

**MAÎTRISE EN PSYCHOLOGIE
ORIENTATION PSYCHOLOGIE CLINIQUE
COURS ET CONFERENCES**

Mercredi 26 février 2020

14h15-15h45

Uni Mail, Salle M1160

Dr Arnaud PICTET, PhD

Psychologue – adjoint scientifique,
Division de la formation des étudiants (DIFE),
Pôle Santé Social, Université de Genève

**« Développement d'un outil d'auto-assistance
dans la prévention de la dépression
chez les étudiants à l'Université de Genève »**

Un grand nombre d'étudiants à l'Université souffre de symptômes dépressifs mais seule une minorité d'entre eux fait appel à un professionnel de la santé. Il y a de nombreuses barrières qui empêchent l'accès à un traitement psychologique, et parmi celles qui sont le plus souvent rapportées il y a l'envie de s'en sortir seul, le manque de temps ou encore la crainte d'être victime de stigmatisation.

La présence de symptômes dépressifs, même subcliniques, expose les étudiants sans traitement à des répercussions défavorables sur leurs performances académiques, leurs relations sociales et leur santé. Il est donc urgent de développer des méthodes d'intervention précoce et de prévention innovantes et facilement accessibles pour venir en aide aux étudiants dépressifs. Ce projet de recherche, piloté par le Pôle Santé Social, vise à évaluer la faisabilité et l'efficacité d'une application smartphone d'auto-assistance (ACTIDOTE) dans la réduction des symptômes dépressifs et la prévention d'une dépression clinique ultérieure dans une population d'étudiants présentant des symptômes dépressifs subcliniques. Le projet comporte une étude de faisabilité et une étude d'efficacité (ECR), avec l'objectif final d'intégrer l'application dans les prestations de santé offertes par l'Université.