

### Trajectoires s'épanouit

De 2007 à 2013, durant 7 années que l'ont peut qualifier de pionnières, **l'activité de Trajectoires a progressé continuellement**, ce qui, au regard des moyens forts réduits à disposition valorise d'autant plus les réussites obtenues. Un unique bureau à partager entre trois psychologues, un personnel payé très modestement, une coordination assumant un très large panel de tâches allant de la direction au secrétariat, un comité impliqué et dynamique, telles ont été les ingrédients qui ont permis à Trajectoires d'occuper une place importante et reconnue dans le dispositif médico-psycho-social genevois.

En 2014, grâce à ses soutiens, Trajectoires a franchi un cap significatif de son évolution. Nous avons enfin pu **agrandir nos locaux**, ce qui nous permet de **mieux répondre à la progression constante des demandes** (voir infographie) et à l'augmentation du volume de travail. Disposer de deux «bureaux» nous permet de gagner en souplesse d'organisation et en fonctionnalité. Par exemple, le travail de logistique peut enfin se poursuivre en même temps que les entretiens d'orientation. L'équipement informatique a été complété



avec des postes de travail supplémentaires et la mise en place d'un réseau.

Entre 2014 et début 2015, les postes de **psychologues** ont bénéficié d'une double valorisation. D'une part, ils ont fait l'objet d'une **augmentation de leur taux d'activité de 70% à 105%**. D'autre part, ils ont fait l'objet d'une augmentation de leur salaire. La rémunération se rapproche maintenant des tarifs standards de la profession, bien que nous ne puissions pas encore offrir des prestations tenant compte de l'ancienneté et de l'expérience.

Enfin, et ce n'est pas la moindre des nouveautés 2014, un **poste de secrétaire** a pu être créé. Ceci répond aux besoins administratifs et autorise la coordinatrice à se consacrer à des tâches adaptées à sa qualification (entretiens, encadrement de l'équipe, management).

Ces mises à niveau – bienvenues et à vrai dire indispensables – renouvellent la motivation de l'équipe et du comité. Elles vont permettre à Trajectoires de poursuivre sa mission et développer ses activités avec la conviction et l'énergie qui la caractérise depuis sa création.

**Trajectoires donne une information gratuite pour tous et propose des entretiens d'orientation à tout un chacun vers une démarche psychothérapeutique**

Nb total des demandes	N520
Consultants	401
Professionnels de la santé et du social	119

**Evolution du nombre de demandes depuis 2007**  
(graph 1, page suivante)

Trajectoires enregistre **la croissance de demandes la plus élevée** depuis son ouverture.

**Information gratuite pour tous : public et professionnels**

Elle comprend l'accueil téléphonique, le travail préliminaire autour de la demande vers une psychothérapie et la prise de rendez-vous pour un premier entretien.

A ce stade, nous offrons une information transparente sur la psychothérapie (les formes et modalités des psycho-

#### TRAJECTOIRES

Association à but non lucratif dont le but est de :

- **Faciliter l'accès à une démarche psychothérapeutique pour tout un chacun et ainsi prévenir les troubles psychiques ou y répondre le plus tôt possible.**
- Reconnue d'utilité publique
- Parrainée par l'Association Genevoise des Psychologues (AGPsy)
- Trajectoires adhère au «Réseau Santé Psychique Suisse»
- Soutient le projet national : «Dialogue sur la santé psychique» (déc. 2014)

«Je trouve que votre structure répond à un besoin réel. Dans un moment de crise, il est parfois difficile de démêler les fils et d'agir.»

«Grâce au premier rdv, j'ai pu identifier la source de mon souci et renforcer l'idée que j'avais besoin de l'aide d'un professionnel.»

thérapies, leurs coûts, leurs modes de remboursement). Il s'agit de démystifier, lever les aprioris et rendre une démarche psychothérapeutique accessible.

## Prestations auprès des professionnels de la santé

Types de demandes des professionnels	N119
Collaboration de réseau	41%
Mise à jour du répertoire des psychothérapeutes	41%
Demande d'information sur les prestations	15%
Autres	3%

La «collaboration de réseau» comprend le passage de témoin en vue d'entretiens d'orientation, l'aide à l'indication de la psychothérapie, le maintien et le développement des connexions avec les équipes et structures du réseau.

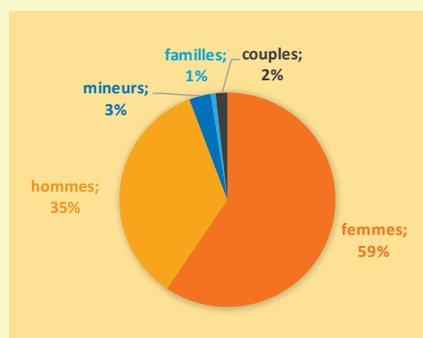
## Prestations auprès des consultants

Type de demandes des consultants	N401
Vers un premier entretien d'orientation	78%
Information gratuite sur le «monde psy»	22%

Environ 80% des prises de contact débouchent sur une demande d'entre-

**tien d'orientation.** Lors de cette étape cruciale, la psychologue répond souvent à une situation douloureuse, de crise et crée les conditions propices à la 1<sup>ère</sup> rencontre.

## Qui sont les consultants ayant une demande



Parmi les mineurs, le genre féminin est surreprésenté.

## Consultants par tranches d'âge en %

Entretiens d'orientation en 2014	
Un à deux entretiens d'orientation par consultant, voire trois.	
Entretiens d'orientation effectués	409
Orientations personnalisées vers une liste de psychothérapeutes et/ou consultations spécifiques	182

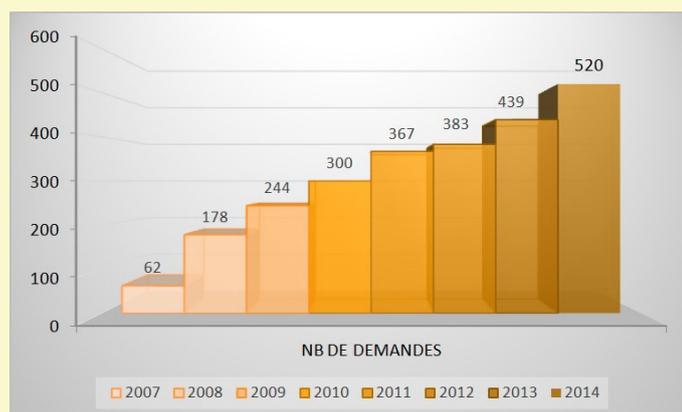
**409 entretiens d'orientations** ont eu lieu, afin d'aider les personnes à faire le point sur leur situation et vulnérabilités et d'évaluer leurs besoins. C'est un chiffre en constante augmentation (+13%).

**182 orientations personnalisées** ont été

## Problématiques rencontrées

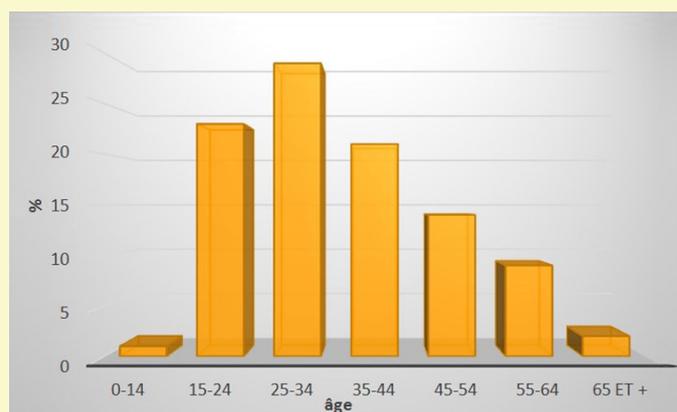
- **Le franchissement d'étapes:** puberté, jeune adulte, mariage, parentalité, décennies, retraite.
- **Les difficultés relationnelles familiales :** conflits intergénérationnels, questions sur sa propre enfance, famille monoparentale, abus sexuel et de pouvoir, violence intrafamiliale, conséquences de la séparation pour les enfants, trouver sa place dans la famille recomposée, sens de l'échec scolaire.
- **Les difficultés de couple :** peine à s'investir dans une relation affective ou dans la durée, conflits et crises, jalousie, infidélité, violence, sexualité, ruptures et leurs conséquences émotionnelles, choix de l'orientation sexuelle, coming-out.
- **Les difficultés de formation et professionnelles :** intégration dans un groupe, échec à l'examen, choix d'une profession et de son avenir, réinsertion professionnelle, épuisement, mobbing, harcèlement, conflits avec les collègues.
- **Les difficultés sociales et financières** qui pèsent sur la santé

Graph 1. Evolution du nombre de demandes depuis 2007



Note : la structure a ouvert ses portes fin juin 2007

Graph 2. Consultants par tranches d'âge en pourcent



«Les deux entretiens m'ont confirmé la nécessité pour moi de suivre une thérapie. Mes attentes ont été parfaitement comblées. J'ai trouvé une écoute et des renseignements précieux.»

«Trajectoires m'a permis de sortir d'un pas difficile dans ma vie.»

«Votre association est très utile pour les gens qui comme moi ne connaissent pas grand-chose au domaine des psychothérapies.»

**psychique** : marginalisation ou désocialisation, isolement et précarité, dettes.

- **La maladie physique** : troubles psychosomatiques et douleurs, conséquences des maladies chroniques et invalidantes.
- **Egaleme**nt : dépression, deuil, gestion des émotions et anxiété, troubles alimentaires et addictions, stress post-traumatique, conséquences de la migration et de l'exil, besoin de questionner une thérapie en cours, questionnement des proches aidants.

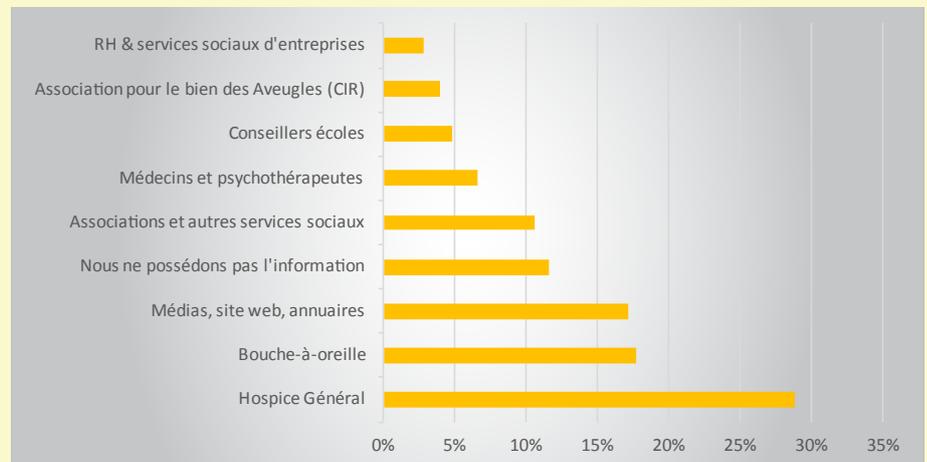
### Feed-back des consultants

Chaque année, nous questionnons les consultants ayant reçu une orientation afin de connaître leur satisfaction et améliorer la qualité de nos prestations. Cette étude porte sur les consultants venus en 2013. **Le taux de réponse est de 53%.**

Satisfaction des entretiens à Trajectoires ?	95%
Utilisation de la liste des psys, transmise en fonction des besoins ?	77%
Une démarche psychothérapeutique est en cours (ou terminée) ?	87%

**Les résultats montrent un taux de satisfaction général élevé et une entrée dans une démarche psy largement majoritaire.** La «liste des psys» n'est pas utilisée dans env. 20% des cas, mais cela n'empêche pas l'engagement dans une psychothérapie, même si elle a lieu par une voie différente, ainsi «l'effet Trajectoires» porte ses fruits. 13% n'ont pas entrepris une psychothérapie, notamment en raison de la difficulté de faire le pas. Ces consultants qui ont donné leur nom sont recontactés afin de leur proposer un nouvel entretien pour leur permettre d'oser poursuivre le processus vers une psychothérapie.

**Graph 3. Sources de contact**



### Comment les consultants ont connu Trajectoires (graph 3)

Les demandes en provenance de l'HG correspondent à plus d'un quart des prises de contact. A relever que **L'Antenne de Trajectoires au sein de l'Association pour le Bien des Aveugles et Malvoyants a été un succès**, puisque 16 demandes se sont traduites par plus de 30 entretiens d'orientation.

Les médias et le bouche-à-oreille rassemblent plus d'un tiers des demandes. Les «associations et autres services sociaux» comprennent les services sociaux des Communes, l'AI, le Service de Protection des Mineurs, l'AGPsy, Dialogai, VIA, Stop Suicide, les EPI, Réalise, Pro Mente Sana ainsi que d'autres partenaires.



Trajectoires se propose de rencontrer des institutions, associations et structures des secteurs médico-psycho-social et éducatif genevois, dans le but d'échanger autour de nos missions, de tisser ou enrichir des collaborations spécifiques.

Les équipes partenaires rencontrées dans le cadre du [café] Réseau :

- CEPS, Centre d'Etude et de Prévention du Suicide, développement d'une collaboration au sein du nouveau dispositif pour renforcer le filet de sécurité

autour des jeunes à risque suicidaire : **aiRe d'ados.**

- **Stop Suicide**, association pour la prévention du suicide des jeunes dans la région romande.
- Centre de consultation **Phénix Mail**, qui s'adresse aux adolescents et jeunes adultes présentant des addictions.
- **RH de la manufacture horlogère Roger-Dubuis.**

De plus, Trajectoires a participé à trois évènements :

- Intervention autour d'une Table ronde organisée par l'**Université de Genève** dans le cadre du MAS en santé publique sur **le rôle de la société civile dans les politiques de santé mentale.**
- **Journée de prévention du suicide** organisée par Stop Suicide, intervention sur qui sont les jeunes qui viennent à Trajectoires, pourquoi c'est si difficile d'aller chercher l'aide d'un psychothérapeute et **comment on accompagne un ado qui va mal à se diriger vers une thérapie.**
- Tenue d'un stand présentant Trajectoires dans le cadre de la rencontre Humagora 2014 (Philiias). Le thème de l'évènement est : «De la santé individuelle à la santé économique : des outils et des partenaires à la portée de tous». Le projet présenté est le suivant : **«Un trait d'union entre l'entreprise et les professionnels de la santé mentale».** Trajectoires met à disposition des RH des bons de consultation que l'entreprise offre gratuitement à son personnel dans le respect de la confidentialité.

## Guide des ressources

Il 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.

Répertoire des psychothérapeutes	150 pys	
Psychologues-psychothérapeutes	77%	115
dont 56 psychologues-psychothérapeutes en délégation*	50%	58
Psychiatres-psychothérapeutes	23%	35

Psychothérapie 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.

### Approches théoriques représentées

Psychanalytique (freudienne, jungienne et Baudoin)	43%
Systémique	17%
Combinaison systémique et psychanalytique	14%
Combinaison entre différentes approches par 2 ou 3 : Systémique / TCC / Psychanalyt. / Centrée sur la personne	10%
Cognitivo-comportementale	10%
Humanistes : - Gestalt-thérapie - Analyse transactionnelle - Centrée sur la personne	6%

2. Mise à jour du **Répertoire des consultations**, rassemblées par thèmes dans le but de faciliter le travail d'orientation : Enfants-ados-jeunes adultes; Couple et famille; Aînés; Migration; Deuil; Dépendances; Violence-traumatismes; Psychosomatique; Burnout/mobbing; Médiation.

## PERTES & PROFITS 2014

RECETTES		CHARGES	
<b>Subventions publiques</b>		Frais en personnel	63 729,20
- Etat Genève	13 360,00	Frais de locaux	8 821,35
- Communes	13 500,00	Frais de communication	1 086,35
<b>Soutiens financiers</b>		Frais informatique	9 075,15
- Famille Firmenich	20 000,00	Frais administration	3 147,80
		Achat mobilier	1 134,25
Entretiens d'orientation	21 370,00	Frais AG + Comité	1 575,80
Prestations pour l'HG	20 160,00	Réserves projets en cours	
Prestations pour ABA	4 510,00	Site internet	6 000,00
Cotisations membres	7 800,00	Secrétariat	3 500,00
Dons privés	2 474,25	<b>Total charges</b>	<b>98 069,90</b>
Locations tiers	2 448,00		
<b>Total recettes</b>	<b>105 622,25</b>	<b>RÉSULTAT DE L'EXERCICE</b>	<b>7 552,35</b>

## Perspectives 2015

- **Développement d'un nouveau site internet** plus interactif et répondant aux questions que se pose tout un chacun sur le monde de la psychologie.
- **Gratuité pour les adolescents** consultant à Trajectoires sans l'intermédiaire de leurs parents.
- **Accent sur le maintien de la qualité de nos prestations** tout en faisant face au volume croissant des activités. Notamment, garantir la prise de rdv dans un délai d'une semaine, améliorer les partenariats avec les psychothérapeutes du répertoire ainsi qu'avec le réseau psychosocial, faire reconnaître le temps nécessaire de préparation à chaque orientation.

## Equipe 2014-2015

- Nino Rizzo, psychologue, directeur clinique
- Sandra Solai, psychologue, coordinatrice
- Isabelle Uny, psychologue (jusqu'en fév. 2014)
- Nicole Picard, psychologue (jusqu'en juin 2014)
- Nadine Carreras, psychologue (dès mars 2014)
- Claire Russo, psychologue (dès sept. 2014)
- Claudia Béhanzin, secrétaire (dès juil. 2014)
- Pascal Gerdil, secrétaire (nov. 2014 - fév. 2015)

Nous tenons à remercier particulièrement nos quatre superviseurs :

Nino Rizzo, Benoît Reverdin, Sylvie Monnier et Laurent Mammana qui offrent à l'équipe des supervisions de qualité selon leurs approches respectives.

**L'Association** compte 93 membres dont 5 associations.

## Comité

- Président : Jean Zufferey, Assistant social, thérapeute
- Secrétaire : Soledad Mariné, psychologue
- Communication : Clémence Bidaud, Psychologue
- Vice-Présidente : Sabine Chenevard, intervenante en protection de l'enfance
- Café Réseau : Aida Guarin, Psychologue
- Trésorier : Richard Bonjour, responsable administratif
- Pierre Haenni : Psychologue

## Soutiens

Toute notre reconnaissance et gratitude s'adressent à l'ensemble de nos donateurs en 2014 :

- La Famille Firmenich, la République et Canton de Genève, la Fondation Hans Wilsdorf (soutien début 2015).
- Les Communes de Bardonnex, Chêne-Bougeries, Chêne-Bourg, Choulex, Collonge-Bellerive, Grand-Saconnex, Jussy, Lancy, Meinier, Meyrin, Onex, Plan-les-Ouates et Vernier.
- Nos membres cotisants
- Nos donateurs privés