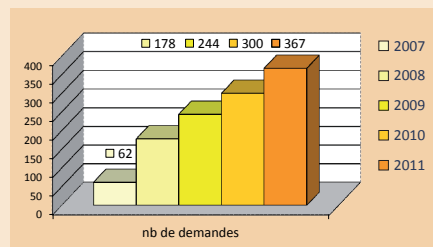
Unité d'assistance personnelle (UAP) faisant partie de la Fondation genevoise pour l'animation socio-culturelle (Fase); Association Pro-Jet; Projet VIA (au sein de la Boîte à Boulot); une éducatrice travaillant dans un appartement collectif (Inforjeunes); Association d'aide et accompagnement des Personnes Agées en EMS et de leurs Familles (APAF); Atelier Galiffe (Centre Social Protestant).

Par ailleurs, Trajectoires a rencontré à plusieurs reprises les professionnels de l'Hospice Général en charge d'une meilleure prise en compte des problématiques psychologiques de leurs usagers. Enfin, une réunion au sein du Groupe d'accompagnement de l'Alliance contre la dépression a eu lieu.

Ensemble des demandes à Trajectoires concernant les prestations d'information et d'orientation

Nb total des demandes	N367
Consultants	300
Professionnels de la santé et du social	67

Evolution du nombre de demandes depuis 2007



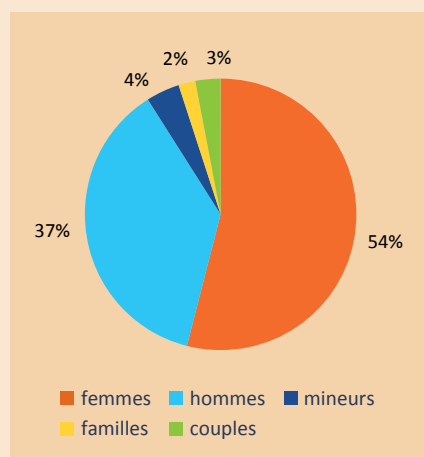
Note : la structure a ouvert ses portes fin juin 2007

Information gratuite pour tous

Information transparente sur la psychologie et la psychothérapie (sur les formes, modalités et processus des psychothérapies, les coûts, les modes de remboursement, etc.) en vue de démystifier, lever les a priori et rendre une démarche thérapeutique accessible à tout un chacun. Dans ce cadre, des orientations peuvent également être proposées directement. Cette information gratuite pour tous représente **27% de toutes les demandes adressées à Trajectoires (N=367)**.

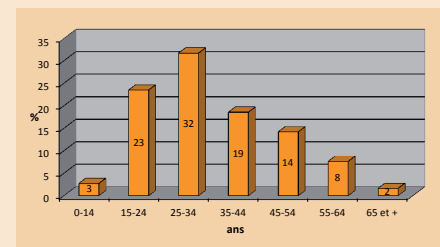
Prestations de Trajectoires auprès des consultants

Qui sont les consultants ayant une demande



En 2011, on observe que la part des consultants hommes est plus élevée (+8%) qu'en 2010 (femmes -8%).

Consultants par tranches d'âge en pourcent



Près d'un tiers des demandes des consultants provient de la tranche d'âge des 25-34 ans.

Type de demandes des consultants	N300
Entretiens d'orientation vers une psychothérapie	80%
Information gratuite sur le «monde psy»	20%

Entretiens d'orientation

Un à deux entretiens d'orientation par consultant, voire trois.

Cette année, l'augmentation du nombre d'entretiens a **doublé** par rapport à l'année précédente (+44). **321 entretiens d'orientations** ont eu lieu à Trajectoires afin d'aider les personnes à faire le point sur leur situation et vulnérabilités et d'évaluer leur besoin. Ceci malgré l'indécision assez importante observée à ce moment du processus, puisque 36 premiers entretiens n'ont pas été honorés.

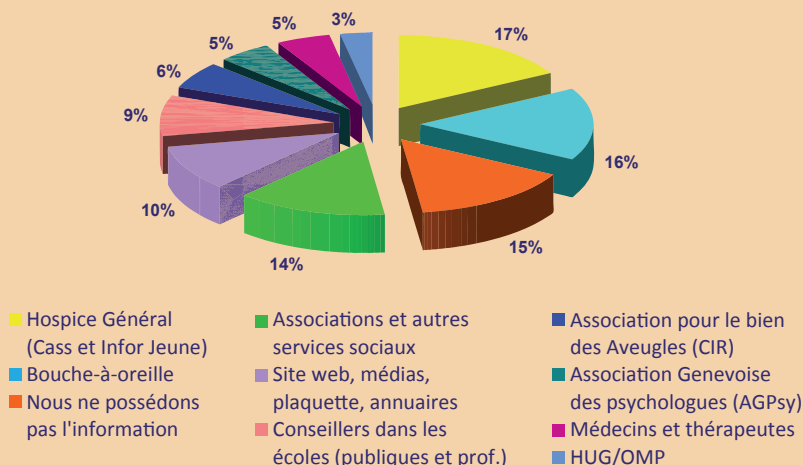
Entretiens d'orientation en 2011	
Entretiens d'orientation effectués	321
Entretiens d'orientation effectués Orientations personnalisées vers une liste de thérapeutes et/ou consultations spécifiques	144

«Merci c'était important pour moi d'avoir cet intermédiaire avant de me lancer dans une thérapie.»

«J'ai apprécié d'être écoutée et conseillée. Après trois essais de psychothérapie non fructueux, j'avais la crainte que l'on ne puisse m'aider, mais les entretiens à Trajectoires m'ont rassurée et redonné du courage.»

«Merci pour votre aide ; depuis, ma vie a bien changé et j'en suis heureuse !»

Sources de contact



Comment les consultants ont connu notre association

Trajectoires tisse des liens dans la toile du réseau communautaire, social, associatif et de santé. La démarche des personnes qui viennent nous consulter est souvent soutenue et accompagnée par un partenaire du réseau qui se situe en position de repérage. A Trajectoires, on s'aperçoit que le processus de réflexion vers une thérapie est le fruit d'un étayage provenant de la communauté et du réseau. La rencontre avec la «planète psy» proposée par le professionnel-relais du réseau est alors démythifiée, amenée à portée de main, s'intègre dans un parcours de vie comme une ressource bienvenue, parfois incontournable.

Les situations rencontrées

Par ordre d'importance (nombre), les plaintes principales des consultants concernent la dépression ou la présence de symptômes dépressifs. Ensuite viennent les problèmes actuels du couple ou les difficultés à vivre une séparation.

Suivent à cela les importants problèmes de santé ou handicap, les

difficultés dans la gestion des émotions (colère, jalousie, peur), la peine à s'insérer professionnellement. Rupture avec son psychothérapeute ou désir de changer de thérapeute ou d'orientation. Difficultés relationnelles en général et difficultés de différent ordre dans le contexte professionnel. Problèmes d'insertion sociale, deuil difficile, problèmes psychologiques ou psychiatriques d'un proche, crises d'angoisse ou de panique, difficultés relationnelles avec ses parents, problèmes financiers, difficultés avec la parentalité, anxiété sociale, stress ou anxiété, traumatismes de l'enfance qui affectent le présent, problèmes liés à la migration, dépendance aux substances, burn-out, échec scolaire.

Feed-back des consultants

Il apparaît important de connaître l'avis des consultants ayant reçu une orientation vers une démarche «psy», en vue d'améliorer constamment notre prestation. Cette étude porte sur les consultants venus entre juillet 2009 et décembre 2010. 143 questionnaires ont été envoyés, 46 ont été remplis, soit 32% de réponses.

Satisfaction des entretiens à Trajectoires ?	91%
Utilisation de la liste des psys, transmise en fonction des besoins ?	77%
Une démarche psychothérapeutique est en cours (ou terminée) ?	80%

Ces résultats, (meilleurs que ceux des années précédentes avec respectivement 83%, 70% et 78%) montrent une amélioration de la qualité des entretiens d'orientation, avec une très bonne adéquation entre la demande, les besoins des consultants et la réponse donnée par les psychologues de Trajectoires, avec la liste des psychothérapeutes correspondants.

Le guide des ressources

Le guide des ressources s'articule sur deux plans:

1. Développement et mise à jour du répertoire des psychothérapeutes, comprenant des informations détaillées sur leur approche et terrains spécifiques d'application, les langues étrangères parlées, le délai d'attente, les modes de remboursement. Les psychologues et psychiatres faisant partie du répertoire ont une formation et expérience conforme à la loi genevoise sur la santé et ont un droit de pratique pour le canton de Genève.

Répertoire des psychothérapeutes	132 psys
Psychologues-psychothérapeutes	78% 103
dont 44 psychologues-psychothérapeutes en délégation*	43% 44
Psychiatres-psychothérapeutes	22% 29

*Thérapie déléguée : le psychologue-psychothérapeute pratique sous le même toit qu'un psychiatre qui lui délègue les thérapies. C'est l'assurance de base (LAMAL) qui prend alors en charge le remboursement.

Les approches théoriques représentées sont les suivantes :

Psychanalytique (freudienne et jungienne)	46%
Systémique	15%
Combinaison Systémique et Psychanalytique	14%
Humanistes : - gestalt-thérapie - analyse transactionnelle - thérapie centrée sur la personne	7%
TCC (Thérapie cognitivo-comportementale)	10%
Combinaison entre différentes approches par 2 ou 3 : TCC -systémique - psychanalyt. - Th. centrée sur la personne	8%

Les approches psychothérapeutiques dénotent la richesse des manières différentes d'aborder et traiter une situation délicate.

2. Mise à jour du **répertoire des consultations et associations publiques et privées** du canton, rassemblées par thèmes (Enfants-ados-jeunes adultes ; couple et famille ; aînés ; orientations sexuelle ; migration ; deuil ; dépendances ; violence-traumatismes ; psychosomatique ; burn-out / mobbing ; médiation).

Perspective 2012

- Célébration des 5 ans de Trajectoires ;
- Continuité des prestations d'information gratuite pour tous et d'orientation ainsi que du développement des connexions avec le réseau ;
- Création d'un contrat de prestation avec l'Hospice Général qui vient renforcer notre partenariat ;
- Poursuite de l'antenne de Trajectoires chez l'Association pour le Bien des Aveugles et malvoyants ;

Pertes et Profits 2011

CHARGES		RECETTES	
Frais en personnel	39'825,75	Entretiens d'orientation	16'127,00
Frais en locaux	9'577,35	Prestations ABA	5'747,50
Frais administratifs	4'361,75	Cotisations	5'920,00
Amortissement	470,00	Dons	1'630,00
		Subventions	11'450,00
		Locations à des tiers	2'448,00
Total charges	54'235,05	Intérêt créanciers	31,60
Résultat de l'exploitation (perte)	-10'880,95	Total recettes	43'354,10

- Augmentation des [café] Réseau axés sur l'ensemble des besoins de la population genevoise.

L'Equipe

- Nino Rizzo, psychologue-psychothérapeute FSP, directeur clinique et superviseur 10%
- Sandra Solai, psychologue FSP-psychothérapeute, coordinatrice 40%
- Soledad Mariné, psychologue FSP 40%

L'Association compte 85 membres dont 5 associations.

Le Comité fonctionne de manière bénévole. Il se réunit tous les deux mois avec l'équipe afin de piloter le bon fonctionnement de la structure et de représenter les membres dans les décisions prises au sein de l'association.

- Présidente : Sabine Chenevard, Psychologue, assistante sociale
- Vice-Président : Pierre Ménétré, Spécialiste FMH, médecine générale
- Trésorière : Isaline Ruata, Psychologue FSP
- Secrétaire : France Manghardt, Sociologue Dipl.
- Recherche de parrainages : Jean Zufferey, Assistant social, thérapeute ASTHEFIS
- Café Réseau, Cyril Charrat, Assistant social

Les vérificateurs de comptes :

- Edith Arnold Desponds (Fiduciaire Desponds SA)
- René Allemann (Cofinafi)

Soutiens

Toute notre reconnaissance et gratitude s'adressent à l'ensemble de nos donateurs en 2011 :

- Les Communes d'Avully, Bardonnex, Bernex, Chêne-Bourg, Collex-Bossy, Dardagny, Grand-Saconnex, Lancy, Meyrin, Onex, Perly-Certoux et Plan-les Ouates ;
- La BCGE ;
- Nos donateurs privés ;
- Nos membres cotisants ;
- Nos 4 superviseurs qui offrent à l'équipe les supervisions.

TRAJECTOIRES

Association à but non lucratif dont le but est :

- Faciliter l'accès à une démarche psychologique pour tout un chacun ;
- Reconnue d'utilité publique ;
- Parrainée par l'Association Genevoise des Psychologues (AGPsy) ;
- S'inscrit dans le Programme Cantonal «Alliance contre la dépression».